

Psychológia a patopsychológia
dieťaťa, 54, 2020, č. 1, s. 19–35.

SPIRITUALITA, ODPUSTENIE A SOCIOEKONOMICKÝ STATUS AKO DETERMINANTY SUBJEKTÍVNEJ POHODY ADOLESCENTOV¹

**MONIKA KAČMÁROVÁ – PETER BABINČÁK – IVANA
DZURACKÁ**

*Inštitút psychológie, Filozofická fakulta Prešovskej univerzity
v Prešove*

SPIRITUALITY, FORGIVENESS AND SOCIOECONOMIC STATUS AS DETERMINANTS OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF ADOLESCENTS

Abstract: The main goal of this study was to verify the relationships between spirituality, forgiveness, socioeconomic status and subjective well-being of adolescents. The research sample consisted of 182 adolescents aged 17-19 years. The following research methods were used: The Daily Spiritual Experience Scale (Underwood and Teresi), The Forgiveness Scale (Thompson et al.) measuring forgiveness of self, others, and situations, Emotional habitual subjective well-being scales (Džuka and Dalbert) measuring positive and negative state of mind, and General Life Satisfaction Scale (Dalbert). Data were analysed using the hierarchical multiple linear regression analysis (stepwise method). The results showed that socioeconomic status and forgiveness of situations, to a lesser extent spirituality, are important predictors of positive well-being of adolescents. Forgiveness to self has the highest predictive power in relation to negative state of mind, lesser predictive power was observed in case of forgiveness of situations. Among the strongest predictors of general life satisfaction are socioeconomic status and forgiveness of situations; spirituality and complete family also contribute to the prediction. Of the controlled variables, gender was found to be associated with negative state of mind – women had more negative emotions compared to men.

Key words: spirituality, forgiveness, socioeconomic status, subjective well-being

Prišlo 26.9.2019. M. K., FF PU, Ul. 17. novembra 1, 080 01 Prešov.

E-mail: monika.kacmarova@unipo.sk

DOI: 10.4149/ppd_202002

¹ Práca bola podporená Agentúrou na podporu výskumu a vývoja na základe zmluvy č. APVV-15-0404

Subjektívna pohoda predstavuje jeden z hlavných indikátorov individuálnej a spoločenskej kvality života (Utami et al., 2018); otázka faktorov, ktoré subjektívnu pohodu ovplyvňujú, je preto častým predmetom záujmu výskumníkov z oblasti sociálnych vied. K často sledovaným prediktorom subjektívnej pohody mladých ľudí na globálnej úrovni patria najmä ekonomické ukazovatele, ale tiež vzdelanie, rodinný status, prípadne zamestnanie a ďalšie sociálnodemografické charakteristiky (Lim, Cappa, Patton, 2017). V nami realizovanom výskume sme záujem nasmerovali tiež k spiritualite a odpusteniu ako k faktorom, ktoré predstavujú potenciálne prediktory subjektívnej pohody na individuálnej úrovni. Voľbu týchto premenných odôvodňujeme tým, že výskumy s týmto zameraním boli realizované najmä v zahraničí v odlišnom kultúrnom prostredí (napríklad Cotton, McGrady, Rosenthal, 2010; Holder et al., 2016; Shourie, Kaur, 2016; Utami et al., 2018) alebo boli orientované na vekovo odlišné skupiny respondentov (napríklad Allemand et al., 2012; Chan, 2013; Kalleta, Mróz, 2018). Rastúci záujem o skúmanie spirituality je spojený predovšetkým s existenciou dôkazov o jej pozitívnych efektoch na fyzické i duševné zdravie, tiež pohodu a životnú spokojnosť adolescentov a mladých ľudí (Khan, Shirazi, Ahmed, 2011; Kim, Esquivel, 2011; Santoro et al., 2016). Podobné zistenia sú opisované aj v súvislosti s odpustením (Pareek, Mathur, Mangnani, 2016). Ako uvádza A. Sharma (2018), v tomto období plnom zmätku a nezrelosti slúži spiritualita ako protektívny faktor pred rizikovým správaním adolescentov, kam patrí napríklad závislosť na alkohole či drogách, sebapoškodzovanie, samovraždy alebo včasná sexuálna aktivita.

Spiritualita

Pôvod pojmu spiritualita nachádzame primárne v teológii. Z pohľadu psychológie sa počas niekoľkých desaťročí význam spirituality vyvíjal v predstave, že ide o sekundárny a nadobudnutý aspekt ľudského snaženia, ktorý je zakotvený v konkrétnom náboženskom presvedčení. Ako uvádzajú D. Shek (2012), E. Weathersová, G. McCarthyová a A. Coffeyová (2016), a tiež A. Sharma (2018), spiritualita predstavuje vzťah osoby k sebe samej alebo vyššej sile a prejavuje sa tiež vo vzájomných vzťahoch s inými ľuďmi. D. Shek (2012) ďalej dodáva, že viera v Boha alebo inú vyššiu silu dodáva jedincovi nádej zvládať situácie, akými sú rôzne traumy, násilie či choroba a podobne. Spirituálne praktiky v podobe modlitby, meditácie, relaxačných cvičení či kontemplácie pomáhajú človeku udržiavať myseľ v pozitívnom naladení. Spiritualita jedinca tak môže byť vyjadrená akoukoľvek činnosťou, prostredníctvom ktorej dokáže naplňať transcendentálne rozmery vlastného života.

Keďže tradičné koncepcie nerozlišovali medzi spiritualitou a religiozitou, a dokonca boli tieto pojmy používané ekvivalentne, považujeme za dôležité priblížiť odlišujúce ako aj spoločné črty týchto pojmov. B. J. Zinnbauer a K. I. Pargament (2005) zdôrazňujú, že aj napriek podobnosti týchto konštruktov existujú medzi nimi

rozdiely, kvôli ktorým je dôležité vymedzovať tieto pojmy separátne. Uvedení autori definujú spiritualitu a religiozitu ako hľadanie významu v spojení s posvätným. Koncept posvätna je natoľko rozsiahly, že dokáže zahrnúť tradičné i netradičné formy a prejavy viery. Podľa B. J. Zinnbauera (tamže, s. 35) môžeme spiritualitu definovať ako „osobné či skupinové hľadanie posvätného“ a religiozitu ako „osobné či skupinové hľadanie posvätného, ktoré sa rozvíja v tradičnom posvätnom kontexte.“ Ak by sme pri snahe rozlíšiť religiozitu a spiritualitu vychádzali zo Zinnbauerovej definície, rozdiel by sme našli výlučne v kontexte tradícií, ktoré sú v tomto prípade buď opomínané alebo zohľadňované. B. J. Zinnbauer vníma spiritualitu ako širší fenomén, ktorý zahŕňa religiozitu. V súlade s týmto tvrdením môžeme uviesť, že rozdiel medzi spiritualitou a religiozitou je definovaný v tom, ako spiritualita presahuje formálne a špecifické náboženské prejavy obsiahnuté v religiozite (Kim, Esquivel, 2011). Religiozita môže teda byť len jedným z prejavov spirituality. Naopak K. I. Pargament chápe spiritualitu v užšom zmysle, čo znamená, že spiritualitu vníma iba ako „srdce a dušu“ religiozity (Zinnbauer, Pargament, 2005). P. Říčan (2010) uvádza, že záväzok k tradičným náboženským hodnotám je primárnym a kardinálnym rozdielom medzi spiritualitou a religiozitou. Zatiaľ čo v religiozite je zjavný formálny záväzok k tradičnému náboženskému systému, ktorý je striktne vymedzený, v spiritualite je tento formálny záväzok opomínaný. Na rozdiel od religiozity odkazuje spiritualita skôr na osobný a psychologický rozmer, ktorý je primárne spojený so subjektívnou skúsenosťou, motiváciou a charakteristickými emóciami.

K hlavným rozlišujúcim kritériám medzi spiritualitou a religiozitou patrí tiež spôsob ich skúmania. Zatiaľ čo religiozitu môžeme posudzovať priamo prostredníctvom pýtania sa na frekvenciu praktizovania konkrétnych náboženských tradícií, akými sú napríklad čítanie posvätných kníh, modlitba, účasť na bohoslužbách (Crowther et al., 2002), spiritualitu môžeme merať len nepriamo, prostredníctvom individuálnych skúseností, ktoré sa viažu k osobnému naplneniu, zmyslu života, spirituálnym cieľom, osobnému vzťahu s Bohom alebo inou vyššou silou (Zinnbauer, Pargament, 2005).

Odpustenie

Problematike odpustenia je venovaná pozornosť najmä v psychológii náboženstva alebo pozitívnej psychológii so zameraním na vzájomné vzťahy s osobnosťou, pripútaním, zdravím či náboženstvom. V kontexte slovenského výskumu sa problematike odpustenia venuje len niekoľko štúdií (Prešinská, 2014; Martinčeková, 2015; Rovenská, Kozmová, 2016; Martinčeková, Klatt, 2017; Martinčeková, 2018; Marcinechová, Martinčeková, 2018), v ktorých však možno nájsť kvalitne rozpracovaný teoretický základ ako aj zhrnutie dôležitých výskumných zistení v danej oblasti, aj keď primárne nie sú zamerané na obdobie adolescencie. J. Křivohlavý (2004), ktorý prispel ku skúmaniu tohto fenoménu v Českej republike, uvádza, že odpustenie môže

byť nasmerované k sebe samému, inej osobe, skupine ľudí, okolnostiam, Bohu alebo osudu. Z psychologického hľadiska môžeme odpustenie vnímať ako proces, ktorý vedie k samotnému odpusteniu ako cieľovému stavu. Prostredníctvom odpustenia sa obeť zbavuje tiaže a nepríjemných pocitov, ktoré jej spôsobila trauma, napríklad zrada, ohováranie, znásilnenie, vražda a podobne (Křivohlavý, 2010). Odpustenie môžeme rozlišovať v rovine epizodického a dispozičného odpustenia. Epizodické odpustenie je späté s jedným aktom odpustenia smerom k jednej udalosti, k jednému ublíženiu či trestnému činu. Dispozičné odpustenie sa týka predovšetkým odpustenia ako všeobecnej tendencie a predispozície odpúšťať v celej škále situácií, vzťahov a zranení (Kaleta, Mróz, 2018). Odpustenie vnímané ako osobná dispozícia predstavuje všeobecnú tendenciu k odpusteniu iným osobám alebo sebe samému, pričom je vzhľadom k priebehu času, situácii, ako aj samotnému skutku, resp. previneniu pomerne stabilná (Berry et al., 2001). J. Křivohlavý (2004) v súvislosti s odpustením ako osobnostnou dispozíciou vyzdvihuje ochotu odpustiť. Štúdie zamerané na odpustenie ako osobnostnú dispozíciu zaznamenali súvis so šťastím a psychickým zdravím (Cotton et al., 2010). Navyše odpustenie ako dispozícia je v pozitívnom vzťahu s empatiou, vďačnosťou, životnou spokojnosťou a pozitívnymi afektami a zároveň v negatívnom vzťahu s hnevom, nepriateľstvom, negatívnymi afektami a túžbou po pomste (Baskin, Enright, 2004). V našom výskume vychádzame z definície L. Y. Thompsonovej et al. (2005), ktorí definujú odpustenie ako dispozíciu k odpusteniu v podobe oslobodenia sa od negatívnych vplyvov viažucich sa na zdroje, ktoré poškodzujú človeka. Autori ďalej uvádzajú, že odpustenie predstavuje pozitívnu zmenu v emóciách, myšlienkach a činoch vzťahujúcich sa k priestupku a vinníkovi.

V rámci dispozície k odpusteniu rozlišujeme tri kontexty odpustenia, konkrétne odpustenie sebe, odpustenie iným a odpustenie situáciám alebo okolnostiam (Lijo, 2018; Thompson et al., 2005). Odpustenie iným (inej osobe) je najdiskutovanejším kontextom, v ktorom je vzťah medzi dvoma alebo viacerými osobami ovplyvnený slovným, emocionálnym alebo behaviorálnym previnením. Intervenujúcou premenou je miera previnenia a vplyv konkrétneho priestupku. Ak je dopad previnenia malý, odpustenie je takmer samozrejmé (Lijo, 2018). Odpustenie sebe môžeme definovať ako proces uvoľňovania odporu voči sebe za vnímané previnenie alebo nesprávne konanie, kým odpustenie situáciám sa vzťahuje na udalosti, ktoré človek nedokázal ovplyvniť. Neodpustenie týmto situáciám zvyšuje prežívanie hnevu, beznádeje a postupne sa rozvíja negatívny postoj k vonkajšiemu svetu (Lijo, 2018).

Socioekonomický status

Vo viacerých štúdiách zameraných na obdobie detstva a adolescencie sa pozornosť výskumníkov sústreďuje na skúmanie vzťahu medzi socioekonomickým statu-

som v primárnej rodine a subjektívnou pohodou, fyzickým a duševným zdravím, ale aj duševnými problémami či inými vývinovými ťažkosťami (Devenish, Hooley, Mellor, 2017; Xu et al., 2019). Najviac skúmaným ukazovateľom socioekonomického statusu v rodine je príjem. Okrem finančnej situácie patrí k týmto faktorom tiež vzdelanie a zamestnanie rodičov. Socioekonomický status je zisťovaný ako subjektívne posúdenie sociálnej pozície vo vzťahu k stanovenému kritériu (napríklad vo vzťahu k iným rodinám, k prostrediu, v ktorom osoba žije, a podobne) alebo prostredníctvom objektívnych údajov o príjme, s uvedením presnej sumy finančných prostriedkov, ktorými rodina disponuje. Z výskumov, ktoré sa týkali adolescentov, možno uviesť zistenia, ku ktorým dospeli M. Daraeiová a A. Mohajery (2013), a tiež J. Mazurová et al. (2015), ktorí preukázali pozitívny vzťah medzi socioekonomickým statusom rodiny a životnou spokojnosťou adolescentov. Rovnako vo výskume J. Babjákovej et al. (2018) vykazovali adolescenti z rodín s lepším finančným zabezpečením vyššiu mieru životnej spokojnosti v porovnaní s adolescentmi pochádzajúcimi z rodín s priemernými alebo nízkymi majetkovými pomermi. Neuspokojivú ekonomickú situáciu v rodine dáva S. B. Láftmanová (2010) do vzťahu s nízkou mierou subjektívnej pohody, najmä s celkovou životnou spokojnosťou. Na národnej úrovni možno taktiež evidovať silnú koreláciu subjektívnej pohody a socioeconomickej situácie adolescentov a mladých dospelých (Lim et al., 2017).

Subjektívna pohoda

Pri operacionalizácii subjektívnej pohody vychádzame z definície, ktorú postuloval E. Diener, ktorý ju opisuje ako systém dvoch kardinálnych zložiek – emocionálnej a kognitívnej. Subjektívna pohoda je z hľadiska emocionálnych zložiek definovaná prostredníctvom častého výskytu pozitívnych emócií a naopak zriedkavého výskytu negatívnych emócií. Kognitívna zložka subjektívnej pohody je vyjadrená životnou spokojnosťou na globálnej a špecifickej úrovni (napríklad v pracovnej oblasti, v manželstve a pod.) a zároveň predstavuje hodnotenie vlastného života na vedomej úrovni. E. Diener a M. Chan (2011) uvádzajú, že subjektívna pohoda je vždy prepojená s optimizmom, životnou spokojnosťou, vyšším výskytom pozitívnych emócií a s nízkym výskytom alebo frekvenciou negatívnych emócií.

Na základe štúdia dostupnej literatúry môžeme konštatovať, že sme nenašli výskumy, ktoré by spoločne skúmali nami stanovené prediktory subjektívnej pohody adolescentov, preto uvedieme aspoň niektoré štúdie zisťujúce parciálne vzťahy medzi premennými, na základe ktorých sme stanovili výskumný cieľ.

Viacere výskumy potvrdili pozitívny vzťah medzi spiritualitou a subjektívnou pohodou, jej jednotlivými zložkami alebo tiež šťastím. Pozitívny vzťah medzi spiritualitou a životnou spokojnosťou adolescentov výskumne potvrdili M. Khan et al.

(2011), K. J. Zullig, R. M. Wardová a T. Hornová (2006), tiež F. A. Sharajabádová, S. Mohammadová a M. Mirghafourvandová (2017) u adolescentných dievčat. Spiritualita bola významným prediktorom životnej spokojnosti detí a tiež prediktorom životnej spokojnosti a šťastia adolescentov vo výskume M. D. Holdera et al. (2016). Pozitívny vzťah medzi spiritualitou v podobe denných spirituálnych zážitkov, šťastím a akademickým úspechom adolescentov preukázala aj A. Sharma (2018), podobne ako P. Sajjadianová et al. (2016).

J. A. D. Datu (2014) skúmal vzťah medzi odpustením, vďačnosťou a subjektívnou pohodou adolescentov. Z výsledkov tohto výskumu vyplýva, že odpustenie rovnako ako aj vďačnosť je v pozitívnom vzťahu so subjektívnou pohodou adolescentov. Najvýznamnejším prediktorom subjektívnej pohody – po kontrolovaní vplyvu osobnostných faktorov – sa v tomto výskume preukázala vďačnosť spolu s odpustením sebe ako jednou zo zložiek odpustenia. S. Pareeková a M. Jainová (2012) regresnou analýzou dospeli k zisteniu, že významným prediktorom subjektívnej pohody chlapcov v adolescentnom veku je odpustenie sebe a odpustenie situácii, pričom odpustenie sebe vysvetlilo 11,4 % variancie a odpustenie situácii vysvetlilo 16,2 % variancie subjektívnej pohody. Pre celý výskumný súbor a pre dievčatá sa však odpustenie sebe a odpustenie situácii ako významné prediktory nepotvrdili. S. Shourieová a H. Kaurová (2016) skúmali vzťah medzi odpustením, vďačnosťou a subjektívnou i psychologickou pohodou adolescentov. Výsledky preukázali významný pozitívny vzťah medzi odpustením a životnou spokojnosťou a tiež pozitívnym afektom ako komponentom subjektívnej pohody, rovnako psychologickou pohodou. Významný negatívny vzťah vďačnosti a odpustenia bol naopak preukázaný k negatívnym afektom.

Hlavným cieľom našej práce je overiť vzťah medzi spiritualitou skúmanou v podobe spirituálnych zážitkov, dispozičným odpustením (odpustením sebe, odpustením iným a odpustením situáciám), socioekonomickým statusom (finančná situácia v rodine) a subjektívnou pohodou adolescentov, ktorú sme merali prostredníctvom jej dvoch komponentov – kognitívneho (celková životná spokojnosť) a emocionálneho komponentu, zahŕňajúceho pozitívne prežívanie a negatívne prežívanie.

Metóda

Výskumný súbor

Výskumný súbor pozostával zo 76 adolescentov a 106 adolescentiek vo veku 17 – 19 rokov ($AM = 18,09$; $SD = 0,715$), pričom 29 osôb pochádzalo z neúplnej rodiny a 153 z úplnej rodiny. Zber údajov prebiehal príležitostným nenáhodným výberom, dotazníky boli respondentom administrované v písomnej podobe vo februári 2019 na dvoch gymnáziách na východnom Slovensku.

Výskumné nástroje

Úvodná časť dotazníka obsahovala otázky na sociodemografické ukazovatele: vek, pohlavie a úplnosť rodiny. Socioekonomický status bol zisťovaný otázkou na finančnú situáciu v rodine prostredníctvom odpovede na položku *Na stupnici označ ako vnímaš finančnú situáciu v rodine* (1 = veľmi zlá až 7 = výborná). Na hodnotenie religiozity bola použitá otázka na frekvenciu účasti na bohoslužbách (nikdy, 1-3x do roka, 1x v týždni, niekoľkokrát v jednom týždni), ktorá viac korešponduje s vonkajškovou religiozitou. Sociodemografické údaje (pohlavie, úplnosť rodiny) a hodnotenie religiozity zároveň vstupovali do analýzy ako kontrolované premenné.

Škála denných spirituálnych zážitkov (The Daily Spiritual Experiences Scale, ďalej DSES – Underwood, Teresi, 2002) je jednodimenziovou škálou pozostávajúcou zo 16 položiek, kde prvých 15 konštatovaní je hodnotených na 6-bodovej Likertovej škále, pričom 1 = veľa krát denne, 2 = každý deň, 3 = väčšinu dní, 4 = niektoré dni, 5 = raz za čas, 6 = nikdy. Príklad položky: *Cítim Božiu lásku ku mne prostredníctvom iných*. Posledná položka, otázka *Vo všeobecnosti, ako blízko sa cítite byť pri Bohu?* má 4 odpovedňové možnosti: 1 = vôbec nie, 2 = trochu blízko, 3 = veľmi blízko, 4 = tak blízko, ako sa len dá. Autorkou slovenského prekladu škály je M. Sováriová Soósová. Reliabilita zisťovaná prostredníctvom Cronbachovej alfy pôvodnej 16-položkovej škály je vysoká a pohybuje sa v rozmedzí 0,94 – 0,95 (Underwood, Teresi, 2002). V nami realizovanom výskume dosiahla hodnotu $\alpha = 0,94$.

Škála odpustenia (Heartland Forgiveness Scale, ďalej HFS – Thompson et al., 2005) obsahuje 18 sebaopisovacích položiek, ktoré je možné rozdeliť do 3 subškál: 1. odpustenie sebe (6 položiek, príklad položky: *Hoci sa najprv cítim zle, keď niečo pokazím, časom tomu už neprikladám takú veľkú váhu*), 2. odpustenie iným (6 položiek, napríklad: *Hoci mi v minulosti niektorí ľudia ublížili, nakoniec ich dokážem vnímať ako dobrých ľudí*) a 3. odpustenie situáciám (6 položiek, príklad: *Časom dokážem porozumieť aj nepriaznivým situáciám odohrávajúcim sa v mojom živote*). Respondent odpovedá na jednotlivé položky pomocou sedembodovej hodnotiacej stupnice, kde 1 predstavuje „takmer nikdy to nie je pravda“ a 7 predstavuje „takmer vždy je to tak“. Reliabilita Škály odpustenia zisťovaná prostredníctvom Cronbachovej alfy v originálnej verzii nadobúdala pre odpustenie sebe hodnoty 0,72 – 0,76, pre odpustenie iným 0,78 – 0,81 a pre odpustenie situáciám 0,77 – 0,82 (Thompson et al., 2005). Vzhľadom na skutočnosť, že reliabilita subškály odpustenie sebe v nami realizovanom výskume nedosahovala dostatočnú hodnotu ($\alpha = 0,64$), uskutočnili sme položkovú analýzu a na jej základe sme vylúčili položku č.3 (*Ponaučenie z chýb, ktoré som spravil/a, mi pomáha preniesť sa cez ne/prekonať ich*), ktorá významne znižovala túto hodnotu. Po jej vylúčení sme získali hraničnú, avšak vyhovujúcu hodnotu Cronbachovej alfy ($\alpha = 0,70$). Rovnakú hodnotu dosahovala aj subškála odpustenie situáciám a pre subškálu odpustenie iným sme získali $\alpha = 0,71$.

Škála celkovej životnej spokojnosti (Dalbert, 1992) pozostáva zo siedmich výrokov a slúži na meranie kognitívneho komponentu subjektívnej pohody. Výroky sú hodnotené na šesťbodovej stupnici od 1 = úplne sa nehodí po 6 = úplne sa hodí. Príklad položky: *Ak si predstavím svoj doterajší život, som spokojný/á*. Cronbachova alfa v našom výskume dosiahla hodnotu $\alpha = 0,89$.

Škála emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (ďalej SEHP – Džuka, Dalbert, 2002) obsahuje 10 položiek merajúcich emocionálne komponenty subjektívnej pohody – pozitívne prežívanie (4 položky) a negatívne prežívanie (6 položiek). Respondenti hodnotia častosť prežívania daných emócií a telesných pocitov na šesťbodovej stupnici, kde 1 = takmer nikdy, 2 = málokedy, 3 = občas, 4 = často, 5 = veľmi často, 6 = takmer vždy. Hodnota Cronbachovej alfy pre pozitívne prežívanie bola $\alpha = 0,71$ a pre negatívne prežívanie $\alpha = 0,77$.

Štatistické spracovanie

Získané údaje boli spracované pomocou štatistického programu SPSS Statistics 20 a JASP. Základné deskriptívne ukazovatele skúmaných premenných sú uvedené v tabuľke 1.

Za účelom overenia vzťahov medzi skúmanými premennými bola použitá viacnásobná hierarchická lineárna regresná analýza (metóda stepwise). Premenné do analýzy vstupovali v blokoch nasledovne: 1. blok – pohlavie, úplnosť rodiny, socioekonomický status rodiny a religiozita v podobe frekvencie účasti na bohoslužbách; 2. blok – odpustenie sebe, iným a situáciám; 3. blok – spiritualita. Pred realizáciou výpočtu sme posúdili kolinearitu, pričom žiaden z prediktorov nepresiahol kritickú hodnotu Tolerance nižšiu ako 0,10 a hodnoty VIF neboli vyššie ako 10. Homoskedasticita bola overená vizuálne v grafickom znázornení aktuálnych versus predikovaných reziduí.

Tabuľka 1

Deskriptívna analýza skúmaných premenných (N = 182)

Premenná	Skewness	AM	SD	Min	Max
Spiritualita	,166	45,58	16,57	16	80
Odpustenie sebe	,033	21,74	5,93	8	35
Odpustenie iným	-,294	27,34	6,68	10	42
Odpustenie situáciám	-,206	26,07	6,54	10	41
Socioekonomický status	-,257	4,92	1,20	2	7
Pozitívne prežívanie	-,115	15,93	3,66	8	24
Negatívne prežívanie	,505	18,41	4,85	9	36
Celková životná spokojnosť	-,359	28,01	7,39	7	42

Výsledky

Výsledky regresnej analýzy realizované vzhľadom na jednotlivé komponenty subjektívnej pohody (pozitívne a negatívne prežívanie, celková životná spokojnosť) sú uvedené v tabuľkách 2 – 4.

Tabuľka 2

Regresný model pre pozitívne prežívanie

Prediktor	R	R ² -change	B	T	p
Socioekonomický status	,36	,13	,64	3,091	,002
Odpustenie situáciám	,52	,14	,21	5,607	,001
Spiritualita	,55	,03	,63	2,688	,008
$F_{\text{total}} = 25,354; p < ,001$					

Pozn.: V modeli sú akceptované prediktory významné pri $p < 0,05$
Platí aj pre tabuľky 3 a 4.

Tabuľka 3

Regresný model pre negatívne prežívanie

Prediktor	R	R ² -change	B	T	p
Pohlavie	,24	,06	1,78	3,082	,002
Odpustenie sebe	,58	,28	-,31	-5,383	,001
Odpustenie situáciám	,63	,06	-,21	-4,163	,001
$F_{\text{total}} = 39,251; p < ,001$					

Tabuľka 4

Regresný model pre celkovú životnú spokojnosť

Prediktor	R	R ² -change	B	T	p
Socioekonomický status	,49	,24	1,67	4,302	,001
Úplnosť rodiny	,52	,03	2,95	2,371	,019
Odpustenie situáciám	,66	,16	0,45	6,864	,001
Spiritualita	,68	,03	1,22	2,863	,005
$F_{\text{total}} = 37,143; p < ,001$					

V prípade pozitívneho prežívania adolescentov boli signifikantné tri prediktory: socioekonomický status vysvetlil 13 %, odpustenie situáciám 14 % a spiritualita 3 % variancie pozitívneho prežívania. Čím lepšie hodnotili adolescenti rodinnú finančnú situáciu ($B = 0,64$), čím viac dokázali odpustiť situáciám, ktoré nedokázali ovplyvniť ($B = 0,21$) a čím intenzívnejšie prežívali spirituálne zážitky ($B = 0,63$), tým častejšie zažívali pozitívne emócie.

V rámci negatívneho prežívania adolescentov boli signifikantné tri prediktory: pohlavie vysvetlilo 6 %, odpustenie sebe 28 % a odpustenie situáciám 6 % variancie negatívneho prežívania. Ženy prežívali v porovnaní s mužmi negatívne emócie častejšie ($B = 1,78$). Z analýzy tiež vyplýva, že čím viac si respondenti dokážu odpustiť vlastné chyby, ktoré spravili ($B = -0,31$) a čím viac dokážu odpustiť situáciám alebo okolnostiam, ktoré nemôžu ovplyvniť ($B = -0,21$), tým menej často prežívajú negatívne emócie.

V prípade celkovej životnej spokojnosti sa ako významné preukázali štyri prediktory: socioekonomický status vysvetlil 24 %, úplnosť rodiny 3 %, odpustenie situáciám 16 % a spiritualita 3 % variancie celkovej životnej spokojnosti. Čím lepšie hodnotili adolescenti rodinnú finančnú situáciu ($B = 1,67$), tým bola ich celková životná spokojnosť vyššia. Zároveň, ak respondenti uviedli, že žijú v úplnej rodine ($B = 2,95$), bola ich celková životná spokojnosť vyššia. Taktiež, čím viac dokázali respondenti odpustiť situáciám, ktoré nedokážu ovplyvniť ($B = 0,45$) a čím intenzívnejšie prežívali spirituálne zážitky ($B = 1,22$), tým bola ich celková životná spokojnosť vyššia.

Diskusia a záver

Cieľom výskumu bolo overiť vzťah medzi spiritualitou v podobe spirituálnych zážitkov, dispozičným odpustením (sebe, iným osobám a situáciám), socioekonomickým statusom (finančná situácia v rodine) a subjektívnou pohodou adolescentov zisťovanou prostredníctvom pozitívneho a negatívneho prežívania a celkovej životnej spokojnosti. Výsledky preukázali, že významnými pozitívnymi prediktormi pozitívneho prežívania a tiež celkovej životnej spokojnosti adolescentov sú socioekonomický status, odpustenie situáciám a spiritualita. Odpustenie sebe a odpustenie situáciám bolo v negatívnom vzťahu k negatívnemu prežívaniu. Medzi spiritualitou a prežívaním negatívnych emócií sme významný vzťah nezistili.

Socioekonomický status zisťovaný prostredníctvom posúdenia finančnej situácie v rodine sa vo významnej miere podieľal na variancii pozitívneho prežívania. Predpokladáme, že dostatočné finančné zdroje v rodine umožňujú adolescentom uspokojovať ich materiálne potreby alebo záujmy súvisiace s istou prestížou (napríklad mať nový mobil, nosiť značkové oblečenie a pod.), tiež eliminujú vznik napätých

situácií či vzťahov v rodine vyplývajúcich z nedostatku týchto zdrojov, čo v konečnom dôsledku vedie k častejšiemu prežívaniu pozitívnych emócií. S. B. Láftmanová (2010) v súvislosti s neuspokojivou finančnou situáciou uvádza jej dopad najmä na celkovú životnú spokojnosť. Podobne v našom výskume priaznivé hodnotenie rodinnej finančnej situácie adolescentmi vo významnej miere predikovalo vyššiu celkovú životnú spokojnosť, ako to vo svojich štúdiách zistili napríklad aj L. Becchetti a F. Pisani (2014), M. Daraeiová a A. Mohajery (2013), M. S. C. Limová et al. (2017). Socioekonomický status v našom výskume vysvetlil najväčšie percento variancie životnej spokojnosti.

Pozitívnym determinantom pozitívneho prežívania a celkovej životnej spokojnosti bolo aj odpustenie situáciám. Usudzujeme, že ak mladý človek odpustí okolnostiam alebo udalostiam, ktoré sa stali a nemohol ich dostatočne kontrolovať alebo ovplyvniť, keďže ide o vonkajšie faktory, jeho životná spokojnosť aj pozitívne prežívanie bude vyššie. K podobným záverom dospeli aj S. Shourieová a H. Kauraová (2016), ktoré potvrdili pozitívny vzťah odpustenia vo všeobecnosti a vďačnosti k subjektívnej a psychologickkej pohode adolescentov.

Pozitívny vzťah medzi odpustením situácii a šťastím, a tiež odpustením sebe a šťastím bol zistený aj vo výskume F. Sapmazaovej et al. (2016) na vzorke univerzitných študentov. Podobne tiež vo výskume S. Pareekovej et al. (2016), kde boli všetky tri zložky dispozičného odpustenia v pozitívnom vzťahu s prežívaním pozitívnych emócií a v negatívnom vzťahu s negatívnym prežívaním. Významným prediktorom životnej spokojnosti bolo v danom výskume odpustenie sebe, kým v nami realizovanom výskume životnú spokojnosť významne predikovalo odpustenie situáciám.

V súvislosti s preukázaním pozitívneho vzťahu medzi spiritualitou a pozitívnym prežívaním a tiež životnou spokojnosťou sa domnievame, že častejšie prežívanie spojenia s Bohom alebo inou vyššou silou, ktoré adolescentom prináša radosť a povznáša ich nad každodenné starosti, rovnako aj vďačnosť za požehnanie alebo pociťovanie Božej lásky prostredníctvom iných ľudí môže prispievať k častejšiemu prežívaniu pozitívnych emócií a vyššej spokojnosti so svojím životom. Naše výsledky sú v súlade so zisteniami autorov M. Clarence a S. T. George (2018), M. D. Holder et al. (2016), M. Khan et al. (2011), ktorí rovnako preukázali pozitívny vzťah medzi spiritualitou a subjektívnou pohodou, resp. životnou spokojnosťou, a tiež A. Sharmy (2018) a P. Sajjadianovej et al. (2016), ktoré sa zaoberali spiritualitou vo vzťahu s psychologickou pohodou a šťastím. Jedinci s vyššou mierou spirituality nazerajú na svoj súčasný život ako aj na očakávania smerom do budúcnosti pozitívnejšie (Shek, 2012). Percento variancie spirituality podieľajúcej sa na vysvetlení subjektívnej pohody v nami realizovanom výskume korešponduje so zisteniami vyššie uvádzaných autorov, kde v rámci výskumu u adolescentov rovnako nepresahuje hranicu 10 %.

Na základe našich zistení môžeme tiež konštatovať, že odpustenie situáciám, ale najmä odpustenie sebe – ako prediktor, ktorý vysvetlil najvyššie percento variancie negatívneho prežívania – súvisí s menej častým prežívaním negatívnych emócií. J. H. Hallová a F. D. Fincham (2005) v tejto súvislosti uvádzajú, že je ťažšie žiť bez odpustenia sebe než bez odpustenia iným. Keďže odpustenie sebe možno charakterizovať ako proces uvoľňovania odporu voči sebe za vnímané previnenie alebo nesprávne konanie (Lijo, 2018), nedostatočným odpustením sebe si jedinec poškodzuje sebadôveru a psychickú pohodu, čo môže viesť až k depresii a samovražedným sklonom. V súvislosti s týmto zistením sa stotožňujeme s definovaním odpustenia sebe, ktoré ponúka L. Martinčeková (2018), totiž že ide o proces, počas ktorého osoba prepracováva vlastné negatívne emócie, myšlienky a správanie a nahrádza ich pozitívnymi emóciami, myšlienkami a správaním voči sebe. Autorka ďalej dodáva, že je nevyhnutné prevziať zodpovednosť za tento skutok, zmeniť svoje správanie smerom k budúcnosti a správať sa zmierlivo, a to sa môže udiať napríklad cez ospravedlnenie sa alebo napravenie skutku. Odpustenie sa nevzťahuje len na jedincov, ale aj na situácie, ktoré osoba nedokáže ovplyvniť, vrátane katastrof ako napríklad zemetrasenie, tornádo, záplavy alebo rôzne traumy v osobnom živote v podobe smrti dôležitých ľudí alebo chronické ochorenia. Tieto situácie spôsobujú, že ľudia sú nahnevaní a cítia beznádej. Neodpustenie takýmto situáciám zvyšuje mieru beznádeje a postupne sa u nich rozvíja negatívny postoj k vonkajšiemu svetu (Lijo, 2018).

Z kontrolovaných premenných sa vo vzťahu k negatívne prežívaniu ako signifikantný prediktor preukázalo pohlavie – adolescentky vykazovali častejšie prežívanie negatívnych emócií v porovnaní s adolescentmi. Toto zistenie je opakovane potvrdzované v rôznych výskumoch (Allemand et al., 2012; Chandiramani, 2014; Raižienė, Garckija, 2013; Zuckerman, Li, Diener, 2017).

Kontrolovanou premennou bola tiež úplnosť rodiny, ktorá bola významným pozitívnym determinantom celkovej životnej spokojnosti. O. Bojuwoye (2014) skúmal subjektívnu pohodu adolescentov, ktorí žili iba s matkou. Respondenti v tomto výskume uvádzali vyššiu negatívnu emocionalitu, vyššiu mieru rizikového správania, nespokojnosť s rodinnou konšteláciou, finančnými zdrojmi, sociálnou podporou ako aj rodinným životným prostredím. Vzťahom štruktúry rodiny a subjektívnej pohody sa zaoberali aj W.-H. Lin a C.-C. Yi (2018). Títo autori zistili, že respondenti, ktorých rodičia sa rozviedli, dosahovali nižšiu mieru subjektívnej pohody, rovnako ako aj respondenti, ktorí síce žili v úplnej rodine, no v tejto rodine dochádzalo k častým nezhodám a konfliktom. Môžeme konštatovať, že rodinné konflikty v úplnej rodine, podobne ako rozvod majú negatívny dopad na subjektívnu pohodu detí a adolescentov žijúcich s rodičmi.

Vzhľadom na teoretické východiská, v ktorých pojednávame o nejasnom odlíšení spirituality a religiozity, sme v rámci kontrolných premenných do analýzy zaradili aj

religiozitu, ktorá však nebola významným determinantom subjektívnej pohody. Pri zaradení tejto kontrolnej premennej v podobe frekvencie navštevovania bohoslužieb sme vychádzali z výskumu M. D. Holdera et al. (2016), ktorí dospeli k rovnakému zisteniu ako my, a zároveň apelovali na potrebu oddelenia spirituality a religiozity aj napriek ich podobnostiam. Za možný dôvod nepreukázania významného vzťahu možno považovať skutočnosť, že adolescenti často vnímajú navštevovanie bohoslužieb iba ako povinnosť alebo aktivitu, ktorá je od nich vyžadovaná zo strany rodičov alebo starých rodičov (vonkajšková religiozita), avšak oni sami s tým nie sú plne stotožnení. Dôkazom toho môže byť aj zastúpenie respondentov v skupinách, ktorí síce uviedli, že chodia do kostola aspoň raz v týždni ($n = 6$), resp. 1-3x do roka ($n = 10$), avšak zároveň sa považovali za neveriacich.

K možným limitom realizovaného výskumu možno zaradiť veľkosť výskumného súboru a príležitostný spôsob zberu údajov, ako aj nerovnomerné rozloženie respondentov z hľadiska úplnosti rodiny a religiozity. V súvislosti s pýtaním sa na religiozitu možno za limit považovať aj spôsob pýtania sa na túto premennú len prostredníctvom jednej položky zisťujúcej frekvenciu účasti na bohoslužbách. Limitom práce môže byť aj modifikácia subškály *Odpustenie seba* vyradením jednej položky. Potenciálne obmedzenie validity tejto subškály bolo daňou za dosiahnutie priaznivejších hodnôt reliability. Vzhľadom na veľkosť a charakter výskumnej vzorky môžeme konštatovať, že výsledky nášho výskumu nie je možné zovšeobecniť na celú populáciu a sú platné výlučne pre náš výskumný súbor, ktorý pozostával zo študentov 3. a 4. ročníka gymnázií. Obmedzením nášho výskumu bolo tiež to, že sme sa respondentov nepýtali, či im už bolo ublížené inou osobou alebo či im už niekto ublížil natoľko, že by mu museli odpustiť. V budúcom výskume by bolo vhodné zisťovať aj tieto skutočnosti.

Za jeden z benefitov realizovanej štúdie považujeme fakt, že výskum s takýmto zameraním na základe analýzy dostupnej literatúry na Slovensku doposiaľ nebol realizovaný. Rovnako aj v zahraničných výskumoch je len veľmi malá pozornosť venovaná vzťahu spirituality, odpustenia, socioekonomického statusu a subjektívnej pohody u adolescentov a mladých dospelých. Tieto aspekty boli skúmané skôr na vzorkách vekovo starších respondentov. Budúci výskum by mohol byť orientovaný na detailnejšie overovanie vzťahov spirituality, odpustenia a subjektívnej pohody adolescentov ako aj iných vekových skupín, a to so zaradením ďalších premenných – napríklad vďačnosť, nádej, láskavosť alebo životná zmysluplnosť, ktoré by mohli byť vo významnom vzťahu k subjektívnej pohode a jej zložkám. Vhodná by bola tiež realizácia longitudinálneho experimentu, v ktorom by bolo možné porovnať výsledky s výsledkami získanými v kontrolnej skupine alebo identickej vzorke respondentov, ktorá by absolvovala určitý intervenčný program (napríklad workshop zameraný na odpúšťanie), alebo by pracovala na svojom spirituálnom raste.

LITERATÚRA

- ALLEMAND, M. – HILL, P. L. – GHAEMMAGHAMI, P. – MARTIN, M. 2012. Forgivingness and subjective well-being in adulthood: The moderating role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, vol. 46, no. 1, p. 32-39.
- BABJÁKOVÁ, J. – KAČMÁROVÁ, M. – KRAVCOVÁ, M. – MAGÁČOVÁ ŽILKOVÁ, I. 2018. Životná spokojnosť adolescentov v kontexte socio-ekonomických charakteristík rodiny. In: KAČMÁROVÁ, M. (Ed.): *Kvalita života 2017. Kvalita života v kontexte chudoby*. Prešov: Bookman, s. 33-44.
- BASKIN, T. W. – ENRIGHT, R. D. 2004. Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counseling and Development*, vol. 82, no. 1, p. 79-90.
- BECCHETTI, L. – PISANI, F. 2014. Family economic well-being, and (class) relative wealth: an empirical analysis of life satisfaction of secondary school students in three Italian cities. *Journal of Happiness Studies*, vol. 15, no. 3, p. 503-525.
- BERRY, J. W. – WORTHINGTON, E. L. – PARROTT, L. – O'CONNOR, L. E. – WADE, N. G. 2001. Dispositional forgivingness: Development and construct validity of the Transgression Narrative Test of Forgivingness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 27, no. 10, p. 1277-1290.
- BOJUWOYE, O. 2014. Subjective well-being of adolescent boys living in single-mother households in a Cape Town Suburb, South Africa. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, vol. 5, no. 23, p. 2017-2025.
- CLARENCE, M. – GEORGE, S. T. 2018. Spirituality and subjective well-being among catholic college teachers of Bangalore. *Indian Journal of Health and Well-being*, vol. 9, no. 3, p. 678-680.
- COTTON, S. – MCGRADY, M. E. – ROSENTHAL, S. L. 2010. Measurement of religiosity/spirituality in adolescent health outcomes research: Trends and recommendations. *Journal of Religion and Health*, vol. 49, no. 4, p. 414-444.
- CROWTHER, M. R. – PARKER, M. W. – ACHENBAUM, W. A. – LARIMORE, W. L. – KOENIG, H. G. 2002. Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: positive spirituality – the forgotten factor. *The Gerontologist*, vol. 42, no. 5, p. 613-620.
- DALBERT, C. 1992. Subjektives Wohlbefinden junger Erwachsener: Theoretische und empirische Analysen der Struktur und Stabilität. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, vol. 13, no. 4, p. 207-220.
- DARAEI, M. – MOHAJERY, A. 2013. The impact of socioeconomic status on life satisfaction. *Social Indicators Research*, vol. 112, no. 1, p. 69-81.
- DATU, J. A. D. 2014. Forgiveness, gratitude and subjective well-being among Filipino adolescents. *International Journal for the Advancement of Counselling*, vol. 36, no. 3, p. 262-273.
- DEVENISH, B. – MOLLEY, M. – MELLOR, D. 2017. The pathways between socioeconomic status and adolescent outcomes: A systematic review. *American Journal of Community Psychology*, vol. 59, no. 1-2, p. 219-238.
- DIENER, E. 2000. Subjective well-being: the science of happiness, and proposal for a national index. *American Psychologist*, vol. 55, no. 1, p. 34-43.
- DIENER, E. – CHAN, M. 2011. Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-being*, vol. 3 no. 1, p. 1-43.
- DŽUKA, J. – DALBERT, C. 2002. Vývoj a overenie validity škál emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (SEHP). *Československá psychologie*, roč. 46, č. 3, s. 234-250.
- HALL, J. H. – FINCHAM, F. D. 2005. Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, vol. 24, no. 5, p. 621-637.

- HOLDER, M. D. – COLEMAN, B. – KRUPA, T. – KRUPA, E. 2016. Well-being's relation to religiosity and spirituality in children and adolescents in Zambia. *Journal of Happiness Studies*, vol. 17, no. 3, p. 1235-1253.
- CHAN, D. W. 2013. Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. *Teaching and Teacher Education*, vol. 32, p. 22-30.
- CHANDIRAMANI, K. 2014. Locus of control and subjective wellbeing: Examining gender differences. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, vol. 5, no. 3, p. 325-329.
- KALETA, K. – MRÓZ, J. 2018. Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, vol. 120, p. 17-23.
- KHAN, M. – SHIRAZI, M. – AHMED, M. 2011. Spirituality and life satisfaction among adolescents in India. *Journal of Subcontinent Researches*, vol. 3, no. 7, p. 71-84.
- KIM, S. – ESQUIVEL, G. B. 2011. Adolescent spirituality and resilience: Theory, research, and educational practices. *Psychology in the Schools*, vol. 48, no. 7, p. 755-765.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2004. Odpouštění – současný stav psychologických studií. *Československá psychologie*, roč. 48, č. 2, s. 147-156.
- KŘIVOHLAVÝ, J. 2010. *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
- LÁFTMAN, S. B. 2010. Family structure and children's living conditions. A comparative study of 24 countries. *Child Indicators Research*, vol. 3, no. 1, p. 127-147.
- LIJO, K. J. 2018. Forgiveness: Definitions, perspectives, contexts and correlates. *Journal of Psychology and Psychotherapy*, vol. 8, no. 3, p. 1-5.
- LIM, M. S. C. – CAPPA, C. – PATTON, G. C. 2017. Subjective well-being among young people in five Eastern European countries [online]. *Global Mental Health*, vol. 4, e12. DOI: 10.1017/gmh.2017.8
- LIN, W.-H. – YI, C.-C. 2018. Subjective well-being and family structure during early adolescence: A prospective study. *The Journal of Early Adolescence*, vol. 39, no. 3, p. 426-452.
- MARCINECHOVÁ, D. – MARTINČEKOVÁ, L. 2018. Odpustenie seba a jeho súvislosti s tendenciou k vine, tendenciou k hanbe a empatiou u mladých dospelých [online]. *E-psychologie*, roč. 12, č. 2, s. 1-20. Dostupné na: <https://e-psychologie.eu>
- MARTINČEKOVÁ, L. 2015. Forgiveness in the treatment of alcohol and other substance abusers: A review. *MOJ Addiction Medicine and Therapy*, vol. 1, no. 1, p. 1-6.
- MARTINČEKOVÁ, L. – KLATT, J. 2017. Mothers' grief, forgiveness, and posttraumatic growth after the loss of a child. *Omega – Journal of Death and Dying*, vol. 75, no. 3, p. 248-265.
- MARTINČEKOVÁ, L. 2018. Odpustenie seba: teoretické východiská a výskumné zistenia [online]. *E-psychologie*, roč. 12, č. 4, s. 31-46. Dostupné na: <https://e-psychologie.eu>
- MAZUR, J. – SZKULTECKA-DEBEK, M. – DZIELSKA, A. – DROZD, M. – MAŁKOWSKA-SZKUTNIK, A. 2018. What does the Cantril Ladder measure in adolescence? *Archives of Medical Science*, vol. 14, no. 1, p. 182-189.
- PAREEK, S. – JAIN, M. 2012. Subjective well-being in relation to altruism and forgiveness among school going adolescents. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, vol. 2, no. 5, p. 138-141.
- PAREEK, S. – MATHUR, N. – MANGNANI, K. 2016. Subjective and psychological well-being as related to dispositional and motivational forgiveness among adolescents. *Indian Journal of Health and well-being*, vol. 7, no. 1, p. 125-128.
- PREŠINSKÁ, I. 2014. Význam modelu procesu odpustenia ako intervenčnej techniky v poradenstve a psychoterapii. *Československá psychologie*, roč. 58, č. 2, s. 179-192.
- RAIŽIENĖ, S. – GARCKIJA, R. 2013. Gender differences in subjective well-being and feeling of safety at school: evidence from cross-lagged relations in a 1-year longitudinal sample. *Socialinis Darbas*, vol. 12, no. 1, p. 151-162.

- ROVENSKÁ, D. – KOZMOVÁ, S. 2013. Senzitivita voči nespravodlivosti vo vzťahu k odpusteniu v partnerských vzťahoch. *Človek a spoločnosť*, roč. 19, č. 3, s. 19-27.
- ŘÍČAN, P. 2010. Spiritualita v centru osobnosti. In: BLATNÝ, M. (Ed.): *Psychologie osobnosti. Hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada, s. 225-237.
- SAJJADIAN, P. – KALANTARI, M. – ABEDI, M. R. – NILFOROOSHAN, P. 2016. Predictive model of happiness on the basis of positive psychology constructs. *Review of European Studies*, vol. 8, no. 4, p. 81-94.
- SANTORO, A. F. – SUCHDAY, S. – BENKHOUKHA, A. – RAMANAYAKE, N. – KAPUR, S. 2016. Adverse childhood experiences and religiosity/spirituality in emerging adolescents in India. *Psychology of Religion and Spirituality*, vol. 8, no. 3, p. 185-194.
- SAPMAZ, F. – YILDIRIM, M. – TOPCUOĞLU, P. – NALBANT, D. – SIZIR, U. 2016. Gratitude, forgiveness and humility as predictors of subjective well-being among university students [online]. *International Journal of Educational Sciences*, vol. 8, no. 1, p. 38-47. Dostupné na: http://mts.iojes.net/userfiles/Article/IOJES_1764.pdf
- SHARAJABAD, F. A – MOHAMMAD, S. – MIRGHAFOURVAND, M. 2017. Life satisfaction and its relationship with spiritual well-being and religious practice in Iranian adolescent girls. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, vol. 29, no. 1, p. 1-7.
- SHARMA, A. 2018. A study of spirituality in relationship with perceived happiness status, perceived health status and academic achievement among adolescents. *International Journal of Indian Psychology*, vol. 6, no. 3, p. 74-84.
- SHEK, D. 2012. Spirituality as a positive youth development construct: A conceptual review. *Journal of Alternative Medicine Research*, vol. 4, no. 4, p. 349-358.
- SHOURIE, S. – KAUR, H. 2016. Gratitude and forgiveness as correlates of well-being among adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, vol. 7, no. 8, p. 827-833.
- THOMPSON, L. Y. – SNYDER, C. R. – HOFFMAN, L. – MICHAEL, S. T. – RASMUSSEN, H. N. – BILLINGS, L. S. – HEINZE, L. – NEUFELD, J. E. – SHOREY, H. S. – ROBERTS, J. C. – ROBERTS, D. E. 2005. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, vol. 73, no. 2, p. 313-359.
- UNDERWOOD, L. G. – TERESI, J. A. 2002. The Daily Spiritual Experience Scale: development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data. *Annals of Behavioral Medicine*, vol. 24, no. 1, p. 22-33.
- UTAMI, M. S. – PRAPTOMOJATI, A. – WULAN, D. L. A. – FAUZIAH, Y. 2018. Self-esteem, forgiveness, perception of family harmony, and subjective well-being in adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*, vol. 7, no. 1, p. 59-72.
- WEATHERS, E. – MCCARTHY, G. – COFFEY, A. 2016. Concept analysis of spirituality: An evolutionary approach. *Nursing forum*, vol. 51, no. 2, p. 79-96.
- XU, F. – CUI, W. – XING, T. – PARKINSON, M. 2019. Family socioeconomic status and adolescent depressive symptoms in a Chinese low- and middle-income sample: The indirect effects of maternal care and adolescent sense of coherence [online]. *Frontiers in Psychology*, vol. 10, e819. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.00819
- ZINNBAUER, B. J. – PARGAMENT, K. I. 2005. Religiousness and spirituality. In: PALOUTZIAN, R. F. – PARK, C. L. (Eds.): *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York: The Guilford Press, p. 21-42.
- ZULLIG, K. J. – WARD, R. M. – HORN, T. 2006. The association between perceived spirituality, religiosity, and life satisfaction: The mediating role of self-rated health. *Social Indicators Research*, vol. 79, no. 2, p. 255-274.
- ZUCKERMAN, M. – LI, C. – DIENER, E. F. 2017. Societal conditions and the gender difference in well-being: Testing a three-stage model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 43, no. 3, p. 329-336.

Súhrn: Hlavným cieľom práce bolo overiť vzťahy medzi spiritualitou, odpustením, socioekonomickým statusom a subjektívnou pohodou adolescentov. Výskumná vzorka pozostávala zo 182 adolescentov vo veku 17 – 19 rokov. V rámci výskumu boli použité nástroje: Škála denných spirituálnych zážitkov (Underwood a Teresi), Škála odpustenia (Thompsonová et al.) zisťujúca odpustenie sebe, iným a situáciám, Škála emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (Džuka a Dalbert) merajúca pozitívne a negatívne prežívanie a Škála celkovej životnej spokojnosti (Dalbert). Údaje boli analyzované prostredníctvom viacnásobnej hierarchickej lineárnej regresnej analýzy (metóda stepwise). Výsledky preukázali, že k významným prediktorom pozitívneho prežívania adolescentov patrí socioekonomický status a odpustenie situáciám, v malej miere aj spiritualita. Najvyššiu predikčnú silu vo vzťahu k negatívnemu prežívaniu má odpustenie sebe, menšiu odpustenie situáciám. K najsilnejším prediktorom celkovej životnej spokojnosti patrí socioekonomický status a odpustenie situáciám, v malej miere sa na jej vysvetlení podieľa aj spiritualita a úplnosť rodiny. Z kontrolovaných premenných malo vzťah k negatívnemu prežívaniu pohlavie – ženy prežívali v porovnaní s mužmi viac negatívnych emócií.

Kľúčové slová: spiritualita, odpustenie, socioekonomický status, subjektívna pohoda

PhDr. Monika Kačmárová, PhD. je odbornou asistentkou Inštitútu psychológie Filozofickej fakulty Prešovskej univerzity v Prešove. Venuje sa skúmaniu subjektívnej pohody, kvality života a témam z oblasti školskej, poradenskej a sociálnej psychológie. V súčasnosti zastáva funkciu vedúcej katedry školskej psychológie, poradenskej psychológie a psychológie práce.

Doc. Mgr. Peter Babinčák, PhD. je vysokoškolským pedagógom Inštitútu psychológie Filozofickej fakulty Prešovskej univerzity v Prešove. Výskumne sa orientuje na problematiku kvality života, psychologických príčin a dôsledkov chudoby, morálneho usudzovania. V súčasnosti zastáva funkciu riaditeľa inštitútu.

Mgr. Ivana Dzuracká ukončila v akademickom roku 2018/2019 štúdium psychológie na Filozofickej fakulte Prešovskej univerzity v Prešove. V bakalárskej a diplomovej práci sa venovala tematike spirituality v adolescentnom veku.