ŠKÁLA ODPUŠTĚNÍ U VYSOKOŠKOLSKÝCH STUDENTŮ

Michal Bartoš, Tereza Fesslová, Aneta Kratochvílová, Anežka Margecínová

Schopnost vysokoškoláků přenést se přes minulá příkoří

Člověk je tvor společenský a není divu, že se ve svém mezilidském soužití často setkává se zraněním. Některé vztahy se po tomto incidentu zpřetrhají, a naopak jindy dojde k odpuštění a již vybudované vztahy mohou pokračovat. Pojem odpouštění lze definovat mnoha způsoby. Odborný význam je různě chápán ve výzkumu i mezi kliniky. Laikův význam slova je zaobalen sociokulturní zkušeností a často i jeho náboženským významem. Pro účely této práce můžeme pracovat s myšlenkovým průnikem těchto definic. McCullough (1997, cit. dle Křivohlavý, 2012, 282) říká, že „Odpuštěním se rozumí zvýšení naší vlastní (interní) motivace opravit a udržet vzájemný vztah poté, co byl poškozen bolestným činem druhé osoby.“ Proti tomu Enright společně s Human Development Study Goup (1991, cit. dle Enright et al., 1998) definují odpuštění jako ochotu vzdát se práva na zášť, negativní úsudky a na lhostejné chování vůči osobě, která nám ublížila. Odpuštění chápe jako pěstování nezaslouženého soucitu, velkorysosti, a dokonce lásky vůči dané osobě. Je to jeden ze způsobů, kterými může jedinec uzavřít křivdy a jiné záležitosti. Objekty odpuštění mohou být různé. Mohu odpouštět druhým, sám sobě nebo okolnostem a situacím (Kaleta & Mróz, 2018). Pro porovnání Křivohlavý (2012) vytvořil seznam šesti konceptů odpouštění: 1. Odpuštění jako interpersonální jev, 2. Odpuštění jako intrapersonální jev, 3. Odpuštění jako akt, kdy odpouštím sám sobě, 4. Odpuštění jako činnost, kdy odpouštím instituci, 5. Hledání odpuštění a poskytování odpuštění, 6. Hledání odpuštění u boha a odpuštění bohu. Podle Enrighta (1998) se ochota i schopnost odpouštět v průběhu života člověka mění. Obecný trend je takový, že se zralostí člověka a jeho zkušenostmi, schopností empatie, poznáním a překonáním sebe v generativitě, roste i míra odpuštění (Kaleta & Mróz, 2018). Na druhou stranu věk sám o sobě zůstává pouze faktorem, který přispívá k tomu, jak bude vypadat odpuštění v různých kapitolách života.

Tvorba položek

Při tvorbě položek jsme se nechali inspirovat výčtem konceptů Křivohlavého (2012) a prací Kaleta, Mróze (2018). Došlo k vytvoření 2 hlavních pilířů: *Odpuštění druhým lidem* a *Odpuštění sám sobě*.

Veškeré položky byly ve formě oznamovacích vět a respondent u každého tvrzení volil, v jaké míře souhlasí s následujícím tvrzením na 5 bodové škále:

Naprosto souhlasím – Spíše nesouhlasím – Nevím – Spíše souhlasím – Naprosto souhlasím

Test tvořilo 20 položek.

1) Často so vyčítám činy, kterých jsem se v minulosti dopustil/a.

2) Na chyby, kterých jsem se v minulosti dopustil/a, po čase dokážu nahlížet jako na přínosnou zkušenost.

3) S odstupem času dokážu přijmout chyby, kterých jsem se v minulosti dopustila.

4) Mé minulé činy jsou pro mě často zdrojem negativních emocí.

5) Cítím úlevu, když si dokážu odpustit za chyby, kterých jsem se v minulosti dopustil/a.

6) Je pro mě těžké přijmout sebe sama po tom, co má činnost nedopadne podle mých představ.

7) Často vůči sobě pociťuji zlost.

8) Řekl/a bych, že k sobě chovám pozitivní vztah, i přes chyby, kterých jsem se dopustil/a.

9) Uvědomuji si, že je důležité odpustit sám/sama sobě.

10) Trestám se za své minulé činy.

11) Jsem schopen/na se oprostit od negativních emocí, které prožívám vůči lidem, kteří mi ublížili.

12) S odstupem času jsem schopen/na obnovit vztah s lidmi, kteří mi ublížili.

13) Při neshodách s druhými lidmi se vracím k příkořím, které mi způsobili v minulosti.

14) Trestám druhé za příkoří, která mi způsobili, i přes to, že se mi již omluvili.

15) Když mi někdo ublíží, snažím se na situaci s odstupem času pohlížet jeh očima.

16) Jsem schopen/na přát lidem, kteří mi ublížili v životě úspěch.

17) V minulosti jsem se pomstil/a lidem, kteří mi ublížili.

18) Často přemýšlím nad tím, jak mi druzí ublížili.

19) Dá se říct, že bych byl/a schopen/na odpustit nevěru partnera.

20) Myslím si, že odpouštění je důležitou součástí mezilidských vztahů.

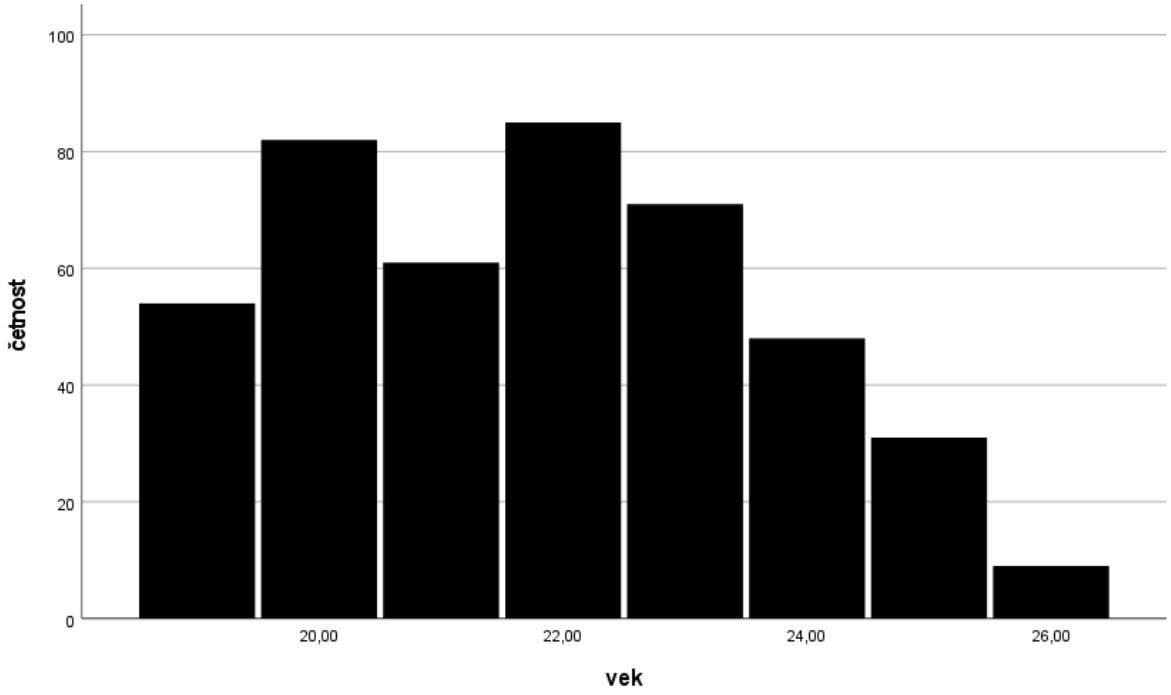
Položky 1, 4, 6, 7, 10, 13, 14, 17 a 18 jsou strukturované reverzně.

Položky byly rozděleny do dvou facet na základě prostudované literatury a následně tvořeny intuitivně, taktéž podle literatury a na základě diskusí v rámci realizačního týmu.

Výzkumný a standardizační soubor

Výzkumný soubor tvořilo 619 respondentů. Při vyplňování dotazníku jsme zaznamenávali i čas strávený zodpovězením. Na základě tohoto údaje jsme vyřadili 24 respondentů – všechny, kteří u dotazníku strávili méně než 70 sekund a více než 10 minut. Po vyřazení soubor tvořilo 595 respondentů. Věkové rozpětí souboru se pohybovalo od 15 do 69 let. Průměrný věk respondentů byl 25, 96 let (SD = 9). Co se týče rozložení pohlaví, 76,5 % (n = 455) respondentů bylo ženského pohlaví. Následně jsme vyřadili ještě respondenty, kteří nebyli ve věku naší cílové populace (vysokoškolští studenti). Po této úpravě nám zbylo 441 respondentů ve věku od 19 do 26 let (M = 21,79, SD = 1,87). Z toho 342 respondentů bylo ženského pohlaví (77,6 %), 99 (22,4 %) mužského.

Obrázek 1: Věkové rozložení respondentů



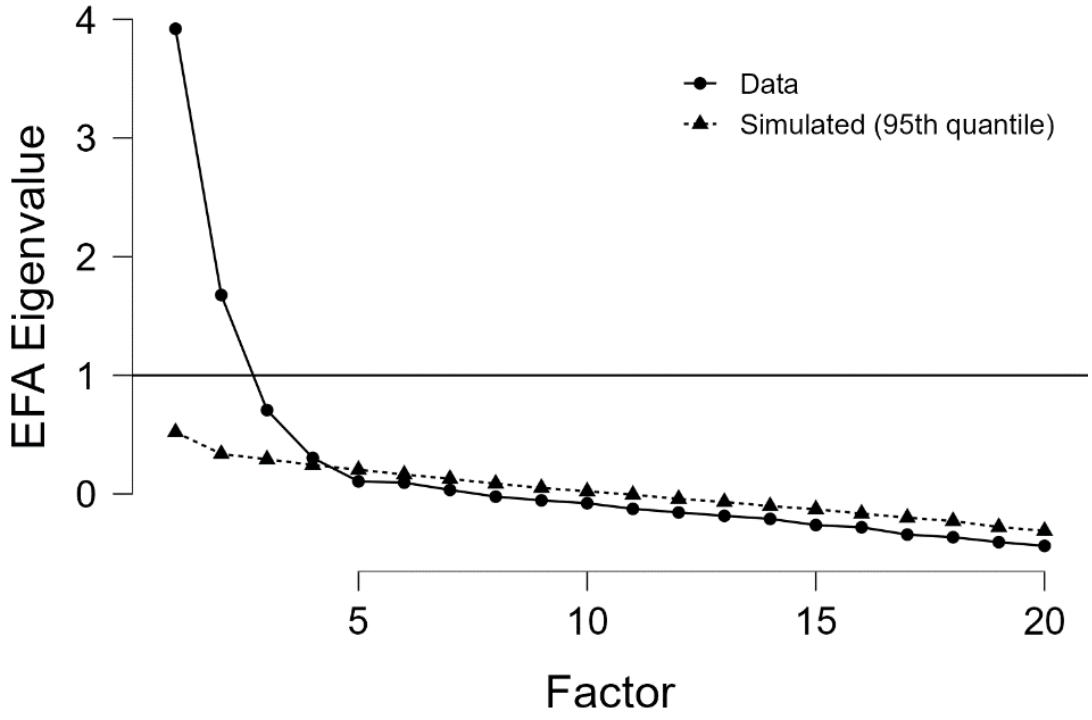
Faktorová struktura inventáře a výběr funkčních položek

V rámci dotazníku jsme na základě teorie předpokládali dvě subškály – Sebeodpuštění (1 – 10) a Odpuštění druhým (11 – 20). Na základě tohoto předpokladu jsme použili konfirmační faktorovou analýzu, abychom jej ověřili. CFA se ukázala být nedostatečně přesná ($\chi2 = 574{,}18$, $df = 169$, $p < 0{,}01$, CFI = 0,80, TLI = 0,77, RMSEA = 0,074).

Rozhodli jsme se proto provést explorační faktorovou analýzu, abychom pomocí ní našli novou lepší faktorovou strukturu. Jako nejlepší model se nám jevil dvoufaktorový model s vyřazenými položkami 2, 5, 9, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 20. V modelu jsme ponechali jen položky 1, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 14 a 16 – v takovém modelu byly hodnoty EFA konečně dostačující ($\chi2 = 51{,}06$, $df = 26$, $p < 0{,}01$, TLI = 0,96, RMSEA = 0,047).

Následně jsme s novou podobou naší škály (podle výsledků EFA) udělali znovu konfirmační faktorovou analýzu, tentokrát jen s položkami 1, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 14, 16. Výsledky CFA tak dosáhly dostačující hodnoty ($\chi2 = 68{,}36$, $df = 34$, $p < 0{,}01$, CFI = 0,97, TLI = 0,96, RMSEA = 0,048).

Obrázek 2: Scree Plot



Tabulka 1: Faktorové náboje EFA před vyřazením nehodících se položek

	Faktor 1	Faktor 2	Unicita
1	0.772	-0.130	0.474
2	0.242	0.242	0.833
3	0.451	0.123	0.734
4	0.748	-0.157	0.516
5		0.277	0.904
6	0.649		0.597
7	0.763	-0.154	0.495
8	0.643		0.544
9	0.226	0.229	0.852
10	0.706	-0.145	0.568
11		0.496	0.742
12		0.480	0.775
13	0.194	0.320	0.807
14		0.542	0.705
15	-0.280	0.634	0.671
16		0.614	0.663
17		0.282	0.924
18	0.368	0.225	0.744
19		0.350	0.871
20	-0.118	0.550	0.739

Pozn. 1: Použili jsme oblou promax rotaci.

Pozn. 2: Zobrazené jsou faktorové náboje vyšší než 0,15.

Tabulka 2: Faktorové náboje EFA po vyřazení nehodících se položek

	Faktor 1	Faktor 2	Unicita
1	0.743		0.476
3	0.436		0.766
4	0.711		0.524
6	0.628		0.602
7	0.737		0.476
8	0.632		0.548
10	0.673		0.563
11		0.583	0.659
14		0.422	0.808
16		0.713	0.525

Pozn. 1: Použili jsme oblou promax rotaci.

Pozn. 2: Zobrazené jsou faktorové náboje vyšší než 0,15.

Testové škály

Položková analýza nedosáhla dostačující hodnoty. McDonaldova ω celé škály dosáhla hodnoty 0,80 (M = 69,44, SD = 10,31). Subškála *Odpuštění sám sobě* měla rovněž uspokojivou hodnotu (McDonaldova ω = 0,84, M = 34,86, SD = 6,75), subškála *Odpuštění druhým lidem* však dosáhla nižší hodnotu (McDonaldova ω = 0,73, M = 34,58, SD = 5,90). Nejnižší korelaci s ostatními položkami vykazovaly v rámci celkové škály položky 2, 5, 9, 12, 13, 15, 17, 19, 20 (2, 9, 12, 13) r < 0,40; (5, 15, 17) , 19, 20) < 0,30). V rámci vlastní subškály dosáhly nejnižší korelace se zbytkem subškály položky 2, 5, 9 (r < 0,35) ze subškály *Odpuštění sám sobě* a položky 13, 15, 17, 18, 19, 20 (r < 0,40) ze subškály *Odpuštění druhým lidem*. Je tedy očividné, že některé položky spolu korelují jen velmi slabě.

Tabulka 3: Položková analýza

Položka	McDonaldova ω po vynechaní položky	Korelace s ostatními položkami	M	SD
1	0.791	0.508	2.660	1.262
2	0.795	0.364	3.995	0.929
3	0.790	0.440	3.884	0.880
4	0.793	0.467	2.741	1.207
5	0.802	0.234	4.091	0.856
6	0.787	0.491	2.828	1.218
7	0.792	0.480	3.032	1.328
8	0.782	0.555	3.707	1.086
9	0.796	0.336	4.444	0.782
10	0.793	0.445	3.476	1.232
11	0.798	0.377	3.029	1.123
12	0.800	0.340	3.370	1.060
13	0.794	0.392	3.129	1.130
14	0.797	0.402	3.918	1.061
15	0.811	0.208	3.526	1.104
16	0.801	0.356	3.585	1.105
17	0.808	0.188	3.846	1.171
18	0.787	0.470	3.197	1.256
19	0.805	0.267	2.506	1.218
20	0.801	0.292	4.474	0.697

Následně jsme provedli položkovou analýzu znovu, tentokrát bez vyřazených položek. McDonaldova ω v této škále dosáhla hodnoty 0,80 (M = 32,86, SD = 6,79).

Tabulka 4: Položková analýza po úpravě položek

Položka	McDonaldova ω po vynechaní položky	Korelace s ostatními položkami	M	SD
1	0.763	0.590	2.660	1.262
3	0.787	0.434	3.884	0.880
4	0.768	0.559	2.741	1.207
6	0.771	0.542	2.828	1.218
7	0.759	0.597	3.032	1.328
8	0.767	0.596	3.707	1.086
10	0.769	0.553	3.476	1.232
11	0.810	0.263	3.029	1.123
14	0.809	0.238	3.918	1.061
16	0.814	0.217	3.585	1.105

Co se týče reliability jednotlivých škál po úpravě položek, subškála *Odpuštění sám sobě* dosáhla uspokojivé hodnoty (McDonaldova ω = 0,85, M = 22,33, SD = 5,7). Subškála *Odpuštění druhým lidem* však dosáhla jen hraničně akceptovatelné reliability (McDonaldova ω = 0,60, Cronbachova α = 0,58, M = 10,53, SD = 2,43).

Tabulka 5: Položková analýza subškály *Odpuštění sám sobě* po úpravě položek

Položka	McDonaldova ω po vynechaní položky	Korelace s ostatními položkami	M	SD
1	0.814	0.651	2.660	1.262
3	0.840	0.430	3.884	0.880
4	0.819	0.621	2.741	1.207
6	0.828	0.574	2.828	1.218
7	0.813	0.651	3.032	1.328
8	0.824	0.602	3.707	1.086
10	0.824	0.598	3.476	1.232

Tabulka 6: Položková analýza subškály *Odpuštění druhým lidem* po úpravě položek

Položka	Cronbachova α po vynechání položky	Korelace s ostatními položkami	M	SD
11	0.439	0.421	3.029	1.123
14	0.579	0.325	3.918	1.061
16	0.417	0.435	3.585	1.105

Stabilita v čase

Na ověření stability v čase jsme provedli výpočet reliability mezi odpověďmi respondentů, kteří vyplnili náš dotazník ve dvou různých termínech. Takových respondentů bylo 52 (33 žen, věkový průměr byl 25,13 let). Časový rozestup byl minimálně 7 dní, maximálně 14. Průměrný rozestup byl 9 dní.

Reliabilitu jsme vypočítali jako korelaci hrubých skórů prvního a druhého měření respondentů. Hodnota reliability celé škály byla signifikantní ($r = 0{,}72$, $p < 0{,}001$). Stejně signifikantní byly hodnoty reliability subškál *Odpuštění sám sobě* ($r = 0{,}77$, $p < 0{,}001$) a *Odpuštění druhým lidem* ($r = 0{,}59$, $p < 0{,}001$).

Výpočet hrubého skóru

Hrubé skóre se v naší škále počítá jako součet všech položek (*Odpuštění sám sobě* + *Odpuštění druhým lidem*). V každé položce mohl respondent získat od 1 do 5 bodů. Škála obsahuje i reverzní položky, ty se proto počítají naopak, tedy hodnota 1 se kóduje jako 5, 2 jako 4 atd. Škála má proto rozpětí od 20 do 100, s tím, že vyšší hodnota znamená vyšší tendenci odpouštět.

Důkazy o validitě metody

Kriteriální validita

V závěrečné části našeho dotazníku bola respondentům položena validační otázka *„Považujete se za věřícího člověka?“* Respondenti mohli odpovídat výběrem z možností *ano*/*ne*. Tuto otázku jsme použili jako validační kritérium. Toto kritérium bylo zvoleno na základě literatury a mnoha studií, které byly na toto téma provedeny. Například Lutjen, Silton a Flannelly (2012) ve své studii, které se účastnilo 1629 jedinců potvrdili mimo jiné také hypotézu, že religiozita

souvisí s větším odpuštěním. Také Davis, Worthington, Hook a Hill (2013) pomocí své metaanalýzy odhalili, že odpuštění/spiritualita pozitivně koreluje s tzv. *trait forgiveness* (odpuštění napříč vztahy a situacemi), také s tzv. *state forgiveness* (odpuštění konkrétního provinění) a konečně také s tzv. *self-forgiveness* (sebeodpuštění).

V našem případě pak z analýzy byli vyřazeni respondenti, kteří na otázku ohledně víry neodpověděli, nebo odpověděli „nevím“. Pracovali jsme tak se 413 respondenty. Provedli jsme point-biserial korelaci mezi hrubým skórem získaným ve škále po vyřazení položek a validační položkou. Její hodnota prokázala slabý, nesignifikantní vztah mezi vírou a celkovým skórem odpouštění (rpb = - 0,06, p = 0,22). Stejně nesignifikantní vztah s vírou měla i subškála *Odpuštění sám sobě* (rpb = - 0,02, p = 0,63). Subškála Odpouštění druhým lidem ale dosáhla překvapivě signifkantní vztah s vírou (rpb = - 0,13, p = 0,01). Následně jsme udělali t-test, kde jsme porovnali výsledky na škále odpouštění mezi skupinami věřícího a nevěřícího vzorku. V rámci celkové škály jsme nepozorovali žádný signifikantní rozdíl (t(411) = 1,63, p = 0,10, Cohen d = 0,16, 95% CI [-0,34, 0,36]) mezi věřícími (M = 33,49, SD = 6,73) a nevěřícími (M = 32,36, SD = 6,94). Ani v rámci subškály *Odpuštění sám sobě* jsme nepozorovali žádný signifikantní rozdíl (t(411) = 0,59, p = 0,56, Cohen d = 0,06, 95% CI [-0,14, 0,26]) mezi věřícími (M = 22,41, SD = 5,72) a nevěřícími (M = 22,07, SD = 6,03). Při subškále *Odpuštění druhým lidem* jsme již signifikantní rozdíl mezi věřícími (M = 11,07, SD = 2,15) a nevěřícími (M = 10,29, SD = 2,57) pozorovali (t(411) = 3,31, p = 0,01), avšak jen se slabou až střední silou efektu (Cohen d = 0,32, 95% CI [0,12, 0,52]). Naše výsledky tedy nesouhlasí s předpokladem, že religiozita souvisí s mírou odpouštění u vysokoškolské populace. Tento výsledek zpochybňuje kriteriální validitu naší metody.

Orientační normy

Vytvořili jsme normy pro celkovou škálu s 10 položkami i pro jednotlivé subškály (Odpuštění sám sobě a Odpuštění druhým lidem). Pro vytvoření norem celé škály jsme provedli nelineární transformaci, jelikož rozložení skórů mělo daleko od normálního rozložení. Skóry byly standardizovány a následně převedeny na staniny.

Tabulka 7: Navrhované normy pro celkovou škálu

Stanin	Hrubý skór
1	10 - 20
2	21 - 24

3	25 - 27
4	28 - 31
5	32 - 35
6	36 - 38
7	39 - 41
8	42 - 44
9	45 - 50

Co se týká subškál, ani po nelineární transformaci nedosáhlo rozložení staninů podoby normálního rozložení. Proto považujeme percentily za vhodnější způsob určení norem. Při formě prezentace percentilových norem jsme se inspirovali studií Erford et al. (2011).

Tabulka 8: Navrhované normy pro škálu *Odpuštění sám sobě*

HS	Percentil
35	99
34	99
33	98
32	95
31	93
30	88
29	84
28	78
27	72
26	67
25	61
24	54
23	49
22	44
21	39
20	33
19	29
18	25
17	20
16	14
15	10
14	7
13	5
12	4
11	2
10	1
9	<1
8	-
7	-

Tabulka 9: Navrhované normy pro škálu *Odpuštění druhým lidem*

HS	Percentil
15	98
14	91
13	78
12	61
11	46
10	29
9	19
8	13
7	8
6	3
5	2
4	1
3	<1

Zhodnocení metody

Podařilo se nám získat poměrně velký vzorek – 619 respondentů, nejspíše díky aktuálnosti tématu. Téma odpuštění nás provází celým životem v každém věku jedince. Museli jsme však odebrat 178 respondentů, neboť jejich čas strávený u dotazníku nebyl adekvátní délky času vyplnění nebo nebyli ve věku cílové skupiny.

Předpokládali jsme výskyt 2 škál – *Odpuštění sám sobě* a *Odpuštění druhým lidem*. Pro každou podškálu jsme vytvořili 10 položek. Dohromady měla škála 20 položek. Na základě výsledků faktorové a položkové analýzy jsme museli vyřadit 3 položky z první subškály, 7 položek z druhé subškály. Zbylo nám tedy celkem 10 položek. S nimi již analýza dosahovala dostačující hodnoty.

Zdá se, že naše první subškála (*Odpuštění sám sobě*) nemá závažné problémy. Její reliabilita dosáhla dostačující hodnoty. Druhá subškála (*Odpuštění druhým lidem*) však dosáhla hraničně uznatelné hodnoty až po odstranění většiny položek. Subškálu tvořenou pouze třemi položkami v žádném případě nelze označit za vhodnou metodu. Přesto považujeme naši škálu za úspěšné naplnění intence pokusit se vytvořit vlastní testovou metodu.

Pozorovali jsme také reliabilitu v čase, která dosáhla dostatečné hodnoty. Respondentů jsme se ptali i na to, zda jsou věřící. Předpokládali jsme, že věřící respondenti budou dosahovat vyšších hodnot v tendenci odpouštět. Tento předpoklad se nám nepotvrdil. To může nasvědčovat, že je v naší škále problém s kriteriální validitou. Vedle ověřování reliability a validity metody jsme stanovili i její normy.

Mezi limity našeho výzkumu bychom zařadili to, že nám zcela chybí otázka, kde bychom se ujistili, zda se jedná o respondenta studujícího prezenčně na vysoké škole. Šíření sice probíhalo mezi vysokoškolskými studenty, ale v rámci úvodního anamnestického dotazníku chyběla otázka na respondenty, zda jsou nebo nejsou studenty – právě zde bychom tuto otázku, v případě, že by byla možnost, doplnili. Proto jsme v průběhu vyřazování dat rozhodli, vyřadit ty osoby, které ve studentském věku nebyli.

Metoda popisovaná v tomto textu není skutečným psychologickým testem! Vznikla v rámci cvičení z psychometrie na KPCH FF UPOL a je pouze didaktickou pomůckou. Jakékoli jiné využití je na vlastní nebezpečí.

Použitá literatura

Enright, R. D. (1991). The moral development of forgiveness. *Handbook of moral behavior and development, 1*, 123-152.

Erford, B. T., Schein, H., & Duncan, K. (2011). Technical Analysis of Scores on the Self-Efficacy Self-Report Scale. Assessment for Effective Intervention, 37(1), 58–64. https://doi.org/10.1177/1534508411406898

Kaleta, K., & Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences, 120*, 17-23.

Křivohlavý, J. (2010). *Pozitivní psychologie.* Portál.

Křivohlavý, J. (2012). *Optimismus, pesimismus a prevence deprese.* Grada.

Lutjen, L.J., Silton, N. R. & Flannelly, K. J. (2012). Religion, Forgiveness, hostility and health: A structural equation analysis. *J Relig Health, 51*, 468–478.

Davis, D. E., Worthington, E. L., Jr., Hook, J. N., & Hill, P. C. (2013). Research on religion/spirituality and forgiveness: A meta-analytic review. *Psychology of Religion and Spirituality, 5*(4), 233–241