

Životná zmyslupnosť a sociálno – emocionálne zdravie u študentov súkromnej vysokej školy

Meaning of life and social-emotional health of private university students

Rebeka FARKAŠOVÁ



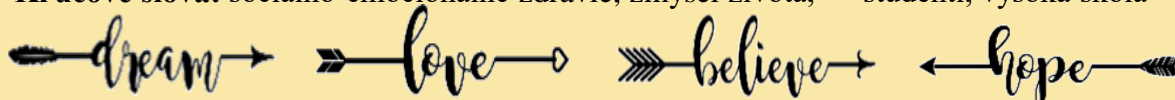
PANEURÓPSKA VYSOKÁ ŠKOLA

Fakulta psychológie



Abstrakt: Už niekoľko slovenských výskumov sa venuje sociálno-emocionálnemu zdraviu a zmyslu života u študentov. Avšak väčšina z týchto výskumov bola realizovaná na vzorke stredoškolských študentov a menej z nich sa venovalo študentom vysokých škôl. Preto sme sa rozhodli venovať sa výskumu sociálno-emocionálneho zdravia a životnej zmyslupnosti u študentov súkromnej vysokej školy. Primárnym cieľom našej práce je zistiť akú úroveň sociálno-emocionálneho zdravia a životnej zmyslupnosti dosahujú študenti súkromnej vysokej školy. V neposlednom rade zisťujeme či existuje vzťah medzi sociálno-emocionálnym zdravím a životnou zmyslupnosťou u študentov súkromnej vysokej školy.

KLúčové slová: sociálno-emocionálne zdravie, zmysel života, študenti, vysoká škola

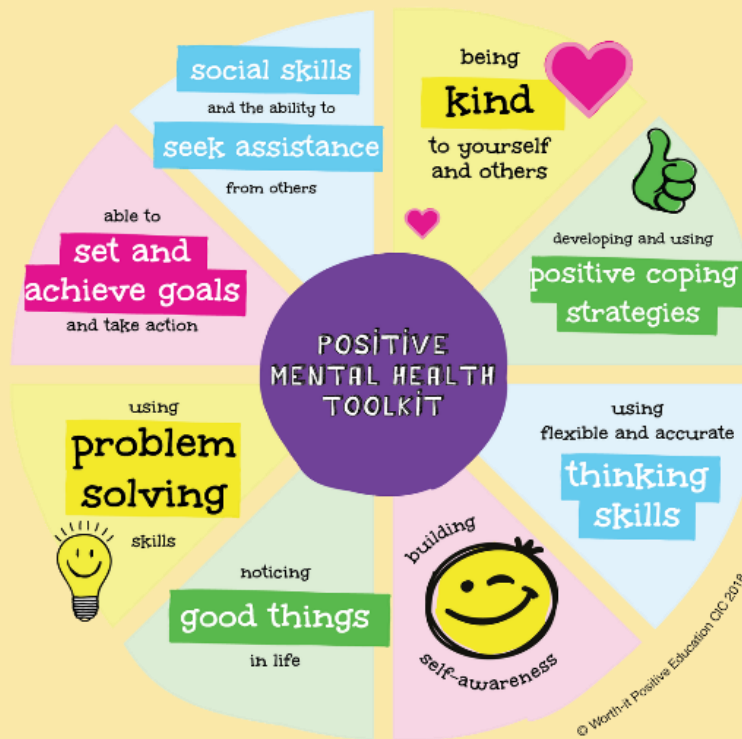


Sociálno-emocionálne zdravie (SEZ)

je schopnosť človeka nadväzovať a udržiavať vzťahy s okolím a efektívne regulovať emócie (Majerčáková Albertová, 2017).

Svetová zdravotná organizácia definuje sociálno - emocionálne zdravie ako stav blahobytu, človek si uvedomuje svoje schopnosti vyrovnáť sa so stresom v živote, môže pracovať produktívne a je schopný prispievať komunite (WHO, 2004).

Prevenia je veľmi účinná a to najmä vtedy, keď sa zameriava na posilnenie silných stránok študenta. Rieši základné otázky determinantov choroby a to sociálne a ekonomické. Takémuto prístupu vďačíme za zníženie výskytu duševných ochorení a taktiež zlepšovaniu úrovne duševného zdravia (WHO, 2004).



Životná zmyslupnosť (ŽZ)

Čo je zmysel života? Na túto otázku jestvuje približne 170 odpovedí v podobe definícií. Výskumy zistili, že väčšina veriacich ľudí považuje za zmysel života Boha a ich vieru. Iní považujú za zmysel života svoju prácu, rodinu alebo život sám. Z pohľadu psychológie je zmysel života považovaný za odpoveď na vážne otázky ľudského bytia (Tavel, 2007).

Halama (2000) tvrdí, že potreba zmyslu života alebo túžba po zmysle nie je chápaná ako potreba uspokojovanie biologických potrieb, ale ide skôr o ľudskú dispozíciu, ktorá poháňa človeka k uskutočňovaniu cieľov (In Tavel,2007).

Metódy zberu dát

Sociálno – emocionálne zdravie skúmame pomocou metódy, ktorá je jedinou slovenskou metódou v tejto oblasti. Dotazníka SHES-HE meria celkovú úroveň soc.-emoc. zdravia a obsahuje 48 položiek. Respondent odpovedá na otázky pomocou 6 – bodovej Likertovej škály od 1 (nemá so mnou vôbec nič spoločné) – 6 (úplne sa stotožňujem) (Furlong, 2016).

Životnú zmyslupnosť skúmame metódou, ktorá je jedinou slovenskou metódou v tejto oblasti. Škála životnej zmyslupnosti je zložená z 18 položiek, z nich 6 položiek je formulovaných negatívne a respondent odpovedá na otázky pomocou 5 – bodovej Likertovej škály (Halama, 2002).

Výber výskumného súboru pre našu prácu je zámerný, tvorí ho presne 92 respondentov. Súbor je tvorený zo študentov súkromnej vysokej školy fakulty práva (47) a fakulty sociálnych štúdií (45) a to prvého aj druhého stupňa. Z celkového počtu zúčastnených respondentov (92) na výskume bolo zúčastnených 43 mužov a 49 žien.

Výsledky

V celkovom skóre sociálno – emocionálneho zdravia vyšiel štatisticky významný rozdiel vo fakulte a to v prospech práva (Cohen's D-0,8 – vysoká úroveň efektu). Ďalší štatisticky významný rozdiel bol preukázaný pri pohlaví v empatii a to v prospech žien ($n^2=0,048$ – nízka úroveň efektu) a vo vierovyznaní v celkovom skóre v prospech veriacich ($n^2= 0,116$ – nízka úroveň efektu). Čo sa týka životnej zmyslupnosti, preukázali sa iba dva štatistické rozdiely a to medzi fakultami v motivačnej dimenzii ($n^2= 0,061$ – nízky efekt) v prospech práva a vo vierovyznaní vo všetkých dimenziách v prospech veriacich študentov. Korelácia medzi celkovým skóre SEZ a ŽZ je vysoká pozitívna (0,625).



Ďalšie zaujímavé zistenia

- © 83,2% študentov si verí.
- © 87% študentov si myslí, že vie prekonať prekážky.
- © 65% študentom sa ešte nepodarilo nájsť poslanie vo svojom živote.
- © 70% študentov vôbec nechápe prečo kvôli čomu je na svete.

Diskusia

Na základe výsledkov, ktoré sa týkajú vzťahu medzi sociálno-emocionálnym zdravím a životnej zmyslupnosti, môžeme povedať, že študenti, ktorí vidia vo svojom živote zmysel, vedia čo je ich poslanstvom, majú lepšie mentálne zdravie. Z výskumu vyplýva aj to, že študenti, ktorí si veria, vysoko skórujú v životnej zmyslupnosti. Výsledky nám ukazujú, že by bolo prínosné preberať tému životnej zmyslupnosti s deťmi už v skoršom veku. Nakoľko nám výskum preukázal štatisticky významné rozdiely v oblasti vierovyznaní v prospech veriacich, dovolíme si tvrdiť, že mladí ľudia sa potrebujú viac zaoberať psychologicko-duchovnými, spiritualistickými vecami a to nielen na vysokých školách ale už skôr (stredné školy).