

Míra životní smysluplnosti v souvislosti s vývojovým obdobím

Teoretické ukotvení

Otázku, jaký má život smysl, si položil zřejmě každý z nás, a pravděpodobně ne pouze jednou. Často se skrývá pod povrchem našich každodenních životů a vyvstává zejména ve chvíli, kdy máme tendenci o smyslu našeho života pochybovat, nebo kdy potřebujeme nalézt zcela nový životní smysl. Tato otázka nás může potkat v jakémkoliv věku a několik výzkumů (např. Fave et al., 2013; Mayselless & Keren, 2014; Shulman & Connolly, 2013) potvrdilo, že způsob našeho uvažování nad životním smyslem souvisí s vývojovým obdobím, ve kterém se nacházíme, stejně jako subjektivní míra této smysluplnosti.

Například lidé z vynořující se dospělosti (18-25 let) mají obecně nižší míru životní smysluplnosti oproti ostatním vývojovým obdobím. Může to být vysvětlitelné tím, že v tomto věku se objevuje mnoho významných životních změn, které jsou doprovázeny nestabilitou, hledáním identity a zkoušením nových možností (Arnett, 2004; Halama, 2017). Tohle období je navíc typické spíše hledáním životního smyslu než jeho stabilní přítomností, proto může být prožívaná smysluplnost spíše nižší (Zambelli & Tagliabue, 2022).

Cílem tohoto výzkumu bude tedy porovnat tyto osoby z vynořující se dospělosti s lidmi ze zakotvené dospělosti (30-45 let), jejichž vývojové období je sice už stabilnější, ale na druhou stranu i náročnější, jelikož přibývají povinnosti v partnerské, rodinné i pracovní oblasti (Fave et al., 2013).

Datový soubor

V tomto projektu si klademe za cíl zjistit, zda se lidé z vynořující se dospělosti a zakotvené dospělosti liší v míře životní smysluplnosti. Pro tyto účely byla využita datová matice pocházející z mé bakalářské práce. Škála životnej zmysluplnosti (Halama, 2002), kterou jsme přeložili do češtiny a použili k měření, se skládá ze tří subškál – kognitivní, motivační a afektivní. Každá z těchto subškál obsahuje 6 položek – dotazník je tedy dohromady tvořen 18 položkami. Respondenti zaznamenávali své odpovědi na pětibodové Likertově škále (od „zcela nesouhlasím“ po „zcela souhlasím“). Datový soubor obsahuje celkem 243 respondentů, z toho je 135 (55,56 %) osob z vynořující se dospělosti a 108 (44,44 %) ze zakotvené dospělosti.

Proměnné a regresor

Při analýze dat ověřujeme, zda tyto dvě skupiny respondentů dosahují rozdílných výsledků na Škále životnej zmysluplnosti, kterou tvoří tři subškály. Při práci s daty tedy sledujeme tři závisle proměnné a jeden regresor, který nabývá dvou úrovní. Z tohoto důvodu byla pro analýzu dat zvolena metoda multivariační analýza rozptylu (MANOVA)¹, konkrétně její variace Hotellingův test, který se používá pro srovnání dvou skupin. K výpočtům byly použity zprůměrované hrubé skóry na těchto třech subškálách:

Závisle proměnné:

- *Kognitivní životní zmysluplnost* - tato subškála se týká porozumění životu a jeho celkovém nasměrování.
- *Afektivní životní zmysluplnost* se zabývá pocitem naplnění a spokojenosti v životě.
- *Motivační životní zmysluplnost* se zaměřuje na životní plány a cíle, které považuje daný jedinec za hodnotné.

Regresor:

- Vývojové období (1 – vynořující se dospělost, 2 – zakotvená dospělost)

Výsledky testování

Abychom zjistili, zda závisle proměnné můžeme vysvětlit pomocí regresoru vývojové období, provedli jsme nejprve Wilksův test pro celý model. Ten slouží k ověření statistické významnosti a jeho ukazatelem je Wilksova lambda, která dosahuje hodnoty 0,89, což je poměrně velký efekt. Na základě výsledků uvedených v Tabulce 1 lze konstatovat, že proměnná *Vývojové období* dokáže vysvětlit statisticky významné množství rozptylu sdíleného závisle proměnnými.

Tabulka 1: Wilksův test

Regresor	Wilksova λ	Testová statistika F	p
Vývojové období	0,89	9,87	<0,001

¹ Analýza byla provedena v programu Statistica

Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=344>

V dalším kroku byl proveden již zmíněný Hotellingův test, abychom zjistili, zda se hrubé skóry osob z vynořující se dospělosti liší od těch ze zakotvené dospělosti. Výsledek prokázal statisticky významný rozdíl, výsledky Hotellingova testu jsou shrnuty v tabulce 2. Tabulka 3 poté prezentuje podrobnější hodnoty ukazatelů pro jednotlivé proměnné.

Tabulka 2: Hotellingův test

Hotellingovo T ²	Testová statistika F (3,239)	p
29,86	9,87	<0,001

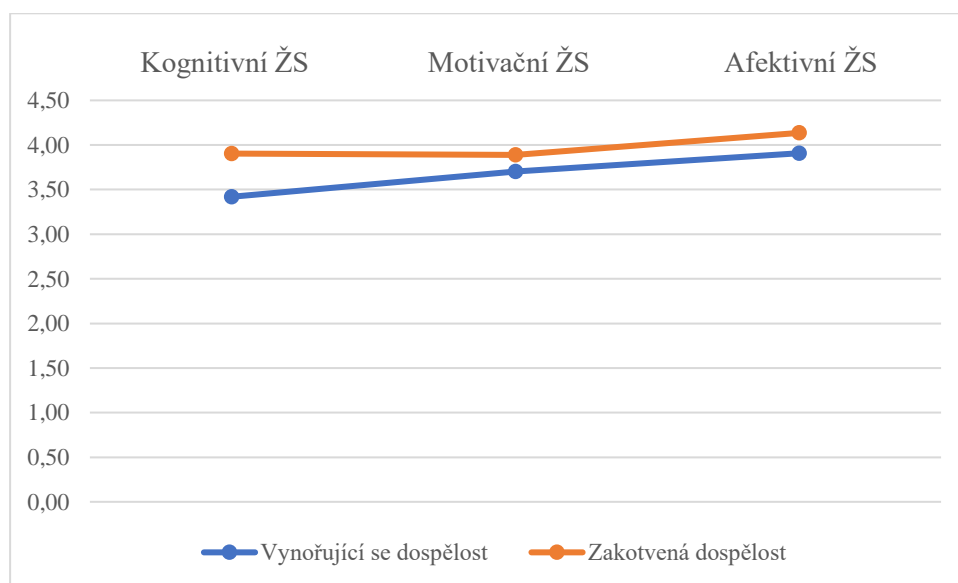
Tabulka 3: Průměry, směrodatné odchylky a statistická významnost závislých proměnných

	M (1)	M (2)	t	p	SD (1)	SD (2)	F
Kognitivní	3,42	3,90	-4,62	<0,001	0,91	0,66	1,90
Motivační	3,70	3,89	-1,98	<0,05	0,80	0,64	1,58
Afektivní	3,91	4,14	-2,38	<0,05	0,83	0,61	1,82

Pozn.: 1 = vynořující se dospělost; 2 = zakotvená dospělost

Pro přehlednost uvádíme Graf 1, na kterém můžeme vidět rozdíly v životní smysluplnosti v rámci vývojových období.

Graf 1: Porovnání vývojových období v míře životní smysluplnosti



Pozn: ŽS = životní smysluplnost

Závěr

V této práci jsme si kladli za cíl prozkoumat možný vliv vývojového období na míru životní smysluplnosti, která byla měřena prostřednictvím Škály životnej zmysluplnosti. Multivariační analýza rozptylu (MANOVA) ukázala, že existují statisticky významné rozdíly mezi lidmi z vynořující se dospělosti a ze zakotvené dospělosti. Lidé ze zakotvené dospělosti skórují výše ve všech subškálách, což znamená, že jednak více rozumí svému životu (kognitivní složka životní smysluplnosti), také více prožívají naplnění a štěstí pramenící z jejich života (afektivní složka životní smysluplnosti) a rovněž více směřují k cílům, které pokládají za hodnotné (motivační složka životní smysluplnosti). To, že mají lidé z vynořující se dospělosti oproti nim nižší míru životní smysluplnosti se shoduje i s dosavadními výzkumy a vývojovou perspektivou, kterou popisují v rámci teoretického ukotvení.

Použitá literatura

- Arnett, J. J. (2004). *The winding road from the late teens through twenties*. Oxford University Press.
- Halama, P. (2002). Vývin a konštrukcia škály životnej zmysluplnosti. *Československá psychologie*, 46(3), 265-276.
- Halama, P. (2017). Smysl života ve vývojové perspektivě. In: M. Blatný (Ed.). *Psychologie celoživotního vývoje*. 1. vyd., 261-278. Karolinum.
- Fave, A. D., Brdar, I., Wissing, M. P., & Vella-Brodrick, D. A. (2013). Sources and motives for personal meaning in adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 8(6), 517-529. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.830761>
- Mayseless O., & Keren, E. (2014). Finding a meaningful life as a developmental task in emerging adulthood: The domains of love and work across cultures. *Emerging Adulthood*, 2(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/2167696813515446>
- Shulman S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>
- Zambelli, M., & Tagliabue, S. (2022). Meaning-making profiles during emerging adulthood: A person-oriented approach in the context of romantic and working conditions. *Emerging Adulthood*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/21676968221111314>