

**PANEURÓPSKA VYSOKÁ ŠKOLA  
FAKULTA PSYCHOLÓGIE**



**NÁŠ ŽIVOT OPTIKOU POZITÍVNEJ PSYCHOLÓGIE**

**Zborník abstraktov**

*Študentská konferencia*

*29. apríl 2015, Bratislava*

**PANEURÓPSKA VYSOKÁ ŠKOLA  
FAKULTA PSYCHOLÓGIE**

**NÁŠ ŽIVOT OPTIKOU POZITÍVNEJ PSYCHOLÓGIE**

Zborník abstraktov

Bratislava 2015

Editori:

PhDr. Veronika Boleková

doc. PhDr. Alojz Ritomský, PhD.

Recenzenti:

Mgr. Denisa Newman, PhD.

PhDr. Michal Hajdúk

© Autori abstraktov 2015

Publikácia neprešla jazykovou úpravou.

Za jazykovú a štylistickú úpravu príspevkov zodpovedajú autori.

Fakulta psychológie, Paneurópska vysoká škola, 2015, 22 s.

ISBN 978-80-89453-08-5

## Obsah

<b>Predhovor</b>		<b>4</b>
<b>Prežívanie každodennosti ľudí z vybraných krajín Európy</b>		
Alojz Ritomský	Úvod k empirickému výskumu prežívania každodennosti	<b>6</b>
Lenka Rauová	Slovensko	<b>8</b>
Dominika Báňová	Česká republika	<b>9</b>
Loreta Hakszerová	Maďarsko	<b>10</b>
Katarína Trnková	Nemecko	<b>11</b>
Lívia Pavlíková	Veľká Británia	<b>12</b>
Barbora Varechová	Španielsko	<b>13</b>
Polina Didenko	Ruská federácia	<b>14</b>
<b>Pozitívne (a negatívne) stránky života ľudí</b>		
Veronika Boleková	Úvod k psychologickému výskumu pozitívnych aspektov ľudského života	<b>16</b>
Sabína Kocianová	Štýly humoru a osobnostné charakteristiky vysokoškolských študentov	<b>17</b>
Mária Jurová	Gelotofóbia, sociálna úzkosť a osobnosť adolescenta	<b>18</b>
Rebeka Horňáková	Prežívanie šťastia a well-being študentov vo Veľkej Británii a na Slovensku	<b>19</b>
Andrea Petříčková	Subjektívny pocit spokojnosti v rôznych sociálnych skupinách	<b>20</b>
Flóra Kužileková	Sú mladí ľudia šťastní?	<b>21</b>
Denisa Adamčíková	Ako dôverujeme ľuďom?	<b>22</b>

## **Predhovor**

Vážené kolegyně a vážení kolegovia,

prezentovaný zborník abstraktov predstavuje paletu príspevkov zo študentskej konferencie s názvom „Náš život optikou pozitívnej psychológie“, ktorá bola usporiadaná Fakultou psychológie Paneurópskej vysokej školy. Presentované príspevky študentov sú tematicky zamerané na prežívanie každodennosti ľudí z vybraných krajín Európy a rôzne pozitívne (ale aj negatívne) stránky života ľudí – humor, strach zo zosmiešnenia, šťastie, spokojnosť, osobnú pohodu či dôveru.

Cieľom konferencie bola výmena znalostí a skúseností z empirického psychologického výskumu s témami z pozitívnej psychológie, prezentácia výsledkov výskumov a ich praktických presahov do každodenného života.

Do zborníka abstraktov prispeli študenti záverečných ročníkov bakalárskeho a magisterského štúdia psychológie na Fakulte psychológie Paneurópskej vysokej školy. Záverečné práce v plnom znení sú uverejnené na webovom sídle fakulty.

editori

**I. BLOK**  
**PREŽÍVANIE KAŽDODENNOSTI ĽUDÍ**  
**Z VYBRANÝCH KRAJÍN EURÓPY**

## ÚVOD K EMPIRICKÉMU VÝSKUMU PREŽÍVANIA KAŽDODENNOSTI

*Alojz Ritomský*

V príspevku prezentujeme teoreticko-metodologický a empiricko-metodický obraz objektu, predmetu a problému empirického výskumu prežívania každodennosti ľudí európskych krajín.

### **Teoretická rovina**

*Objekt:* Ľudia z vybraných krajín Európy

*Predmet:* Základné pojmy - každodennosť ľudí (jej prežívanie), pozitívne zážitky, negatívne zážitky. Miera pozitívnych zážitkov, miera negatívnych zážitkov, pomer zážitkov.

*Výskumný problém:* Výskumné otázky - Aké sú prejavy pozitívnych zážitkov u obyvateľov vybranej krajiny? Aká je miera prežívania pozitívnych zážitkov obyvateľov vybranej krajiny? Ako prežívanie pozitívnych zážitkov obyvateľov vybranej krajiny súvisí so socio-demografickými činiteľmi? Aké sú prejavy negatívnych zážitkov u obyvateľov vybranej krajiny? Aká je miera prežívania negatívnych zážitkov obyvateľov vybranej krajiny? Ako prežívanie negatívnych zážitkov obyvateľov vybranej krajiny súvisí so socio-demografickými činiteľmi? Ako súvisí prežívanie pozitívnych zážitkov s prežívaním negatívnych zážitkov (akú má distribúciu ich pomer) u obyvateľov vybranej krajiny? Ako ukazovateľ pomeru prežívania pozitívnych a negatívnych zážitkov obyvateľov vybranej krajiny súvisí s vybranými socio-demografickými činiteľmi?

### **Empirická rovina**

*Objekt:* Naša korelačná výskumná štúdia má charakter sekundárnej analýzy dát. Výsledky sa zakladajú na dátach, ktoré sú získané z medzinárodného výskumného projektu ESS 6 - „Európska Sociálna Sonda 2012“. K dispozícii sú reprezentatívne dáta z 28 krajín v Európe, ktoré boli vyzbierané v rokoch 2012 a 2013. Výber participantov (vo veku nad 14 rokov) bol kvótny a pokrýva 28 populácií Európy. Objektom nášho výskumu je sedem vybraných krajín (ďalšie informácie pozri Výrost, J. a kol. 2012; Data ESS, 2012; ESS, 2011).

*Predmet:* Pozitívne zážitky (4 indikátory) - Počas ostatného týždňa „ste boli šťastný?“, „ste sa tešili zo života?“, „ste mali veľa energie?“, „ste sa cítili pokojne a vyrovnané?“. Negatívne zážitky (7 indikátorov) - Počas ostatného týždňa „ste sa cítili depresívne?“, „ste cítili, že na všetko, čo ste urobili, ste museli vynaložiť veľa snahy?“, „bol váš spánok nepokojný?“, „ste sa cítili osamelí?“, „ste boli smutný?“, „ste sa nevedeli „naštartovať“ a boli ste bez motivácie?“, „ste pociťovali úzkosť a obavy?“. Empirické premenné majú 4-stupňovú škálu častosti: 1 - vôbec alebo takmer nikdy, 2 - niekedy, 3 - zväčša, 4 - vždy alebo takmer vždy. Z indikátorov sme vytvorili index častosti pozitívnych zážitkov a index negatívnych zážitkov (s vysokými hodnotami reliability), tiež ich pomer. Vo výskume sme pracovali so sociodemografickými premennými (pohlavie, vek, rodinný stav, vzdelanie, zdravie, viera, obec, zamestnanie a príjem).

*Výskumný problém:* vymedzujú ho empirické výskumné otázky získané transformáciou (prekladom) teoretických výskumných otázok do empirického jazyka.

*Spracovanie dát:* Pri spracovaní dát sme z primárnych dát počítali percentá, priemery a mediány. Prezentujeme ich v tabuľkách a grafoch. Skonstruovali sme sumačné indexy, ktoré sme neskôr modifikovali

do kategorizovaných premenných. Konzistentnosť položiek sme zisťovali Cronbachovým koeficientom reliability ( $\alpha$ ). Pomocou koeficientu kontingencie ( $V$ ) a taktiež koeficientu korelácie (súčinového, poradového a korelačného pomeru) sme zisťovali vzťahy medzi premennými. Dáta sme analyzovali pomocou štatistického programu PSPP.

*Kľúčové slová:* pozitívne a negatívne zážitky, objekt, predmet, problém výskumu, metodika výskumu.



## **SLOVENSKO**

*Lenka Rauová*

Cieľom nášho výskumu bolo zistiť, ako obyvatelia Slovenskej republiky ako celok i rôzne skupiny prežívajú každodennosť. V príspevku sa sústreďujeme predovšetkým na prežívanie pozitívnych zážitkov.

*Ktoré pozitívne zážitky sa výraznejšie prejavujú u obyvateľov Slovenska?* Najvýraznejšie prejavy pozitívnych zážitkov vidíme v tom, že až 71,1% obyvateľov Slovenska sa zväčša, vždy alebo takmer vždy teší zo života. Obdobné množstvo sa cítilo pokojne a vyrovnané. 68,7% sa cítili šťastne a 56,1% Slovákov najčastejšie pociťovalo veľa energie. Iba 3,4% sa vôbec netešili zo života a 4% vôbec neboli šťastní. Častot prežívania pozitívnych zážitkov meriame sumačným indexom, ktorého teoretické minimum je rovné hodnote 1 a maximum sa rovná 4 bodom. Distribúcia indexu pozitívnych zážitkov je mierne asymetrická. Ako charakteristiku úrovne sme použili mediánovú hodnotu (Mdn = 2,88). Hodnota je mierne nad stredom intervalu rozpätia. Približne 64% obyvateľov Slovenska často prežíva pozitívne zážitky. Iba 36% opýtaných prežíva pozitívne zážitky zriedka. Častot prežívania pozitívnych zážitkov najviac súvisí s príjmom. Vysokú úroveň šťastia majú tí, ktorí nemajú problém vyžiť zo súčasného príjmu (úroveň je nad 3 body škály), opačne sú na tom obyvatelia s veľmi ťažkou finančnou situáciou (ich úroveň je v strede stupnice Mdn = 2,52). Určitý, nie veľký, rozdiel v úrovni prežívania pozitívnych zážitkov je medzi krajinami Slovenska. Najvyššiu úroveň indexu pozitívnych zážitkov dosahuje Nitriansky a Trenčiansky kraj (približne 2,94). Trnavský kraj od ostatných má výrazne nižšiu úroveň (2,57). Dáta z medzinárodného výskumu umožňujú porovnať index častosti pozitívnych zážitkov v 28 krajinách Európy. Najnižšiu úroveň má index v Litve (2,56), najvyššiu vo Švajčiarsku (3,06). Slovensko sa z tohto pohľadu nachádza uprostred rebríčka, na 14. mieste.

*Negatívne zážitky* sa u obyvateľov Slovenska prejavujú tým, že iba minimum obyvateľov sa vždy cítilo depresívne, či osamelo alebo smutne. Viac ako polovica uviedla, že na žiadnu aktivitu nemuseli vynaložiť veľa úsilia. Takmer tretina vôbec nepociťovala nepokojný spánok. Index negatívnych zážitkov má na Slovensku úroveň 1,72 bodov. Predstavuje to piatu najvyššiu častot spomedzi 28 skúmaných krajín. Najvyššiu hodnotu indexu úrovne častosti negatívnych zážitkov má Ukrajina (1,9 bodov). Najnižšiu hodnotu má Nórsko, 1,25 bodov.

*Kľúčové slová:* Slovensko, pozitívne a negatívne zážitky, index pomeru výskytu zážitkov.

## ČESKÁ REPUBLIKA

*Dominika Báňová*

Najčastejším *prejavom pozitívnych zážitkov* u občanov Českej republiky je pocit pokoja a vyrovnanosti (76,9%), no na druhej strane, najmenej vyskytujúcim sa prejavom pozitívneho prežívania je radosť zo života (61%). Prežívanie pozitívnych zážitkov a ich častosť vykazuje najväčšiu súvislosť so zdravotným stavom. Stredne veľká súvislosť sa vyskytuje vo vzťahu k hlavnej aktivite, veku a rodinnému stavu. Najslabšie súvisí s bydliskom a pohlavím. V prípade *indexu pozitívnych zážitkov* nachádzame najvyššiu úroveň u ľudí s veľmi dobrým zdravotným stavom a tiež u ľudí v procese vzdelávania. Ľudia, ktorí pohodlne vyžijú zo súčasného príjmu, dosahujú tiež vysokú úroveň. Najvyššie percento kategórie častého prežívania pozitívnych zážitkov majú študenti (89,4%), ľudia s veľmi dobrým zdravotným stavom (89,0%) a ľudia, ktorí pohodlne vyžijú zo súčasného príjmu (81,9%). Naopak, najnižšiu úroveň indexu pozitívnych zážitkov môžeme vidieť u ľudí s veľmi zlým zdravotným stavom a u tých, ktorí nemôžu pracovať z dôvodu trvalej choroby. Rozdiely medzi krajinami nie sú výrazné a nie je rozhodujúca ani geografická poloha, no vo všeobecnosti platí, že ľudia žijúci vo východnejších krajinách prežívajú pozitívne zážitky častejšie.

Index častosti prežívania pozitívnych zážitkov v Česku je rovný hodnote 2,90 bodov, v krajinách Európy sa pohybuje v intervale 2,56 až 3,06. Najnižšiu hodnotu dosahuje Litva a najvyššiu Švajčiarsko. Obyvatelia Čiech prežívajú pozitívne zážitky častejšie ako ich susedia - obyvatelia Slovenska (2,88) a Poľska (2,89). Ďalšia susediaca krajina, Nemecko, dosahuje takmer rovnakú úroveň ako Česko.

Najčastejším *prejavom negatívneho prežívania* je neschopnosť „naštartovať sa“ (21,1%) a pocit, že na všetko musím vynaložiť veľa snahy (20,2%). Najmenej častým prejavom je pocit úzkosti a obáv (11,7%). V najsilnejšom vzťahu je negatívne prežívanie so zdravotným stavom a príjmom, samozrejme, že tento raz – na rozdiel od častosti pozitívnych zážitkov – je to vzťah nepriamej úmery.

Rozdiely v častosti prežívania negatívnych zážitkov v jednotlivých krajinách Česka nie sú veľké. Najčastejšie prežívajú negatívne zážitky ľudia v Juhomoravskom kraji a najzriedkavejšie ľudia v Stredočeskom kraji.

Česká republika dosahuje hodnotu *indexu častosti negatívnych zážitkov* rovnú 1,63. So susediacich krajín má vyššiu úroveň iba Slovensko (1,73). Poliaci (1,43) a Nemci (1,41) prežívajú negatívne zážitky oveľa zriedkavejšie ako Česi. Obyvatelia Ukrajiny s hodnotou 1,9 prežívajú negatívne zážitky najčastejšie a Nórsko má spomedzi skúmaných krajín najnižšiu hodnotou indexu (1,25).

*Index pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov* Českej republiky je 1,8. Indexy pomeru všetkých skúmaných krajín sa pohybujú v rozpätí 1,55 (Maďarsko) až 2,38 (Nórsko), čiže spadajú do kategórie stredne vysokého pomeru, to znamená, že obyvatelia týchto krajín prežívajú pozitívne zážitky 1,5 až 2,5 krát častejšie ako negatívne.

*Kľúčové slová:* Česko, pozitívne a negatívne zážitky, index pomeru výskytu zážitkov.

## **MAĎARSKO**

*Loreta Hakszerová*

Príspevok poskytuje základné zistenia z korelačného výskumu dospelých obyvateľov Maďarska. Je to sekundárna analýza, ktorá je založená na pôvodnom medzinárodnom výskume Európskej sociálnej sondy. Naša pozornosť sa zamerala na dáta o prežívaní pozitívnych zážitkov, prežívaní negatívnych zážitkov, pomer prežívania pozitívnych a negatívnych zážitkov a vzťah k vybraným socio-demografickým ukazovateľom, ktoré môžu súvisieť s prežívaním rôznych kategórií ľudí Maďarska počas všedných dní.

Zistili sme, že pozitívne zážitky u obyvateľov Maďarska sa výraznejšie prejavujú na pocite pokoja a vyrovnanosti. Prežívanie pozitívnych zážitkov najviac súvisí so zdravotným stavom a s príjmom.

Dáta nám umožňujú porovnať index častosti pozitívnych zážitkov vo vybraných krajinách Európy. Môžeme vidieť, že najmenej pozitívnych zážitkov prežívajú ľudia v Litve. Dosiahli hodnotu 2,56. Najviac pozitívnych zážitkov sa ukázalo vo Švajčiarsku, dosiahli hodnotu 3,06. Maďarsko má hodnotu 2,66, čím sa dostalo na šieste najhoršie miesto, t. j. Maďari v porovnaní s ostatnými krajinami prežívajú menej často pozitívne zážitky. Podobné výsledky ako Maďarsko dosiahli aj Anglicko (2,78) a Rusko (2,79).

Podľa našich zistení negatívne zážitky sa výraznejšie ukazujú na nepokojnom spánku a pocite, že na všetko, čo urobili, museli vynaložiť veľa snahy. Prežívanie negatívnych zážitkov najviac súvisí so zdravotným stavom a s príjmom. Pomer prežívania pozitívnych a negatívnych zážitkov koreluje v Maďarsku najsilnejšie so zdravotným stavom a príjmom.

V porovnaní s ostatnými skúmanými krajinami môžeme vidieť, že Maďarsko v ukazovateli pomeru zážitkov dosiahlo zlé výsledky. Krajina dosiahla hodnotu 1,55, čo znamená, že Maďari prežívajú výrazne často negatívne zážitky. Podobne záporne je na tom aj Rusko, ktoré je na piatom najhoršom mieste s hodnotou 1,62. Najlepšiu hodnotu má Nórsko, ktoré dosiahlo úroveň 2,38. Táto hodnota už svedčí o tom, že Nóri prežívajú výrazne častejšie pozitívne zážitky ako negatívne.

*Kľúčové slová:* Maďarsko, prežívanie, každodennosť, pozitívne zážitky, negatívne zážitky.

## **NEMECKO**

*Katarína Trnková*

Pozornosť v príspevku sme zamerali na štúdium obyvateľov Nemecka, na ich prežívanie negatívnych a pozitívnych zážitkov a ich vzťah so socio-demografickými činiteľmi, ktoré môžu výraznejšie ovplyvňovať prežívanie počas všedných dní. Zistili sme, že pozitívne zážitky, ktoré sa najviac objavujú u ľudí z Nemecka, sú pocit vyrovnanosti a pokoja. Môžeme povedať, že prežívanie každodennosti u ľudí z Nemecka najviac súvisí so zdravotným stavom a príjmom. Na druhej strane, prakticky nesúvisí s rodinným stavom a s vekom.

Medzi najčastejšie sa vyskytujúce negatívne zážitky u obyvateľov Nemecka patrí pocit, že na všetko, čo urobili, museli vynaložiť veľa snahy a prežívanie nepokojného spánku. Podľa našich zistení prežívanie negatívnych zážitkov je najviac diferencované hlavnou (pracovnou) aktivitou a zdravotným stavom. Nesúvisí s bydliskom, vekom a rodinným stavom.

Pri porovnaní vybraných (nami skúmaných) 7 krajín sa Nemecko umiestnilo na poslednom mieste s najnižšou hodnotou 1,41. Z toho vyplýva, že obyvatelia Nemecka prežívajú negatívne zážitky najmenej často. Najviac negatívnych zážitkov bolo pozorovaných v krajine Maďarsko (1,8). Nemecko sa umiestnilo v úrovni indexu častosti negatívnych zážitkov na konci rebríčka 28 skúmaných európskych krajín, mierne nad Nórskom (1,3). A na špici sa umiestnila Ukrajina (1,9).

V Nemecku sa v kategórii nízkeho pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov (do 1,5) nachádza 25,2% ľudí, v kategórii vysokého pomeru (v intervale 2,5 a viac) 31,5%, zvyšok (43,3%) sa nachádza v strednom pásme. Pomer prežívania pozitívnych a negatívnych zážitkov v prospech pozitívnych dosiahol najvyššie percento v kategórii ľudí, ktorí pohodlne vyžijú zo súčasného príjmu a v kategórii s veľmi dobrým zdravotným stavom. U participantov s veľmi zlým zdravotným stavom je v kategórii nízkeho pomeru podiel až 83,8% a zlým zdravotným stavom 55,3% ľudí. Vysoké percento (72,5%) dosiahli aj trvalo chorí alebo postihnutí a tí, ktorí to majú veľmi ťažké so súčasným príjmom (55,0%).

Prehľad pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov vo všetkých 28 skúmaných krajinách hovorí, že na najvyššej priečke sa umiestnilo Nórsko s indexom 2,38. Naopak, na najnižšej priečke sa nachádza Maďarsko s indexom 1,55 a Ukrajina s indexom 1,56. Z vybraných 7 krajín výskumu sa najlepšie umiestnilo Nemecko (2,08) a najhoršie Maďarsko (1,55).

*Kľúčové slová:* Nemecko, každodennosť, prežívanie, pozitívne zážitky, negatívne zážitky

## **VEĽKÁ BRITÁNIA**

*Lívia Pavlíková*

Hlavným cieľom nášho výskumu bolo načrtnúť verný obraz toho, ako prežívajú každodennosť rôzne kategórie ľudí Veľkej Británie.

Prvý okruh našich výskumných otázok sa týkal prežívania pozitívnych zážitkov. V rámci prvej výskumnej otázky sme zisťovali najvýraznejšie prejavy pozitívnych zážitkov. Na základe našich výsledkov môžeme o obyvateľstve Veľkej Británie povedať, že sa najčastejšie teší zo života. Potvrzuje to aj vysoké percento, až 74,5% ľudí sa cítilo počas ostatného týždňa šťastnými. Na druhej strane majú obyvatelia Veľkej Británie pomerne málo energie. Len 45,5% ľudí sa vyjadrilo, že energie mali veľa. Index častosti pozitívnych zážitkov u obyvateľov Veľkej Británie má hodnotu 2,8 bodov. V percentuálnom vyjadrení prežíva približne 60% populácie pozitívne zážitky často a iba 40% zriedka. Hodnote indexu častosti vo Veľkej Británii sa z našich siedmich skúmaných krajín približuje Ruská federácia. Zo všetkých siedmich skúmaných krajín má Veľká Británia tretiu najnižšiu hodnotu indexu častosti pozitívnych zážitkov. Najsilnejšiu súvislosť sme zistili medzi prežívaním pozitívnych zážitkov a zdravotným stavom. Taktiež príjem vykazuje stredné veľké hodnoty v súvislosti s častosťou prežívania pozitívnych zážitkov. Menej silná je súvislosť s hlavnou aktivitou a prakticky žiadna s vekom, rodinným stavom, pohlavím a bydliskom.

Druhý okruh výskumných otázok sa týkal prežívania negatívnych zážitkov. Najvýraznejší ukazovateľ negatívnych zážitkov sa prejavil „nepokojný spánok“. Zo všetkých indikátorov negatívnych zážitkov mal najvyššie percento, až 23,3%. Za veľké pozitívum môžeme považovať zistenie, že iba 7,3% ľudí sa cítilo počas ostatného týždňa depresívne. Tak isto, obavy a úzkosť pociťovalo iba 7,7% ľudí. Ďalej nás zaujímalo ako často prežívajú obyvatelia Veľkej Británie každodennosť negatívne. Index častosti negatívnych zážitkov dosahuje vo Veľkej Británii hodnotu 1,49. Pri porovnaní s ostatnými európskymi krajinami sa nachádza Anglicko zhruba v strede rebríčka.

Posledný okruh výskumných otázok sa týkal distribúcie pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov. Index pomeru vo Veľkej Británii je 1,89 bodov. Zo skúmaných (vybraných) siedmich krajín má najnižší index pomeru Maďarsko (1,55) a najvyšší Nemecko (2,08). V celoeurópskom merítku sa Veľká Británia nachádza v strede celkového rebríčka krajín Európy. Najvyšší index pomeru častosti pozitívnych a negatívnych zážitkov vykazuje Nórsko (2,38). Pomer pozitívnych zážitkov k negatívnym je v najsilnejšej väzbe so zdravotným stavom a príjmom. Prakticky vôbec nesúvisí s vekom, rodinným stavom a bydliskom. Najvyššiu úroveň indexu pomeru častosti pozitívnych zážitkov k negatívnym má kategória ľudí s veľmi dobrým zdravotným stavom (2,35), ľudia pohodlne žijúci zo súčasného príjmu (2,24) a pracujúci (2,03). V kategórii vysokého pomeru sa nachádzajú ľudia s veľmi dobrým zdravotným stavom (42,5%), pohodlne žijúci z príjmu (39,3%) a pracujúci (30,9%). Môžeme povedať, že títo ľudia dosahujú takmer ideálny pomer pozitívnych a negatívnych zážitkov, v prospech kladných. V prospech pomeru negativity má najvyššie percento kategória ľudí s veľmi zlým zdravotným stavom (93,5%). Pre porovnanie, v Nemecku táto kategória dosahuje iba 83,8%. Tak isto je vidieť veľký rozdiel medzi Nemeckom a Anglickom pri porovnaní pomeru, v prospech negativity, u ľudí s ťažkou finančnou situáciou. V Anglicku je toto percento 73,7% a v Nemecku iba 55,0%.

*Kľúčové slová:* Veľká Británia, pozitívne a negatívne zážitky, index pomeru výskytu zážitkov.

## **ŠPANIELSKO**

*Barbora Varechová*

V našom korelačnom výskume sme sa zaoberali prežívaním každodennosti rôznych kategórií ľudí Španielska. Na základe výsledkov sme zistili, že najvýraznejší pozitívny prejav u obyvateľov Španielska je šťastie, potvrdilo to 68,4% Španielov. V Španielsku prežíva pozitívnu každodennosť 50,9% obyvateľov. Zistili sme, že s častotou prežívania pozitívnych zážitkov najsilnejšie súvisí celkový zdravotný stav. U ostatných sociodemografických ukazovateľov (pohlavie, vek, rodinný stav, hlavná aktivita, príjem) sme zistili len malú súvislosť. S pozitívnymi zážitkami vôbec nesúvisí bydlisko.

Najvýraznejší negatívny prejav obyvateľov Španielska sú problémy so spánkom, preukázalo to 15,9% ľudí. Najmenej sa u Španielov objavujú pocity úzkosti (7,4%). Často prežíva negatívnu každodennosť 6,8% obyvateľstva Španielska. Zriedka sa vyskytuje negatívna každodennosť u 93,2% Španielov. Častosť prežívania negatívnych zážitkov najviac súvisí so zdravotným stavom.

Index častosti pozitívnych zážitkov v Španielsku predstavuje hodnota 2,63. Španielsko sa nachádza v rebríčku Európskych krajín (v poradí od najmenej po najväčšiu hodnotu) na základe hodnôt indexu pozitívnych zážitkov na 24. mieste. Podobnú častosť pozitívnych zážitkov má Taliansko (2,64). Najlepšiu úroveň indexu pozitívnych zážitkov oproti Španielsku dosahuje Švajčiarsko (3,06).

Index častosti negatívnych zážitkov obyvateľov Španielska má hodnotu 1,5. V rebríčku Európskych krajín podľa indexu negatívnych zážitkov môžeme vidieť Španielsko na 15. mieste. Belgicko je veľmi podobné Španielsku. Na rozdiel od Španielska, Ukrajina (1,9) a Maďarsko (1,8) dosiahli oveľa vyššie hodnoty indexu častosti negatívnych zážitkov. Španielsko sa nachádza v strede rebríčka Európskych krajín, na „poslednom“ mieste sa umiestnila krajina Nórsko (1,27).

Index pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov u obyvateľov Španielska predstavuje hodnota 1,75. Obyvatelia Španielska sa umiestnili na 18. mieste v rebríčku (od najvyššej po najnižšiu hodnotu) Európskych krajín na základe indexu pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov. V rebríčku nad Španielskom sa nachádza Taliansko, ktoré má hodnotu 1,71. Veľké rozdiely v indexe pomeru pozitívnych a negatívnych zážitkov predstavujú „nožnice“ tvorené Nórskom (2,38) a Maďarskom (1,55).

*Kľúčové slová:* Španielsko, pozitívne a negatívne zážitky, index pomeru výskytu zážitkov.

## **RUSKÁ FEDERÁCIA**

*Polina Didenko*

V Rusku sa pozitívne zážitky prejavujú pocitom šťastia u 69,1% ľudí. Najmenej často sa prejavujú pocitom nedostatku energie (u 60% ľudí). Najsilnejší vzťah častosti prežívania pozitívnych zážitkov je so zdravotným stavom a s príjmom, slabo súvisí s vekom, rodinným stavom a s hlavnou aktivitou. Prakticky nesúvisí s pohlavím a bydliskom. Najvyššiu úroveň indexu pozitívnych zážitkov majú ľudia s veľmi dobrým zdravotným stavom (2,99), pohodlne žijúci zo súčasného príjmu (2,97) a študenti (2,95). Najnižšiu úroveň indexu pozitívnych zážitkov vykazujú ľudia s veľmi zlým zdravotným stavom a tí, ktorí sa vyjadrili, že to so súčasným príjmom majú veľmi ťažké. Veľmi často prežívajú pozitívne zážitky ľudia s dobrým zdravotným stavom (76,2%), podobne ľudia pohodlne žijúci.

Najsilnejší vzťah častosti prežívania negatívnych zážitkov je so zdravotným stavom a s rodinným stavom, menšia sila vzťahu je s vekom, príjmom a s hlavnou aktivitou. Prakticky nesúvisí s pohlavím a bydliskom. Najvyššiu úroveň indexu negatívnych zážitkov majú ľudia s veľmi zlým zdravotným stavom (2,84), trvalo chorí (2,28) a vdovy, či vdovci (2,11). Naopak, s najnižšou úrovňou indexu negatívnych zážitkov sú ľudia s dobrým zdravotným stavom a tí, ktorí sa vyjadrili, že pohodlne žijú so súčasným príjmom.

Pomer častosti pozitívnych k častosti negatívnych zážitkov je 1,6. Vdovy a vdovci vykazujú hodnotu tohto ukazovateľa rovnú 1,1 (čiže častosť pozitívnych zážitkov je u nich len nepatrne väčšia ako častosť negatívnych zážitkov). Najvyššiu hodnotu pomeru sme zistili u mladých ľudí, ktorí vykonávajú základnú vojenskú službu (2,1), tí prežívajú dvakrát častejšie pozitívne zážitky ako negatívne.

*Kľúčové slová:* Ruská federácia, pozitívne a negatívne zážitky, index pomeru výskytu zážitkov.

**II. BLOK**  
**POZITÍVNE (A NEGATÍVNE) STRÁNKY ŽIVOTA ĽUDÍ**



## ÚVOD K PSYCHOLOGICKÉMU VÝSKUMU POZITÍVNYCH ASPEKTOV ĽUDSKÉHO ŽIVOTA

*Veronika Boleková*

Hnutie pozitívnej psychológie vzniklo ako reakcia na zdôrazňovanie psychopatológie a prevládajúce zameranie sa na štúdium negatívnych javov. V snahe doplniť celkový obraz psychiky človeka sa predstavitelia pozitívnej psychológie v teoretickej, empirickej a aj v praktickej rovine zameriavajú na zdravie a silné stránky jednotlivcov (Seligman, Csikszentmihalyi, 2000). Ich cieľom je vedecké štúdium optimálneho ľudského fungovania a pozitívnych aspektov ľudského života – kvality života, spokojnosti, prežívania šťastia, duševnej pohody či pozitívnych emócií. V našich podmienkach sa čiastkovým témam pozitívnej psychológie (kvalita života, nádej, humor) venujú viacerí autori (pozri napr. Babinčák, 2013; Džuka, 2013; Halama, 2001; Ďurka, 2009, 2010 ai.). Je však evidentné, že intenzívny záujem o otázky pozitívnej psychológie u nás stále nie je badateľný v takej miere ako v Českej republike, kde s cieľom rozšíriť povedomie o tomto novom prúde psychológie vznikajú záujmové a profesné združenia (Centrum pozitívnej psychológie v ČR, Pracovní skupina pro pozitivní psychologii při Českomoravské psychologické společnosti), s činnosťou ktorých súvisí aj rozvíjanie medzinárodnej spolupráce, aktívna participácia na výskumných projektoch či nárast publikačnej činnosti autorov reprezentujúcich tento smer v Českej republike (Slezáčková, 2012; Krivohlavý, 2004, 2011, 2012 a pod.).

Uvedený príspevok však nemá ambíciu globálne hodnotiť stav rozvoja pozitívnej psychológie na Slovensku. Je skôr reflexiou autorky po prvom semestri „skúšobnej“ výučby predmetu *Pozitívna psychológia* na Paneurópskej vysokej škole. Je akýmsi zamyslením sa nad tým, čo bráni študentom, ale neraz aj psychológom, zahliť sa do štúdia a výskumu pozitívnych aspektov ľudského života. Z pohľadu pedagóga autorka tiež uvažuje o možnostiach začlenenia pozitívnej psychológie do predmetov obsiahnutých v študijných plánoch bakalárskeho a magisterského štúdia psychológie (školská psychológia, psychohygiena, psychológia zdravia, psychológia tvorivosti a pod.). Jej cieľom je podnietiť diskusiu o význame pozitívnej psychológie a dôležitosti jej rozvoja na Slovensku.

Záujem o pozitívnu psychológiu je pravdepodobne podmienený akýmsi vnútorným nastavením človeka, ktorý je schopný vnímať v okolitom svete dobro, šťastie, krásu či dôveru. Je možné, že skepsa voči novému a neschopnosť vnímať pozitívne aspekty nášho každodenného života bráni prepuknutiu záujmu o tento (pre nás ešte stále relatívne nový) prúd psychológie. Myslíme si, že práve vedenie záverečných prác z oblasti pozitívnej psychológie a výmena znalostí či skúseností prostredníctvom študentskej konferencie môže v mladých ľuďoch podnietiť záujem a otvoriť do budúcnosti priestor pre empirický výskum v tejto oblasti. Názov konferencie *Náš život optikou pozitívnej psychológie* však nemá v úmysle vzbudiť myšlienku, že cez prizmu pozitívnej psychológie je náš život vždy ideálny, šťastný a bezproblémový. V súlade s predstaviteľmi pozitívnej psychológie z USA (Aspinwall, Staudinger, 2003) sa snažíme o porozumenie vzájomným súvislostiam pozitívneho a negatívneho prežívania a z tohto dôvodu sa v príspevkoch venujeme aj prejavom negatívnych zážitkov u obyvateľov viacerých európskych krajín, maladaptívnym štýlom humoru či gelotofóbií, ako „druhej (tiež veľmi podstatnej a nevyhnutnej) strane tej istej mince“, čím sa zároveň usilujeme vyhnúť riziku tzv. pozitívnej diktatúry a dezinterpretácii pozitívnej psychológie ako vedy, ktorá je jednostranne zameraná a prehliada význam negativity v ľudskom živote.

*Kľúčové slová:* pozitívna psychológia, rozvoj pozitívnej psychológie v SR, výučba pozitívnej psychológie

## **ŠTÝLY HUMORU A OSOBNOSTNÉ CHARAKTERISTIKY VYSOKOŠKOLSKÝCH ŠTUDENTOV**

*Sabína Kocianová*

Príspevok sa zaoberá problematikou humoru vo vzťahu k vybraným osobnostným charakteristikám. Cieľom nášho výskumu bolo zistiť, či existuje vzťah medzi jednotlivými štýlmi humoru (kolektívnym, sebaposilňujúcim, agresívnym, sebaponižujúcim) a osobnostnými charakteristikami päťfaktorového modelu osobnosti (neurotizmom, extravertiou, otvorenosťou, prívetivosťou, svedomitosťou).

Výskumný výber tvorilo 60 vysokoškolských študentov bakalárskeho stupňa štúdia, študujúcich na Fakulte manažmentu Univerzity Komenského. Na meranie štýlov humoru bol použitý Dotazník štýlov humoru (HSQ), ktorý umožňuje odlišiť adaptívne a maladaptívne formy humoru. Zistili sme akceptovateľnú vnútornú konzistenciu slovenského prekladu dotazníka v škálach kolektívneho ( $\alpha = 0,76$ ) a sebaponižujúceho štýlu humoru ( $\alpha = 0,79$ ). Cronbachov koeficient vnútornej konzistencie pre škálu sebaposilňujúceho humoru bol  $\alpha = 0,67$  a pre škálu agresívneho štýlu humoru  $\alpha = 0,69$ . Osobnostné črty vysokoškolákov sme merali prostredníctvom NEO päťfaktorového osobnostného inventára (NEO- FFI).

Najvyššie priemerné skóre dosiahli participanti v dimenzii kolektívneho humoru ( $M = 48,50$ ;  $SD = 5,85$ ). Najnižšie priemerné skóre dosiahli v dimenzii sebaponižujúceho humoru ( $M = 31,07$ ;  $SD = 9,24$ ). Zistili sme stredne veľký rozdiel medzi mužmi a ženami v dimenzii agresívneho humoru ( $p < 0,001$ ;  $r_m = 0,436$ ). Muži dosiahli priemerné skóre  $M = 35,22$  a ženy dosiahli priemerné skóre  $M = 28,33$ . Kolektívny štýl humoru kladne koreloval s extravertiou ( $\rho = 0,406$ ;  $p < 0,001$ ). Štatisticky významné hodnoty korelačných koeficientov sme zistili medzi sebaposilňujúcim humorom a neurotizmom ( $r = - 0,313$ ;  $p < 0,01$ ) a medzi sebaposilňujúcim humorom a extravertiou ( $r = 0,331$ ;  $p < 0,01$ ). Stredne silný negatívny vzťah sme zistili medzi agresívnym štýlom humoru a prívetivosťou ( $r = - 0,470$ ;  $p < 0,001$ ).

*Kľúčové slová:* humor, štýly humoru, osobnostné črty, päťfaktorový model osobnosti.

## **GELOTOFÓBIA, SOCIÁLNA ÚZKOSŤ A OSOBNOSŤ ADOLESCENTA**

*Mária Jurová*

Príspevok sa zaoberá vzťahom medzi gelotofóbiou (strachom zo zosmiešnenia), sociálnou úzkosťou a osobnosťou adolescenta. Jeho cieľom je zistiť, ktoré osobnostné črty obsiahnuté v modeli Big5 sú vo vzťahu s prežívaním gelotofóbie a sociálnej úzkosti.

Výskumný výber tvorilo 60 študentov 3. a 4. ročníka gymnázia Leonarda Stöckela v Bardejove. Vo výskume sme použili Päťfaktorový osobnostný inventár (NEO-FFI), ktorým sme skúmali osobnostné charakteristiky (neurotizmus, extravézia, otvorenosť voči skúsenosti, prívetivosť, svedomitosť). Na meranie gelotofóbie sme použili dotazník GELOPH<15> a mieru sociálnej úzkosti sme zisťovali prostredníctvom Krátkej škály strachu z negatívneho hodnotenia (BFNE). Zistili sme dostatočnú vnútornú konzistenciu slovenského prekladu dotazníka GELOPH<15> ( $\alpha = 0,796$ ), ako aj slovenskej verzie Krátkej škály strachu z negatívneho hodnotenia ( $\alpha = 0,834$ ).

Zistili sme pozitívny vzťah gelotofóbie s neurotizmom ( $r = 0,365$ ;  $p < 0,01$ ) a s prívetivosťou ( $r = 0,375$ ;  $p < 0,01$ ). V oboch prípadoch konštatujeme stredne silný vzťah. Dimenzia extravézie korelovala s prežívaním gelotofóbie záporne ( $r = - 0,431$ ;  $p < 0,001$ ). K podobným výsledkom sme dospeli aj pri analýze vzťahu osobnostných črt so sociálnou úzkosťou, ktorá kladne korelovala s dimenziami neurotizmus ( $\rho = 0,382$ ;  $p < 0,01$ ) a prívetivosť ( $\rho = 0,379$ ;  $p < 0,01$ ) a záporne s extravéziou ( $\rho = - 0,342$ ;  $p < 0,01$ ). Pozitívny vzťah sme zistili medzi prežívaním gelotofóbie a sociálnej úzkosti ( $\rho = 0,695$ ;  $p < 0,001$ ).

Študenti v treťom ročníku dosiahli priemerné skóre v škále gelotofóbie  $M = 25,72$  a účastníci navštevujúci štvrtý ročník  $M = 29,42$ . Rovnako v Krátkej škále strachu z negatívneho hodnotenia dosiahli vyššie skóre v porovnaní s tretím ročníkom ( $M = 29,62$ ) študenti štvrtého ročníka ( $M = 33,35$ ). Konštatujeme teda malé rozdiely v prežívaní gelotofóbie ( $r_m = 0,288$ ) a sociálnej úzkosti ( $r_m = 0,238$ ) medzi jednotlivými ročníkmi gymnázia. Rozdiel v prežívaní gelotofóbie ( $r_m = 0,047$ ) a sociálnej úzkosti ( $r_m = 0,024$ ) v závislosti od pohlavia sme nezistili. Rozdiel medzi mužmi a ženami bol len 0,64, resp. 1 bod. Pohlavie teda mieru gelotofóbie a sociálnej úzkosti podľa našich výsledkov nediferencuje.

*Kľúčové slová:* gelotofóbia, sociálna úzkosť, osobnosť adolescenta.

## **PREŽÍVANIE ŠŤASTIA A WELL-BEING ŠTUDENTOV VO VEĽKEJ BRITÁNII A NA SLOVENSKU**

*Rebeka Horňáková*

Príspevok sa zaoberá prežívaním šťastia a životnou spokojnosťou zo subjektívneho pohľadu vysokoškolských študentov. Jeho cieľom je porovnať mieru šťastia a spokojnosti so životom u študentov žijúcich vo Veľkej Británii a na Slovensku.

Našu výskumnú vzorku tvoria dve populácie študentov druhého stupňa vysokoškolského štúdia s technickým zameraním. Jednou sú študenti z anglickej Cranfield University (N = 76), druhou sú študenti zo Slovenskej Technickej Univerzity v Bratislave (N = 74). V oboch vzorkách tvoria väčšinový podiel muži.

Mieru subjektívne prežívaného pocitu šťastia sme zisťovali prostredníctvom dotazníka Subjective Happiness Scale (SHS; Lyubomirsky & Lepper, 1999). Ide o 4 položkový dotazník, v ktorom participanti vyjadrujú mieru súhlasu s tvrdeniami na 7 bodovej Likertovej škále. Indikátormi subjektívneho šťastia sú tieto položky: 1. *Vo všeobecnosti sa považujem za nie veľmi šťastného / veľmi šťastného človeka.* 2. *V porovnaní s mojimi rovesníkmi sa považujem za viac šťastného / menej šťastného.* 3. *Niektorí ľudia sú všeobecne veľmi šťastní. Užívajú si život bez ohľadu na to, čo sa deje, a získavajú zo všetkého to najviac ako sa dá. Do akej miery tá táto charakteristika vystihuje?* 4. *Niektorí ľudia nie sú všeobecne veľmi šťastní. Hoci nie sú v depresii, vyzerajú tak, že nie sú tak šťastní, ako by mohli byť. Do akej miery tá táto charakteristika vystihuje?* Na meranie životnej spokojnosti sme použili 5-položkový dotazník Satisfaction With Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985).

Zistili sme dostatočnú vnútornú konzistenciu anglickej ( $\alpha = 0,741$ ) aj slovenskej ( $\alpha = 0,820$ ) verzie Škály subjektívneho šťastia, ako aj Škály spokojnosti so životom ( $\alpha = 0,779$ , resp.  $\alpha = 0,843$ ). Na základe výsledkov môžeme konštatovať, že miera subjektívneho prežívania pocitu šťastia sa u slovenských ( $M = 4,79$ ) a anglických ( $M = 4,92$ ) študentov nelíši ( $p = 0,437$ ;  $r_m = 0,064$ ). Miera spokojnosti so životom je u anglických študentov ( $M = 24,46$ ) v porovnaní so slovenskými participantmi ( $M = 22,89$ ) vyššia, avšak korelačná miera  $r_m$  naznačuje len veľmi malú vecnú závažnosť skúmaných rozdielov ( $r_m = 0,142$ ). Zistili sme tiež pozitívny vzťah medzi subjektívnym prežívaním pocitu šťastia a životnou spokojnosťou ( $p = 0,59$ ;  $p < 0,001$ ).

*Kľúčové slová:* subjektívne šťastie, spokojnosť so životom, Veľká Británia, Slovensko.

## **SUBJEKTÍVNY POCIT SPOKOJNOSTI V RÔZNYCH SOCIÁLNYCH SKUPINÁCH**

*Andrea Petričková*

V príspevku sa venujeme problematike vnímania subjektívneho pocitu spokojnosti vo viacerých skupinách rozdelených podľa výšky mesačného príjmu. Cieľom výskumu bolo zistiť, či existuje rozdiel v miere subjektívneho a psychologického well-beingu v rôznych socio-ekonomických skupinách. Vzťah socio-ekonomických determinantov, ako je vzdelanie a príjem, je rozšírený o demografické determinanty vek, pohlavie a zdravie.

Výskumný výber tvorilo 174 participantov rozdelených do piatich skupín podľa ich priemerného mesačného príjmu v hrubej mzde. Prvá skupina bola tvorená participantmi s výškou mesačného príjmu do 700 eur mesačne; druhá skupina od 700-899 eur mesačne; tretia skupina od 900-1299 eur mesačne; štvrtá skupina od 1300-1999 eur a piatu skupinu tvorili participant s príjmom nad 2000 eur mesačne. S cieľom zistiť mieru subjektívneho pocitu spokojnosti sme vo výskume použili Satisfaction with Life Scale (kognitívna zložka) a Scale of Positive and Negative Experience (emočná zložka). Mieru psychologického well-beingu, resp. flourishing-u (t.j. sociálno-psychologických aspektov života) sme zisťovali prostredníctvom škály Flourishing Scale. Zber dát prebiehal prostredníctvom elektronického formulára.

Medzi jednotlivými socio-ekonomickými skupinami sme zistili malé rozdiely v miere pozitívnych ( $r_m = 0,262$ ) a negatívnych skúseností ( $r_m = 0,186$ ) a tiež stredne veľké rozdiely v spokojnosti so životom ( $r_m = 0,373$ ) a v miere flourishing-u ( $r_m = 0,393$ ). Rozdiel v spokojnosti so životom medzi skupinou ľudí zarábajúcich menej ako 700 eur mesačne ( $Mdn = 25$ ) a skupinou s príjmom nad 2000 eur mesačne ( $Mdn = 31$ ) bol 6 bodov. V škále flourishing-u rozdiel predstavoval 8 bodov ( $Mdn = 40$  a  $Mdn = 48$ ). V škále pozitívnych a negatívnych skúseností bol rozdiel 4 (PE), resp. 2 body (NE). Obdobné rozdiely sme zistili v skupinách s rôznym priemerným mesačným príjmom na člena rodiny (< 350€, 350-499 €, 500-699 €, 700-999 € a >1000 €):  $r_m = 0,334$  pre spokojnosť so životom,  $r_m = 0,340$  pre flourishing,  $r_m = 0,272$  pre pozitívne skúsenosti a  $r_m = 0,225$  pre negatívne skúsenosti. Zistili sme vyššiu mieru subjektívneho aj psychologického well-beingu u participantov s ukončeným vysokoškolským vzdelaním a s veľmi dobrým zdravotným stavom. Pohlavie ani vek mieru well-beingu nediferencuje. Zistili sme tiež pozitívny vzťah spokojnosti so životom s flourishing-om ( $\rho = 0,609$ ;  $p < 0,001$ ) a pozitívnymi skúsenosťami ( $\rho = 0,596$ ;  $p < 0,001$ ) a zároveň negatívny vzťah so škálou negatívnych skúseností ( $\rho = -0,419$ ;  $p < 0,001$ ). Flourishing koreloval s pozitívnymi skúsenosťami kladne ( $\rho = 0,624$ ;  $p < 0,001$ ) a s negatívnymi skúsenosťami záporne ( $\rho = -0,431$ ;  $p < 0,001$ ).

*Kľúčové slová:* subjektívny pocit spokojnosti, well-being, demografické a socioekonomické determinanty

## **SÚ MLADÍ ĽUDIA ŠŤASTNÍ?**

*Flóra Kužileková*

Cieľom práce bolo priniesť obraz o aktuálnej úrovni subjektívne prežívaného šťastia slovenských mladých ľudí (do 35 rokov). V príspevku porovnávame úroveň šťastia slovenských mladých ľudí s úrovňou šťastia mladých ľudí v rámci Vyšehradskej skupiny, resp. vo vybraných európskych krajinách. Práca je sekundárnou analýzou dát z medzinárodného výskumu s názvom European Social Survey (ESS 2012). Je to korelačný výskum, ktorý meria postoje, názory a vzorce správania rôznych krajín Európy.

Distribúcia šťastia mladých ľudí na 11-stupňovej škále ukazuje, že typickou odpoveďou je ôsmy stupeň šťastia. Uviedol ho každý štvrtý člen výskumného súboru. Aj siedmy stupeň je bohato zastúpený. Ani jeden mladý človek neuviedol odpoveď „mimoriadne nešťastný/á“. Keď sme zredukovali túto škálu do troch kategórií, zistili sme, že do kategórie nešťastných mladých ľudí bolo zaradených 7% participantov. Čiastočne šťastní, čiastočne nešťastní tvoria 12% vzorky. Šťastných je 81%.

Naše mapovanie šťastia mladých pokračovalo komparáciou štyroch stredoeurópskych krajín, ktoré sú súčasťou tzv. Vyšehradskej skupiny. Najväčší podiel mimoriadne šťastných tvoria participanti z Poľska (17%) a zároveň sa v tejto krajine žiaden participant nepovažuje za nešťastného. Môžeme tiež konštatovať, že najmenší podiel mimoriadne šťastných vykazuje skupina mladých ľudí, ktorí reprezentujú Maďarsko (7,7%). Mladí ľudia v Maďarsku sú zo štyroch stredoeurópskych krajín najmenej šťastní.

Rovnako sme sa zamerali na skúmanie úrovne šťastia mladých ľudí v iných európskych krajinách a na ich porovnanie s úrovňou šťastia slovenských mladých. Najvyšší podiel šťastných ľudí (nad 96%) žije vo Fínsku, Holandsku a v Dánsku. Slovensko je mierne pod strednou úrovňou v rebríčku, Česko ešte nižšie. Poľsko sa nachádza v strednom pásme. Najnižšia úroveň šťastia je v Bulharsku, Maďarsku, Albánsku, Rusku a v Ukrajine (menej než 73%-ný podiel).

Najväčší podiel nešťastných mladých je predovšetkým v Bulharsku, takmer každý piaty mladý človek je tam nešťastný. Albánsko, Ukrajina, Maďarsko a Rusko sú ďalšie krajiny s vysokým podielom nešťastných mladých ľudí. Naopak, nepatrný podiel nešťastných je najmä v Holandsku, Fínsku, Islande a v Dánsku. Česko, Slovensko a Poľsko sa nachádzajú zhruba v strednom pásme rebríčka.

V neposlednom rade nás zaujímalo, aká je úroveň šťastia u slovenských mladých v porovnaní s inými krajinami podľa pohlavia. Najväčšie rozdiely medzi úrovňou šťastia mladých žien a mladých mužov je v krajinách: Estónsko, Slovensko a Ukrajina. Ukázalo sa, že vo všetkých týchto prípadoch sú šťastnejšie mladé ženy.

*Kľúčové slová:* šťastie, mladí ľudia, sociodemografické činitele.

## **AKO DÔVERUJEME ĽUĎOM?**

*Denisa Adamčíková*

V príspevku načrtávame obraz o dôvere a jej činiteľoch, ktoré ju utvárajú. Prezentujeme základné teoretické koncepty, na ktorých je empirický výskum postavený.

*Základné výskumné otázky (ciele):* Aká je distribúcia, úroveň a variabilita dôvery v populácii obyvateľov Slovenska? Aký je vzťah medzi dôverou a socio-demografickými faktormi? Aký je vzťah medzi dôverou a sociálno-psychologickými faktormi? Aké sú rozdiely v dôvere u obyvateľov Slovenska a ostatných skúmaných krajín Európy?

*Vzorka:* Dátový súbor, ktorý sme použili k sekundárnej analýze dát, pochádza z roku 2012, z Európskej sociálnej sondy. Ide o segment dátového súboru s názvom „Social trust“. Objektom nášho výskumu bola slovenská populácia (N= 1843).

*Dáta:* Skúmali sme tri základné závislé premenné, ktorých empirickým obrazom sú otázky v dotazníku zaoberajúce sa dôverou medzi ľuďmi a nezávislými premennými, ktorými sú vybrané socio-demografické a sociálno-psychologické činitele.

*Tri indikátory dôvery:*

*Dôvera 1:* Väčšine ľudí možno veriť, alebo sa treba mať na pozore, keď sa jedná s ľuďmi? „Keď sa jedná s ľuďmi...“ 0 „Treba sa mať na pozore.“ ... 10 „Väčšine ľudí sa dá dôverovať (veriť).“

*Dôvera 2:* Myslíte si, že väčšina ľudí by sa vás pokúsila využiť, keby mali príležitosť, alebo by sa snažili byť čestní? „Keby mali príležitosť...“ 0 „Väčšina ľudí by sa ma pokúsila využiť.“ ... 10 „Väčšina ľudí by sa snažila byť čestnými.“

*Dôvera 3:* Povedali by ste, že väčšinou sa ľudia snažia pomôcť iným alebo sa väčšinou starajú len o seba? „Som toho názoru, že...“ 0 „Ľudia sa väčšinou starajú len o seba.“ ... 10 „Ľudia sa väčšinou snažia pomôcť iným.“ Z týchto troch indikátorov sme skonštruovali sumačný index (Cronbachovo Alpha = 0,814).

*Výsledky:* Ľuďom nedôveruje 42,9% participantov na Slovensku, čiastočne dôveruje, čiastočne nedôveruje 42,1%, dôveruje 15,0%. Vybrali sme nezávislé premenné, ktoré sme skúmali vo vzťahu k dôvere. Najdôležitejšími nezávislými premennými boli zo socio-demografických determinantov najmä vek participanta, ktorý môžeme prisudzovať k množstvu skúseností, ktoré vekom nadobúda a druhým determinantom bola jeho pozícia na spoločenskom rebríčku, ktorý môže byť výsledkom celkového postoja spoločnosti k jednotlivcovi. Zo sociálno-psychologických determinantov išlo najmä o prežívanie každodennosti a teda o spokojnosť jednotlivca so svojím životom a jeho subjektívne prežívanie šťastia vo svojom živote.

*Záver:* Z celkovej analýzy výsledkov, ktoré poukázali len na veľmi malú mieru súvislostí medzi fenoménom dôvery a jednotlivými činiteľmi, si môžeme klásť otázku: „Ako sa nám Slovenským občanom žije v tejto krajine, ak naša miera dôvery dosahuje tak minimálne hodnoty?“ Ďalej by táto otázka mohla byť námetom na diskusiu v danej problematike.

*Kľúčové slová:* dôvera, medziľudská interakcia, determinanty dôvery, ESS 2012.