

# PERCEPTION OF THE MEANING OF LIFE IN STUDENTS, SENIORS AND WORKERS IN HELPING PROFESSIONS

Maria Vašutová, Zuzana Miklušová<sup>1</sup>

## Abstract

The paper deals with the meaning of life and their values in selected target groups. The introductory part is followed by the definition framework of the meaning of life and a description of selected components of the meaning of life. Research studies aimed at examining the relationship between the perception of the meaning of life and selected personality characteristics of an individual are the content of the fourth part of the text. The aim and subject of the monitored empirical research was to reflect the overall level and the value of the meaning of life. The final part of the text presents a comparison of several research studies focused on the value of the meaning of life in university and high school students, in seniors and in workers helping professions in the field of health care. The resulting data show that university students have the highest value for their meaning and seniors living have the lowest value in retirement homes and workers helping the health professions.

## Keywords

Meaning of Life, Perception, Affirmation, Self-Acceptance, Future, Goals, Freedom, Death

## I. Úvod

*„Kdo pocit’uje svůj život bez-smyslný, ten je nejen nešťastný, ale také stěží pochopen.“* Einstein

Životní smysl je chápán jako vnitřní síla usilující o hledání životní cesty, životních cílů, směřování života. S tím souvisejí postoje a hodnoty jako primární prameny smysluplnosti života, které vznikají a formují se během průběhu celé naší životní dráhy. Životní smysl je považován za významnou psychologickou proměnnou, která podporuje osobní pohodu člověka (well-being). V určitém období života si začneme klást otázky: *Kdo jsem? Jaký jsem? Vznikl život náhodou? Mám já na tomto světě nějaké poslání? Mohl jsem svůj život sám ovlivnit tak, aby se ubíral jiným směrem? Bylo by možné, abych toho v životě dosáhl víc? A co je to víc? Jsem se svým životem spokojený? Jak se jeví lidem ve mém okolí? Kam směřuji a jaký je můj cíl, je-li nějaký? Kladu si tyto a podobné otázky pouze já, nebo se jimi zaobírají i jiní lidé? A proč si je klademe?*

Lidé jsou bytosti přirozeně zvědavé, a tak svět kolem sebe podrobují zkoumání. Někdo hlubšímu, jiný povrchnějšímu. Zvláště ti, kteří se potýkají s opakujícími se problémy či krizemi a chtějí se jim přistě vyhnout, usilují o to, nalézt na tyto otázky uspokojivé odpovědi. Hledají v nich nějaký smysl. Z přirozené lidské zvědavosti hledáme odpovědi na důležité aspekty v našich životech, a to zvláště tehdy, jsme-li v krizi, či procházíme-li nějakou, již se chceme přistě vyhnout. Pokud si pokládáme otázku, *Jaký je v tuto chvíli můj smysl života?* vnímáme toto téma jako filozofickou tematiku, která by neměla pouze projít naší *hlavou*, ale měla by nás do značné míry ovlivnit a donutit nás k hlubšímu zamyšlení (Bytčanková, 2021). Z tohoto důvodu nacházíme základy uvažování nad smyslem života v existenciální filozofii a psychologii. Smysl života je považován za fenomén, který svou tematikou oslovil významné filozofy, psychology, pedagogy, lékaře a další odborníky. „Otázka po smyslu života se jeví zvláště těžkou, když má odpověď obsahovat i perspektivu vyššího cíle. Pak je k zodpovězení potřebné mít víru, sebevědomí nebo „životní elán“. Neohraničenost této otázky a stálá nutnost hledání smyslu může totiž člověka obrátit o odvalu a on pak snáze podlehnout prázdnotě či upadnout na duchu.“ (Tavel, 2007, s. 11) „Problematika smyslu života patří k notoricky obtížně uchopitelným. Jedním z hlavních důvodů, pokud se omezíme na naši kulturněhistorickou situaci, pak může být nemalá skepse panující ve vztahu k existujícím odpovědím, a to náboženským či

<sup>1</sup> PRIGO University, Vítězslava Nezvala 1, 736 01 Havířov, E-mail: [maria.vasutova@prigo.cz](mailto:maria.vasutova@prigo.cz), [zuzana.miklusova@prigo.cz](mailto:zuzana.miklusova@prigo.cz)

filozofickým (k tradici), jež byly s to perspektivu smyslu mnohdy poskytnout. Jinými slovy řečeno, v moderních či postmoderních pluralistických společnostech se otázka smyslu života přesunula téměř zcela do oblasti soukromé či individuální sféry a je jen obtížně odlišitelná od otázky vkusu“ (Slováček, 2019)

### Definiční rámec životního smyslu

Postoje a hodnoty jsou primární prameny smysluplnosti života, které vznikají a formují se během průběhu celé naší životní dráhy. Podle Tavela (2007) je nesnadné vymezit podstatu života a určit jeho smysl. Halama (2007) upozorňuje na velmi obsáhlou terminologii. Můžeme se setkat např. s pojmy: *životní cíle*, *smysl existence*, *životní smysl*, *smysl v životě*, *osobní smysl* a další. (V anglickém jazyce například *meaning of life*, *personal meaning*, *existential meaning* a další). Reker a Wong vytvořili jednu z prvních definic smyslu života (1988, In Křivohlavý, 2006). Smysluplnost života vymezili jako **hodnotu**, kterou přisuzujeme odehrávajícím se událostem v běhu života, ale taktéž významu vlastní existence. Halama (2000, str. 233) tvrdí: „Smysl života je dynamický konstrukt, charakterizovaný ne jako statický systém, ale jako neustálý proces konstruování a rekonstruování hodnotového systému, stejně jako interpretace a reinterpretace života a životních událostí.“ Halama také popisuje dva významy pojmu smysl: První význam je spojen s pochopením, poznáním a vysvětlením životních událostí. Druhý význam obsahuje přítomnost důležitých, zvláště pak klíčových cílů a hodnot v životě člověka.

Yalom (2004) považuje **smysl života a cíl života** za jedno a totéž. Längle (2002, s.11) si klade například tyto otázky: 1) *Co rozumíme smyslem?* Tvrdí, že hledání smyslu spočívá za prvé **ve svobodě člověka** a v jeho otevřenosti, za druhé **v rozdílné hodnotě věcí** a za třetí **v neustálé změně situací**. 2) *Je člověk opravdu svobodný?* Odpovídá, že život je tvůrčím úkolem, svoboda a následky předchozích rozhodnutí“. Tři cesty: zážitkové hodnoty, tvůrčí hodnoty a postojové hodnoty), které můžeme nazvat „**hlavní cesty ke smyslu**“, spojuje výrok, že život v sobě chová za všech okolností a až do posledního dechu možnosti smyslu (Längle, 2002).

Smysl života je to, co si uvědomujeme, když víme, proč žijeme. Je to chvíle, okamžik v našem životě, kdy se konečně staneme plně sami sebou, kdy se znovu narodíme...! Šprtová (2013) uvádí, že zdraví spočívá ve schopnosti užívat si radosti života a pracovat. Podotýká však, že toto tvrzení není až tak zcela pravdivé, neboť nesmíme zapomenout na to, že důležitou součástí života je též schopnost *trpět* (Šprtová, 2013).

Touto myšlenkou se zabývala v dějinách řada velkých myslitelů. Viz evangelium podle Jana 3, 3-6: „*Ježíš mu odpověděl: „Amen, amen, pravím tobě, nenarodí-li se kdo znovu, nemůže spatřit království Boží.“ Nikodém mu řekl: „Jak se může člověk narodit, když už je starý? Nemůže přece vstoupit do těla své matky a podruhé se narodit.“ Ježíš odpověděl: „Amen, amen, pravím tobě, nenarodí-li se kdo z vody a z Ducha, nemůže vejít do království Božího. Co se narodilo z těla, je tělo, co se narodilo z Ducha je duch“.* (Bible, 1995, NZ s. 93)

## II. Strukturální komponenty smyslu života

Existují různé koncepce komponentů smysluplnosti života. Halama (2000, In Havelková, 2017) popisuje dvoufaktorovou koncepci smysluplnosti života. První oblastí rozumí *Chápání světa jako uspořádaného obrazu*. Souvisí s prožíváním a vnímáním jedince. Popisuje to, s čím se člověk setkává, a to, co se s ním děje. Druhou oblastí je *uskutečňování vymezených cílů*. Zde patří zaměřenost na cíl i jednání, které mají k cíli vést. Významný je také model Shapira (1988, Tavel, 2007 In Havelková, 2015), který rozlišuje dva faktory: **faktor významnosti**, jenž se týká životních cílů, záměrů a úloh. Týká se toho, co je v životě významné a důležité. Druhým je **faktor porozumění**, vztahující se k celkovému pocitu koherence a pořádku. Jde o rámec, v němž si jedinec vysvětluje svět, své místo v něm a také odehrávající se události. Thompson a Janigian (1988, In Halama, 2007) se svou teorií životních schémat rovněž patří ke dvojdimenzionálním konceptům. Rozlišují smysl pro pořádek, který vyjadřuje chápání světa jako uspořádaného a koherentního, a existenci životního cíle, kam spadá přítomnost cílů, životní plány a důvody pro život. Mezi nejnámější trojkomponentové

modely smyslu života patří model Reker a Wonga, jenž obsahuje komponent **kognitivní, motivační a afektivní**.

Tavel (2007, In Havelková, 2015) uvádí čtyřkomponentový model smysluplnosti života, který se skládá z **intelektuálního** komponentu, jenž se týká přirozenosti lidského života, prostředí a osobních cílů; z **emocionálně-citového** komponentu, který se vztahuje ke schopnosti poznat sám sebe a své hodnoty; z **volně-snahového** komponentu, souvisejícího se schopností zaujímat postoje a vytvářet vlastní cíle, a z **existenciálně-činnostního** komponentu, který se vztahuje k vlastní existenci smysluplnosti života, k příčinám jeho pocíťování a k angažovanosti při jeho rozvoji. V rámci našeho textu a námi vybraných empirických šetření jsme se zaměřily na sledování těchto komponentů:

**1) Afirmace života** se vztahuje k lásce k životu, k touze a snaze žít. Výraz afirmace pochází z latinského *afirmatio* a znamená *potvrzení, schválení, rozpoznání, uznání, souhlas, konsenzus*. Afirmace zahrnuje odvahu žít, důvěru v sebe sama, ve svůj život či sílu k žití, jež směřuje k zachování sebe a zároveň obsahuje snahu o rozvoj vlastní osobnosti. Přijetí a potvrzení života znamená akceptaci vlastní existence, ve svém důsledku se všemi jeho pozitivy i negativy. **2) Sebeakceptace** vyjadřuje přijetí sebe sama (sebepotvrzení) ve veškerých osobnostních rozměrech, což určuje vztah člověka k sobě samému. Sebepotvrzení je nejdůležitějším regulačním konstruktem, který se týká jedincova pojetí osobnosti. Sebepotvrzení hraje důležitou roli při udržování emocionální rovnováhy a patří mezi faktory, jež podmiňují lidské sociální fungování v rámci fyzické, psychické, sociální a spirituální dimenze. **Fyzická dimenze** zahrnuje akceptaci vzhledu či pohlaví. **Sociální dimenze** zahrnuje vztahy k jiným lidem. **Psychická dimenze** zahrnuje intelektuální a emocionální růst. **Spirituální dimenze** se obrací na základní osobní atributy včetně schopností usuzovat, na sebeuvědomění, na vlastní identitu a kontinuitu (nebo subjektivitu), na svobodu a záměrnost, odpovědnost, kreativnost (transcendenci), na důstojnost, intimitu a soukromí (Vašutová, 2019). **3) Vnímání cílů** (aspirace) jsou součástí budoucí vize o sobě samém, jež souvisí s prožíváním a sebeúctou, ale taktéž s kognitivní a emocionální stránkou osobnosti. Pomáhají konstruovat adekvátní strategie a podporují sebmobilizaci a sebekontrolu. Cíle a aspirace ovlivňují (jak pozitivně, tak i negativně) jedincovu výkonnost, proces učení a schopnost jednat. Během těžkých životních událostí mohou cíle sloužit jako **naděje**. Životní cíle jsou odrazem toho, čeho chce člověk dosáhnout, co je pro něj důležité a co si přeje. Obecně lidé oceňují to, co vnímají pozitivně a co se k nim bezprostředně vztahuje. Základem cílů a aspirací jsou **hodnoty**, které jedinec uznává a akceptuje. Životní cíle souvisejí s tím, co je pro člověka samotného důležité, po čem touží a čeho chce dosáhnout. **4) Vnímání svobody** (v kontextu smyslu života) je interpretováno jako nezávislost, kreativita, volba (možnost výběru), sebeurčení a hodnota. Svoboda není volnost od něčeho, ale volnost k něčemu. Je to možnost člověka svobodně volit odpovědnost za svůj osud. Dále jsme sledovaly tyto dvě komponenty. **5) Vnímání budoucnosti** a komponent **6) Postoj ke smrti**. Během své životní cesty člověk neustále vyhodnocuje míru reálnosti toho, co se mu může stát v blízké i vzdálené budoucnosti. Začíná si klást otázky týkající se nejen toho, jak má žít, ale také toho, co se stane, co jej čeká, případně co se bude dít po jeho smrti. Uvědomuje si, co se mu může přihodit, čeho je schopen sám dosáhnout, a také toho, že lidský život je konečný. Vnímání budoucnosti je u každého z nás jiné (záleží též na věku), závisí na vnímání a hodnocení současného stylu života i na tom, zda jej chce člověk změnit. Budoucnost je spjatá s nadějami a očekáváním, což je důležité pro hodnocení svého vlastního života. Člověk přemýšlí a klade si otázky spojené s nejednoznačností života. To pramení z jedincova hledání a přemýšlení o své slabosti, o svých životních omezeních a o předurčení ke smrti. Jedinec, jenž má osvojeny tyto uvedené otázky a nalezl k nim emocionální postoj, má východisko pro vybudování pocitu životního smyslu. Ten má však regulační povahu a podmiňuje jej:

- autonomie jedince a stabilita jeho chování,
- nezávislost jedince na okolí, jeho růst a jeho kreativita,
- zkušenost s životními cíli a životními cestami včetně jedincovy síly při jednání v krizi a těžkých situacích (Vašutová, 2019).

### III. Výzkumné studie zaměřené na zkoumání souvislostí mezi vnímáním smyslu života a vybranými osobnostními charakteristikami jedince

Výzkumná šetření, zabývající se tématy smyslu, respektive smysluplnosti života a osobnosti, realizovala v minulosti řada výzkumníků. Mezi nejvýznamnější zjištění lze řadit souvislost mezi smyslem života a vybranými osobnostními charakteristikami. Například neuroticismus, extraverte, otevřenost vůči zkušenosti, přívětivost a svědomitost, a to u různých skupin respondentů. I když autoři těchto výzkumů použili různé metody pro zjištění úrovně prožívaného smyslu života (smysluplnosti života) a různé varianty osobnostního inventáře například v rámci Big Five, dospěli téměř ke shodným výsledkům.

Souvislostí mezi prožívaným smyslem života a pěti osobnostními dimenzemi v pojetí NEO-FFI se zabýval Halama (2005). K šetření použil dotazník NEO-FFI, Rekerův Index osobního smyslu (PMI) a vlastní Škálu životní smysluplnosti (LMS). Souvislosti mezi skóre v NEO-FFI a PMI a mezi skóre NEO-FFI a LMS byly posuzovány dle koleračních koeficientů. Vztah mezi osobnostními faktory a smysluplnou existencí zkoumaly Stempelová a Čmáriková (2004). Ke svému výzkumu použily dotazník NEO-FFI a Existenciální škálu ESK, jejíž hlavním autorem je Alfred Längle. Jejich výzkum prokázal negativní korelaci mezi existenciálními charakteristikami a neuroticismem a pozitivní korelace mezi existenciálními charakteristikami a osobnostními faktory extraverte, přívětivosti a svědomitosti.

Výzkum, zaměřující se na zjištění kladných postojů k životu (obdoba životního smyslu), realizovali v roce 2005 Mascaro a Rosen. Bylo zjištěno, že existují korelace mezi existenciálním smyslem života a osobnostními faktory jedince. Na dva základní aspekty smyslu života – pocit smyslu a zdroj smyslu života, v souvislosti s osobnostními charakteristikami, se ve výzkumném šetření zaměřili Schellová a Becker (2006). Jejich výzkumné šetření prokázalo, že lidé otevření, extravertní, hledají smysl života ve výzvách, svobodě a zábavě, ve vlastním rozvíjení se a výkonu. Šetření rovněž prokázalo pozitivní korelaci mezi spiritualitou a neuroticismem.

Blatný, Millová, Jelínek a Osecká (2010, In Schottnerová, 2013) zkoumali životní smysluplnost v souvislosti s osobnostními charakteristikami. Bylo zjištěno, že životní smysluplnost souvisí s dimenzemi jako je vytrvalost, pracovitost, tížadostivost, cílevědomost a perfekcionismus (podobný faktorů svědomitost v rámci Big Five). Řada výzkumníků se ve svých pracích zaměřovala na zjištění souvislostí mezi zdroji smyslu života a osobnostními faktory. Například ve výzkumu Lavigne, Hofmana, Ringa, Rydera a Woodwarda (2013), kteří zvolili metodiku osobnostního dotazníku the Big Five Aspects Scale (BFAS) a Dotazník zdrojů smyslu v životě (the Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire) bylo zjištěno, že vysokoškolští studenti, kteří dosáhli vysokého skóre ve faktorech svědomitost a extraverte, odvozují smysl života z úspěchů, ze spokojenosti v rodině či ze svého zdraví. Naproti tomu studenti dosahující vysokého skóre ve faktoru otevřenost vůči zkušenostem odvozují smysl života z tradic a ze zvyků. Některé výsledky výzkumných studií poukazují rovněž na fakt, že jedinci, nejistí svým směřováním, vykazují vyšší míru depresí.

### IV. Komparace výzkumných studií zaměřených na hodnotu životního smyslu u studentů, seniorů a pracovníků pomáhajících profesí

#### PŘEDMĚT VÝZKUMNÝCH STUDIÍ

Předmětem sledovaných empirických výzkumů bylo reflektovat celkovou úroveň životního smyslu (dále jen ŽS) a určit, které komponenty smyslu života spolupodmiňují hodnotu životního smyslu. Sledovaly jsme tyto komponenty: *afirmaci života, sebeakceptaci, cíle a aspirace, pocit svobody, vnímání budoucnosti a postoje ke smrti*.

#### ZVOLENÁ METODIKA

Ve všech sledovaných výzkumech byl použit Dotazník smyslu života – TEST PIL (Purpose in Life Test). Tento test je někdy překládán jako Test životních cílů. Byl poprvé publikován v roce 1964

autorskou dvojicí J.C.Crumbaughem a L.T.Maholickem. Je znázorněním jejich úsilí zachytit myšlenky V.E. Frankla a sestavit je do otázek, jež by byly relevantní pro zjišťování smysluplnosti života. V České republice byl Dotazník PIL poprvé využit v roce 1967 S.Kratochvílem a D.Dufkovou při výzkumu existencionální frustrace u studentů vysokých škol (Křivohlavý, 2006, In Havelková, 2015). V Polsku byla tato metoda využívána zejména E. Ryś a K. Mauschem.

## SLEDOVANÉ VÝZKUMNÉ SOUBORY

Tabulka 1 Charakteristika sledovaných výzkumů

Autor/ka výzkumu	Cílová skupina	Počet respondentů
<b>Bartošová, 2019</b>	Studenti VŠ - Opava	107
<b>Panáček, 2010</b>	Studenti VŠ - Ostrava	302
<b>Havelková, 2017</b>	Studenti SŠ, SSOŠ bez maturity, GY - Rýmařov	218
<b>Machátová, 2013</b>	Studenti SŠ	120
<b>Panáček, 2012</b>	Studenti SŠ	1094
<b>Schottnerová, 2011</b>	Studenti SŠ, GY	131
<b>Bolková, 2011</b>	Senioři - samostatně žijící	100
<b>Kocman, 2013</b>	Senioři v Domově pro seniory	100
<b>Kocman, 2013</b>	Senioři využívající pečovatelskou službu	100
<b>Bytčánková, 2021</b>	Pracovníci ve zdravotnictví	120
<b>Celkem</b>		<b>2392</b>

Zdroj: Vašutová, Miklušová (2021).

## VÝLEDNÁ ZJIŠTĚNÍ ZAMĚŘENÁ NA HODNOTY ŽIVOTNÍHO SMYSLU

Tabulka 2 Hodnota životního smyslu – studenti vysokých škol

	STUDENTI VŠ - Ostrava			STUDENTI VŠ - Opava		
	PANÁČEK (2012)			BARTOŠOVÁ (2019)		
Úroveň smyslu života	Počet respondentů	%	Hodnota životního smyslu	Počet respondentů	%	Hodnota životního smyslu
<b>Velmi nízká úroveň</b>	193	14,4	<b>86,21</b>	37	34,5	<b>75,7</b>
<b>Nižší úroveň</b>	178	13,28	105,64	43	40,2	101,3
<b>Vyšší úroveň</b>	199	14,85	115,56	24	22,5	111,8
<b>Velmi vysoká úroveň</b>	163	12,16	<b>125,93</b>	3	2,8	<b>121</b>
	<b>733</b>	<b>100</b>	<b>Nižší úroveň 107,73</b>	<b>107</b>	<b>100</b>	<b>Nižší úroveň 102,4</b>

Zdroj: Panáček (2012), Bartošová (2019), Vašutová, Miklušová (2021).

Tabulka 3 Hodnota životního smyslu – studenti středních škol

		STUDENTI SSOŠ – BEZ MATURITY - Rýmařov			STUDENTI SOŠ, GY - Rýmařov		
		HAVELKOVÁ (2017)			HAVELKOVÁ (2017)		
Úroveň života	smyslu	Počet respondentů	%	Hodnota životního smyslu	Počet respondentů	%	Hodnota životního smyslu
Velmi nízká úroveň		23	40,35	86,61	80	34,5	72,2
Nižší úroveň		9	15,79	105,38	38	23,6	104,6
Vyšší úroveň		16	28,07	115,63	22	13,66	111,8
Velmi vysoká úroveň		9	15,79	129	21	13,04	121
		57	100	Nižší úroveň 103,24	161	100	Nižší úroveň 102,4

Zdroj: Havelková (2017), Vašutová, Miklušová (2021).

Tabulka 4 Hodnota životního smyslu – senioři

		SENIŘI			SENIŘI			SENIŘI		
		SAMOSTATNĚ ŽIJÍCÍ			DOMOV DŮCHODCŮ			PEČOVATELSKÁ SLUŽBA		
		BOLKOVÁ (2011)			KOCMAN (2013)			KOCMAN (2013)		
Úroveň života	smyslu	Počet resp.	%	Hodnota životního smyslu	Počet resp.	%	Hodnota životního smyslu	Počet resp.	%	Hodnota životního smyslu
Velmi nízká úroveň		46	46	75,43	59	39,33	51,23	40	41,66	69,25
Nižší úroveň		19	19	106,05	48	32	101,15	35	36,45	102,25
Vyšší úroveň		18	18	114,5	23	15,33	111,52	11	11,45	113,52
Velmi vysoká úroveň		17	17	125,34	10	6,66	121,11	8	8,33	122,21
		100	100	Nižší úroveň 105,33	150	100	Velmi nízká úroveň 96,2	96	100	Nižší úroveň 101,81

Zdroj: Bolková (2011), Kocman (2013), Vašutová, Miklušová (2021).

Tabulka 5 Hodnota životního smyslu – pracovníci pomáhajících profesí

	PRACOVNÍCI POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍ		
	BYTČÁNKOVÁ (2021)		
Úroveň smyslu života	Počet resp.	%	Hodnota životního smyslu
Velmi nízká úroveň	41	34,16	<b>83,5</b>
Nižší úroveň	28	23,33	109,5
Vyšší úroveň	23	19,16	118,2
Velmi vysoká úroveň	28	23,33	<b>0</b>
	120	100	<b>Velmi nízká úroveň 77,8</b>

Zdroj: Bytčánková, (2021), Vašutová, Miklušová (2021).

## VÝSLEDNÁ ZJIŠTĚNÍ ZAMĚŘENÁ NA KOMPONENTY ŽIVOTNÍHO SMYSLU

Tabulka 6 Komponenty životního smyslu – VŠ Ostrava

Zvolené komponenty 140 bodů	Panáček – VŠ/FSS (2010) Hodnota ŽS 107,31		Panáček – VŠ/PdF (2010) Hodnota ŽS 105,79		Panáček – VŠ/FF (2010) Hodnota ŽS 107,79	
	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů
<b>AFIRMACE ŽIVOTA</b> (8-56)	42,98	76,75	43,05	76,87	<b>43,8</b>	78,21
<b>SEBEAKCEPTACE</b> (3-21)	16,02	66,75	15,41	64,21	<b>16,06</b>	66,92
<b>VNÍMÁNÍ BUDOUCNOSTI</b> (2-14)	11,79	84,21	11,67	83,36	<b>11,96</b>	85,43
<b>POSTOJ KE SMRTI</b> (2-14)	<b>9,93</b>	70,93	9,44	67,43	9,41	67,21
<b>VNÍMÁNÍ CÍLŮ</b> (3-21)	<b>16,52</b>	68,83	15,83	65,96	16,17	67,37
<b>VNÍMÁNÍ SVOBODY</b> (2-14)	10,07	71,93	10,39	74,21	10,39	74,21

Zdroj: Panáček (2010), Vašutová, Miklušová (2021).

Tabulka 7 Komponenty životního smyslu – SŠ (Schottnerová, Panáček, Machátová)

Zvolené komponenty 140 bodů	Schottnerová - SŠ, Gy (2011) Hodnota 103,52		Panáček - SŠ (2012) Hodnota 75,42		Machátová - SŠ (2013) Hodnota 96,38	
	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů
<b>AFIRMACE ŽIVOTA</b> (8-56)	40,96	73,14	39,84	71,14	38,85	69,38
<b>SEBEAKCEPTACE</b> (3-21)	15,65	65,21	15,5	73,81	<b>11,99</b>	49,96
<b>VNÍMÁNÍ BUDOUCNOSTI</b> (2-14)	11,32	80,86	<b>10,69</b>	76,36	10,89	77,57
<b>POSTOJ KE SMRTI</b> (2-14)	9,46	67,57	9,39	67,07	9,16	65,43
<b>VNÍMÁNÍ CÍLŮ</b> (3-21)	15,75	65,63	nezkoumáno	nezkoumáno	15,3	63,75
<b>VNÍMÁNÍ SVOBODY</b> (2-14)	10,38	74,14	nezkoumáno	nezkoumáno	10,19	72,79

Zdroj: Schottnerová (2011), Panáček 2012), Machátová (2013), Vašutová, Miklušová (2021).

Tabulka 8 Komponenty životního smyslu – SŠ (Havelková)

Zvolené komponenty 140 bodů	Havelková - SSOŠ bez maturity (2017) Hodnota 103,23		Havelková - SOŠ, GY (2017) Hodnota 102,4	
	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů	Průměr komponentu	% z celkového počtu bodů
<b>AFIRMACE ŽIVOTA</b> (8-56)	40,61	72,52	38,3	68,39
<b>SEBEAKCEPTACE</b> (3-21)	15,61	65,04	14,56	60,67
<b>VNÍMÁNÍ BUDOUCNOSTI</b> (2-14)	10,96	78,28	10,7	76,43
<b>POSTOJ KE SMRTI</b> (2-14)	<b>9,07</b>	64,78	9,36	66,86
<b>VNÍMÁNÍ CÍLŮ</b> (3-21)	16,28	67,83	<b>14,82</b>	61,75
<b>VNÍMÁNÍ SVOBODY</b> (2-14)	<b>10,7</b>	76,43	<b>9,87</b>	70,5

Zdroj: Havelková (2017), Vašutová, Miklušová (2021).



## SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ

Níže stručně (vzhledem k rozsahu příspěvku) popíšeme některá výsledná data. Odborná literatura uvádí, že „*zdravá, normální*“ osobnost má výsledné skóre nad 100 bodů, to znamená, že se pohybuje v pásmu nižší úrovně (hranice pásma 101-110 bodů). Jedinci dosahující hodnoty nižší než 100 bodů, tzn. pásmo velmi nízké úrovně, pak řadí do klinických skupin. Například alkoholiky (průměrné skóre 95), závislé jedince (průměrné skóre 75) či jedince se suicidiálními tendencemi (průměrné skóre 65 bodů).

Průměrné skóre ŽS u studentů na **VŠ v Ostravě** se pohybuje v pásmu nižší úrovně s hodnotou 107,73 bodů. Rovněž průměrné skóre ŽS u studentů na **VŠ v Opavě** se pohybuje v pásmu nižší úrovně, avšak jeho hodnota je nižší - 102,4 bodů. Tento rozdíl je podmíněn zejména nižšími hodnotami ve všech úrovních, a tím, že 34,5 procenta respondentů, dle jejich odpovědí, se pohybuje v pásmu velmi nízké úrovně ŽS, a pouhých 2,8 procenta respondentů v pásmu velmi vysoké úrovně ŽS. **Celkové skóre životního smyslu u vysokoškolských studentů se pohybuje v pásmu nižší úrovně s hodnotou 107,31.**

Průměrné skóre ŽS u studentů na **středních školách** (výzkumy Havelkové,) se pohybuje rovněž v pásmu nižší úrovně. Nejnižší hodnotu ŽS mají studenti středních škol s maturitou - 102,4 bodů, tj. pásmo nízké úrovně. Tento rozdíl je podmíněn nižšími hodnotami ve všech úrovních, a tím, že se téměř 35 % respondentů, dle jejich odpovědí, pohybuje v pásmu velmi nízké úrovně ŽS; hodnota 72,2 bodů. **Celkové skóre životního smyslu u středoškolských studentů se pohybuje v pásmu nižší úrovně s hodnotou 102,82.**

Průměrné skóre ŽS u **seniorů**, žijících v domácím prostředí, se pohybuje v pásmu nižší úrovně s hodnotou 105,33 bodů. Senioři, žijící v domácím prostředí, avšak využívající pečovatelských služeb se řadí rovněž do pásma nižší úrovně vnímání životního smyslu, avšak s nižší hodnotou 101,81 bodů (na hranici normality) **Senioři, kteří žijí v domovech pro seniory**, dosáhli hodnot spadajících do pásma velmi nízké úrovně - **96,2 bodů**. Tento rozdíl je podmíněn nižšími hodnotami ve všech úrovních, a tím, že pouhých 6,66 procent respondentů se zařadilo do pásma velmi vysoké úrovně ŽS a 15,33 procent do pásma vyšší úrovně ŽS. **Celkové skóre životního smyslu u seniorů se pohybuje v pásmu nižší úrovně s hodnotou 101,11**, avšak již na hranici velmi nízké úrovně životního smyslu.

**Celkové skóre životního smyslu u pracovníků pomáhajících profesí má nejnižší hodnotu ze všech sledovaných skupin.** Pohybuje se v pásmu velmi nízké úrovně (hranice 100) s hodnotou **77,8 bodů**. Žádný z těchto respondentů nevnímá svůj životní smysl v pásmu velmi vysoké úrovně ŽS.

Naše výsledky korespondují i s některými zahraničními studii. E.Ryś (2007) provedla výzkum u 683 studentů pedagogiky na Univerzitě ve Štětíně v Polsku. Tito respondenti dosáhli průměrného skóre 109,5 bodů. Ziaková a kol. (2014) provedla pomocí PIL metodiky výzkum u 130 mladých lidí (nezaměstnaní a studenti) ve věku 15-26 let. Průměrné celkové skóre u nezaměstnaných 65 jedinců bylo 83,63, u studentů bylo skóre mnohem vyšší - 110,83 (tj. na hranici vyšší úrovně). Schulenberg, Schnetzer a Buchanan (2010) provedli výzkum u 298 studentů ve věku 18-48 let. Tito studenti psychologie navštěvující univerzitu v USA dosáhli hodnoty 107,99.

Celková hodnota životního smyslu se váže na hodnoty v rámci sledovaných vybraných komponentů.

- **Komponent afirmace života**, to je potvrzení a zejména přijetí života takového, jaký je. Vztahuje se k lásce k životu, k touze a odvaze žít. Vyjadřuje důvěru v sebe sama a ve svůj život se všemi pozitivními i negativními stránkami života. Nejvyššího skóre v komponentu afirmace dosahují respondenti z řad studentů VŠ/FF: průměr komponentu 43,8 (78,21 %). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad studentů ve středních školách s maturitou (Havelková, 2017): průměr komponentu 38,3 (68,39 %).
- **Komponent sebeakceptace** neboli sebezpotvrzení hraje důležitou roli při udržování emocionální rovnováhy osobnosti jedince. Tento faktor podmiňuje lidské sociální fungování v rámci fyzické, psychické, sociální a spirituální dimenze. Nejvyššího skóre v komponentu sebeakceptace

dosahují respondenti z řad studentů na VŠ/FF průměr komponentu 16,06 (66,92 %). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad studentů středních škol ve výzkumu Machátové (2013): průměr komponentu 11,99 (49,96 %).

- Pro hodnocení vlastního života (zdali má můj život smysl) je důležité **vnímání budoucnosti**, které je spojené s nadějemi a s očekáváním něčeho nového. Člověk si začíná uvědomovat, co se mu může přihodit, čeho je schopen sám dosáhnout, a také toho, že lidský život je konečný. Zralá osobnost je schopna **přijmout smrt** jako součást života. Vnímání budoucnosti a postoj ke smrti musí být chápán i z hlediska biodromální psychologie. Je u každého jiný, protože každý jedinec se nachází v určité etapě své životní dráhy. Nejvyššího skóre v komponentu vnímání budoucnosti dosahují respondenti z řad studentů na VŠ/FF: průměr komponentu 11,96 (85,43%). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad středoškolských studentů ve výzkumu Panáčka (2012): průměr komponentu 10,69 (76,36%).
- Nejvyššího skóre v komponentu **postoj ke smrti** dosahují respondenti z řad studentů na VŠ/FSS: průměr komponentu 9,93 (70,93 %). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad studentů na SSOŠ (bez maturity): průměr komponentu 9,07 (64,78 %).
- **Cíle a aspirace** jsou součástí budoucí vize o sobě samém, která souvisí s prožíváním a sebeúctou, ale taktéž s kognitivní a emocionální stránkou osobnosti. Ovlivňují jak pozitivně, tak i negativně jedincovu výkonnost, proces učení a schopnost jednat. Nejvyššího skóre v komponentu vnímání cílů (aspirace) dosahují respondenti z řad studentů na VŠ/FSS: průměr komponentu 16,52 (68,83%). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad studentů na SOŠ, GY (s maturitou): průměr komponentu 14,82 (61,75%).
- **Pocit svobody** (v kontextu smyslu života) je chápán jako nezávislost, kreativita, možnost volby a přijetí odpovědnosti za svůj život (osud). Nejvyššího skóre v komponentu pocit svobody dosahují respondenti z řad studentů SSOŠ bez maturity: průměr komponentu 10,7 (76,43%). Nejnižšího skóre dosahují respondenti z řad studentů na SOŠ, GY (s maturitou): průměr komponentu 9,87 (70,5%).

Analýza výsledků ukazuje, že studenti VŠ ve všech sledovaných komponentech dosahují vyšších hodnot než studenti SŠ, vyjma komponentu vnímání svobody. Studenti vysokých škol pozitivněji přijímají a akceptují svůj život. Positivněji vnímají i svou budoucnost, která je spojena s jejich budoucími nadějemi a očekáváním. Vyššího skóre dosahují i v komponentu vnímání svých cílů, tzn. toho čeho chtějí v životě dále dosáhnout. Cíle jsou úzce spojeny s rozvojem jejich osobnosti, zejména s rozvojem jejich kognitivní a emocionální stránky. Vyššího skóre dosahují v komponentu postoj ke smrti než studenti středních škol (více si již uvědomují, že lidský život je konečný). Nižšího skóre dosahují v komponentu vnímání svobody, tzn. svobodně přebírat odpovědnost za své činy (osud).

## V. Závěr

Cílem našeho šetření bylo popsat úroveň a hodnotu životního smyslu u vybraných cílových skupin. Vysokoškolská studenti, středoškolská studenti, senioři žijící v domácím prostředí a senioři s pečovatelskou péčí, se pohybují v pásmu nižší úrovně životního smyslu (dosahované skóre se pohybuje v oblasti normality). Pouze respondenti žijící v domově pro seniory a pracovníci v pomáhajících profesích ve zdravotnictví se pohybují pod hranicí normality, přičemž nejnižší hodnota smyslu života byla zaznamenána právě u těchto pracovníků pomáhajících profesí. Jejich hodnota čítá pouze 77,8 bodů. Dá se předpokládat, že tento výsledek mohl být ovlivněn začínající koronavirovou pandemií na jaře roku 2020, kdy byl výzkum proveden. Analýza výsledných dat, vážících se k hodnotám vybraných komponentů, koresponduje s některými výsledky polských studií. Polská kolegyně Ewa Ryś dospěla například k těmto závěrům: Osoby, které prožívají **velmi vysokou úroveň** pocitu smyslu života, nemají psychické (spirituální) problémy, jež by se odrážely v negativním postoji ke smrti. Osoby, které prožívají **vyšší úroveň** pocitu smyslu života, někdy mívají psychické (spirituální) problémy v postoji ke smrti. Osoby, které prožívají **nižší úroveň** pocitu smyslu života, mají z pravidla psychické (spirituální) problémy vztahující se zejména v postoji ke smrti a následně k afirmaci, k pocitu svobody a k cílům ve svém životě. Osoby, které prožívají **velmi**

**nízkou úroveň** pocitu smyslu života, mají psychické (spirituální) problémy vztahující se k jejich postoji ke smrti a následně ke všem sledovaným komponentům (k afirmaci, k sebeakceptaci, k pocitu svobody, k cílům a aspiracím ve svém životě a k vnímání své budoucnosti. Smysl života je specifický pro každého jedince, je ovlivněn především dětstvím a dospíváním, výchovou v rodině a ve škole, vzděláváním, socializací a sociálním životem v dané společnosti. Modalitty smyslu života souvisejí i s řadou somatických, psychických a psychologických uspořádání jedince a mohou být doprovázeny psychickými problémy a poruchami, což potvrzují teze o *bio-psycho-socio-spirituální jednotě lidské osobnosti*.

Hlubší analýzou celkového skóre životního smyslu ve vztahu k vybraným komponentám se budeme zabývat i v rámci podaného projektu GAČR s názvem *Perception of the Meaning of Life and Life Satisfaction in the Context of the Psychological Burden Placed on Pedagogues During a Pandemic*, který podala Katedra sociálních věd a sociální politiky Vysoké školy PRIGO na jaře roku 2021. Tento výzkumný projekt je zaměřen na životní spokojenost, životní cíle a životní smysl v době koronavirové pandemie v kontextu psychické zátěže u učitelů v rámci primárního, sekundárního a terciárního vzdělávání.

## Literatura

- Bartošová, M. (2019). *Smysl života u studentů na vysokých školách*. Opava: FVP SU v Opavě.
- Bible, 1995, NZ s. 93.
- Blatný, M., Millová, K., Jelínek, M., a Osecká, T. (2010). *Životní smysluplnost: osobnostní souvislosti a antecedenty*. *Československá Psychologie*, 54(3), 225-234.
- Bolková, J. (2011). *Vybrané komponenty smyslu života seniorů*. Ostrava: FF OU.
- Bytčánková, J. (2021). *Modalitty smyslu života u pracovníků ve zdravotnictví v období stárnutí a stáří*. Opava: FVP SU.
- Halama, P. (2005). *Relationship between meaning in life and the big five personality traits in young adults and the elderly*. *Studia Psychologica*, 47(3), 167-178.
- Halama, P., & Dedova, M. (2007). *Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: Do they explain residual variance not predicted by personality traits?* *Studia Psychologica*, 49, 191-200.
- Halama, P. (2000). *Teoretické a metodologické přístupy k problematice zmyslu života*. *Československá psychologie*, 44(3), 216-236.
- Havelková, D. (2015). *Šikana a kyberšikana - aktuální sociálně patologické jevy ve školním prostředí*. Ostrava. FF OU.
- Havelková, D. (2017). *Životní smysluplnost u protagonistů kybernetické šikany na středních školách v Rýmařově*. Ostrava: FF OU.
- Kocman, T. (2013). *Smysl života starých lidí ve vztahu k poskytované péči*. Ostrava: FF OU.
- Křivohlavý, J. (2006). *Psychologie smysluplnosti existence. Otázky na vrcholu života*. Praha: Grada Publishin.
- Křivohlavý, J. (2006). *Psychologie smysluplnosti existence: otázky na vrcholu života*. Praha: Grada, Psyché (Grada).
- Längle, A. (2002). *Smysluplně žít: Aplikovaná existenciální analýza* (5. vyd.). Brno: Cesta.
- Lavigne, K. M., Hofman, S., Ring, A. J., Ryder, A. G., a Woodward, T. S. (2013). *The personality of meaning in life: Associations between dimensions of life meaning and the Big Five*. *Journal Of Positive Psychology*, 8(1), 34-43.
- Machátová, P. (2013). *Smysl života středoškolských studentů*. Ostrava: FFOU.

- Mascaro, N., a Rosen, D. H. (2005). *Existential Meaning's Role in the Enhancement of Hope and Prevention of Depressive Symptoms*. Journal Of Personality, 73(4), 985- 1014.
- Panáček, M. (2010). *Adjustační problémy ve vztahu ke smyslu života u vysokoškolských studentů*. Ostrava: FF OU.
- Panáček, M. (2012). *Vybrané komponenty životní smysluplnosti u protagonistů kyberšikany na ostravských středních školách*. Ostrava: FF OU.
- Rys, E. (2007). *Zaburzenia poczucia sensu życia w sytuacji zmiany społecznej. Studium empiryczne na przykładzie nauczycieli województwa zachodniopomorskiego* [Disturbed experience of the meaning of life in a changing social environment. Empirical study on the teachers from the West Pomeranian Voivodship]. In K. Mausch, E. Rys (ed.), *Patologia społeczna. Wybrane zagadnienia* [Social pathology. Selected topics]. Szczecin.
- Schnell, T., a Becker, P. (2006). *Personality and meaning in life*. Personality & Individual Differences, 41(1), 117-129.
- Schottnerová, M. (2011). *Smysl života v kontextu kyberšikany*. Ostrava: FF OU.
- Slováček, P. a Slováček Hagenová, V. (2019): *The Meaning of Life, Narrative Identity and Old Age*. Studia Aloisiana.
- Schulenberg, S., Schnetzer, L. a Buchanan, E. (2011). *"The Purpose in Life Test-Short Form: Development and Psychometric Support,"* Journal of Happiness Studies, Springer, vol. 12(5), pages 861-876, October.
- Stempelová, J., a Čmáriková, A. (2004). *Personality factors of the big five and self-esteem in existential analysis*. Studia Psychologica, 46(2), 137-143
- Šprtová, J. (2013). *Smysl lidského života*. Olomouc: PdF UP
- Tavel, P. (2007) *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla*, Praha: Triton
- Vašutová, M (2019).: *Modality životního smyslu jako subjektivní duševní lidská zkušenost*. In: *Proměny rodiny-Smrt jako součást života*. Opava: FVP Slezská univerzita v Opavě.
- Yalom, I. D. (2004). *Chvála psychoterapie: Otevřený dopis nové generaci psychoterapeutů a jejich pacientů* (2. vyd.). Praha: Portál.
- Žiaková, E. *Ako nájsť zmysel života v sociálnej práci s rizikovými skupinami*. Katedra sociálnej práce Filozofickej fakulty UPJŠ Košice. Košice, 2014.