Pražská vysoká škola psychosociálních studií

Souběžná validizace dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.

Klára Servetas

Diplomová práce

Studijní program: Psychologie

Vedoucí práce:

Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Praha 2021

Prague College of Psychosocial Studies

The Concurrent Validation of the Logo-Test and the Logo-Test-R Questionnares

Klára Servetas

The Diploma Thesis

The Diploma Thesis Supervisor:

Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Prague 2021

Prohlášení:

1. Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.

2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne: …… Podpis: ……..

Poděkování: Děkuji doc. PhDr. Karlu Balcarovi, CSc. za odborné vedení této práce, čas, který mi věnoval, a za jeho inspirativní a motivující působení při psaní této práce. Také děkuji svým vyučujícím z Gymnázia v Třebíči za vřelé přijetí na škole a pomoc uskutečnit zde sběr dat pro výzkum a také děkuji studentům a studentkám, kteří se výzkumu účastnili.

Anotace: Tato práce se metodou souběžné validizace snaží o porovnání dvou dotazníků – Logo-testu a Logo-testu ve zkrácené podobě. K tomuto účelu byl proveden výzkum, který se zakládá na datech získaných od 91 studentů gymnázia. Logo-test sestrojila na základě logoterapeutické teorie V. E. Frankla Elisabeth Lukasová. O logoterapii, jakožto terapii smyslem, jejím autoru a dalším vývoji, je pojednáno v teoretické části stejně jako o Logo-testu a dalších kvantitativních metodách (PIL a Existenciální škála) snažících se postihnout a změřit prožívání smyslu v životě.

Klíčová slova: logoterapie, existenciální analýza, smysl, smysluplnost života, Logo-test, Logo test-R, Existenciální škála, PIL Test

Annotation: The author of the diploma thesis compares, based on the method of concurrent validation, two questionnaires: the Logo-test and the Logo-test in its shortened version. For this purpose, research was conducted, which is based on data of 91 high school students. The Logo-test was constructed by Elisabeth Lukas based on the logotherapeutic theory of V. E. Frankl. Logotherapy, its author and its further development is discussed in the theoretical part as well as the Logo-test and other quantitative methods (PIL and Existential Scale) trying to target and measure the experienced meaning in life.

Keywords: logotherapy, existential analysis, meaning, meaningfulness of life, Logo-Test, Logo-Test-R, Existential scale, PIL Test

Obsah

Úvod....9
1 Teoretická část....12
1.1 Pojetí „smysluplnosti“ života s odkazem na V. Frankla, E. Lukasovou, A. Längleho.12
1.1.1 Franklovo pojetí smysluplnosti života....12
1.1.2 Lukasové pojetí smysluplnosti života....21
1.1.3 Längleho pojetí smysluplnosti života....26
1.1.4 Shrnutí teoretické části....30
1.2 Diagnostické metody ke zjištění prožívání smysluplnosti života....32
1.2.1 PIL – Purpose in Life Test....33
1.2.2 Existenciální škála....36
1.3 Logo-test E. Lukasové a jeho zkrácená verze Logo-test-R....41
1.3.1 Logo-test....41
1.3.2 Logo-test-R....45
2. Praktická část....49
2.1 Výzkumný cíl....49
2.2 Výzkumný vzorek....49
2.3 Popis použitých metod....51
2.4 Popis získaných dat a interpretace jejich výsledků....52
2.4.1 Ověření hlavní hypotézy....52
2.4.2 Ověření vedlejší hypotézy....55
Diskuze....57
Závěr....59
Seznam použité literatury....60
Seznam příloh....66

Úvod

Jaký je smysl mého života? Začínám tuto práci otázkou, kterou si, věřím, pokládá mnoho z nás. Někdy může znít pateticky či všedně a zároveň trápí mnoho z nás, kteří smysl v životě zoufale hledají. Běžně se pak tato otázka vynoří v myšlenkách, když se člověk ocitne v nové situaci, a někdy, když jen tak filozoficky rozjímá. A odpověď? Tu musí najít každý sám. Je to však výsada člověka, že si může tuto otázku položit.

Problematika smyslu života patří také do psychologie; v té lze nalézt různá pojetí smyslu, zakládající se na různých teoriích či osobní zkušenosti a přesvědčení autora. Lze však dnes už říct, že téma smysluplnosti života získalo dostatečnou pozornost a je uspokojivě rozšířené.

Jak zásadní je prožívání smysluplnosti života pro člověka, jakožto duchovní bytosti, si uvědomil před přibližně sto lety Viktor Emil Frankl, který možná díky přesvědčení o smyslu naší existence později přežil několik let hrůzy koncentračních táborů a vytvořil logoterapii, představující terapii smyslem. S pracemi V. E. Frankla jsem se setkala útržkovitě poprvé na gymnáziu. Vzpomínám si, že jeho osud a pojímání smyslu v životě mě velmi oslovily. Jeho popis prožívání nedělní neurózy, kterému jsem rozuměla sice jen po povrchu, mi přišel známý a od té doby jsem si na to vždy vzpomněla, když se mi tento pocit znovu ohlašoval. Franklovy knihy spolu s publikacemi E. Fromma mě na nějaký čas provázely a poskytovaly hlubší porozumění světu tak, jak jsem jej sama cítila. Myslím, že i moje cesta k psychologii vedla přes tyto dva autory.

S Franklovým pojetím smyslu se objevila také první snaha o vyvinutí metody, která by prožívání smyslu právě tak, jak ho viděl Frankl, postihla a změřila. To bylo v polovině minulého století a šlo o Purpose in Life Test (PIL). Ten byl od té doby použit pro mnoho studií, byl podroben mnohým psychometrickým evaluacím a během toho vyvíjeli autoři metody další. Na PIL zakrátko reagovala Elisabeth Lukasová se svým Logo-testem (Lukasová 1994). V dnešní době existuje také jeho dalšími autory zkrácená verze Logo-test-R (Thege, et al., 2010). Existence těchto dvou testů si vyžadovala porovnání, které je předmětem této

práce, v níž se budu zabývat souběžnou validizací úplného znění Logo-testu a jeho zkrácené verze Logo-testu-R, která ukáže míru jejich ekvivalence.

Nástroje k měření prožívání smyslu v životě považuji, i přes jejich možný zjednodušující přístup, které si měření někdy vyžádá, za užitečné nejen pro svůj diagnostický účel a preventivní přínos, ale také pro zjišťování možných souvislostí prožívání úrovně smysluplnosti života s psychickými onemocněními zahrnující také závislosti, či naopak s úrovní prožívaného zdraví.

Tomuto cíli předchází teoretické prozkoumání problematiky životní smysluplnosti. V teoretické části proto představím pojetí smyslu V. Franklem, jehož jméno je, věřím, dobře známo české veřejnosti, a jeho žáky Elisabeth Lukasovou a Alfriedem Länglem, kteří v rozvíjení jeho teorie pokračují, avšak ti jsou u nás dobře známi spíše jen v terapeutickém okruhu logoterapie a existenciální analýzy. Obsahem teoretické části bude také pojednání o diagnostických metodách zjišťujících smysluplnost – jednak o Logo-testu a jednak také o metodě Purpose in Life Test (PIL) a Existenciální škále (ESK).

Vzhledem k tomu, že se obsah teoretické práce týká z velké části pojetí smyslu Frankla a pokračovatelů jeho teorie Lukasové a Längleho, čerpám pro přiblížení jejich pojetí zejména z jejich zdrojů. Všichni tři autoři napsali mnoho publikací, které jsou dostupné jednak v němčině nebo angličtině, ale mnoho jejich publikací bylo přeloženo také do češtiny. Výklad dále doplňuji poznatky autorů českých a slovenských, kteří se věnují problematice smyslu života nebo přímo logoterapii a existenciální analýze. Mezi důležité osobnosti české logoterapie řadím K. Balcara, který jednak logoterapeutický přístup využívá ve své terapeutické praxi, ale také převedl do českého jazyka dotazníky Logo-test a Existenciální škálu, přeložil do češtiny některé publikace Frankla, Lukasové a Längleho a vede o logoterapii semináře.

V praktické části popíšu průběh výzkumu a analyzuji data, jež jsem pro výzkum získala na homogenní populaci studentů třetích a čtvrtých ročníků gymnázia. Nakonec představím výsledky výzkumu.

Téma práce v sobě obsahuje paralelu rozporu v psychologii, který moje studium vždy provázel. Smysl života je tématem, které, protože o něm může přemýšlet pouze člověk, vykazuje variabilitu zakládající se na jedinečnosti každého z nás. Zároveň jeho vědecké zkoumání, které si často vyžaduje empirickou přesnost a kvantifikaci, jsou také jedním z důvodů, proč jsem se pro práci s tímto tématem rozhodla.

1 Teoretická část

1.1 Pojetí „smysluplnosti“ života s odkazem na V. Frankla, E. Lukasovou, A. Längleho.

Ačkoliv je cíl této práce, souběžná validizace dotazníků Logo-testu a Logo-testu ve zkrácené podobě, poněkud „technicko-funkčního“ charakteru, ani v nejmenším to neplatí pro téma, jež je předmětem zkoumání Logo-testu, kterým je prožívání smysluplnosti života.

Otázka, jaký je smysl našeho života nebo přinejmenším činností, do kterých se každý den pouštíme, je specificky lidská a velmi důležitá. Kořeny tázání se po smyslu života sahají daleko do historie. Filozofie i náboženství se tímto tématem zabývaly odjakživa. V posledních dvou stoletích to byly zejména představitelé existenciální filozofie, např. Søren A. Kierkegaard a E. Husserl, K. Jaspers nebo J. P. Sartre, kteří se zaobírali otázkou naší existence a fenomény, které s tím souvisejí. (Halama, 2007). Odvažuji se říct, že v psychologii téma smyslu a smysluplnosti života poprvé ve velkém rozsahu rozpracoval Viktor Emil Frankl, který ve svém životě dokázal i prakticky najít a uskutečnit smysl za všech okolností, a to i v koncentračních táborech, které dokázal přežít. Jeho myšlenky inspirují, dodávají naději a motivují nás k životu. Jeho dílu, které vytvořil, a rozpracovaní jeho teorie jeho žákyní Elisabeth Lukasovou a žákem Alfriedem Länglem, bude věnována tato subkapitola.

I když téma smyslu bylo v psychologii dvacátého století centrální zejména v pracích Franklových, dle Halamy (2007) ovlivnili tuto problematiku rovněž psychologové Adler, Jung, Fromm, Maslow a Yalom. Důležitost potřeby smyslu v životě zdůrazňují ve svých pracích také např. autoři Meadow, Popielski, Baumeister, Reker či Wong.

1.1.1 Franklovo pojetí smysluplnosti života

Freud, Adler, Frankl neboli tři vídeňské školy psychoterapie

Frankl už od malička vnímal důležitost otázky, jaký má náš život smysl. Na základní škole se nechtěl smířit s odpovědí svého učitele, že jsme jenom článkem v oxidačním procesu (Frankl, 2013). Možná i to ho dovedlo ke studiu medicíny, aby stal se psychiatrem. Byla to pak jeho zkušenost vězně v koncentračních táborech, která jeho pojetí vůle ke smyslu ještě více posílila. Po válce už naplno tvořil svoji teoretickou práci, při které čerpal kromě své životní zkušenosti a zkušeností s pacienty také z kritického rozboru děl filozofické antropologie a psychoterapie (Balcar, 1995).

Frankl tvořil v době, kdy již existovala a široce se uplatňovala Freudova psychoanalýza nebo Adlerova individuální psychologie. Adler mluvil o tom, že smysl lidského života vězí v pocitu sounáležitosti lidí a přispívání k prospěchu pospolitosti. Byl natolik kritický, že tvrdil, že člověk, který ničím k tomuto prospěchu nepřispěl, byl zcela vymazán z dějin (Adler, 2020).

Frankl (2016) si všímal, že pocit nesmyslnosti provází člověka mnohem více než v době, kdy žili tito velikáni psychoterapie, a že Adlerem proklamovaná „vůle k moci" a Freudem předpokládaná „vůle ke slasti" (princip slasti) přichází na řadu až ve chvíli, kdy je vůle ke smyslu frustrovaná (Frankl, 1994). Vůle ke smyslu je zde chápána jako původní motivační síla v člověku, předpokládající, že člověk touží po smyslu (Frankl, 2020). Jako prototypický příklad člověka sužovaného problémem doby, který popisuje Frankl, by mohl být případ dvaadvacetiletého muže, o kterém píše Frankl, že je finančně dobře zajištěn, k dispozici má všechny druhy zábavy, které moderní svět může nabídnout, a přesto pociťuje prázdnotu a pochybnosti o tom, jaký smysl má jeho život (Frankl, 1994).

V té době také Maslow přišel s teorií potřeb, ve které je vůle ke smyslu řazena mezi vyšší, „růstové" potřeby. Přestože Frankla i Maslowa spojuje pohlížet na smysl neredukcionisticky (Halama, 2007), Frankl vůči Maslowovu pojetí namítal, že člověk má potřebu tázat se po smyslu života právě v momentech, kdy je mu nejhůř (Frankl, 2016). Dosavadní psychoterapeutické či psychologické koncepty mu, jako člověku, který byl založením existencialista, jemuž jde především o smysl, nemohly stačit.

Navíc zásadně nesouhlasil s psychoanalytickou redukcí člověka a odmítal, že by člověk měl být bytostí usilující pouze o uspokojení svých potřeb za účelem redukce napětí (Frankl, 2019).

Smysl a hodnoty, kterými pacient žije, se musí v terapii přijímat jako opravdové, protože pokud to tak nebude, nebude brán vážně ani pacient sám (Frankl, 2005). Vymezení se proti redukcionismu je společný všem existenciálním terapiím. V této souvislosti se mi vybavují slova J. Růžičky, jež by mohly dokreslit obdobný pohled v daseinsanalýze, který píše, že klientovu lásku, nenávist, pohrdání nechává být tím, čím je a neomezuje se na jejich interpretaci (Růžička, 2003).

Frankl vytvořil teoretický směr, který kromě toho, že akceptuje psychické a somatické dimenze člověka, hledí na člověka zároveň jako na duchovní bytost, někdy mluví o noetické nebo noologické složce osobnosti (Halama, 2007). Tato třetí dimenze člověka je stěžejní předpoklad pro jeho tvorbu. Jeho směr se označuje také jako třetí vídeňská škola.

Ačkoliv Frankl připouští, že člověk je bytost, jež stejně jako zvířata má svoje potřeby, pudy, tak ale zároveň je může díky duchovní dimenzi rozpoznávat a odolávat jim. Duchovní dimenze také umožňuje člověku nastavovat si cíle, věnovat se se zájmem činnostem, milovat druhého a zároveň pro toto brát na sebe oběti, vzdávat se něčeho nebo potlačovat pudy a přitom být šťastný, neboť je vnitřně naplněn smyslem (Frankl, 2019).

Logoterapie a existenciální analýza

Frankl svoji teorii ukotvil v pojetí „logoterapie a existenciální analýzy". Tento směr se v učebnicích psychoterapie řadí do oboru existenciální psychoterapie (Kratochvíl, 2017). Tu ještě krátce představím. Existenciální psychoterapie vychází z filozofického existencialismu a fenomenologie. Svým založením se staví do opozice vůči deterministickému pojetí o předprogramovanosti člověka v jeho chování, myšlení a cítění. Klade důraz na svobodu, odpovědnost, volbu, autenticitu a sebevládu člověka. *„Existenciálně založená léčba má proto spíš povahu provázení a reflektování, jak se člověk s touto výbavou vyrovnává se svým životem, popřípadě povzbuzujícího vedení k tomu, aby své existenciální možnosti přijal a uplatnil i v situacích osobního či zdravotního selhávání*" (Balcar, 2019a).

Logoterapie a existenciální analýza obohacuje somatoterapeutické a psychoterapeutické přístupy tím, že pohlíží na člověka jako na bytost s duchovními motivy, disponující sebereflexí, svědomím, svobodou volby a odpovědností (Balcar, 2019a). Jak konkrétně tyto lidské fenomény vstupují do Franklovy teorie bude jasné při vyjasnění rozdílu

mezi pojmy „logoterapie “ a „existenciální analýza”. V tom může být nejasno. Frankl dokonce uvádí, že použil poprvé slovo existenciální analýza ve třicátých letech jako alternativní jméno pro logoterapii. Později vzhledem k tomu, že termín existenciální analýza začali hojně používat i jiní autoři, i když mluvili o logoterapii, se pak Frankl snažil vyhnout používání termínu existenciální analýza alespoň v publikacích v angličtině (Frankl, 1967).

Logoterapie dle Frankla (1967) představuje v nejširším smyslu slova léčbu. Jde o léčbu pacientova postoje k nezměnitelnému osudu. Logoterapeutická teorie stojí na třech pilířích. Jsou jimi svoboda vůle, vůle ke smyslu a smysl života. Každý pilíř má svoji úlohu. Svoboda vůle je antropologickým obrazem člověka a znamená, že máme svobodu zaujmout postoj vůči podmínkám. Koncept vůle ke smyslu zakládá logoterapeutickou léčbu a předpokládá, že každý člověk touží poznat smysl. Třetí pilíř je filozofickým obrazem světa a představuje logoterapeutické přesvědčení, že život má smysl za každých okolností (Lukasová, 2009).

Vůle ke smyslu zastává centrální význam v pojetí logoterapie a předpokládá, že člověk přirozeně usiluje o to najít smysl a svůj život ho jím naplnit (Frankl, 1966).

Existenciální analýza, skrze niž Frankl vysvětloval lidskou existenci, je pak základem logoterapie. Jde o obraz člověka, který vychází z antropologického zaměření (Kosová, 2014). Lze říct, že v existenciální analýze jde o zkoumání a výklad lidského bytí. „*Pojímá člověka jako přirozeně směřujícího k uskutečňování hodnot, a tím naplňujícího svůj život smyslem [...] v duchovním rozměru své existence je člověk ve svých vztazích, rozhodnutích a činech svobodný* (Balcar, n.d.). Na smysl a hodnoty pohlíží jako na objektivně dané a konkrétně je člověk naplňuje v jednotlivých životních situacích a událostech. Staví na tom, že lidské existenci je přirozené hledat neustále smysl života (Balcar, n.d.).

Balcar vidí Franklem vyznačovaný rozdíl mezi logoterapií a existenciální analýzou v tom, že zatímco logoterapie je cesta pomoci představující léčbu, která se zakládá na předpokladu, že člověk usiluje o to najít a naplnit smysl svého života, je existenciální analýza cesta poznání, skrze kterou může člověk nacházet smysl života, tím že subjektivně poznává svoje přirozené směřování v životě k uskutečnění hodnot (Balcar, 2003; Frankl, 1966).

Pojetí smysluplnosti

Tím, co je smyslem a jaké jsou hodnoty lidského života, se Frankl zabýval celý život. V jedné ze svých knih se výstižně zamýšlí, zda se v minulém století neudálo něco tak děsivého, že docházelo spíše k pokusu o demonstraci bezcennosti lidského života. Rovněž klima moderní Evropy podněcovalo k pohledu na člověka zejména jako na pracovní sílu a prostředek k účelu.

Pro Frankla existuje smysl za každých okolností. Člověk se nachází v různých situacích, prochází svou jedinečnou životní cestou, na které uskutečňuje své nejvlastnější možnosti. Tato cesta se během života mění a žádný člověk tak nemůže vědět, co ho v životě ještě čeká. (Frankl, 1994; 2005) Podle Frankla však: *„Neexistuje taková situace, v níž by nám život přestal nabízet možnost smyslu*“ (Frankl, 2016, str. 27).

Smysl je podle něj danností, je to něco, co je jednorázové, jedinečné. Každý člověk musí tento smysl sám a samostatně nalézat, odkrývat a když ho pochopí, tak také uskutečňovat (Frankl, 1994; 2005). Smyslu života lze tedy rozumět také jako našemu úkolu či cíli v životě (Halama, 2007). Za splnění tohoto specifického úkolu jsme sami zodpovědní (Frankl, 1995). Pokud tuto možnost promeškáme, neseme za to vinu. Nicméně k tomu ještě je nutný předpoklad, a to, že přijímáme svoji svobodu a odpovědnost (Kosová, 2014).

Tázání se po smyslu našeho života se začíná objevovat výrazněji v období adolescence, kdy člověk duchovně dozrává. Mladí lidé se ptají na směr jejich života, vytvářejí si plány a cíle do budoucna, potýkají se s otázkou konečnosti (Halama, 2007; Frankl 2005).

Dle Frankla může smysl v životě objevit každý člověk a nezáleží na úrovni jeho inteligence nebo vrozených předpokladech (Halama, 2007), nezáleží ani na tom, zda člověk vykonal něco velkého. Člověk s malým dosahem, který však zodpovědně plní svoje úkoly, může prožít smysluplnější život než státník, jež ovlivňuje život mnoha lidí a počíná si nezodpovědně (Frankl, 2005).

Jeho pojetí smyslu je objektivistické to znamená, že smysl existuje nezávisle na nás. K tomu ještě dodává: *„...a není to pouze výraz mého soukromého a osobního světového názoru, nýbrž také výsledek experimentálně psychologického zkoumání“* (Frankl, 1994, str. 16).

Weisskopf-Joelson (1975), psychoanalytička, která se Franklovými pracemi zabývala, se domnívá, že jeho koncept smyslu, možná i pro svou objektivistickou povahu, se podobá

spíše náboženství než „vědecké“ psychoterapii, totiž, že smysl, jak ho vidí Frankl, se podobá pohledu na boha v židovsko-křesťanském pojetí. Tato myšlenka je dle mého názoru na místě. Frankl však věnoval srovnání psychoterapie a náboženství mnoho svých textů a považuje je za rozdílné. Jeden z rozdílů je, že psychoterapii jde primárně o uzdravení, zatímco náboženství usilující o spásu duše, se o uzdravení nesnaží záměrně, ačkoliv může k léčivému efektu samo dojít tím, že vede člověka k bezpečí pocházejícímu z absolutna. Dále jde o to, že v logoterapii, kde má jeden z hlavních významů odpovědnost vůči smyslu, si má člověk sám určit, před kým bude odpovědný, není to nezbytně Bůh (Frankl, 2005). Existenciální analýza pracuje jen s tím, že člověk hledá, ale neříká, co má hledat, anebo, aby hledal Boha. Na rozdíl od náboženství hledání v existenciální analýze není zakončeno konečným nalezením smyslu života. Frankl vidí náboženství jako nadřazené psychoterapii a je přesvědčen, že žádný jiný postoj nepomůže člověku, jež se octne v mezní situaci, pomoci tak, jako náboženský (Frankl, 1994). Určitou analogii však pozoruji, protože existenciální analýza tím, že se člověka snaží přivést ke hledání a nalezení smyslu, tak určitým způsobem člověka přivádí také k živné půdě jeho života, jak k tomu může docházet při hledání či nalezení Boha.

V souvislosti s Franklovým pohledem na smysl je důležité zmínit dva základní znaky lidské existence, kterými jsou sebepřesah a sebeodstup (Frankl 2019a). Frankl byl přesvědčen, že „*...lidské bytí odkazuje za sebe samo na něco, čím však není, na něco nebo na někoho, na nějaký smysl, který má být naplněn, nebo na bytí bližního, s nímž se setkává*“ (Frankl, 1994, str. 125). Člověk tím, že sám sebe přesahuje, má také možnost svobodně zvolit postoj k situacím, sobě nebo předmětům, se kterými je spjat. Tím je vyveden ze závislé pozice vůči danostem a má v rukou svoje chování a prožívání (Balcar, 1995).

Schopnost sebeodstupu nám umožňuje podívat se na naše záležitosti v životě „zvenčí“ objektivizujícím způsobem (Balcar, 2019a).

Přirozeně jde člověku o naplnění smyslu. Patologickým důsledkem je, když člověk smysluplnost v životě postrádá. V této souvislosti zmíním dva Franklem definované termíny. Prvním je existenciální frustrace, která je důsledkem nenaplněného života smyslem a sama o sobě není patologická. Důsledkem této frustrace však může být noogenní neuróza (Frankl, 1994). Noogenní neuróza, Franklem definovaný nový pojmem, nepředstavovala původ onemocnění v komplexech a konfliktech jako u neurózy psychogenního charakteru, ale právě

v „*...konfliktech svědomí, hodnotových kolizích, a v neposlední řadě v existenciální frustraci...*“(Frankl, 2016, str. 11). Noogení neuróza není psychiatrickou diagnózou, která by byla zařazena v Mezinárodní klasifikaci nemocí (MKN-10), nicméně v logoterapii se s touto nemocí terapeuticky pracuje (Mezinárodní klasifikace nemocí - 10. revize, 2006).

Pokud člověk smysluplnost života dlouhodobě postrádá, prožívá dle Frankla stav, který nazval existenciální vakuum. Projevuje se hlavně stavem nudy. Počátky vzniku stavu existenciálního vakua vidí Frankl v tom, že dnes člověk mnohokrát neví, co chce nebo co má dělat a pak dělá buď to, co dělají ostatní, nebo to, co ostatní chtějí, aby dělal (Frankl, 1994; 2006). Frankl se domnívá, že existenciální vakuum je částečně základem agresivity, depresivity nebo závislosti. Z toho důvodu pohlížel na získaný volný čas v minulém století zejména díky automatizaci některé práce v důsledku jako na hrozbu, protože lidé nebudou vědět, co s volným časem. Obdobně můžeme takto zažívat nedělní neurózu nebo krizi v důchodu (Frankl, 2006).

Již jsem se zminila o tom, že Frankl byl přesvědčen o tom, že člověk chce najít ve svém životě smysl. Smysl lze podle něj najít skrze hodnoty, které svět nabízí. Ty rozděluje na tvůrčí, zážitkové, postojové. Tvůrčí hodnoty lze uskutečnit tvůrčí činností, zážitkové hodnoty skrze prožívání. Realizace postojových hodnot spočívá v našem postavení se vůči omezením našeho života, smysl lze podle Frankla najít v tomto případě tehdy, když v beznadějné situaci bez pomoci zaujmeme postoj, díky kterému dokážeme čelit svému utrpení. Utrpení v té chvíli člověk přeměnuje ve výkon (Frankl, 1994; 2005).

Člověk tak může být osloven buď zážitkem, který nabízí třeba pohled na krásnou horu, či pohlcením tvorbou něčeho nového, nebo jeho život může získat smysl třeba teprve až v utrpení, kdy záleží na našem postoji vůči němu (Frankl, 2005).

Zde bych chtěla ještě zmínit, že ačkoliv Franklovo pojímání smyslu může znít jakkoliv složitě, což je odrazem jeho filozofických úvah, lze u něj nalézt i mnoho jednoduchých a povzbudivých sdělení, které se mi velmi líbí. Jedním z nich je to, že Frankl věřil, že prostý či běžný člověk sám nějak ví, jak a kde najít smysl života. Dokonce, že si dokáže poradit i v situaci skutečnosti, kterou nelze změnit (Frankl, 2019). Myslím si, že Frankl měl v zásadě optimistický pohled, důvěřoval člověku a jeho schopnostem, což osobně považuji pro terapeutickou práci za to podstatné.

Při hledání smyslu nás vede svědomí (Frankl, 1994). *„Dalo by se definovat jako intuitivní schopnost najít jednorázový a jedinečný smysl, který se skrývá v každé situaci“* (Frankl, 2005, str. 58). Může nás však také oklamat. Přirozeně by mohla vyvstanout otázka, jak poznáme, že jsme naplnili život smyslem? Na to Frankl říká:*„...až do posledního vydechnutí člověk neví, zda opravdu naplnil smysl svého života, či zda se spíše jenom nemýlil: ignoramus et ignorabimus (neznáme a nebudeme znát)“* (Frankl, 2005, str. 58). Musíme tak unést nejistotu, pramenící z toho, že nevíme, zda nás naše svědomí neoklamalo, a to vyžaduje také odvahu a pokoru (Frankl, 2005).

Svoboda a osobní odpovědnost

Také bych chtěla zmínit Franklovo porozumění pojmu svobody. Svoboda vůle je jedním z pilířů logoterapie. Dle Frankla je člověk svobodný – může totiž vždy zaujmout postoj ke svým podmínkách, byť jsou jakékoliv (Frankl, 2005). V této souvislosti mluví o svobodě k něčemu, nikoliv od ničeho, tedy od tělesných a psychických podmíněností. Svoboda je vždy svobodou k něčemu, jde o svobodný postoj k podmínkám a podmíněnostem, je důležitá pro zaujetí postoje k tomu, co je v našem životě dáno (Frankl, 1994; Kosová, 2014).

Frankl se snaží ve své psychoterapii přivést člověka k odpovědnosti, jež má být základem lidské existence. Touto odpovědností myslí odpovědnost vůči smyslu (Frankl, 2005). Člověk je dle Frankla (2006a) vždy neopakovatelný a jedinečný. *„Tato nezastupitelnost a nenahraditelnost každé jednotlivé osoby je právě tím, co je nutno si uvědomit a co dá vyniknout zodpovědnosti, kterou má člověk za svůj život“* (Frankl, 2006a, str. 92).

Právě osobní odpovědnost pomohla Franklovy překonat hrůznou životní zkušenost z koncentračního tábora. I když mu v koncentračním táboře mohli vzít všechno, měl vždy ještě svoji vnitřní svobodu a vždy se mohl postavit vnějším vlivům a překonat je. A tuto svobodu má člověk do konce života (Frankl, 1994).

Franklův přístup, jak pacienty přivést k odpovědnosti, byl dle Lukasové poměrně surový. Svým pacientům klidně protiřečil, šokoval je svými reakcemi, nicméně bral je absolutně vážně a co považuji osobně za velmi důležité, záleželo mu na jejich osobním růstu. Není divu, že výsledkem takové intervence bylo, že lidé od něj odcházeli vyburcovaní pustit se do další změny (Lukasová, 2009).

Naši odpovědnost dle Frankla vytváří naše konečnost, jinak by totiž nezáleželo na tom, že člověk něco udělá právě nyní a mohl by všechny příležitosti k uskutečnění hodnot promarnit (Frankl, 1994).

Logoterapeutické metody

Představila jsem Franklovo pojímání smyslu, které je součástí existencialistického uvažování, kde jsou důležité významy slov jako svoboda, odpovědnost, svědomí, smrt. Na závěr tohoto pojednání bych ještě chtěla zmínit, pro ucelenější pochopení logoterapie jakožto léčby smyslem, dvě logoterapeutické metody, díky kterým při bližším uvědomění vybočují z existenciální psychoterapie, protože ta metody v zásadě neužívá (Frankl, 2019a).

Frankl sám upozorňoval na to, že psychoterapie by nikdy neměla být jen nějaká technika, protože tak terapeut mine srdce těch, kterým chce pomoct. A sdílí stejný názor s terapeuty z existenciálních směrů, že používání technik vede k manipulaci a zpředmětňování lidské bytosti (Frankl, 2021; Čálek, 2011).

Svoje terapeutické metody nazval paradoxní intence a senzibilní dereflexe. Tyto techniky odráží dle mého názoru Franklovu svéráznost, schopnost dívat se na věci s nadhledem a odvahu nebát se, snahu jít proti strachu humorem či dokonce v některých případech tendenci naložit si víc. Nevím tak o žádném jiném směru, který by k pacientovým potížím tímto způsobem přistupoval.

Paradoxní intence vychází vychází z Franklova přesvědčení, že strach vede u člověka k tomu, čeho se obává, nebo že usilovné snažení člověku znemožní to, o co se snaží. Ono vyléčení stojí na paradoxu, že člověk, jenž trpí fobií, si má naopak přát, aby nastalo to, čeho se tak obává. „*V témže okamžiku, kdy se pacient naučí nechat na místo strachu nastoupit (paradoxní) úmysl, bere svým obavám takříkajíc vítr z plachet*“ (Frankl, 2019a). Metoda má určitý postup a zásady, kterým se zde vzhledem k obsahu práce věnovat podrobně nebudu, nicméně celá pointa se zakládá na tomto: „*Pacient si má neurózu zpředmětnit a distancovat se od ní. Pacient se má naučit hledět strachu do tváře, a dokonce se mu do tváře vysmát. K tomu je třeba odvahy ke směšnosti*“ (Frankl, 2019a, str. 203).

Účinnost této metody zpochybňovali někteří psychoanalytici, kteří mu vytýkali, že hlubší psychopatologie zůstane tímto způsobem nedotčená. Na to Frankl namítal, že podobné

koncepty jako obranné mechanismy z hlubší vrstvy osobnosti jsou pouze teoretické koncepty spíš než než empirická pozorování. Výsledky, jež přinesla paradoxní intence, která je založená na sebeodstupu, si dle Frankla zaslouží být kvalifikovány jako empirické pozorování a že paradoxní intence je účinná i v chronických případech (Frankl, 1966; 2019a). Frankl tak tuto metodu vytvořil spíše na intuitivním základě a na základě praxe s klienty, nicméně pozdější výzkumy pozitivní účinek této metody u některých typů úzkosti také prokázaly (Ascher & Schotte, 1999).

Dereflexe je druhou logoterapeutickou metodou a základem léčby je ignorovat svoje příznaky. Ignorovat něco můžeme však jen v případě, že se zabýváme něčím jiným. Logoterapeutický a existenciálně analytický zákon, že člověk je tu proto, aby se na něco zaměřil, něčemu se oddal, se zúročuje v pomoci úzkostně neurotickým pacientům. Totiž čím více se úzkostný člověk dokáže oddát smysluplné věci, tím více ustupuje jeho vlastní osoba do pozadí a odpoutává se od myšlenek, které produkují strach (Frankl, 2019a). Zde je v opozici psychoanalýze či jiným „hlubinným“ psychoterapiím pátrajícím po příčině, když říká: „*Je tedy často mnohem důležitější pokusit se odpoutat od příznaku než pátrat po komplexech a konfliktech a tím se pokoušet příznak odstraňovat*“ (Frankl, 2019a, str. 222).

1.1.2 Lukasové pojetí smysluplnosti života

Elisabeth Lukasová je rakouská klinická psycholožka, žákyně Frankla a pokračovatelka jeho teorie a praxe jakožto terapeutické pomoci trpícímu člověku, ve které se uplatňují jeho duchovní zdroje (Balcar, 2019b). O logoterapii se vyjadřuje jako o jediné psychologii, která se k trpícímu člověku přiznává „*...a která ve způsobu, jak někdo nese své nezměnitelné utrpení, dokonce vidí možnost, jak naplnit svůj život smyslem*“ (Lukasová, 1997, str 36).

Lukasová shrnula teorii logoterapie v knize Základy logoterapie. Odkazuje se na Franklovy myšlenky a zároveň je velmi srozumitelným jazykem doplňuje a rozšiřuje. Konkrétně vytváří složitější schémata jednotlivých kroků logoterapeutického působení.

Uvádí také mnoho příkladů z její praxe. Lukasová nezůstala jen u teorie a praxe, ale sestrojila také nástroj, který by smysl života zkoumal. Její zásluha tak spočívá v přispění k validizaci logoterapie díky dotazníku Logo-test.

Lukasová napsala mnoho knih, z nichž některé byly přeloženy do češtiny. Lukasová v nich ukazuje, že logoterapie jako taková nabízí široké možnosti léčby. Může provázet lidi v čase těžkého dospívání, staré lidi v přípravě na smrt, provázet členy rodiny při neshodách, stát při nezaměstnaných (Lukasová, 2009). Rodině, rodinnému štěstí a výchově dětí věnovala mnoho knih. Dle Lukasové (1997) je třeba už dětem ukazovat vědomí hodnoty věcí kolem nás, vést je k úkolům, jež představují to, že jsme aktivní tvůrci v našem životě něčeho, co nás přesahuje. Rovněž uplatňuje rodinnou terapii orientovanou na smysl, jejíž principy vychází z logoterapie (Lukasová, 2012).

Linie Frankl-Lukasová

Lukasová se na rozdíl od Längleho od Franklovy teorie neodchýlila a pokračuje v jím zvoleném směru (Balcar, 2019b).

Jako to odmítal Frankl, ani Lukasová se nechtěla smířit s tvrzením, které v tehdejší době převládalo, a to, že cílem konání člověka je především udržování tělesné a duševní homeostázy. Franklovy přednášky, jež pojednávaly o tom, že člověku jde zejména o smysl, ji nadchly a poskytly jí názor, jejž po druhé světové válce postrádala (Lukasová, 1997). Dle ní po konci druhé světové války najednou vznikl prostor pro volnost člověka, zároveň však také nikde nebyl ukazatel pro nějaký cíl. To byla najednou svoboda, která se nově nabízela. Aby však byla správně využita, vyžaduje duchovní zralost člověka, neboť jde o hodnotu, které je třeba porozumět. Zralý, odpovědný člověk pak nese sám v sobě ukazatel toho, co má dělat a potřebuje svobodu pro to, aby to mohl učinit (Lukas, 1987).

Pokud podle Lukasové tato zralost člověku chybí, bloudí v životě bez toho, aniž by uskutečnil svoje cíle, které by mu poskytovaly hodnotu, smysl a oporu (Lukas, 1987). Svoboda s sebou nese i odpovědnost. *„Pravá svoboda znamená, že člověk si osvojí struktury toho, co se má udělat, aniž je nutná kontrola nějaké vyšší instance“* (Lukas, 1987, str. 39, překlad autora). Svoboda člověka spočívá v tom, že o svém myšlení a konání může odpovědně rozhodovat. S uvědoměním si vlastní schopnosti rozhodovat se přirozeně přichází i

zodpovědnost za to, pro co se jsme se rozhodli (Lukas, 1987). Podobně o vztahu svobody a odpovědnosti hovoří i I. Yalom. V momentě, kdy se sami rozhodujeme, přijímáme také odpovědnost za své činy (Yalom, 2020).

Smysluplnost

Frankl byl přesvědčen, že absence smyslu provází lidi dvacátým stoletím. Stejně tak Lukasová se domnívá, že ačkoliv je téma hledání smyslu prastaré, události dvacátého století byly pro téma hledání smyslu v životě něčím výjimečným. Frankl i Lukasová věří, že dnešní člověk postrádá smysl více, než kdy tomu bylo předtím. Konání beze smyslu je zapříčiněno naším životním stylem a blahobytem, ten dle ní sice mnohé ulehčuje, ale pokradmu se s tím vytrácí i hodnoty, pro které by člověk žil (Lukas, 1987).

„*Všichni si každý po svém přejeme, aby se nám vedlo dobře, a přece nemá blahobyt v našem životě rozhodující slovo*“ (Lukasová, 1997, str. 36). V životě máme hlavně rozpoznat smysl a uskutečňovat ho podle svých možností (Lukasová, 1997).

Lukasová je přesvědčena, že člověk potřebuje vědět, pro co žije a nemusí jít o žádné vznešené cíle. „*Dobře plnit svoje povinnosti, zajistit patřičně svou rodinu, nebo dokonce i věnovat se zajímavé zálibě, může už značnou měrou přispět k vnitřnímu naplnění smyslu...*“ (Lukasová, 1997, str. 42). Rozhodně to není úspěch, jež zaručuje prožití smysluplného života, upozorňoval Frankl. Lukasová dodává, že to může platit dokonce naopak. Například v případě, když člověk žije v blahobytu, nikdy se ničeho nevzdal, neučinil oběti, může prožívat prázdnotu v životě a vlivem existenciální frustrace psychicky onemocnět (Lukas, 1987).

Původ nemoci se tak podle Lukasové nachází v tom, když člověk považuje za důležité jen sám sebe, když je jeho starostí „*...zajišťovat si co nejpříjemněji svoji existenci...*“ (Lukasová, 1997, str. 26) a neuvědomuje si, že má dosah i mimo sebe. Člověku totiž není přirozené, aby jen spotřebovával a užíval si, protože je myslící bytost s duchovní dimenzí. Takový život nakonec produkuje nudu, jejímž důsledkem může být agrese, kriminalita, sebevražda (Lukasová, 1997).

Frankl a Lukasová zastávali přístup, který nejenže pracoval s utrpením člověka, ale dokonce vyvozoval nedostatek prožívaného smyslu v životě ze způsobu našeho současného

života a vybízeli ho k přiměřené zátěži; to znamená, že člověk by neměl mít na sobě naloženo ani moc, ale ani málo.

Jádro léčby

Ústředním motivem logoterapeutické léčby je především dát znovu smysl svému životu či ho nově najít a objevit spolu s terapeutem doposud skryté hodnoty kolem sebe. To vychází z logoterapeutického přesvědčení, že život má bezpodmínečný smysl, který nemůže ztratit za žádných okolností. Dle Lukasové je především toto přesvědčení léčivé. Až pak nastupují slovní argumenty (Lukasová, 2009).

Terapeut pozorně poslouchá signály toho, co hovoří duchovno v člověku. Člověk má najít kontakt se svým vnitřním hlasem a objevit zdravé a léčivé síly v sobě (Lukasová, 2009). Lukasová se spolu s klientem snaží objevit dobré stránky klienta v čase a prostoru a všechny jeho dobré možnosti, které má a které mohou být potenciálem v budoucnosti. Používá k tomu těchto 5 otázek.

1. Co je můj problém? Problém nemá zůstat nejasný. Spolu s pacientem ho převedou do konkrétní situace, aby k němu mohl pacient zajmout konkrétní postoj.
2. Kde je můj svobodný prostor? Člověk si tak připomene a uvědomí, že si může svobodně určit, co udělá.
3. Jaké mám možnosti volby? Člověk si začne zatím jen v myšlenkách představovat jeho možnosti. Lukasová píše, že na tyto možnosti nikdy vlivem běžného fungování zapomínáme.
4. Je jedna z nich ta, které má největší smysl? Svědomí zjišťuje nejsmysluplnější volbu.
5. Tuto volbu chci uskutečnit. Jde o zrealizování našeho smyslu. Dle Lukasové se někdy musíme do něčeho pustit i přes nechuť, protože to má smysl. Chuť do činnosti se však objeví záhy a s ní i spokojenost, protože děláme něco, co má smysl (Lukasová, 2009).

Frankl zdůrazňoval důležitost našeho postoje k situaci. Lukasová k tomu dodává, že změna postoje léčí, protože přináší automaticky také změnu chování. Člověk, který se považuje za oběť okolností či nevědomých sil, velmi těžko vezme situaci do svých rukou, aby přispěl ke svému uzdravení (Lukasová, 2009).

Lukasová dokonce poukazuje na to, že jedna z terapeutických chyb je, když se přistupuje k osudovým událostem příliš „tragicky“. Chyba je to proto, že takový přístup v člověku zesiluje jeho sebelítost, která ho staví do pasivní role oběti (Lukasová, 2009).

To dle mého názoru velmi dobře přibližuje logoterapeutický přístup. Osobně si myslím, že přesvědčení, na kterých se logoterapie zakládá, jsou jednoznačně léčivá. Jako zastánkyně spíše psychodynamického přístupu však vnímám, že tento přístup má na člověka zároveň požadavky. Zatímco logoterapie v tom vidí potenciál, já sama bych k osudovým ranám člověka přistupovala opatrněji či zdráhavěji. Jsem přesvědčená, že logoterapie umí člověka vyburcovat k tomu, aby se znovu postavil na vlastní nohy, a nenechá ho, aby ve své životní situaci hrál pasivní roli a poddával se jí. Nicméně to vyžaduje obrovskou sílu a nebere příliš v potaz možnost, na kterou člověk má rozhodně také právo, zůstat v situaci i pasivní.

Lukasová ve své praxi využívá Franklem formulované metody paradoxní intence a dereflexe, které teoreticky a metodicky rozebrala. Vytvořila ještě třetí logoterapeutickou metodu, kterou nazvala postojová změna, vycházející z jejího dříve zmíněného přesvědčení o důležitosti a účinku změny postoje (Lukasová, 2009). Tu využívá jednak v situacích, kdy utrpení člověka nevzniklo důsledkem přičinění nějaké traumatické události, a jak Lukasová píše, vzniklo spíše přebytečně, ale také i pokud je tu utrpení, kdy je člověk zasažen závažnou událostí v životě, úmrtím blízkého, vážné onemocnění, finanční problémy, které nejde zvrátit. Takové utrpení ani nelze léčit. A proto si logoterapie bere na pomoc duchovní dimenzi člověka, která předpokládá, že pak je tu vždy člověk sám, jež může volit, jak bude situaci vzdorovat. Z praxe lze čerpat příklady mnoho lidí, již se vůči svému osudu postavili statečně (Lukasová, 1997).

Do logoterapie vnesla také nácvik chování a využívala sugesci. Někdy podle Lukasové (1987) není vhodné, aby byla použita právě dereflexe, paradoxní intence či změna postoje, ale sugesce v logoterapii může představovat vhodný způsob, jak aktivovat u člověka jeho duchovní síly. Nezaměřuje se přitom sugesci na terapeutického cíle, ale spíše má vést v souladu s logoterapií k posílení svobody člověka a vůle.

Zdraví a nemoc

Považuji za vhodné zmínit se o tom, co považuje Lukasová z logoterapeutického pohledu za zdravé. Lukasová je přesvědčena, že člověk je v životě na dobré cestě, pokud dělá to, pro co se rozhodl a zároveň souhlasí s tím, co dělá. Člověk, který dělá něco proto, protože je to dobré a smysluplné, je silný. Nedostane se do dilema, ve kterém se mu zdá všechno, co dělá, špatné. Takový člověk v sobě živý souhlas s tím, pro co se rozhodl a to v něm vyvolává předběžné pocity radosti a spokojenosti (Lukasová, 2009). Lukasová uvádí, že ve svém výzkumu potvrdila logoterapeutické hypotézy týkající se vlivu prožívání či neprožívání smyslu na člověka. „*Klesá-li u člověka orientace ke smyslu, zhoršuje se jeho všeobecná psychohygiena, stoupá počet frustračních účinků; zlepšuje-li se jeho orientace ke smyslu, stoupá také jeho schopnost zaujmout ke každé úspěšné pozici v životě pozitivní postoj*“ (Lukasová, 1994, str. 199).

Lidé trpící noogenní neurózou promeškávají pozitivní životní šance, které by šlo využít ke smysluplným aktivitám. Logoterapie se tak snaží člověka zcitlivět vůči znamením, jež by ukázala člověku na hodnoty světa. Lukasová uvádí krásný příklad, jak tyto hodnoty objevit. Může to být například, když za jasné noci pozorujeme hvězdy na obloze nebo když máme odněkud výhled na východ slunce. V tu chvílí nám tento zážitek může ukázat směr.

1.1.3 Längleho pojetí smysluplnosti života

Längle, představitel existenciální analýzy, na Franklovu teorii navazuje, vychází z ní, ale dále ji rozvíjí odlišnou cestou. Reitingerová (2017), která se jejich přístup pokusila analyzovat a porovnat z filozofické perspektivy, se domnívá, že se jedná o dvě různé teorie.

Längle přiznává autorství existenciální analýzy Viktoru Franklovi, nicméně existenciální analýza, kterou rozpracovává, vznikla za dveřmi „GLE International“ - Společnosti pro logoterapii a existenciální analýzu ve Vídni jako samostatný psychoterapeutický směr. Längle do výcviku začlenil také sebezkušenostní část (Längle, 2014).

Längle se domnívá, že je tak jasněji vymezeno, že logoterapie je poradenský obor, který se zabývá tématem smyslu, zatímco existenciální analýza by se dle Längleho (2014) dala definovat jako *„...fenomenologicko-personální psychoterapie s cílem dopomoci člověku ke (duchovnímu a emočnímu) svobodnému prožívání, k autentickému postoji a k odpovědnému zacházení se svým životem a světem“* (Längle, 2014 str. 13, překlad autora). Má vést člověka k naplnění jeho existence.

Balcar píše, že směr, který rozvíjí Längle, uchovává původní logoterapii s jeho duchovními východisky, ale zároveň se snaží o integraci dalších zdrojů a postupů a přidává další existenciální teorii nebo terapeutické poznatky (Balcar, 2019b).

V čem tedy jeho rozvoj Franklovy teorie spočívá? Längle kromě duchovních zdrojů, jež mají člověku v existenciální analýze pomáhat, přidává ještě zdroje tělesné a duševní (Balcar, 2019b). Längle se chce při pomoci klientům zaobírat i takovými aspekty jako je nedostatek motivace, emoce, neschopnost konat podle rady a je přesvědčen, že některá logoterapeutická doporučení nebo informace, bez ohledu na tyto aspekty, mohou klienty odrazovat nebo na ně klást další nároky (Längle 1990). Domnívám se, že tento nesoulad vychází z toho, že Franklovi v existenciální analýze nešlo o nic více a méně než *„přivést člověka k vědomí jeho odpovědnosti“* (Frankl, 2005, str. 202). A vědomí vlastní odpovědnosti už člověka vede a nemusí se potýkat s takovými aspekty jako je např. nedostatek motivace. A jak Lukasová (2009) píše, někdy je třeba pustit se do činností i přes počáteční nechuť.

V souladu s existencialistickým pojetím Längle zdůrazňuje, že nelze počítat s tím, že budeme mít v životě ty nejlepší podmínky. Jak se však s naší vržeností do světa vypořádáme, píše Längle, závisí na každém z nás. Jsme aktivními tvůrci a je na nás, co dokážeme z podmínek ve svém životě vytvořit (Längle, 2002). Tak jako Frankl, i Längle vkládá do člověka velkou důvěru a snaží se ho podpořit v tom, aby byl činný ve svém životě.

Odlišnosti

Dnešní Längleův model se zakládá na čtyřech základních motivacích člověka pro dosažení naplněné existence - přijetí sebe samého a svého života. Frankl mluvil pouze o jedné hlavní motivaci, a to vůli ke smyslu. Hledání smyslu předcházejí tři základní existenciální motivace člověka (Längle, 2014; 1997). Existence nespočívá jen v naplňování smyslu, ale *„též*

v potřebách nalezení místa, jistoty, opory v daných životních podmínkách, přijetí vlastního života jako citově chtěného a hodnotného, uskutečňování autentického existenciálního dialogu a vztahu přijetí vůči sobě“ (Balcar, 2019b).

Cílem existenciální analýzy je podle Längleho pomoci lidem žít s vnitřním souhlasem k tomu, co dělají. Právě vnitřní souhlas je jeden ze základních pojmů v jeho teorii. Je to námi vyjadřované „ano“, které cítíme a vyslovujeme, naše osobní odpověď na naše bytí. Když s něčím vnitřně souhlasíme, cítíme se pak v souladu s tím, co děláme. Pociťované „ano“ k něčemu nás posilňuje ve vlastním jednání a pak i k životu jako takovému. Cítíme, že to, co děláme, je autentické a zodpovědné. Dle Längleho je to něco, s čím jsme se narodili. Výsledkem je pak vůle k životu podle našeho vniřního světa (Längle, 2018). V logoterapii se pojem vnitřní souhlas také objevuje. Podle Längleho v jiné souvislosti, a to v takové, že „ano“ je vyjádřeno navzdory těžkostem v životě (Längle, 2014). Podle logoterapeutky Lukasové má vnitřní souhlas velký význam pro vnitřní rovnováhu člověka. Člověk podle ní musí souhlasit, s tím, co dělá a pro co se rozhodnul; pokud to tak není, člověk bude vnitřně rozervaný (Lukasová, 2009).

Vnitřnímu souhlasu předchází existenciální dialog. Než popíšu, o jaký dialog se jedná, uvedu, že existenciální analýza pracuje se dvěma světy – vnějším a vnitřním. Člověk je zasazen do vnějšího světa, ve kterém žije a zároveň jím disponuje (Längle, 2018). Franklova logoterapie nevěnuje vnitřnímu světu člověka velký prostor, je spíše racionálním přístupem, v tom spatřuji jeden z hlavních rozdílů mezi jejich teoriemi.

Být ve světě – existovat, znamená být v rozhovoru s vnějším světem, avšak k naplněné existenci je nezbytný i vnitřní autentický dialog se sebou samým (Längle, 2018). K dialogické výměně se světem dochází, když jsme otevření a pozorní (Langle, 2014).

V Längleho pojetí hrají subjektivní prožívání vnitřního světa a emocionalita důležitou roli (Reitinger, 2017). Subjektivní prožívání naplněnosti tedy předpokládá, že na nás působí vnější svět a my si zároveň uvědomujeme své prožívání, rozhodování a chování a v souladu s tím, co se kolem mě děje a s tím, co prožívám, se také rozhoduji (Längle, 2014).

Smysluplnost

I když se Frankův pohled v některých ohledech liší od pohledu Längleho, oba jsou ve shodě v tom, že člověk potřebuje cítit smysl ve svém životě. Längle píše:„*Smysl je žitou odpovědí na palčivou otázku: Pro co žít? Člověk se nechce „nechat žít“ v tupé a slepé pasivitě. Chce vědět a cítit, k čemu tu je, pro co má něco vykonat. Chce svůj život ve vztahu ke svému okolí a k druhým lidem spoluutvářet. Chce být tam, kde lze cítit cenu života, a chce mít podíl na tom, co je ve světě zajímavého, krásného a významného*“ (Längle, 2002, str. 7).

Dle Längleho je otázka smyslu přirozená a člověka provází celý život. Někdy je to i tak, že si ji neuvědomuje, neboť ji pojmenovává jinak. Längle je přesvědčen, že každý v životě může něco utvářet, avšak, a v tom se shodují s Franklem, život člověka nezávisí pouze na něm samotném, člověk se vždy se nachází v nějaké situaci. V situaci, v níž může rozhodovat mezi nabízenými možnostmi a jednat, může využít možnosti nebo ne. Tato rozhodnutí jsou podmíněná spolu s podmíněností naší svobody. Úskalí vidí Längle v případě, kdy si lidé od života něco nárokují, nebo kdy nedokáží přesně říct, co je pro ně život, a pak jen pasivně čekají, co se stane. Pak nevidí svobodu, jež život nabízí (Längle, 2002).

Zatímco podle Frankla existuje smysl nezávisle na nás a je dán za každých okolností. Längle říká, že dány jsou hodnoty a smysl vzniká teprve skrze to, jak člověk hodnoty pojímá a pociťuje. Pocity dávají informaci o tom, zda je něco hodnotné či nikoliv. Pro Längleho je otázka smyslu zcela subjektivní problém. U Frankla je primární pojem smysl a hodnoty nás k němu navigují (Reitinger, 2017).

Pocit smysluplnosti se dostavuje, když člověk žije v souladu se sebou a vnějším světem. Vyrovnáváním se s vlastními i s cizími danostmi, v rámci pro člověka smysluplných souvislostí, také uskutečňuje svoji existenci (Reitinger, 2017; Längle, 2014). Prožívání smyslu je pro Längleho ukazatel toho, že náš směr je správný, jsme orientováni. Je to pocit, který nám v podstatě říká, že pokud budeme pokračovat tímto způsobem, bude to smysluplné (Längle, 2018).

Smysl bytí je proces, během kterého rosteme, stáváme se stále více sami sebou. V souvislosti s tím uvádí příklad tázání se sama sebe. Jsme matkou, či otcem, jsme jimi opravdu? A je tu ještě nějaký požadavek na nás, co máme udělat? Při otázce po osobním smyslu, je totiž třeba podívat se k sobě a vést konstantní dialog se sebou samým, ve kterém se

snažíme lépe rozumět sobě samému a pracovat na sobě. Jak uvádí Längle, zde se s Franklem významně názorově rozcházejí (Längle, 2018).

Pokud nejsme sami sebou, pak to přináší psychopatologické problémy (Längle, 2018).

Existenciální analýza se dívá při hledání smyslu více na proces, říká Längle. Oproti Franklovi si Längle všímá toho, jak docházíme k odpovědi na otázku smyslu (Längle, 2018). Při pojímání smysluplnosti Längle vychází z toho, jak životní události působí na člověka a jaký postoj k nim člověk zaujímá. Důležité je to, co člověka motivuje, co je jeho vůle ke smyslu. Do popředí se nedostává tolik to, co klient zažívá, ale spíš jak a proč to tak zažívá a proč na to reaguje právě tím konkrétním způsobem (Längle 1990).

Längle píše, že existenciální analýza se nechce zabývat pouze problémem smyslu. *„Zabývá se také aspekty seberozvoje: sebeporozumění, svoboda, schopnost vztahovat se, důvěra, postoj, zájem, sklon, emoce, schopnosti – cokoliv, čím může být vyjádřena vůle k bytí“* (Längle, 1990, str. 19, překlad autora).

Frankl se od Längleho dalšího teoretického směřování distancoval. Jedním z důvodů byl argument, že Längle přesáhl původní Franklovo pojetí smyslu a také, že novinky, které Längle zaváděl, by mohly logoterapii vrátit k psychologickému redukcionismu (Balcar, 2019b).

Stejně jako Lukasová, Längle je autorem metody na zjišťování prožívání smysluplnosti života, kterou spolu s dalšími autory nazval Existenciální škála.

1.2.1 Shrnutí teoretické části

Viktor Frankl byl svým založením člověk, který smysl v životě zjevně potřeboval, hledal a také našel. Do psychologie vnesl existencialistické pojetí smyslu a zdůrazňoval důležitost duchovní dimenzi člověka, která jakoby se do té doby zdála alespoň v psychologii zapomenuta. Dle Frankla člověk potřebuje naplňovat svůj život smyslem a zároveň říká, že není taková situace, ve které by život přestal dávat smysl. Díky tomu, že člověk disponuje vlastností sebepřesahu a sebeodstupu a zároveň má svobodu rozhodovat se, může volit postoj,

který k situacím našeho života zaujme. Tím, že je každá lidská bytost jedinečná a neopakovatelná, má také právě jen ona odpovědnost za svůj život.

O Lukasové jsem psala, že především následovala a prakticky aplikovala Franklovu teorii. Längle jeho teorii spíše dále rozvíjel a nově obohacoval. Nicméně, oba sdílejí názor, že je důležité využít možnosti, které život nabízí. Oba zdůrazňují, že člověk nemá zůstat pasivní, ale má se snažit uskutečnit svoje cíle. Vidí člověka jako aktivního a v setrvání v pasivitě vidí počátek nemoci. Oba se snaží ve své terapii dopomoci člověku k tomu, aby uskutečnil svoje cíle. Nejde tu o velikost cíle, tu nikdo nehodnotí. Pouze člověk sám si určuje, co pro něj má smysl.

Rozdíl je v tom, že Lukasová v souladu s Franklovou teorií zdůrazňuje že nejprve má člověk rozpoznat či objevit smysl a pustit se do činnosti. Längle smysl objevuje srze vlastní pocity a prožívání, které mu dává informaci o tom, že je něco hodnotné a pak se dostavuje i pocit smysluplnosti.

Oproti Franklovi a Lukasové, kteří se tolik nechtějí zabývat emočními aspekty člověka a vybízí spíše k puštění se do činností, i když k nim máme zpočátku nechuť, protože věří, že smysl se pak dostaví, Längle se zabývá také našimi pocity a motivací v naší životní situaci a naše rozhodování má vycházet se souladu mezi naším vnitřním a vnějším světem.

Na úplný závěr tohoto pojednání o smyslu bych ještě ráda řekla, že i když Franklova logoterapie vznikla před téměř sto lety a ve srovnání s Freudovou teorií psychoanalýzy, proti níž samozřejmě nečelila takovému zájmu, zůstala téměř nepozměněna, je její vzkaz i nyní nanejvýš aktuální a myslím, že plní nenahraditelnou úlohu tím, že připomíná velký význam prožívání smyslu života.

1.2 Diagnostické metody ke zjištění prožívání smysluplnosti života

V této subkapitole představím diagnostické metody, jež se využívají ke zjišťování míry prožívání smysluplnosti života.

Jak jsem uvedla dříve, smysl života vstupoval do oboru psychologie postupně a mnoho let trvalo, než se smysluplnost života pro svůj subjektivní charakter a jeho těžko postižitelné proměnné stala předmětem vědeckého zkoumání. V době, kdy převažovala snaha udělat z psychologie čistě empirickou vědu, bylo těžké měřit něco, co není vidět (Battista & Almond 1973, Debats, 1999).

Mluvím – li se o metodách zjišťující prožívání smysluplnosti, zmíním ještě Yalomovu poznámku pro dokreslení pozadí, které diskuzi ohledně správnosti psychometrického způsobu zkoumání smyslu jistě také ovlivňovalo, a to že: „*Existenciální pozice zpochybňuje tradiční karteziánský pohled na svět plný objektů a subjektů, které tyto objekty vnímají*“ (Yalom, 2020, str. 32). A navíc, že existující metody empirického výzkumu jsou pro existenciální terapii nevhodné či nepoužitelné (Yalom, 2020). Výzkumníci se snaží o vyvinutí metody, která by prožívání smyslu života postihla již mnoho desetiletí (Schulenberg & Melton, 2010). Dle Schulenberga (2003), který se zkoumáním smyslu života v posledním dvacetiletí zabývá, je třeba se, i přes srozumitelný argument existenciálně orientovaných autorů, snažit vyvíjet inovativní metody ke zkoumání smyslu.

V posledním dvacetiletí je zkoumání smyslu života předmětem většího zájmu než dříve. Výzkumníci se smyslem života začali zabývat kvůli významu, který pro má pro zdraví člověka (Debats, 1999). Reker (2000) uvádí, že existenciálním smyslem života se zabývají vědci v posledních letech díky tendenci orientovat se spíš na vnitřní rozvoj člověka a jeho potenciál pro růst než na patologické jevy.

Mým cílem je představit podrobněji testy, které vycházejí z logoterapeutického přístupu ke smyslu, ty vznikaly již mnohem dříve. První testy, které by dokázaly měřit vnitřní prožívání smyslu vznikly v sedmdesátých letech. Používaly se tyto dva hlavní testy – Personal Orientation Inventory (POI), který měří především míru sebeaktualizace a je založen na

Maslowově konceptu sebekatualizace a Purpose in Life Test známý pod zkratkou PIL, který vychází z teorie Frankla (Battista & Almond, 1973). Na něj reagovala Lukasová svým Logo-testem a o pár let později vytvořil Längle další metodu vycházející z Franklových myšlenek, Existenciální škálu. Postupně tyto metody představím. Logo-testu Elisabeth Lukasové a jeho zkrácené verzi bude věnována poslední subkapitola.

Prožívání smyslu života lze zkoumat jak kvalitativně, tak kvantitativně. Vzhledem k tomu, že Logo-test je ústředním tématem této práce a jedná se o kvantitativní metodu, budu se detailněji zaměřovat na představení pouze této metody.

Nejčastější kvantitativní způsob zkoumání smysluplnosti života je dotazníková metoda. Dotazník obsahuje psychology či jinými výzkumníky otázky vycházející z psychologických konstruktů ohledně smyslu života. Ty se pak statistickými metodami vyhodnocují do dat, jež umožňují porovnávat úroveň prožívání smyslu mezi jednotlivými osobami (Křivohlavý, 2006).

Přestože zachytit smysl v celé jeho komplexnosti pomocí měření je podle Halamy (2007) nemožné, byl vznik kvantitativních metod zjišťujících úroveň prožívání smyslu v životě významný, a to nejen z diagnostického hlediska, ale i díky korelačním studiím, které umožnily sledovat různé souvislosti mezi úrovní smyslu života a např. pokrokem v léčbě či některými psychopatologiemi.

1.2.1 PIL – Purpose in Life Test

J. C. Crumbaughem a L.T. Maholickem sestrojený test publikovaný v roce 1964 měl měřit noogenní neurózu, jak ji popsal Frankl. Ta předtím nebyla kvantitativně zkoumána. Jde tedy o první test, jež se ji pokouší změřit a empiricky dokázat. Do té doby byla psychometrická neprokazatelnost této diagnózy trnem v oku americkým behavioristům. Ke konstrukci testu přistoupili autoři s předpokladem, že hlavní dynamickou silou je existenciální frustrace, když člověk nenalézá smysl ve svém konání, a ta pak způsobuje onu patologii (Crumbaugh & Maholick 1964).

Autoři symptomy neurózy specifikovali tak, aby byly měřitelné, ale zároveň se neměly shodovat s jinými, které byly měřitelné doposud. Tak měli dokázat, že se jedná o jiný a nový syndrom (Crumbaugh & Maholick 1964).

PIL indikuje míru, se kterou člověk prožívá smysluplnost. To je zjišťováno jednak skrze položky dotazující se přímo na smysl v životě, ale také skrze položky dotazující se na strach ze smrti, míru prožívané svobody, osobní odpovědnost, vypořádávání se s denními úkoly (Schulenberg et al., 2011).

Původní verze testu se skládá ze tří částí častí. První část obsahuje dvacet tvrzeních, která prozkoumávají oblast rozhodování se člověka v situaci dilemat ohledně životních cílů. Na sedmi stupňové škále, dotazovaný označuje číslo, které nejlépe vyjadřuje postoj k uvedenému tématu. Ve druhé části má dotazovaný doplnit 13 nedokončených vět. Ve třetí části respondent uvádí životní plány a cíle. Tyto dvě části jsou kvalitativního charakteru a jsou jsou poměrně obtížně kvalitativně vyhodnocovány, proto se běžně používá pouze první část (Křivohlavý, 2006; Halama, 2007).

Svoboda et al. (2013) zařazují PIL test ne mezi dotazníky, ale mezi sebeposuzovací stupnice. Jak vysvětlují, nejedná se přímo o test, i když jsou zachovány psychometrické metody např. homogenita, reliabilita, validita, ale zkoumaná osoba posuzuje sebe sama pomocí označení stupně na určitém vymezeném kontinuu. Mluví tedy už o zkrácené verzi o první a druhou část, jejíž použití se už patrně dobře zakotvilo.

Ve srovnání s ESK nebo Logo-testem je PIL, při využívání pouze části první, jednodušší na vyhodnocování a interpretaci. Nejméně lze získat 20 bodů, jež signalizuje prožívání existenciálního vakua a nejvíce 140, což indikuje vysokou úroveň prožívání smyslu a cíle v životě. Průměrné skóre se u neklinické populace pohybuje od 106 do 118 bodů. Průměr dosažených bodů pro psychiatrické pacienty je mezi 80 až 108 (Halama, 2009). Podrobnější interpretace není k dispozici.

Existuje také zkrácená verze PIL testu, kterou vytvořili Schulenberg, Schnetzer a Buchanan (2011), ta má pouze 5 položek.

PIL byl prvním pokusem takto kvantitativně zijšťovat psychometricky obtížné téma a možná proto se objevuje se i kritika na validitu testu ze strany současně působících výzkumníků. Jedním z důvodů je, že bylo zjištěno, že PIL negativně koreluje s depresí či dalšími psychopatologickými projevy. Dyck, který se pokusil o psychometrickou validizaci tohoto dotazníku, na základě závěrů svého výzkumu, že dotazník PIL významně koreluje se škálou deprese MMPI a Beckovou depresivní škálou BDI, naznačil, že PIL možná neměří nic jiného než depresi (Dyck, 1987). Längle (2001) dodává, že PIL nevykazuje pouze korelaci s depresí, ale také s úzkostí (r=-0,52) nebo s hysterií. Moomal koreloval MMPI s dotazníkem PIL a zjistil, že záporně koreluje s depresí, úzkostí, schizofrenií, nejvyšší korelace (více než -0,5) byly s úzkostí a psychopatií (Moomal, 1999).

PIL také naopak pozitivně koreluje s takovými fenomény spjatými s člověkem jako např. životní spokojenost (Zika & Chamberlain, 1992) nebo štěstí (Robak & Griffin, 2000, cituji podle Melton & Schulenberg, 2008) a koreluje také s externím či interním locus of control (Phillips, 1980), což je termín, který vyjadřuje vnímání našeho vlivu na události či situace, které se odehrávají v našem životě. Pokud máme pocit, že je spíš můžeme kontrolovat či se dějí naším přičiněním, jde o interní locus of control, a pokud spíše, že se dějí vlivem náhody či štěstí, jde o externí locus of control (Výrost & Slaměník, 2008).

Nakolik jsou výše zmíněné vztahy chybou či důkazem o správnosti dotazníku, je spíš předmětem diskuze. Frankl (2020) sám uvádí, o tom jsem se zmínila dříve, že existenciální vakuum může zakládat depresi.

Tyto studie tak spíš ukazují, jak je poměrně obtížné postihnout přesné měření takového jevu jako je prožívání smysluplnosti a jak je obtížné určit, zda dotazník měří nedostatek smysluplnosti nebo např. depresi, které se mohou vzájemně ovlivňovat.

I přes tyto otazníky nad testem, jsou PIL testu přiznány dobré psychometrické vlastnosti (Schulenberg et al., 2011; Reker 2000). Autorům PIL vyšla reliabilita testu vypočtená na základě Spearman Brownova vzorce 0.9, k podobným výsledkům došel také Reker, který uvádí koeficient ,92 (Crumbaugh & Maholick, 1964; Reker 1977). A ve výzkumu je PIL jeden z nejpoužívanějších způsobů ke zjišťování životní smysluplnosti (Halama, 2007;

Reker 2000). Mimo jiné inspiroval mnoho výzkumů zjišťujících souvislost prožívání nedostatku života s psychopatologickými symptomy.

Nadále probíhá diskuze o tom, zda je dotazník jednodimenzionální nebo multidimenzionální (Schulenberg & Melton, 2008).

PIL test byl do češtiny poprvé převeden a validizován D. Dufkovou a S. Kratochvílem. (Balcar, n.d.) Jeho psychometrickou standardizaci, lokální normalizaci a vnější validizaci vůči vybraným osobnostním vlastnostem na vzorku studentů pražských vysokých škol provedla ve své diplomové práci A. Protivanská (2014).

V souvislosti s jedním z mých cílů ve výzkumné části, konkrétně porovnáním výsledků mužů a žen v Logo-testu a v Logo-testu-R, mi přijde zajímavé zmínit výsledky výzkumů, které realizovali Baum a Stewart (1990) pomocí zkrácené verze PIL, představující dotazník se sedmi položkami, a to, že muži ve věkové kategorii 17-24 (mladá dospělost) a 70-96 (starší dospělost) vykazovali v PIL nižší skóry smysluplnosti než ve věkových skupinách střední dospělosti.

1.2.2 Existenciální škála

Existenciání škála (ESK) byla publikována v roce 2000 autory Länglem, Orglerovou a Kundim (2014). V té době již byly užívány testové metody PIL a Logo-test. Längle měl výhrady k některým myšlenkovým postupům, dle kterých tyto testy vznikaly, zejména se mu nelíbilo, že byla jejich autory již určitým způsobem stanovena norma hodnot životního smyslu, a proto chtěl vytvořit test, který by stavěl spíš na osobních schopnostech člověka smysluplně naplňovat svůj život a při tom chtěl vycházet výlučně z existenciálněanalytické a logoterapeutické teorie (Längle et al., 2001).

ESK podle svých autorů měří existenciální naplněnost (Längle, 2016). Dle Halamy (2007) jde o měření smysluplnosti, oproti jiným dotazníkům, nepřímo, protože ji měří skrze reportované uplatňování čtyř základních existenciálních schopností vytčených V. Franklem:

sebeodstup, sebepřesah, svoboda a odpovědnost. To jsou kompetence, které dle autorů ve své komplexnosti ukazují na schopnost člověka dobře zacházet a vycházet se sebou a se světem. Při sestrojování dotazníku vycházeli jeho autoři z existenciálně analytické antropologie V. Frankla a jeho pojetí smyslu. Dotazník sestává ze čtyř základních stupnic, popisující osobně existenciální kompetence pro uskutečňování smysluplné existence. První dvě kompetence sebeodstup a sebepřesah Längle pak v testu ještě dále spojuje do osobního faktoru, který nazývá Personalita. Druhé dvě kompetence, svobodu a odpovědnost, spolu tvoří existenciální faktor neboli Existencialitu (Längle et al., 2001).

Teorii, na které se Existenciální škála zakládá asi nejlépe přiblíží následující tabulka.

Tab. č. 1: Metoda uchopení smyslu (SEM – Sinnererfassungsmethode) podle Längleho (1988a) o 4 krocích v přehledu (Längle et al., 2001)

Krok v jednání:	**Psychická funkce:**	**Existenciální výkon:**
1. Vnímání skutečnosti	Poznání – získání informace	Sebeodstup (SO)
2. Vycítění hodnoty	Cítění – blízkost, vcítění se	Sebepřesah (SP)
3. Volba činu	Rozhodování – postoj, odhodlanost k jednání, vstup do děje vlastním bytím	Svoboda (SV)
4. Vykonání činu	Uskutečňování – existence, smysl, vydání se	Odpovědnost (OD)

První sloupec shrnuje kroky lidského počínání a prožívání ve vztahu ke smyslu. Totiž v prvním kroku je třeba si vůbec uvědomit existenciálně důležité danosti. V druhém kroku jde o vycítění hodnoty, to znamená, že porovnáváme možnosti jednání a vybíráme ty, které se nám zdají nejlepší či nejsmysluplnější. Poté, co jsme je rozpoznali jako správné či dobré, je třeba aktivního činu, říct „ano“ situaci jako jedné z existujících možností. A konečně jde o uskutečnění toho, co jsme zamýšleli, pro co jsme se rozhodli. Člověk se otevírá světu.

V každém tomto kroku je vyžadován existenciální výkon, můžeme říct kompetence, kterými jsou již zmíněné „Sebeodstup“, „Sebepřesah“, „Svoboda“ a „Odpovědnost“.

Schopnost sebeodstupu v tomto kontextu znamená, že se člověk umí „*...odpoutat od svých přání, představ, citů, obav a úmyslů...*“ a díky tomu vnímá svět nezkresleně (Längle et al., 2001).

„*Sebepřesah měří citovou přístupnost, která se projevuje ve schopnosti přiblížit se a soucítit, citově se vydat, „jít s druhým“, nechat se oslovit hodnotami...*“(Längle et al., 2001).

Svobodou se zde rozumí schopnost, jak člověk dokáže v jeho životě nacházet možnosti, přisuzovat jim hodnoty a na základě toho se rozhodovat (Längle et al., 2001).

Odpovědnost zde představuje: “*...schopnost a ochotu odhodlat se a rozvážně, popř. s vědomím povinnosti, se angažovat pro osobní úkoly a hodnoty*“ (Längle et al., 2001).

Sloučením skórů již zmíněných dvojic základních schopností test dále vykazuje skóry pro složené stupnice „Personalitu“ a „Existencialitu“. Personalita se skládá ze skórů pro Sebeodstup a Sebepřesah a vypovídá o stupni rozvoje osobní stránky člověka v otevřenosti vůči světu a vnímání sebe. Existencialita je stupnice složená ze skóru pro „Svobodu“ a „Odpovědnost“ a představuje schopnost člověka rozhodovat se a zainteresovaně vystupovat vůči světu (Längle et al., 2001).

Existenciální škála měří pomocí sebeohodocení v jednotlivých výrocích míru rozvinutí a uplatnění těchto schopností. Na její výsledek nemá mít vliv, zda je člověk duchovně nebo tělesně nemocný, neboť i navzdory nemoci si člověk může vybudovat ke světu i k životu přijímající postoj a vést naplněný život. Tento test tedy nesvědčí o přítomnosti nemoci těla či duše. Zároveň však nejde o objektivní měření, neboť Existenciální škála je subjektivním hodnocením člověka, při kterém sám reflektuje, nakolik uplatňuje své, položkami dotazníku operacionalizované, existenciální, tj. duchovní schopnosti (Längle et al., 2001).

Existenciální škála je autory označována jako sebeposuzovací dotazník, která má nejblíže k testům osobnosti (Längle et al., 2001). Svoboda et al. (2013) ji řadí mezi multidimenzionální dotazníky. Obsahuje 46 položek; u každé položky je znázorněna šestibodová stupnice, na které má pokusná osoba ohodnotit, nakolik výrok u ní uvedený pro respondenta platí či neplatí.

Škála je z psychometrického hlediska velmi reliabilní, Cronbachova alfa vyšla u rakouského vzorku 0,90-0,93 (Halama, 2007).

Interpretace výsledků testu

Na rozdíl od PIL, kde je interpretace dosažených skórů vyjádřena pouze tak, že člověk dosahuje buď nízké, průměrné nebo vysoké životní smysluplnosti, je interpretace skórů v ESK velmi podrobná. Diagnostická kvantitativní interpretace skórů existuje jak k jednotlivým stupnicím, tak u stupnic složených i u celkového skóru. ESK dle mého poskytuje popis kombinací osobnostních vlastností a bez teoretického pozadí, na kterém se zakládá, by nemuselo být zcela patrné, že jde o dotazník smysluplnosti.

Lidé, kteří dosahují nízkého skóru na stupnici sebeodstupu (pod 26 bodů) jsou podle autorů neschopni odpoutat se od sebe sama, soustředí se na sebe, na svoje pocity a přání, nejsou schopni jasně vnímat a uvažovat. Lidé, kteří získávají kolem 35 bodů, se nachází ve středu. O velmi vysokém skóre se mluví při dosažení 43 bodů a výše. Takoví lidé si dokáží vytvořit velmi dobře odstup vůči sobě. Naplatí však, že čím větší sebeodstup, tím lépe. Dle autorů mohou takoví lidé postrádat cit vůči sobě, mít sklon k perfekcionismu, k orientaci na výkon a navenek působit chladně (Längle et al., 2001).

Nízký skór na stupnici sebepřesahu představuje dosažení méně než 58 bodů. To dle autorů vypovídá o nízké emocionalitě, neschopnosti rozeznávat důležité věci od nedůležitých. Medián je u této stupnice 73 bodů. Vysoký skór se považuje nad 81 bodů. Lidé s tímto skóre jsou citově zaangažovaní, mají dobrou schopnost empatie, jsou otevření vůči hodnotám. Velmi vysoký skór může znamenat sklon k citové zranitelnosti (Längle et al., 2001).

Nízký skór na stupnici svobody (pod 37 bodů) vypovídá o nejistotě a neschopnosti se rozhodnout. K tomu autoři dodávají, že omezení osobní svobody může pramenit z osobních vlastností člověka nebo také psychických poruch. Medián se nachází na 49. bodě. Člověk je schopen dobře posuzovat situace a také se rozhodovat. Lidé dosahující velmi vysokého skóre (nad 58 bodů) mohou mít vlivem silného pocitu jistoty sklon ke kritičnosti. Také se nechtějí vázat ani nechtějí být omezováni, což se projevuje v osobní neangažovanosti ke druhým (Längle et al., 2001).

Lidé, kteří dosahují nízkého skóru na stupnici odpovědnosti (pod 41 bodů), necítí velkou odpovědnost za sebe, neangažují se a spíš jsou pasivní a zdrženliví. Zde autoři poukazují na to, že neodpovědnost může být projevem vlastnosti osobnosti nebo psychické poruchy. Medián je 57,5 bodů (Längle et al., 2001).

Lidé dosahující velmi vysoké hodnoty (nad 70 bodů) přijímají důsledně odpovědnost a jednají autenticky. Autoři však upozorňují, že je třeba se podívat také na skór svobody, při vysokém skóru u této hodnoty mají lidé silné vědomí povinnosti, ale při nízké hodnotě SV to může znamenat, že vědomí povinnosti vychází spíše z výchovy nebo silné úzkosti (Längle et al., 2001).

Složením hrubých skóru sebepřesahu (SP) a sebeodstupu (SO) lze získat skór Personality, popisující „*...kognitivní a emoční přístupnost sobě samému i světu*“ (Längle et al., 2001). Člověk dosahující nízkého skóru (pod 86) je uzavřený. Tato uzavřenost může mít buď psychopatologickou příčinu nebo je způsobena nezralostí osobnosti. Čím více skóre roste, tím se člověk stává otevřenější vůči sobě i světu. Medián je roven hodnotě 109 bodů. Velmi vysoké skóre (nad 123 bodů) mají lidé, kteří silně reagují jak vnitřně (např. jsou lehce zranitelní), tak i na vnější události (Längle et al., 2001).

Celkový skór pak ukazuje na prožívanou smysluplnost. Nízký skór (pod 169 bodů) ukazující na nenaplněnou existenci dosahují lidé, když jsou uzavření, emočně neosloveni a bez angažovanosti. U lidí s nízkým skórem se při vystavení se zátěži snáze projeví duševní onemocnění. Medián u této stupnice je 216 bodů. Lidé dosahující velmi vysokého skóre (nad 249 bodů) se považují za velmi otevřené, přijímající, rozhodné a ochotné se angažovat s vědomím pro povinnosti. S tím se však pojí i nebezpečí, které vyplývá se všek těchto kladných stránek, a to že tito lidé mohou být zároveň zranitelní, přísní či nároční. Autoři ESK také píší o tom, že se dá více vyčíst také z toho, v jakém poměru jsou skóry personality a existenciality, které se podílí na celkovém skóre (Längle et al., 2001).

Längle dodává, že skóry ESK nepopisují trvalé vlastnosti osobnosti, ale spíš „*...současnou zkušenost člověka s uplatňováním potenciálních vlastností, které má každý v*

podstatě ve stejném rozsahu, avšak rozdílnou měrou je svým životem uskutečňuje“ (Längle et al., 2001). Pokud má tak člověk nízký skór např. Svobody, neznamená to podle Längleho, že člověk má málo svobody, ale spíš to, že aktuálně tuto schopnost podle svého mínění málo uplatňoval, necítí se tak svobodný jako by podle sebe mohl být (Längle et al., 2001).

Zkrácenou verzi, jež obsahuje osm položek, publikovali Thege a Matros (2008). Tito autoři se podíleli také na tvorbě Logo-testu-R.

Závěrem této subkapitoly ještě doplním, že v současné době existuje mnoho dalších dotazníkových metod zjišťující z různých hledisek prožívanou smysluplnost života; v přehledu řadu z nich uvádí např. Křivohlavý (2006) nebo o nich píše také Halama (2007).

1.3 Logo-test E. Lukasové a jeho zkrácená verze Logo-test-R

Třetí závěrečná teoretická subkapitola představí Logo-test a jeho zkrácenou verzi.

1.3.1 Logo-test

Logo-test byl publikován v roce 1986, autorkou je Elisabeth Lukasová (Lukasová, 1992). Test posuzuje „*...v jakém stupni a v kterých ohledech člověk prožívá svůj život jako naplněný smyslem, anebo naopak strádá prožíváním jeho smysluprázdnoty*“ (Lukasová, 1992, str. 4).

Lukasová píše, že Logo-testem reagovala na nutnost nového psychometrického přístupu k měření naplnění smyslu v životě člověka, neboť doposud používaný dotazník PIL vykazoval v této oblasti nedostatky. Než Lukasová vytvořila Logo-test, chtěla více konkretizovat možnosti, jakými jde naplnit život smyslem. K tomu se nechala se inspirovat výsledky ankety, již pro tento účel uskutečnila. Dotazování probíhalo v roce 1969 ve Vídni a zúčastnilo se ho celkem 1000 osob převážně ve věku od 17 do 70 let dle příležitostného

výběru – oslovováním osob ve veřejných prostorách Vídně. Z odpovědí pak vytvořila kategorie. Vzešlo 10 kategorií hodnot jako je vlastní blaho, seberealizace, rodina, hlavní zaměstnání, societa, zájmy, prožitky, služba přesvědčení, vitální potřeby a dále „zbytková" kategorie „sporné"(Lukasová, 1994).

Logo-test je určen pro osoby od 16 let věku. Skládá že tří částí. Tu první považuje Lukasová za nejdůležitější, neboť měří, v kolika z devíti kriterií vidí daná osoba pro sebe možnosti naplnění. Na jednotlivá tvrzení se odpovídá ano či ne. Druhá část zjišťuje, zda a jak často se u osoby objevují prožitky existenciální frustrace. Zde respondent odpovídá slovy velmi často, občas, nikdy. Ve třetím oddílu, jež je zčásti projektivní povahy (Balcar, 1995), má dotazovaná osoba dvě zadání. Jednak hodnotí, který z předkládaných životních příběhů je ten nejvíce a nejméně uspokojivý a pak má písemně shrnout svoje hodnocení v ohledu na to, co již ve svém života prožila a dokázala, co očekává od sebe a od světa v budoucnu, a jaký k tomu má postoj (Lukasová, 1994).

Písemná část (část III) dešifrovaná pomocí tzv. kontinua smyslu a kontinua úspěchu, vychází to z Franklovy diferenciace, jež je graficky znázorňována křížem, na jehož horizontálních polaritách se nachází neúspěch a úspěch a na vertikále stojí naplnění smyslu a zoufalství. Prakticky jde o to, podle Franklova mínění, že nemusí platit, že někdo, kdo zažívá úspěch, prožívá také radostný a smysluplný život, zatímco je možné, že někdo, kdo zažívá utrpení, může i přesto žít radostný život. Proměnná prožívání úspěchu tedy není podstatná. Test tak může vyvrátit redukci prožívání smyslu na zážitek úspěchu. Ostatně výsledky vzešlé při ověřování tohoto dotazníku na vzorku 340 osob tvrzení, že prožívání smyslu není to stejné co prožívání úspěchu, podpořily. Tato část je také nejobtížnější částí testu z hlediska vyhodnocení, avšak Lukasová uvádí, že po zaučení se hodnotitelé poměrně dobře shodují ve skórování (Lukasová, 1994).

Balcar (1995) uvádí, že ačkoliv samotný test neobsahuje skór sklonu zkreslovat své výpovědi ve směru jejich společenské žádoucnosti (tzv. „skór lži"), tedy položky, které by případně pravděpodobnost takového zkreslení ukázaly, porovnání skóru části I. s výpovědí v části III. poskytne představu o konzistenci odpovědí.

Logo test je zejména u evropských logoterapeutů jeden z hlavních nástrojů diagnostiky (Halama, 2007). Lukasová (1992) vidí hlavní účel Logo-testu v rychlém rozpoznání, zda klient by mohl být ohrožen depresí či noogenní neurózou vlivem nedostatečného prožívání smyslu ve svém životě, tak jak to popsal Frankl. Frankl oceňoval přínos tohoto dotazníku v tom, že díky tomu, že dokázala exaktně uchopit existenciální frustraci, vznikla možnost zasahovat také preventivně proti důsledkům nedostatečného prožívání smyslu v životě člověka (Frankl, 2016). Logo-test může být rovněž součástí jiných testových souborů v situacích, kdy může být člověk ohrožen i na životě vlivem ztráty smyslu a slouží i k výzkumným účelům (Lukasová, 1992).

Stejně jako PIL, Logo-test prošel, i když v menší míře, kritickými zhodnoceními dalších autorů. Thege et al., (2010) oceňují, že Logo-test se nepokouší přímo hodnotit míru smyslu života člověka explicitními tvrzeními o smysluplnosti. Obsahuje spíše faktory, které přispívají k prožívání smysluplnosti nebo k symptomům vyplývajícím z prožívání nedostatku smyslu v životě, tedy k příznakům existenciální frustrace. Naopak autoři ESK, kteří se snažili při sestrojování testu vycházet především z teorie, vytýkají Lukasové, že první část Logo-testu namísto toho, aby byla založená na teorii logoterapie, je spíše sbírkou názorů a zkušeností toho, co dávalo smysl Vídeňanům v tehdejší době (Längle et al., 2001).

Sporná je podle některých autorů reliabilita testu (Thege et al., 2010; Balcar, 1995). Balcar se ve svém výzkumu zabýval spolehlivostí Logo-testu ve smyslu jeho vnitřní soudržnosti, konkrétně zda jde spíše o jednorozměrovou či vícerozměrovou stupnici. Důvodem pro zaobírání se otázkou vnitřní konzistence byla podle Balcara nedostatečnost uvedených dat samotnou autorkou testu. Údaje o konzistenci testu prezentované Lukasovou, která dotazník označuje jako jednodimenzionální, se Balcarovi nezdály příliš věrohodné, to jednak z důvodu, že výsledek reliability zjišťovaný Spearman-Brownovým vzorcem existuje pouze pro část I. Zde autorce vycházel koeficient homogenity 0,835, což je sice vysoký solidní výsledek, nicméně pro část II. tento údaj úplně chybí a dále Balcar kritizuje také autorčinu volbu Raschovy analýzy, jejíž výsledky v tomto případě nemohou dostatečně posloužit k závěrům autorky, že jde o jednorozměrnou stupnici.

Na základě odhadu homogenity dochází Balcar k závěru, že homogenita testu je poměrně nízká a ze zjištěných dat položkové analýzy nelze test považovat za jednodimenzionální (Balcar 1995). Podobně Halama (2007) uvádí, že dotazník je kritizován pro slabou homogenitu, konkrétně pro nízký koeficient reliability a slabou interkorelaci mezi jednotlivými částmi. Nízká úroveň homogenity však neznamená, že test tak ztrácí svou diagnostickou hodnotu, nýbrž jen to, že nevykazuje jednodimenzionalitu. Vzájemně jen slabě korelující částí mohou pravdivě vyjadřovat, že různé části zjišťují přítomnost či nepřítomnost prožívání smyslu z odlišných stránek tohoto pojmu. (Balcar, osobní sdělení, 10.7.2021).

Interpretace výsledků testu

Na základě bodového součtu lze soudit o míře jednak životní naplněnosti či nespokojenosti se životem, ale také lze získat představu o míře prožívání existenciální frustraci či o pravděpodobnosti stavu noogenní neurózy. Pro interpretaci vztahů Logo-testu s jinými proměnnými je třeba mít na paměti, že vyšší počet bodů získaných v testu značí výraznější absenci smyslu v životě, která ohrožuje duševní zdraví člověka (Lukasová, 1992).

Populační normy jsou udány v kvartilech Q1 – Q4. Do pásma Q1 tak spadá 25 % populace, jimž autorka testu přičítá prožívání života naplněné smyslem, kdy tento život jim je zároveň zdrojem síly a spokojenosti. Těmto lidem aktuálně nehrozí, že by byli ohroženi náhlou ztrátou smyslu. Je zajímavé, že Lukasová usuzuje, že by se tito lidé i v případě tvrdé rány osudu nezhroutili, ale naopak by si uchovali pevnost a důvěru v sebe sama a dokázali by statečně vzdorovat (Lukasová, 1992).

Q2 a Q3 představuje 50% střed populace a lze říct, že z existenciálního hlediska prožívají vyrovnaný život. Je možné, že pokud by se tento člověk ocitl v nepříznivé životní situaci, mohlo by mu to prožívání smyslu v životě zpochybnit či porušit (Lukasová, 1992).

25 % populace skórujících v Q4 buď buď neprožívá smysluplný život vůbec, nebo jen v takové míře, která si již vyžaduje terapeutickou pozornost. V tomto kvartilu tak Lukasová poskytuje ještě detailnější rozlišení úrovní skórů, neboť pro tuto část populace je právě tato diagnostika a na to navazující terapeutická práce klíčová (Lukasová, 1992).

Logo-test v České republice

Logo-test byl přeložen zhruba do 16 jazyků (Thege et al., 2010). Do češtiny jej přeložil K. Balcar a publikoval v roce 1992. Rovněž vytvořil české lokální normy na vzorku 353 vysokoškolských studentů různých univerzitních fakult. Balcar na základě výsledků této studie uvádí zajímavý předpoklad, že čeští vysokoškoláci prožívají o něco nižší míru existenciální frustrace než netříděná populace ve stejném věku v Rakousku (Balcar, 1995). Zajímavé by bylo porovnání pouze samotných vysokoškoláků u nás a v Rakousku. Zároveň je však třeba brát v potaz, že tyto výsledky byly získány v roce 1995, je tedy možné, že dnes by se došlo k jiným závěrům. Nicméně myslím si, že by mohlo být zajímavé porovnání prožívání smysluplnosti mezi rakouskými a českými občany i nyní.

Logo-test byl v posledním desetiletí využit českými výzkumníky např. ke zjišťování souvislostí prožívání smyslu a závislostí na alkoholu (Samková & Dolejš, 2014; Kavenská, 2009) nebo k prozkoumání souvislosti emocionality a prožívání smyslu (Sobková & Tavel, 2010).

1.3.2 Logo-test-R

V roce 2010 publikovali maďarští autoři Thege, Martos, Bachner a Kushnir (2010) revidovanou zkrácenou verzi Logo-testu. Thege a Martos (2008) se už předtím zabývali revizí existenciální škály.

Jedním z důvodů pro vytvoření verze Logo-testu-R byla dle autorů již zmíněná nízká soudržnost částí testu prokázaná v některých výzkumech (Thege et al., 2010). Jiným důvodem může být i to, že původní Logo-test vzdoruje snahám uzpůsobit jeho hodnocení počítačovým programem právě přítomností části III, která ke svému kvantitativnímu oskórování vyžaduje kvalitativní úsudek hodnotitele. Její vyřazení v Logo-testu-R tuto jedinou překážku pro zautomatizované skórování Logo-testu odstraňuje.

Autoři se při revidování Logo-testu pokusili v co největší míře zachovat jeho původní podobu. Modifikace spočívá v úplném vyloučení třetí části, která je dle autorů problematickou z hlediska vyhodnocení a je časově i pracovně náročná. Dále vynechali první položku z první části a čtrnáctou položku z druhé části kvůli jejich malé soudržnosti s ostatními. Dotazník tak obsahuje celkem 14 položek. Graficky je rozdělen na dvě části, které jsou obdobou části jedna a části dvě v Logo-testu s výjimkou vynechaných dvou položek. Své odpovědi respondent zaznamená na stupnici jedna až pět. V první části vyznačuje respondent mírou svého souhlasu, nakolik pro něj tvrzení svědčící pro prožívání smyslu platí (Thege et al., 2010).

Tab. č. 2 – ukázka položky Logo-test-R

Prosím, vyznačte, nakolik každý z vypsaných výroků platí o Vás, tak, že označíte odpovídající číslo.	**Vůbec neplatí**	**Spíš neplatí**	**Něco mezi tím**	**Spíš platí**	**Hodně platí**
1. Mám své představy, jaký/jaká bych chtěl/a být a čeho bych chtěl/a dosáhnout, a tyto představy se podle možnosti snažím uskutečňovat.	1	2	3	4	5

V druhé části je skórovací stupnice směrově obrácená a respondent vyznačuje, nakolik pro něj smysl popírající tvrzení neplatí.

Tab. č. 3 – ukázka položky Logo-test-R

Jak často jste v nedávné době prožíval/a následující zážitky?	**Nikdy**	**Výji-mečně**	**Občas**	**Často**	**Velmi často**
9. Bezmocný vztek, že všechno, co jsem dosud vykonal/a, bylo nadarmo.	5	4	3	2	1

Vyhodnocení je poměrně jednoduché na základě součtu skórů, které respondent u jednotlivých položek udělil. Úroveň prožívaného smyslu – nízká, střední nebo vysoká je stanovena pomocí tří bodových rozpětí. Interval 14-49 svědčí o nízké úrovni prožívaného smyslu, interval 50-62 o střední úrovni a interval 63-70 značí vysokou úroveň prožívaného smyslu v životě. Další komentář k interpretaci výsledků autoři neposkytují. Na rozdíl od Logo-testu platí, čím více bodů dotazovaný dosáhne, tím vyšší úroveň prožívání smyslu udává (Thege et al., 2010).

Autoři kladli důraz na validitu Logo-testu-R, pro jejíž zjištění využili mimo jiné porovnání s dotazníky PIL a ESK. Validitu ověřovali pomocí pěti stanovených hypotéz.

První hypotézou bylo, že skóry Logo-testu-R budou silně korelovat s výsledkem PIL a zkrácené verze Existenciální škály. To se potvrdilo, u ESK-R však byla korelace poměrně nižší (r=0,66) (Thege et al., 2010).

Druhá hypotéza ověřovala, že skóry v Logo-testu-R nebudou souviset s finančním statusem. Tento předpoklad vychází z Franklovy teorie a výsledek jejich výzkumu jej podpořil (Thege et al., 2010).

Třetí hypotéza ověřovala mírně pozitivní vztah mezi konstruktem obecné životní spokojenosti a skórem v Logo-testu-R, tento předpoklad se také potvrdil (Thege et al., 2010).

Čtvrtá hypotéza ověřovala tvrzení, že lidé, kteří následují hodnoty, jež překračují jejich vlastní pocit pohody (wellbeing) – v teorii Kasera a Ryana kategorizované jako vnitřní aspirace – (1996, cituji podle Thege et al., 2010) by dosáhli vyšších skórů v Logo-testu-R ve srovnání s těmi, kteří usilují spíš o vnější aspirace obsahující hodnoty jako je bohatství, sláva, popularita a fyzická atraktivita označované jako vnější aspirace. Tato hypotéza byla také podpořena (Thege et al., 2010).

Pátou hypotézou bylo, že Logo-test-R negativně a mírně silně souvisí s depresivními symptomy. Depresivní symptomatiku hodnotili pomocí zkrácené verze Beckovy škály deprese. Tento předpoklad se rovněž potvrdil, nicméně korelace nedosáhla takové hodnoty, aby šlo říct, že Logo-test-R nepřímo měří depresi, čímž autoři reagovali na závěr Dycka, který jsem zmínila výše (Thege et al., 2010).

Mimo stanovené hypotézy, výsledky z Logo-testu-R poskytly srovnání mezi pohlavími, zde se neprokázal vztah. Tento výsledek zmiňuji v souvislosti s námi stanovenou vedlejší hypotézou ve výzkumné části. Autoři ještě zjistili, že úroveň vzdělání pozitivně koreluje s prožívaným smyslem (Thege et al., 2010).

Výzkumu se zúčastnilo 852 Maďarů, na základě dat od všech účastníků byla zkoumána reliabilita a faktorová struktura Logo-testu-R. Validita byla zkoumána na vzorku 391 osob (Thege et al., 2010).

Autoři uvádějí, že jimi prezentovaná zkrácená verze Logo-testu vykazuje přiměřenou vnitřní konzistenci a jednodušší faktorovou strukturu. Nicméně na základě fit indexů z konfirmační faktorové analýzy autoři vyvozují, že revidovaná verze se zcela neshoduje s teoretickým rámcem autorky testu (Thege et al., 2010).

Autoři svůj výzkum uzavírají tak, že považují revidovanou verzi Logo-testu jako použitelnou pro měření konstruktu smyslu života. Uvádějí, že jistá omezení jsou způsobena omezenou velikostí vzorku, který je pro validizační analýzu poměrně malý (Thege et al., 2010).

2. Praktická část

2.1 Výzkumný cíl

Hlavním cílem této práce je souběžná validizace dotazníku Logo-testu a jeho zkrácené verze Logo-testu-R.

Souběžná validizace se řadí mezi empirické zdroje důkazu o validitě a provádí se tak, že jsou korelovány skóry dvou testů, jež měří stejný atribut (Urbánek et al., 2011). Korelace mezi úplným zněním dotazníku Logo-test a jeho zkráceným zněním Logo-testu-R nám poslouží získat ukazatel míry jejich ekvivalence.

První a hlavní výzkumná otázka zní: V jaké míře jsou dotazníky Logo-test a Logo-test-R ekvivalentní?

Druhá výzkumná otázka je: Dosahují muži a ženy rozdílných výsledků v dotaznících Logo-test a Logo-test-R?

Ověřujeme tyto nulové hypotézy:

$H0_1$: Výsledky dotazníků Logo-testu a Logo-testu-R spolu statisticky průkazně nesouvisí.

$H1_1$:Výsledky dotazníků Logo-test a Logo-testu-R spolu statisticky průkazně souvisí.

$H0_2$: Výsledky získané z dotazníku Logo-test a výsledky získané z Logo-testu-R se nebudou mezi muži a ženami statisticky průkazně lišit.

$H1_2$: Výsledky získané z dotazníku Logo-test a výsledky získané z Logo-testu-R se budou statisticky průkazně lišit mezi muži a ženami.

2.2 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek tvořila homogenní skupina složená ze studentů Gymnázia v Třebíči. Jednalo se o studenty ve věkovém rozmezí 17-19 let. Frankl uvádí, že v tomto období věku

člověka se otázky po smysluplnosti zpravidla objevují ve své naléhavosti poprvé (Frankl, 2005). Věřím, že získané výsledky z této skupiny budou pro výzkum z tohoto pohledu vhodné.

Bylo osloveno celkem 96 studentů třetích a čtvrtých ročníku s věkovým rozmezím 17-19 let. Pět studentů nevyplnilo Logo-testu-R, proto korelace mezi dotazníkem Logo-test a Logo-testu-R bude hodnocena na základě výsledků od 91 respondentů.

Sběr dat

Sběr dat probíhal ve dvou dnech na přelomu září a října 2020, těsně před uzavřením středních škol z důvodu epidemie koronaviru.

Studenti vyplňovali dotazníky samostatně ve vyučovacích hodinách za přítomnosti mojí a vyučující. Studenti dostali dostatek času na vyplnění a každý mohl vyplňoval dotazníky podle svého tempa.

Studentům byla nejprve rozdána jednoduchá stupnice s pěti body, na které měli označit míru prožívání smyslu ve svém životě. Tato stupnice má sloužit ke zjištění, do jaké míry koreluje tato stupnice s dotazníkovými zněními. Tuto stupnici jsme zařadili na základě předpokladu, že pokud bude korelace vysoká, bylo by dostačující v některých případech nahradit dlouhý test pouze touto stupnicí.

Následoval Logo-test v původní podobě a po vyplnění tohoto dotazníku vyplňovali studenti Logo-test-R. Test je dostupný pouze v anglickém jazyce, pro účel našeho výzkumu jsem však použila verzi v češtině přeloženou K. Balcarem.

Pozorovala jsem, že obecně byly přístup a motivace respondentů při vyplňování dotazníků velmi dobré, studenti se plně soustředili, v některých případech kladli také doplňující dotazy.

Etický aspekt výzkumu

Velký důraz jsem kladla na etickou stránku výzkumu. Před vyplněním dotazníků byli participanti informováni o tom, že účast na výzkumu je dobrovolná a mohou svoji účast kdykoliv přerušit a vyplňování nedokončit.

Studenti vyplňovali dotazníky anonymně na základě přiděleného čísla.

Respondenti rovněž podepsali informovaný souhlas, ve kterém byli informováni o účelu výzkumu a o mém závazku k mlčenlivosti a prezentování pouze anonymizovaných dat.

Vzhledem k tomu, že studenti neměli možnost dozvědět se svůj výsledek, uvedla jsem na sebe emailový kontakt pro případ, kdyby někdo měl zájem výsledek znát. Rovněž jsem jim nabídla zvláštní čas mimo vyučovací hodinu, ve kterém bych s nimi výsledky v případě zájmu detailněji prošla. Této možnosti nikdo nevyužil. Orientačně měli možnost zjistit svoji úroveň prožívání smyslu z výsledku v Logo-testu-R.

2.3 Popis použitých metod

Dotazníky Logo-test a Logo-test-R bylo třeba nejdříve vyhodnotit. Logo-test jsem vyhodnocovala pomocí návodu k použití Logo-testu. Třetí část Logo-testu, jež je kvalitativní povahy, si vyžadovala pro vyhodnocení zaškolení. Tuto část jsem proto vyhodnocovala s pomocí vedoucího práce, který příručku i Logo-test do češtiny přeložil. Vyhodnocení Logo-testu-R spočívalo pouze v sečtení označených bodů na stupnici. Třetí metodou byla globální 5stupňová škála, na které respondent vyznačil číslici stupeň vyjadřující prožívání smysluplnosti vlastního života. Vyhodnocené výsledky jsem pak ještě znovu překontrolovala.

Všechna vyhodnocená a kódovaná data jsem přepsala do tabulky v Microsoft Excel a následně jsem výsledky podrobila statistické analýze.

Shody s rozdíly mezi výsledky naší homogenní skupiny v Logo-testu a Logo-testu-R byly zjišťovány pomocí Spearmanova korelačního koeficientu.

Hladina významnosti α byla ve všech výpočtech stanovena na 0,05 jako statisticky průkazná.

Pro posouzení shod či rozdílů mezi výsledky mužů a žen v Logo-testu a v Logo-testu-R byl použit T-test. Pro shody a rozdíly v jednotné s jednou stupnici byl použit mediánový test.

2.4 Popis získaných dat a interpretace jejich výsledků

Nejdříve se budu věnovat výsledkům Spearmanovy korelační analýzy, na jejichž základě pak budeme vyhodnocovat ekvivalenci obou testů. Jako druhé prezentuji výsledky mezi muži a ženami v jednotlivých testech.

2.4.1 Ověření hlavní hypotézy

Tab. č. 4 - *Spearmanova korelační analýza mezi Logo-testem (LT) a Logo-testem-R (LTR) a globální stupnici „Global“ a mezi jejich jednotlivými částmi (N = 91)*

		Global	LTR I	LTR II	LTR celý	LT I	LT II	LT III
LRT I	r	,494**						
	p	,000						
	r^2	,244						
LTR II	r	,462**	,230*					
	p	,000	,029					
	r^2	,213	,053					
LTR celý	r	,584**	,827**	,711**				
	p	,000	,000	,000				
	r^2	,341	,684	,506				
LT I	r	-,468**	-,755**	-,203	-,636**			
	p	,000	,000	,053	,000			
	r^2	,219	0,570	,041	,404			
LT II	r	-,520**	-,325**	-,837**	-,681**	,317**		
	p	,000	,002	,000	,000	,002		
	r^2	,270	,106	,701	,463	,100		
LT III	r	-,044	-,267*	-,108	-,282**	,154	,103	
	p	,678	,011	,310	,007	,145	,331	
	r^2	,001	,071	,012	,080	,024	,011	
LT celý	r	-,537**	-,667**	-,592**	-,809**	,757**	,738**	,482**
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	r^2	,288	,297	,350	,654	,573	,545	,232

** Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0.01. * Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0.05.

Celá matice korelací

Většina korelací je statisticky velmi průkazná nebo průkazná. Oba testy mají měřit stejný atribut – prožívání smyslu v životě, a tak není tento výsledek překvapivý. Ve výsledcích jsou i statisticky neprůkazné korelace, jejichž vysvětlení se budu také věnovat.

Korelace mezi celkovými skóry testů Logo-test a Logo-test-R - hlavní hledaný výsledek

Korelační koeficient ró zjišťující souvislost mezi výsledky Logo-testu a Logo-testu-R vyšel - 0,809, což ukazuje na velkou sílu asociace mezi nimi a na vysokou statistickou průkaznost. Záporný výsledek je dán tím, že zatímco v Logo-testu-R platí, že čím vyšší je počet bodů, tím vyšší je úroveň prožívaného smyslu, v Logo-testu to platí naopak.

Velikost společného rozptylu je 65 %. Ukazatel společného rozptylu (koeficient determinace r^2) je zde důležitější než statistická průkaznost. Pohlížíme-li na oba dotazníky tak, že mají ekvivalentně (100 %) měřit stejnou veličinu, je třeba se zabývat chybějícími 35 % společného rozptylu, který lze vysvětlit hlavně vynechanou částí III v Logo-testu-R. Přestože nevyvracíme, že měří stejnou veličinu, nelze na základě těchto výsledků pokládat oba dotazníky za ekvivalentní.

Korelace mezi částmi I v Logo-testu a Logo-testu-R a částmi II v LT a LTR

Obě korelace jsou velmi vysoké. Mezi částmi I je korelace -0,755 (zde jde o nabídnuté možnosti naplňování životních situací) mezi částmi II (znaky existenciální frustrace) je ještě vyšší, a to -0,837.

Velikost společného rozptylu mezi částmi I je 57 %, mezi částmi II je to 70 %. Pokud uvažujeme tak, že by míra shody měla dosahovat ideálně 100 %, je třeba se zabývat možnými důvody, proč to tak není. Lze to vysvětlit vlivem nepřesností ze strany respondentů, ale také jinými vlivy jako je únava, nuda z opakujícího se zodpovídání stejných otázek aj.

Korelace části III Logo-testu s ostatními skóry v tabulce

Část III Logo-testu byla pro svoji povahu, kvůli které snižuje konzistenci celého testu, vyloučena z Logo-testu-R. Není tak ani překvapivé, že její korelace s jednotlivými částmi obou testů vycházely velmi nízko.

Nejvíc průkazně koreluje s částí I v LTR (ró = -0,267) a s celkovým skóre LTR (ró= -0,282). Velikost účinku mezi nimi byl však jen pouze pod 10 % společného rozptylu, a ve srovnání s částí I a II v LT je to jen kolem 1-2 % společného rozptylu.

Korelace mezi částmi I a II Logo-testu-R a korelace mezi částmi I a II Logo testu

Korelace mezi první a druhou částí Logo-testu-R vyšla 0,230 s velikostí společného rozptylu 5 %. Korelace mezi první a druhou částí Logo-testu vyšla 0,317 a společný rozptyl 10 %. Kladná, ale nízká korelace mezi těmito částmi svědčí patrně o tom, že v každé části je způsob zjišťování smysluplnosti odlišný. Části I zjišťují množství a velikost využitých příležitostí k nahlédnutí smyslu vlastního života, části II zjišťují množství a závažnost vnitřních překážek k nacházení smyslu v životě. Zde můžeme zvažovat zároveň, že to snižuje konzistenci testu a také, zda není ku prospěchu obsahové platnosti dotazníků, že zachycují různé stránky smysluplnosti a tím se doplňují.

Korelace celkové s 5stupňové škály s celkovým skóre v LT a LTR.

Globální pětistupňová škála prožívání smysluplnosti života vykazuje korelace s Logo testem – R 0,584 a s úplným Logo-testem -0,537. To jsou statisticky vysoce průkazné korelace. Nicméně vzhledem k malé velikosti společného rozpylu, která je s LTR 34 % a s LT 29 %, nelze považovat výsledek z této stupnice za ekvivalentní výsledkům získaným z dotazníků LT a LTR. Tato stupnice nemůže s dostatečnou přesností nahradit původní Logo-test ani zkrácený Logo-test R.

Úvaha ke korelaci mezi částmi testů I + II Logo-testu a I + II Logo-testu R

Nebyl proveden výpočet ρ srovnávající skóre I+II Logo-testu a I+II části Logo-testu-R. Na základě pouze teoretické úvahy lze předpokládat, že by korelace měla být 1 a velikost účinku 100 %, na takový výsledek se však vzhledem k uvažovaným nepřesnostem výkonu na straně respondentů nelze spolehnout. Nicméně přibližně shodný výsledek by mohl vyjít.

2.4.2 Ověření vedlejší hypotézy

Druhá hypotéza byla zjišťována pomocí T-testu, který přinesl pro mne překvapivé výsledky. Konkrétně test zjišťoval rozdíly v množství dosažených bodů u mužů a u žen v Logo-testu a rozdíly v množství dosažených bodů u mužů a u žen v Logo-testu-R.

Tab. č. 5 - T-*test pro porovnání průměrů v skórování mužů a žen v Logo-testu a skorování mužů a žen v Logo-testu-R*

	t	**df**	**p**
Logo-test-R	0.774	89	0.441
Logo-test	-0.008	94	0.994

V obou testech dosáhli muži i ženy shodných výsledků. V Logo-testu byl průměr dosažených bodů u mužů (N=43) i u žen (N=53) stejný, a to 11,77.

V Logo-testu-R byl průměr dosažených bodů u žen (N=49) 52,94 a u mužů (N=42) 53,95. Na základě těchto údajů nelze zamítnout nulovou hypotézu $H_{02.}$

Doplňuji, že oba bodové skóry jednotlivých dotazníků svědčí o průměrném prožívání smyslu.

Na závěr ještě uvedu, že stejné výstupy mezi muži a ženami vzešly i z Mann Whitneyova testu, který porovnával medián na globální 5stupňové škále. Medián vyšel u obou pohlaví 4 (z možných 5).

Diskuze

Hlavním cílem práce bylo zjistit ekvivalenci dotazníků Logo-test a jeho zkrácené verze Logo-test-R. Mezi původním Logo-testem E. Lukasové a redukovanou verzí (její redukce spočívá hlavně ve vypuštění části III, která je kvalitativní povahy a vyžaduje určité zaškolení při vyhodnocování) vyšly vysoce průkazné korelace. Na základě údajů o sdíleném společném rozptylu, který byl v této analýze lépe vypovídajícím údajem než samotná míra korelace, docházíme k závěru, že oba testy nelze považovat za rovnocenné. Společný rozptyl je 65 %. Zbývající více než třetina ukazuje na odlišné obsahové postižení či nepostižení některé stránky smysluplnosti, to však na základě dat nelze stanovit. Nicméně vzhledem k obtížnosti přesného obsáhnutí veličiny smysluplnosti života a její operacionalizaci je pochopení tohoto rozdílu jasnější.

Autoři zkrácené verze chtěli zejména zlepšit reliabilitu Logo-testu. Rozhodli se pro vypuštění části III, díky čemuž se jim podařilo zvýšit vnitřní konzistenci testu, ověřovanou pomocí dotazníků „Purpose in Life Test“ PIL a „Existenciální škály“ (ESK). Autoři však neprovedli nebo nezveřejnili porovnání svého dotazníku s dotazníkem, ze kterého vycházeli, aby ukázali, jak jsou oba dotazníky ekvivalentní.

O toto porovnání jsme se proto pokusili my. Výše uvedené výsledky získané ze vzorku homogenní skupiny čítající 91 studentů vyšších ročníků gymnázia, považujeme za dostatečné k závěru, že zkrácené znění Logo-testu vykazuje pouze dvoutřetinouvou ekvivalenci s původním zněním a proto jej doporučujeme považovat a používat spíše jako jeden z dalších testů prožívané smysluplnosti v životě než jako rychlejší a pracovně úspornější variantu původního znění Logo-testu E. Lukasové.

Zároveň k tomu ještě poznamenám, že část tři, která je sice náročnější na vyhodnocení, zastává dle autorky v testu svůj význam zakládající se na logoterapeutické teorii.

Dále byla v této práci ověřována vedlejší hypotéza, jejíž předpoklad byl, že výsledky mužů a žen v Logo-testu a také výsledku mužů a žen v Logo-testu-R se budou signifikantně

lišit. Frankl se o rozdílech mužů a žen v prožívání smysluplnosti života, alespoň v mnou prostudovaných publikacích, nezmiňuje. Existují však výzkumy, které se obdobným tématem zabývaly. Např. Reker et al., (1987) zjistili, že ženy vykazují větší vůli k hledání smyslu, na to navazuje mnou vnímaný stereotyp o tom, že muži jsou spíše materiálně orientovaní, zatímco ženy potřebují nacházet smysl, což se často odráží např. ve výběru povolání. V našem výzkumu se nicméně rozdíl mezi muži a ženami ve skórování v Logo-testu ani v Logo-testu-R se neprokázal. Ke stejným výsledkům, které neprokázaly rozdíl mezi pohlavími, dospěli autoři zkrácené verze Logo-testu ve svém výzkumu. Zároveň však předchozí poznámka nejspíš nevylučuje, že by muži nemohli i tak prožívat svůj život jako smysluplný.

Závěr

Diplomová práce, obsahující dvě části, pojednává v teoretickém úseku nejprve o životní smysluplnosti tak, jak ji pojímal V. E. Frankl, tvůrce logoterapie, a také o teoretickém pokračování a rozšíření jeho teorie E. Lukasovou a A. Länglem. Dále se zde věnuji představení tří diagnostických metod zjišťujících smysluplnost života, konkrétně dotazníku PIL, ESK a Logo-testu a jeho zkrácené verzi Logo-testu-R.

Praktická část je zaměřena na popis a výsledky výzkumu zabývající se primárně souběžnou validizací Logo-testu E. Lukasové s jeho zkrácenou verzí Logo-testem-R. To bylo ověřováno pomocí vzorku 91 respondentů. Mezi testy byla zjištěna vysoká statistická průkaznost, nicméně z dalších údajů analýzy – společného rozptylu nelze učinit závěr, že jsou oba testy ekvivalentní. V práci jsem také zjišťovala rozdíl ve skórování v obou testech (Logo-test a Logo-test-R) mezi muži a ženami. Získané výsledky neukázaly rozdíl v prožívání smysluplnosti u můžu a u žen (studentů a studentek gymnázia). Zároveň se ukazuje, že užití dotazníkového zjišťování prožívané smysluplnosti života je diagnosticky vydatnějším nástrojem měření této veličiny, než zde s nimi korelačně porovnávaná jednoduchá pětistupňová posuzovací škála prožívané smysluplnosti v životě.

Seznam použité literatury

Adler, A. (2020) *Smysl života*. ({2.vydání} Z. Vybíral překl.) Praha:Portál. (Originál byl publikován v roce 1933 s názvem Der Sinn des Lebens)

Ascher, L. M., & Schotte, D. E. (1999). Paradoxical intention and recursive anxiety. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 30(2), 71-79.

Balcar, K. (1995). Standardizace dotazníku „Logo-test“ na vzorku studujících českých vysokých škol. *Čs. Psychologie*, 39 (5), 400 – 405.

Balcar, K. (2003). Logoterapie a existenciální analýza. *Česká a slovenská psychiatrie, Supplementum 2*, 99, 75 – 79.

Balcar, K. (2019a). Existenciální psychoterapie. Nepublikovaný rukopis. Pražská vysoká škola psychosociálních studií, Praha.

Balcar, K. (2019b). Frankl-Lukasová-Längle: Oč jde v logoterapii a existenciální analýze?. Nepublikovaný rukopis. Pražská vysoká škola psychosociálních studií, Praha.

Balcar, K. (n.d.). Karel Balcar – Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. Získáno 5.5.2020 z http://www.slea.cz/wp/?page_id=392

Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, *36*(4), 409-427.

Baum, S. K., & Stewart Jr, R. B. (1990). Sources of meaning through the lifespan. *Psychological Reports*, *67*(1), 3-14.

Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology, 83*(1), 133–145. doi:10.1111/j.2044-8295.1992.tb02429.x

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of clinical psychology*, *20*(2), 200-207.

Čálek, O. (2011). Daseinsanalytická skupinová a komunitní terapie. In J. Růžička (ed.), *Komunitní a skupinová psychoterapie v české perspektivě* (s. 189-206). Praha: Triton.

Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, *39*(4), 30-57.

Dyck, M. J. (1987). Assessing logotherapeutic constructs: Conceptual and psychometric status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals tests. *Clinical Psychology Review*, *7*(4), 439-447.

Frankl, V. E. (1966). Logotherapy and existential analysis—a review. *American Journal of Psychotherapy*, *20*(2), 252-260.

Frankl, V. E. (1967). Logotherapy and existentialism. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, *4*(3), 138.

Frankl, V. E. (1994). *Vůle ke smyslu. Vybrané přednášky o logoterapii. S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové*. ({1.vydání} V. Jochmann překl.) Brno: Cesta. Originál byl publikován s názvem Der Wille zum Sinn, ausgewählte Vorträge über Logotherapie, Mit einem Beitrag von Elisabeth S. Lukas.

Frankl, V. E. (2005). *Lékařská péče o duši. Základy logoterapie a existenciální analýzy.* (V. Jochmann překl.) Brno: Cesta. (Originál byl publikován s názvem Ärztliche Seelsorge Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse)

Frankl, V. E. (2006a). *A přesto říci životu ano*. ({3.vydání} J. Hermach překl.) Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. (Originál byl publikován v roce 1986 s názvem ...trodztem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Koncentrationslager)

Frankl, V. E. (2013). *Co v mých knihách není*. (L. a J. Švancarovi překl.) Brno: Cesta. (Originál byl publikován s názvem Was nicht in meinen Büchern steht)

Frankl, V. E. (2016). *Utrpení z nesmyslnosti života. Psychoterapie pro dnešní dobu*. ({1.vydání} P. Babka překl.) Praha: Portál. Originál byl publikován s názvem Das Leiden am sinnlosen Leben.

Frankl, V. E. (2019a). *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy.* ({2.vydání, v Portále první} K. Balcar překl.) Praha: Portál. (Originál byl publikován s názvem Theorie und Therapie der Neurosen)

Frankl, V. E. (2019b). *Über den Sinn des Lebens: Mit einem Vorwort von Joachim Bauer*. Beltz GmbH, Julius.

Frankl, V. E. (2020). *Man's Search for Meaning*. (I. Lasch překl.) Penguin. (Originál byl publikován s názvem Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager)

Frankl, V. E. (2021). *Léčba smyslem. Základy a aplikace logoterapie.* ({1.vydání} O. Fafejta překl.) Praha: Portál. (Originál byl publikován s názvem The Will to Meaning)

Halama, P. (2007). *Zmysel života z pohľadu psychológie.* Bratislava:Slovak Academic Press.

Halama, P. (2009). The PIL test in a Slovak sample: internal consistency and factor structure. In *International Forum for Logotherapy* (Vol. 32, No. 2, p. 84).

Kavenská, V. (2009). SMYSL ŽIVOTA V KONTEXTU ZÁVISLOSTI NA ALKOHOLU. *E-psychologie*, *3*(1). Dostupné z https://e-psycholog.eu/pdf/kavenska.pdf

Kosová, M. a kol. (2014). *Logoterapie. Existenciální analýza jako hledání cest.* (1. vydání) Praha: Grada.

Kratochvíl, S. (2017). *Základy psychoterapie.* (7. vydání). Praha: Portál.

Křivohlavý, J. (2006) *Psychologie smysluplnosti existence.* (1. vydání). Praha: Grada.

Längle, A. (1990). Existential analysis psychotherapy. In *The International Forum of Logotherapy* (Vol. 13, pp. 17-19).

Längle, A. (1997). Das Ja zum Leben finden. *Süchtig sein. Wien: Facultas-Universitäts-Verlag*, 13-32.

Längle, A. (2002). *Smysluplně žít. Aplikovaná existenciální analýza*. ({1.vydání} K. Balcar překl.) Brno: Cesta. Originál byl publikován s názvem Sinnvoll leben.

Längle, A. (2014). *Lehrbuch zur Existenzanalyse: Grundlagen*. Facultas Verlags-und Buchhandels AG.

Längle, A. [Clever Psychology]. (2018, 15 února). *Dr. Alfried Laengle. The meaning of being essentials for a fulfiling life.* [videosoubor]. Dostupné z https://www.youtube.com/watchv=9jB_el1DUiM&fbclid=IwAR2wjvBUbhK2j1JKVyCRNFhCO45Wrn9xh_SmveMnlcvZZBymYbwAKfika1w&app=desktop

Längle, A., Orglerová, C. & Kundi, M. (2001). ESK – Existenciální škála. Praha: Testcentrum.

Lukas, E. (1987). *Auch dein Leben hat Sinn*. Freiburg im Breisgau: Herder.

Lukasová, E. (1997). *Logoterapie ve výchově*. ({1.vydání} K. Balcar překl.) Praha: Portál. (Originál byl publikován s názvem Sinn in der Familie)

Lukasová, E. (2009). *Základy Logoterapie*. ({1.vydání} M. Golejová překl.) Bratislava:Lúč. (Originál byl publikován s názvem Lehrbuch der Logotherapie)

Lukasová, E. (1994). K validizaci logoterapie. In Frankl V. E. *Vůle ke smyslu*. ({1.vydání} V. Jochmann překl., s. 193-203) Brno: Cesta.

Lukasová, E. (2012). *Kľúč k zmysluplnému životu*. ({1.vydání} M. Krankus překl.) Bratislava: Lúč. (Originál byl vydán s názvem Der Schlüssel zu einem sinnvollen Leben)

Lukasová, E. S. (1992). Logo-test. Chrudim: Mach.

Melton, A. M., & Schulenberg, S. E. (2008). On the measurement of meaning: Logotherapy's empirical contributions to humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist, 36*(1), 31-44.

Mezinárodní klasifikace nemocí - 10. revize. (2006). Duševní poruchy a poruchy chování. Praha: Psychiatrické centrum Praha.

Moomal, Z. (1999). The relationship between meaning in life and mental well-being. *South African Journal of Psychology*, *29*(1), 36-41.

Phillips, W. M. (1980). Purpose in life, depression, and locus of control. *Journal of Clinical Psychology, 36*(3), 661–667. doi:10.1002/1097-4679(198007)36:3<661::aid-jclp2270360309>3.0.co;2-g

Protivanská, A. (2014). *Standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů pražských vysokých škol. Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smysluplností života.* (Nepublikovaná diplomová práce). Dostupné z webových stránek Pražské vysoké

školy psychosociálních studií: https://www.pvsps.cz/data/2017/04/10/15/protivanska_alzbeta.pdf

Reitinger, C. (2017). ANTHROPOLOGISCH-PHILOSOPHISCHE GRUNDANNAHMEN VON LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE–EIN VERGLEICH. *Existenzanalyse-Internationale Zeitschrift für Psychotherapie, Beratung und Coaching*, 4-15.

Reker, G. T. (1977). The purpose-in-life test in an inmate population: An empirical investigation. *Journal of Clinical Psychology*, *33*(3), 688-693.

Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. Exploring existential meaning: *Optimizing human development across the life span*, 39-55.

Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of gerontology*, *42*(1), 44-49.

Růžička, J. (2003). *Péče o duši v perspektivách psychoterapie*. (1. vydání). Praha: Triton.

Samková, D., Dolejš, M. (2014). Smysl života u závislých na alkoholu a jejich osobnostní charakteristiky. *Adiktologie*, 14(2), 158–166.

Schulenberg, S. E. (2003). Empirical Research and Logotherapy. *Psychological Reports*, *93*(1), 307–319. https://doi.org/10.2466/pr0.2003.93.1.307

Schulenberg, S. E., & Melton, A. M. (2010). A confirmatory factor-analytic evaluation of the purpose in life test: Preliminary psychometric support for a replicable two-factor model. *Journal of Happiness Studies*, *11*(1), 95-111.

Schulenberg, S. E., Schnetzer, L. W., & Buchanan, E. M. (2011). The purpose in life test-short form: development and psychometric support. *Journal of Happiness Studies*, *12*(5), 861-876.

Sobková, P., & Tavel, P. (2010). Životní smysluplnost a emocionalita. *E-psychologie*, *4*(2), 12-20. Dostupné z https://e-psycholog.eu/pdf/sobkova-etal.pdf

Svoboda M., Humpolíček P., & Šnorek V. (2013). *Psychodiagnostika dospělých*. (1. vydání). Praha: Portál.

Thege, B. K., & Martos, T. (2008). Reliability and validity of the Shortened Hungarian Version of the Existence Scale. *Körper mit Psyche*, *28*(1), 88-93.

Thege, B. K., Martos T., Bachner, Y. G., & Kushnir, T. (2010). Development and psychometric evaluation of a revised measure of meaning in life: The Logo-Test-R. *Studia Psychologica*, 52, 2, 133-145.

Urbánek, T., Denglerová, D., & Širůček, J. (2011) *Psychometrika:Měření v psychologii*. (1.vydání) Praha: Portál.

Výrost, J., & Slaměník, I. (Eds.) (2008). *Sociální psychologie.* (2. vydání) Praha:Grada Publishing

Weisskopf-Joelson, E. (1975). Logotherapy: Science or faith?. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, *12*(3), 238.

Yalom, I. (2020) *Existenciální psychoterapie.* (I. Müller překl.) Praha: Portál. Originál byl publikován s názvem Existential Psychotherapy.

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Logo-test

Příloha č. 2 – Logo-test-R

Příloha č. 3 – Pokyny k vyplnění Logo-testu

Příloha č. 4 – Pokyny k vyplnění Logo-testu-R

Příloha č. 5 – Informovaný souhlas

Příloha č. 6 – Získaná data od respondentů v tabulce

Příloha č. 1

LOGO - TEST - M

(Elisabeth S. Lukasová / K.B.)

Jméno: _____ Věk: _____

Povolání: _____ Vzdělání: _____

I) **Přečtěte si následující výroky. Jsou-li mezi nimi takové, které se k Vám osobně tak hodí, jako by pocházely přímo od Vás, prosím, připište k nim "ANO". Jsou-li mezi nimi takové, které zcela odporují Vašemu názoru, prosím, připište k nim "NE". Pokud pro Vás bude rozhodnutí mezi "ANO" a "NE" obtížné, můžete nechat okénko prázdné.**

1) Příjemný a klidný život bez velkých nesnází a s dostatečným hmotným zabezpečením pokládám za velice dobrou věc.

2) Mám své představy, jaký bych chtěl být a čeho bych chtěl dosáhnout, a tyto představy se podle možností snažím uskutečňovat.

3) Cítím se velmi dobře doma v kruhu rodiny a rád bych přispěl k vytvoření takového domova i dětem.

4) V povolání, které nyní vykonávám nebo pro které se připravuji, vidím své pravé uplatnění.

5) Mám k jednomu člověku nebo k více lidem závazky či vztahy, jejichž naplňování mi působí radost.

6) Mimo své zaměstnání nebo studium mám ještě nějaký další zájem (třeba odborný nebo oddechový), kterému se věnuji nebo budu věnovat, jakmile na to budu mít čas.

7) Některé zážitky (třeba poznávání něčeho nového, prožívání umění, vnímání přírody apod.) mi přinášejí radost a nerad bych je postrádal.

8) Věřím, že mám v životě nějaký svůj úkol (ať v oblasti mravní, společenské, ve službě pokroku apod.) a snažím se jej plnit.

☐

9) Mám život zkalený nouzí, nemocí nebo jinou vážnou starostí a všemožně usiluji o to, abych tyto těžkosti překonal a dosáhl zlepšení.

☐

II) Prosím, udělejte křížek do okénka k té odpovědi, která nejlépe vystihuje, jak často jste dosud prožíval následující zážitky. Snažte se být upřímný.

1) Bezmocný vztek, že všechno, co jsem dosud vykonal, bylo nadarmo.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

2) Přání, být ještě jednou dítětem a moci začít život znovu od začátku.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

3) Poznání, že se snažím před sebou samým nebo před jinými lidmi ukazovat svůj život lepší či plnější, než doopravdy je.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

4) Nechuť zatěžovat se hlubším a možná nepříjemným přemýšlením o tom, co činím a co tím způsobuji.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

5) Naději, že i když mě třeba potká nezdar nebo neštěstí, tak z toho přesto mohu nakonec učinit prospěšnou věc, když pro to nasadím všechny své síly.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

6) Takový neklid, který mě zbavuje rozumného pohledu na věci a trápí mě tak, že ztrácím zájem o to, co se děje.

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

7) Myšlenku, že bych si jednou před smrtí musel říct: "Nestálo za to žít."

velmi často ❑ občas ❑ nikdy ❑

III)

1) Popíši Vám tři případy:

a) Jeden muž se nemohl ve svém životě věnovat tomu, co si vždy přál uskutečnit. Místo toho si však během doby vytvořil dobrou příležitost k jiné prospěšné činnosti a plně se jí věnoval s takovým zaujetím, že v ní dosáhl mnoha úspěchů a velmi dobrých vyhlídek do budoucna.

b) Jeden muž se ve svém životě stále a plně věnoval pouze tomu, co si vytkl za svůj životní cíl. Vůbec se mu to nedaří, avšak neustále se snaží svůj záměr uskutečnit, i když se kvůli tomu musel mnohého v životě vzdát a nic dobrého tím nedosáhl.

c) Jeden muž se nemohl ve svém životě věnovat tomu, co si vždy přál uskutečnit. Učinil proto kompromis mezi svými vlastními cíli a okolnostmi, které mu zabránily jich dosáhnout. Povinnosti, které na něj připadly, plní ukázněně, i když bez zvláštní radosti. Mezitím však, když to zrovna je možné, věnuje se svým osobním zájmům.

2) Prosím, odpovězte k popsaným případům (vepište do okénka písmeno):

Který z těch mužů je nejšťastnější? ☐

Který z těch mužů nejvíce trpí? ☐

3) Prosím, vyličte nyní několika větami svůj vlastní „případ" tak, že vzájemně porovnáte, co jste v životě chtěl a oč jste se snažil, co z toho jste docílil nebo co ještě chcete uskutečnit a jak to všechno nyní pro sebe hodnotíte.

POUZE PRO HODNOCENÍ

Část I	součet	:
Část II	součet	:
Část $III_{2)}$	"nejšťastnější"	:
	"nejvíce trpí"	:
Část $III_{3)}$	"naplnění smyslu"	:
	"postoj ke strádání"	:
	"postoj k úspěchu"	:
	Celkový skór	:
	Věk	:

Věk:		(16) - 29	30 - 39	40 - 49	50 - 59	60 -
Q_1		0 - 10	0 - 10	0 - 7	0 - 7	0 - 9
Průměr (= $Q_2 + Q_3$)		11 - 17	11 - 16	8 - 13	8 - 13	10 - 14
Q_4	$Q_4 - (D_9 + D_{10})$	18	17	14	14	15
	D_9	19 - 21	18 - 21	15 - 18	15 - 18	16 - 18
	D_{10}	22 - 42	22 - 42	19 - 42	19 - 42	19 - 42

VÝSLEDEK V PÁSMU:

Q_1 Průměr ($=Q_2+Q_3$) Q_4 $-(D_9+D_{10})$ Q_4 D_9 D_{10}

Porovnání I a $III_{3)}$: .....

.....

Obsahová těžiště: .....

.....

Jiná pozorování: .....

.....

Terapeutická indikace: .....

.....

Příloha č. 2

Jsem ☐ muž ☐ žena Věk: _____ r. Jméno, nebo značka: _____

LOGO-TEST-R[1]

Prosím, vyznačte, nakolik každý z vypsaných výroků platí o Vás, tak, že označíte odpovídající číslo.	**Vůbec neplatí**	**Spíš neplatí**	**Něco mezi tím**	**Spíš platí**	**Hodně platí**
1. Mám své představy, jaký/jaká bych chtěl/a být a čeho bych chtěl/a dosáhnout, a tyto představy se podle možnosti snažím uskutečňovat.	1	2	3	4	5
2. Cítím se velmi dobře doma v kruhu rodiny a myslím, že mohu přispět k tomu, aby se členové mé rodiny cítili také tak.	1	2	3	4	5
3. V povolání, které nyní vykonávám nebo pro které se připravuji, vidím své pravé uplatnění.	1	2	3	4	5
4. Mé vztahy s druhými lidmi a s nimi spojené činnosti mi působí potěšení.	1	2	3	4	5
5. Je nějaká zvláštní aktivita, která mě velice zajímá a se kterou se stále chci ještě víc seznámit, a té se věnuji, kdykoli na to mám čas.	1	2	3	4	5
6. Některé zážitky (třeba poznávání něčeho nového, prožívání umění, vnímání přírody) mi přinášejí potěšení a nerad/a bych je postrádal/a.	1	2	3	4	5
7. Věřím, že mám v životě nějaký svůj úkol (ať v oblasti mravní, společenské, ve službě pokroku apod.) a snažím se jej plnit.	1	2	3	4	5
8. Mám-li život zkalený nouzí, nemocí nebo jinou vážnou starostí, všemožně usiluji o to, abych dosáhl zlepšení.	1	2	3	4	5

Jak často jste v nedávné době prožíval/a následující zážitky?	**Nikdy**	**Výjimečně**	**Občas**	**Často**	**Velmi často**
9. Bezmocný vztek, že všechno, co jste dosud vykonal/a, bylo nadarmo?	5	4	3	2	1
10. Přání, být ještě jednou dítětem a moci začít se vším znovu od začátku?	5	4	3	2	1
11. Poznání, že se snažíte před sebou samým/samou nebo před jinými lidmi ukazovat svůj život lepší či plnější, než doopravdy je?	5	4	3	2	1
12. Nechuť zatěžovat se hlubším a možná nepříjemným přemýšlením o tom, co činíte a co tím způsobujete?	5	4	3	2	1
13. Úzkostná nálada, která vás přepadne bez nějakého zvláštního důvodu a trápí vás tak, že ztrácíte zájem o to, co se děje?	5	4	3	2	1
14. Myšlenku, že byste si jednou před smrtí musel/a říct, že váš život nestál za prožití?.	5	4	3	2	1

Celkový součet: _____	**Rozpětí skórů pro úroveň prožívaného smyslu v životě:**		
	14 – 49	**50 – 62**	**63 – 70**
	Nízká	**Průměrná**	**Vysoká**

[1] (Zkrácené znění Logo-testu E. S. Lukasové sestavili a psychometricky prověřili B. Konkolÿ Thege, T. Martos, Y. G. Bachner, T. Kushnir; publ. 2010 ve Studia Psychologica 52(2), s. 133-145 [s nesprávně skórovanou druhou částí – nutno skóry v řádcích převrátit, jak už je provedeno zde!]. Z anglicky psaného originálu přeložil a jazykově upravil skórování K. Balcar, 2020.)

Příloha č. 3

Vzorový návod k podání Logo-testu

Logo-testu lze užít k *individuálnímu* i k *hromadnému* vyšetření. Dotazník je v záhlaví rozlišen na znění pro *muže – M* a znění pro *ženy –Ž.* Po přidělení patřičného verze testovaným osobám je požádáme, aby doplnily osobní údaje v záhlaví a dáme jim pokyny v tomto smyslu:

„Máte před sebou otázky zvláštního druhu. Není to žádná zkouška schopností, protože k těmto otázkám neexistují správné nebo nesprávné odpovědi. Také nemají odhalit něco o Vaší povaze. Jde tu spíš o to, jak v současnosti prožíváte svůj život, jak se Vám daří uspořádat si jej za daných okolností, jak se v něm vyskytuje spokojenost a zklamání, jak se Vám daří dosahovat Vašich cílů, nebo co z toho zůstává dosud otevřeno. Možná, že si při odpovídání na tyto otázky také ujasníte i něco o sobě.

Proto se u každé otázky soustřeďte na to, která odpověď je právě pro Vás ta pravá. Nezdržujte se však příliš dlouhým rozmýšlením, spíš zvolte hned tu odpověď, kterou zrovna cítíte jako nejbližší tomu, jak to ve skutečnosti je. Snažte se odpovídat upřímně. Prosím, vyplňte přitom pečlivě a čitelně všechny otázky, abychom tak získali poznatky užitečné i pro Váš další život.“

Doba potřebná k vyplnění Logo-testu je *asi půl hodiny.* Pomalejším lze poskytnout víc času, nemělo by to však přesáhnout jednu hodinu.

Příliš zdlouhavé vyplňování může u jinak pohotové osoby znamenat, že hledá takové odpovědi, aby se jimi ukázala ve společensky žádoucím světle. U většiny otázek však není znát, jaká by z tohoto hlediska „nejlepší“ odpověď měla být. Pomalost při vyplňování však může vyplývat i z obtížného chápání otázek v důsledku nedostatků rozumových (IQ pod 80), jazykových nebo vzdělanostních. „Neurotický blok“, který by bránil zodpovídání dotazníku, se zde vyskytne zřídka; pokud ano, pak nejspíš při sepisování volného textu v části III_3. V takovém případě je na místě testovaného přátelsky povzbudit ke splnění úkolu, aniž bychom mu k tomu poskytovali nějaké nápovědi či příklady.

Při vyplňování dotazníku je *dovoleno v něm opravovat* (gumovat, škrtat, měnit odpovědi). Také překročení rámečku pro odpověď III_3.se připouští. Na *dotazy po významu otázek* nebo odpovědí je třeba odpovídat zdrženlivě; nejlépe pokynem, aby testovaný odpověděl na otázku tak, jak ji sám chápe, a aby se nesnažil hledat v ní příliš složitý význam. Vyskytne-li se otázka, jak odpovídat na výrok, který má obsahově dvě části (to se týká většiny položek v části I), upozorníme, že k odpovědi „ano“ je třeba, aby pro testovaného platily *obě části* tvrzení zároveň.

Testu lze užít ve věkovém rozmezí přibližně *od 16 let výše* bez omezení, pokud jsou testovaní schopni o svém životě v požadované míře uvažovat a také jsou ochotni takto odpovídat.

Příloha č. 4

KB 29.5.2020

Jak uvést dotazník – Logo-test R:

Tak jak se vám vyplňoval první dotazník? Měl někdo s ním nějaký problém, a v čem?

(Komentář k případným sdělením či otázkám... + *Ano, tohle bývá obtížnější...)*

Teď vás ještě jednou poprosím o zodpovězení několika otázek. Jsou to některé otázky, na které jste už odpovídali v minulém dotazníku. Jenom je odpověď na ně o něco podrobnější; každá se hodnotí na pětistupňové pořadové stupnici, podívejte se!

(Rozdat Logo-test R)

U každého výroku vyznačte číslici, kterou co nejblíže vystihne slovo nad ní nadepsané tak, jak to platí právě pro vás. – Chceme potom porovnat, jak moc se budou výsledky z obou verzí dotazníku navzájem shodovat. – Není to ovšem žádný test paměti, odpovídejte tedy, jako byste každou tu položku zodpovídali úplně znovu. Je to srozumitelné?

Protože budeme porovnávat oba testy u každého z vás, prosím, zapište na horní řádek do políčka „Jméno, nebo značka“ to číslo, které jste dostali zapsané jako „Jméno“ v první, delší verzi Logo-testu.

U tohoto kratšího testu máte možnost i dozvědět se, jak by byl váš výsledek zhruba ohodnocen. Můžete si nakonec po vyplnění testu sečíst všechna čísla, která jste v něm označili, dohromady a výsledek si zapsat do dolní tabulky do políčka označeného „Celkový součet“. Vedle něj jsou v tabulce vypsána tři bodová rozpětí s ohodnocením, nakolik svými odpověďmi v dotazníku vyznačujete, v jaké míře právě v současné době prožíváte svůj život jako naplněný smyslem. O tom si pak můžeme krátce pohovořit.

Prosím, je to tak srozumitelné?

(Zodpovědět případné dotazy)

Kdyby se objevilo při vyplňování něco, co byste potřebovali vyjasnit, přihlaste se, ráda vám s tím pomohu.

Tak se do toho dejte. Stejně, jako v prvním dotazníku, snažte se odpovídat co nejpřesněji, jak dokážete, ale nad žádnou otázkou se příliš dlouho nerozmýšlejte; první volba bývá zpravidla ta nejlepší.

Příloha č. 5

Informovaný souhlas zákonného zástupce s účastí svého dítěte na výzkumu v rámci zpracování diplomové práce

Předmět a provedení: Výzkum se zaměřuje na souběžnou validizaci dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.
Výzkum je prováděn v rámci zpracování diplomvé práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií.

Zákonní zástupci dítěte:
Žádám Vás o souhlas s vyplněním dotazníků Logo test a Logo test R Vaším dítětem v rámci výzkumu ke zpracování diplomové práce. Dotazník Logo test a Logo test R se zaměřuje na zjišťování prožívání života. Získané výsledky budou sloužit výhradně pro účel diplomové práce Kláry Servetas. Sběr dat bude anonymní a autorka diplomové práce se zavazuje k mlčenlivosti

Souhlas zákonného zástupce:
Souhlasím s vyplněním dotazníku Logo test a Logo test R mým dítětem.
Rozumím výše uvedenému textu a souhlasím s jeho obsahem.
Rozumím tomu, že moje dítě může úplně zrušit svoji účast na výzkumu.

Prohlášení autorky práce:
Autorka práce, Klára Servetas, se zavazuje k zachování mlčenlivosti o skutečnostech, o nichž se dozví v souvislosti s prováděným výzkumem a sběrem dat. Především zachová v tajnosti identitu jednotlivých informantů a bude prezentovat pouze anonymní a/nebo agregovaná data.

Jméno zákonného zástupce:

V dne:

Podpis:_____

Autorka práce: Klára Servetas

Informovaný souhlas s účastí na výzkumu v rámci zpracování diplomové práce

Předmět a provedení: Výzkum se zaměřuje na souběžnou validizaci dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.
Výzkum je prováděn v rámci zpracování diplomvé práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií.

Žádám Vás o souhlas s vyplněním dotazníků Logo test a Logo test R v rámci výzkumu ke zpracování diplomové práce. Dotazník Logo test a Logo test R se zaměřuje na zjišťování prožívání života. Získané výsledky budou sloužit výhradně pro účel diplomové práce Kláry Servetas. Sběr dat bude anonymní a autorka diplomové práce se zavazuje k mlčenlivosti

Souhlas informanta:
Souhlasím s vyplněním dotazníku Logo test a Logo test R.
Rozumím výše uvedenému textu a souhlasím s jeho obsahem.
Rozumím tomu, že mohu úplně zrušit svoji účast na výzkumu.

Prohlášení autorky práce:
Autorka práce, Klára Servetas, se zavazuje k zachování mlčenlivosti o skutečnostech, o nichž se dozví v souvislosti s prováděným výzkumem a sběrem dat. Především zachová v tajnosti identitu jednotlivých informantů a bude prezentovat pouze anonymní a/nebo agregovaná data.

Jméno informanta:

V dne:

Podpis:_____

Autorka práce: Klára Servetas

Příloha č. 6

Značka	Pohlaví	Věk	Posuz. st.	LTR 1	LTR 2	LTR celý	LT I	LT II	LT III - vše	LT celkem
(nebo čísl	(1 nebo 2)	(roků)	(skór)	(součet 1)	(součet 2)	(s. 1+2)	(součet I	(součet II	(součet III)	(s. I+II+III)
2	1	18	4	32	22	54	5	6	2	13
7	1	18	1	27	27	54	7	2	4	13
27	2	18	5	36	22	58	4	4	4	12
18	2	17	5	38	23	61	2	4	1	7
20	1	18	3	30	26	56	6	3	2	11
23	2	18	5	39	27	66	2	2	5	9
29	2	18	3	28	12	40	5	9	4	18
30	2	18	4	34	20	54	4	5	1	10
28	1	18	5	40	19	59	2	8	2	12
5	2	18	3	31	23	54	6	5	1	12
6	1	18	4	34	21	55	3	8	2	13
25	2	18	4	35	26	61	3	1	1	5
24	2	18	3	28	15	43	8	8	3	19
9	2	18	3	26	18	44	6	7	3	16
10	2	19	3	32	16	48	5	8	0	13
11	1	18	4	31	20	51	6	6	3	15
12	2	19	4	33	21	54	2	4	4	10
4	2	18	3	26	14	40	6	10	8	24
3	2	18	3	29	17	46	5	8	3	16
26	2	18	4	33	23	56	2	3	2	7
14	1	19	5	33	25	58	2	3	3	8
13	2	18	4	37	23	60	1	3	2	6
8	1	19	3	32	18	50	1	7	4	12
17	2	17	4	31	25	56	3	3	2	8
21	2	17	4	30	24	54	5	7	3	15
22	2	17	5	38	22	60	1	3	2	6
103	2	17	3	32	22	54	4	4	2	10
1	2	17	4	29	20	49	4	6	3	13
15	2	18	3	34	16	50	3	9	4	16
104	2	17	3	30	15	45	5	7	4	16
102	2	17	4	34	27	61	5	2	1	8
16	2	17	5	34	20	54	3	6	2	11
200	2	17	3	26	21	47	5	6	2	13
101	2	17	3	31	20	51	4	6	3	13
324	1	17	5	26	25	51	6	4	4	14
325	2	17	4	32	24	56	4	5	2	11
320	1	17	5	28	26	54	3	3	4	10
317	2	17	5	33	24	57	5	4	1	10
321	1	17	4	25	23	48	5	3	5	13
233	1	17	5	40	27	67	1	2	5	8
235	1	17	4	26	28	54	7	3	4	14
232	1	17	3	38	17	55	2	7	2	11
237	2	17	4	33	25	58	2	4	2	8
230	1	17	3	26	16	42	4	8	4	16
227	2	17	4	28	25	53	5	3	4	12
226	1	17	4	29	25	54	5	3	4	12
19	1	17	3	33	23	56	2	5	2	9

318	2	17	4	36	21	57	2	5	3	10
316	2	17	4	27	23	50	6	7	3	16
314	1	17	5	35	19	54	3	5	3	11
313	1	18	5	33	22	55	0	4	4	8
322	1	18	4	31	19	50	4	5	2	11
311	1	18	5	37	25	62	4	2	4	10
312	1	17	5	37	25	62	0	4	3	7
309	1	18	4	34	25	59	4	5	5	14
323	1	17	5	27	24	51	5	2	6	13
310	1	17	5	36	25	61	4	3	1	8
308	1	17	3	29	16	45	6	10	5	21
326	2	18	3	31	21	52	2	4	2	8
327	2	17	5	35	26	61	2	3	4	9
319	2	17	4	30	24	54	3	5	1	9
307	1	17	4	37	22	59	2	3	2	7
236	2	17	4	27	22	49	4	5	1	10
228	2	17	4	37	23	60	1	4	3	8
231	2	17	5	35	26	61	2	3	2	7
229	2	17	4	35	24	59	2	3	1	6
207	2	17	3	32	21	53	5	4	3	12
206	2	17	2	24	19	43	7	9	5	21
218	2	17	3	32	18	50	4	8	4	16
223	1	17	4	33	25	58	2	4	4	10
221	2	17	4	35	20	55	3	6	2	11
220	2	17	4	34	19	53	3	7	4	14
222	1	18	4	32	25	57	3	2	4	9
216	2	17	4	32	21	53	5	5	3	13
215	1	17	4	30	28	58	5	2	2	9
217	2	17	5	34	22	56	3	4	4	11
225	1	17	5	36	20	56	2	5	2	9
224	1	17	4	28	27	55	3	3	2	8
214	1	18	1	22	16	38	7	9	5	21
219	1	17	3	35	24	59	4	5	4	13
210	1	17	4	34	24	58	4	3	2	9
201	1	17	3	25	20	45	7	5	3	15
205	1	17	3	17	18	35	11	6	2	19
202	1	18	4	29	24	53	4	5	2	11
213	2	17	3	25	20	45	8	7	3	18
212	2	17	4	28	19	47	4	8	2	14
211	2	18	3	27	19	46	11	7	3	21
208	1	18	3	32	24	56	6	6	1	13
207	1	17	5	32	21	53	4	3	2	9
203	1	18	4	35	26	61	4	3	1	8
209	1	18	5	26	22	48	8	5	5	18
315	2	17	4				3	1	6	10
302	2	17	5				3	0	2	5
303	2	18	4				3	4	4	11
300	2	17	5				3	5	2	10
234	1	17	5				4	4	3	11

Příloha č. 6

Informovaný souhlas zákonného zástupce s účastí svého dítěte na výzkumu v rámci zpracování diplomové práce

Předmět a provedení: Výzkum se zaměřuje na souběžnou validizaci dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.
Výzkum je prováděn v rámci zpracování diplomvé práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií.

Zákonní zástupci dítěte:
Žádám Vás o souhlas s vyplněním dotazníků Logo test a Logo test R Vaším dítětem v rámci výzkumu ke zpracování diplomové práce. Dotazník Logo test a Logo test R se zaměřuje na zjišťování prožívání života. Získané výsledky budou sloužit výhradně pro účel diplomové práce Kláry Servetas. Sběr dat bude anonymní a autorka diplomové práce se zavazuje k mlčenlivosti

Souhlas zákonného zástupce:
Souhlasím s vyplněním dotazníku Logo test a Logo test R mým dítětem.
Rozumím výše uvedenému textu a souhlasím s jeho obsahem.
Rozumím tomu, že moje dítě může úplně zrušit svoji účast na výzkumu.

Prohlášení autorky práce:
Autorka práce, Klára Servetas, se zavazuje k zachování mlčenlivosti o skutečnostech, o nichž se dozví v souvislosti s prováděným výzkumem a sběrem dat. Především zachová v tajnosti identitu jednotlivých informantů a bude prezentovat pouze anonymní a/nebo agregovaná data.

Jméno zákonného zástupce:

V dne:

Podpis:_____

Autorka práce: Klára Servetas

Informovaný souhlas s účastí na výzkumu v rámci zpracování diplomové práce

Předmět a provedení: Výzkum se zaměřuje na souběžnou validizaci dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.
Výzkum je prováděn v rámci zpracování diplomvé práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií.

Žádám Vás o souhlas s vyplněním dotazníků Logo test a Logo test R v rámci výzkumu ke zpracování diplomové práce. Dotazník Logo test a Logo test R se zaměřuje na zjišťování prožívání života. Získané výsledky budou sloužit výhradně pro účel diplomové práce Kláry Servetas. Sběr dat bude anonymní a autorka diplomové práce se zavazuje k mlčenlivosti

Souhlas informanta:
Souhlasím s vyplněním dotazníku Logo test a Logo test R.
Rozumím výše uvedenému textu a souhlasím s jeho obsahem.
Rozumím tomu, že mohu úplně zrušit svoji účast na výzkumu.

Prohlášení autorky práce:
Autorka práce, Klára Servetas, se zavazuje k zachování mlčenlivosti o skutečnostech, o nichž se dozví v souvislosti s prováděným výzkumem a sběrem dat. Především zachová v tajnosti identitu jednotlivých informantů a bude prezentovat pouze anonymní a/nebo agregovaná data.

Jméno informanta:

V dne:

Podpis:_____

Autorka práce: Klára Servetas

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autora/ky: Klára Servetas

Studijní program: Psychologie

Název práce: Souběžná validizace dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Rok dokončení práce: 2021

Počty znaků hlavního textu práce (včetně literatury, bez příloh)

Přímé citace: 10369

Ostatní text: 106986

Celkový počet znaků: 117355

Názvy souborů umístěných na doprovodném CD

Text práce ve formátu PDF: DP_Servetas Klara_2021_pdf

Text práce ve formátu DOC nebo DOCu: DP_Servetas Klara_2021_doc

Další soubory:

Posudek vedoucího diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií

Jméno a příjmení studentky: **Bc. Klára Servetas**
Obor studia: **Psychologie**
Název práce: **Souběžná validizace dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě.**
Vedoucí práce: **doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.**

Technické parametry práce:
Počet normostran textu (bez příloh): **65**
Počet stran příloh: **14**
Počet titulů v seznamu literatury: **65**

	0**	1	2	3	4
Výběr tématu					
Závažnost tématu		1			
Oborová přiléhavost tématu		1			
Originalita tématu a jeho zpracování			2		
Formální zpracování					
Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)		1			
Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)		1			
Formální zpracování (jasnost tématu, rozčleněni textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)			2		
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			
Návaznost kapitol a subkapitol		1			

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

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			

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

		2		

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1) Vysvětlete, jak se rozdíl mezi škálovou jednorozměrností a vícerozměrností dotazníků smysluplnosti života (a ovšem kterýchkoli dotazníků vůbec) může projevit ve snížených korelacích mezi nimi, ačkoli mohou (oba, či všechny) být dostatečně validním prediktorem téhož konstruktu, zde „prožívání smysluplnosti v životě".

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Autorka předkládá teoreticky dobře založenou a psychometricky inovativní studii, porovnávající výsledky dvou standardních měr prožívané smysluplnosti v životě, kde druhý dotazník (Logo-test R) je (se drobnými úpravami) zkrácením prvého (Logo-test). Při jejich souběžné validizaci zjišťuje, že spolu sdílejí převážnou část rozptylu, přibližně dvoutřetinovou. Uzavírá, že ač kratší znění testu v jejích výsledcích má značnou podporu jako možná alternativa vůči jejímu základnímu znění, nelze oba dotazníky pokládat za plně zaměnitelné, a přináší pro to obsahové a psychometrické argumenty. Je tedy na místě nahlížet na každý z nich spíš jako na zvláštní měřítko zkoumaného konstruktu a volit mezi nimi na základě teoretického rozlišení, v čem je který ke zvolenému účelu vhodnější.

Bc. Klára Servetas konala a zpracovávala svůj výzkum v době nejen náročných omezení praktických kontaktů opatřeními vynucenými koronavirovou epidemií, ale i závažných změn v životě svém a své rodiny. Stejně tak všechny konzultace ke své diplomní práci s jejím vedoucím od podzimu roku 2020 mohla konat pouze elektronicky. I za těchto omezení se mnou spolupracovala soustavně, aktivně a pohotově, za což si zaslouží ocenění.

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

Navrhovaná klasifikace: **výborně**

Datum, podpis: **12. srpna 2021**

K. Heller

* nehodící se, škrtněte

Posudek ~~vedoucího~~/oponenta ~~bakalářské~~/diplomové práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií

Jméno a příjmení studenta/-tky: Bc. Klára Servetas
Obor studia: Psychologie
Název práce: Souběžná validizace dotazníku Logo-test v plném původním znění a v jeho zkrácené formě
~~Vedoucí~~/oponent* práce: doc. PhDr. Alena Kajanová, Ph.D.

Technické parametry práce:
Počet stránek textu (bez příloh): 65
Počet stránek příloh:17
Počet titulů v seznamu literatury: 65

	0**	1	2	3	4
Výběr tématu					
Závažnost tématu			2		
Oborová přiléhavost 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, rozčleněni textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)		1			
Metody práce					
Vhodnost a úroveň použitých metod		1			
Využití výzkumných empirických metod		1			
Využití praktických zkušeností		1			
Obsahová kritéria a přínos práce					
Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)	0				
Naplnění cílů práce		1			
Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu				3	

** 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.)			2		

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Proč jste se zaměřila právě na uvedenou populaci?
Z jakého důvodu byla počítána korelace se Spearmonovo korelačním koeficientem?

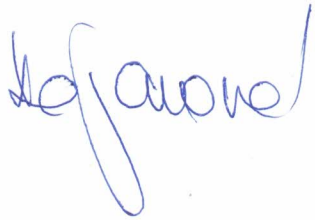
Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Teoretická část oproti praktické významně převažuje. Druhá část práce působí nedotaženým dojmem (diskuse, závěry).
Práce obsahuje drobné chyby v citacích podle citační normy v seznamu literatury.
Očekávala bych trochu rozpracovanější diskusi, včetně popisu limitů. To samé platí pro závěr.
Anotace se věnuje pouze popisu po metodiku.

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

Navrhovaná klasifikace: velmi dobře

Datum, podpis: 4.8.2021



* nehodící se, škrtněte