

UNIVERZITA KARLOVA

Filozofická fakulta

Katedra psychologie



BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Hana Zindlová

Souvislost životní spokojenosti adolescentů a jejich
rodičů

The relationship of life satisfaction of adolescents to their
parents

Poděkování

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucí mé práce za cenné rady a spolupráci na mé bakalářské práci, které mi poskytla i přes komplikace spojené s probíhající pandemií.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 5.5.2020

.....

Hana Zindlová

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá tématem životní spokojenosti v adolescenci. V práci jsou vymezeny pojmy životní spokojenost a well-being (osobní pohoda) a je zde uveden souhrn aktuálních poznatků a výsledků výzkumů životní spokojenosti u adolescentů. Jsou zde uvedeny zdroje životní spokojenosti. Dále jsou uvedeny nejdůležitější psychosociální změny probíhající v adolescenci. Práce se také věnuje vztahu rodičů s adolescentními dětmi a jejich vlivu na jejich spokojenost se životem v tomto období.

Cílem práce je zjistit, zda existuje vztah mezi životní spokojeností rodičů a jejich dospívajících dětí. Užité informace pochází z českých i zahraničních zdrojů a jsou doplňovány informacemi ze zahraničních výzkumů, které se zabývaly životní spokojeností dospělých, dospívajících nebo vztahem rodiče a adolescenta.

Práce obsahuje návrh výzkumu vztahu životní spokojenosti adolescentů ve věku 15-17 let a životní spokojenosti jejich rodičů. Výzkum je kvantitativního charakteru a jeho cílem je zmapovat tuto problematiku na české půdě. Výsledky výzkumu by mohly významně přispět k poznatkům v oblasti životní spokojenosti adolescentů v ČR a mohly by být využity k prevenci duševního zdraví adolescentů a jejich rodiny.

Klíčová slova

životní spokojenost, well-being, adolescence, vliv rodičů na dítě v období dospívání

Abstract

The bachelor thesis deals mainly with the topic of life satisfaction in adolescence. The thesis defines the concepts of life satisfaction and well-being and summarizes current knowledge and results of life satisfaction research in adolescents. Sources of life satisfaction are listed here. The most important psychosocial changes in adolescence are also listed below. The work also deals with the relationship of parents with adolescent children and their influence on their satisfaction with life in this period.

The purpose of this work is to find out if there is a relationship between life satisfaction of parents and their adolescent children. The information used comes from Czech and foreign sources and is supplemented by information from foreign surveys dealing with the life satisfaction of adults, adolescents or the relationship of parents and adolescents.

The thesis contains a proposal for research into the relationship of life satisfaction of adolescents aged 15-17 years and life satisfaction of their parents. Quantitative research is proposed and its aim is to explore this issue in Czech. The results of the research could significantly contribute to the investigation of the area of life satisfaction of adolescents in the Czech Republic and could be used to prevent the mental health of adolescents and their families.

Keywords

Life satisfaction, Well-Being, Adolescent, Influence of Parents to Adolescent Child

Obsah

Úvod	7
Literárně přehledová část.....	9
1. Životní spokojenost a well-being	9
1.1 Koncepty životní spokojenosti a well-beingu.....	9
1.2 Zdroje životní spokojenost.....	11
1.3 Metody měření životní spokojenosti a osobní pohody	15
2. Období adolescence.....	17
2.1 Periodizace období adolescence.....	17
2.2 Teoretická vymezení adolescence	18
2.3 Procesy a změny v adolescenci.....	19
2.4 Proměna vztahů v období adolescence	23
2.4.1 Vztah s rodiči.....	23
3. Životní spokojenost v období adolescence.....	26
3.1 Míra životní spokojenosti a výskyt rizikového chování	27
3.2 Vliv rodičů na životní spokojenost adolescenta.....	28
3.3 Souvislost životní spokojenosti rodičů a jejich dětí v období adolescence	30
Návrh výzkumného projektu	31
4. Cíle výzkumu a výzkumné otázky.....	31
5. Design výzkumného projektu.....	32
5.1 Typ výzkumu	32
5.2 Výzkumný soubor.....	32
5.3 Výzkumné metody.....	32
5.4 Metody sběru a vyhodnocení dat.....	34
5.5 Etika výzkumu.....	35
6. Diskuse	36
Závěr.....	39

Seznam použité literatury	40
Seznam zkratek.....	52

Úvod

Osobní pohoda a s ní související životní spokojenost jsou dva velmi různorodě definované pojmy. Co je ovšem ještě různorodější, jsou zdroje osobní pohody a životní spokojenosti. Jinými slovy lze říci, že veškeré aspekty života jedince mají vliv na jeho osobní pohodu. Ať už se jedná o biologické procesy, psychické procesy či sociální vlivy, všechny mají vliv na to, zda člověk pociťuje osobní pohodu a zda je spokojen se svým životem či nikoli.

V období dospívání dochází k výrazným změnám jak na úrovni biologické, kdy dochází k pohlavnímu dozrání, tak psychologické, kdy je vývojovým úkolem jedince mimo jiné i dosažení identity. Dochází ale také k proměnám vztahů v rodině a s vrstevníky. Dospívající má v tomto období za úkol naučit se novým rolím a přizpůsobit se normám společnosti tak, aby byl jejím platným členem. Zdá se, že období dospívání je jedno z období, kdy může být těžší než kdy dříve pociťovat právě životní spokojenost, a to zvláště pokud pohlédneme na životní spokojenost jako Ed Diener (1984), který ji vnímá jako individuální úsudek o vlastním životě, který se zakládá na srovnávání jedincových vlastních životních podmínek a norem.

Ve své práci jsem si položila otázku, zda životní spokojenost rodičů, může mít vztah s životní spokojeností adolescentů. Adolescence je velmi senzitivní období, které vyžaduje od rodičů specifický přístup a jistou míru tolerance a trpělivosti tak, aby vývojové úkoly adolescenta byly naplněny. Vzhledem k tomu, že i během adolescence zůstává rodina vlivným faktorem socializace, připadá v úvahu, že by míra životní spokojenosti v rodině mohla souviset s životní spokojeností adolescenta. Odpověď na tuto otázku, by mohla být využita k prevenci životní spokojenosti adolescentů.

První kapitola vymezuje pojmy osobní pohoda (well-being), životní spokojenost a některé další související termíny. V kapitole jsou představeny některé vybrané koncepty životní spokojenosti od autorů, kteří se zabývali touto problematikou. Přehled zmíněných konceptů není zdaleka kompletní, tento výběr má především za úkol představit různorodost a částečnou nejednotnost pojetí tohoto tématu. Kapitola shrnuje hlavní faktory ovlivňující životní spokojenost. Na závěr kapitoly jsou představeny některé možné metody měření životní spokojenosti.

Ve druhé kapitole je stručně vymezeno období adolescence. Kapitola krátce popisuje biopsychosociální změny probíhající v období dospívání. Jedna z podkapitol, se zde věnuje hlouběji právě vztahu adolescenta s rodiči.

Třetí kapitola spojuje dvě předchozí témata a zabývá se problematikou životní spokojenosti v období adolescence a jejími zdroji. Zmíněny jsou i některé případné důsledky nespokojenosti adolescenta se životem. Kapitola dále shrnuje dosavadní poznání o tématu souvislosti životní spokojenosti adolescentů a jejich rodičů.

V práci je čerpáno především ze zahraničních zdrojů, které jsou doplňovány také českými autory. V práci je citováno podle normy APA (2010).

Literárně přehledová část

1. Životní spokojenost a well-being

V minulosti nebyla v psychologii věnována příliš velká pozornost pozitivním stránkám života. Systematický zájem o toto odvětví psychologie zabývající se emocemi jako je právě spokojenost, štěstí, láska a další se však projevil v 80. letech 20. století. Tato oblast vědeckého zájmu se označovala jako „Psychologie osobní pohody“. O něco později se zformoval nový směr, tzv. pozitivní psychologie, která se snaží jako jedna z prvních mimo jiné nalézt obecnější odpovědi na otázky ohledně pozitivních lidských emocí, životní spokojenosti a pokouší se také o jejich rozvoj. Blatný (2018) uvádí, že se v posledních dvou dekádách stala osobní pohoda jedním z nejvíce studovaných témat.

Tato kapitola se věnuje pojmům životní spokojenost a well-being a částečné nejednoznačnosti definic těchto pojmů. Hranice mezi definicemi životní spokojenosti, dobrým zdravotním stavem, vnímanou kvalitou života a štěstím jsou často poměrně nejasné. Orientaci v pojmenování znesnadňuje i fakt, že jsou jisté rozdíly v pochopení významu na základě toho, jaký autor tento termín ve své práci uvádí, nebo jak pojmy překládá (Kebza & Šolcová, 2005a; Krivohlavý, 2015).

1.1 Koncepty životní spokojenosti a well-beingu

Well-being nebo také subjective well-being, který je nejčastěji překládán jako osobní pohoda je nejširší, ale také prozatím nejméně specifikovaný pojem pozitivní psychologie, který zahrnuje právě pojem životní spokojenost (life satisfaction).

Osobní pohodu lze definovat jako přetrvávající emoční stav, který reflektuje celkovou spokojenost jedince se životem (Blatný, 2018). Životní spokojeností, jakožto součástí osobní pohody, většinou myslíme spokojenost jedince s určitými oblastmi života, jako je například spokojenost v rodině, v práci či ve volném čase (Kebza & Šolcová, 2005a). Pojmem osobní pohoda rozumíme tedy emoční i kognitivní stav jedince, kdežto pojmem životní spokojenost rozumíme převážně kognitivní složku osobní pohody (Diener, Suh, & Oishi, 1997). Slovy jiných autorů životní spokojenost lze chápat jako globální úsudek, jenž člověk dělá o svém vlastním životě, u něhož zohledňuje své vlastní cíle, očekávání, hodnoty a zájmy ovlivněné kulturním kontextem (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985).

Neměli bychom si ale plést pojem životní spokojenosti a štěstí. Pojmem štěstí bývá většinou míněna samotná emoce či pocit. Oproti tomu životní spokojenost je vnímána jako

kognitivní posouzení aktuálního stavu kvality vlastního života (Strack, Argyle, & Schwarz, 1991). Životní spokojenost je tedy s osobní pohodou úzce spjata a u některých autorů je jejich význam používán dokonce synonymně (DeNeve & Cooper, 1998).

Pojem well-being najdeme i v definici zdraví, kterou poskytuje Světová zdravotnická organizace (WHO). V roce 1948 začleňuje WHO duševní pohodu do definice zdraví, kdy je zdraví nově chápáno jako celkový tělesný, duševní a sociální well-being a nikoli pouze jako absence nemoci.

Koncept životní spokojenosti je mnoha autory vyjasněn právě prostřednictvím konceptů osobní pohody, resp. well-beingu. Jejich teorie a definice jsou ale poněkud odlišné. Dále uvedu některé z nich pro vytvoření představy o jejich různorodosti. Nejedná se o chronologický seznam teoretických pojetí, spíše jde o přehled rozmanitosti pojetí osobní pohody a životní spokojenosti.

S pojmem subjective well-being přišel již v roce 1984 významný autor pozitivní psychologie Diener, který je také autorem metody zjišťování osobní pohody Satisfaction With Life Scale (Diener at al., 1985), která je použita ve výzkumné části této práce, kde je také podrobněji popsána. Diener (1984) popisuje u osobní pohody tři složky: emoční složku a dvě kognitivní složky (celkovou spokojenost se životem a spokojenost s různými oblastmi života). Životní spokojenost je podle jeho konceptu individuální úsudek jedince, který se zakládá na srovnávání jeho vlastních životních podmínek a norem. Toto hodnocení je tedy subjektivní povahy a je stabilním fenoménem, který nepodléhá krátkodobým vlivům.

Andrews (1974) zase pohlíží na osobní pohodu jako na emocionální hodnocení života jako celku i oblastí života. Jako hlavní složku osobní pohody vnímal právě spokojenost se životem. Životní spokojenost je podle něj celkové hodnocení pocitů a postojů k životu člověka v určitém okamžiku. Andrews také pro své výzkumy vytvořil metodu tzv. Life Satisfaction Scale. Zohledňuje zde tři aspekty životní pohody vytvořené faktorovou analýzou – pozitivní afekt, negativní afekt a kognitivní hodnocení života tedy životní spokojenost. Společně s kolegy Andrews významně přispěl ke zkoumání osobní pohody především v publikaci Social Indicators of Well-being (Andrews & Withey, 2012).

Další autor Bradburn (1969) zase na osobní pohodu nahlíží hlavně prostřednictvím emocionálního aspektu. Osobní pohodou vnímá jako bilanci mezi pozitivními a negativními emocionálními prožitky. Pokud pozitivní afekt převažuje afekt negativní, pak jedinec zažívá osobní pohodu. V jeho výzkumu, který byl zaměřený především na vliv socioekonomických

změn na osobní pohodu, byla pohoda zjišťována pomocí metody Affect Balance Scale, kterou sám vytvořil.

Costa a McCrae (1980) pohlížejí na osobní pohodu a spokojenost v kontextu rysů osobnosti. Domnívají se, že některé rysy podporují zažívání osobní pohody a jiné rysy naopak působí spíše ve prospěch nespokojenosti.

Autorky Ryffová a Keyesová (1995) se ve svém výzkumu zaměřovaly na osobní pohodu z vývojového hlediska. Zkoumaly, jak se proměňuje osobní pohoda v průběhu života jedince a jak se mění její zdroje. Vytvořily společně teorii dimenzí osobní pohody, které umožňují spokojený život. Patří mezi ně autonomie, kontrola prostředí, osobnostní růst, pozitivní vztahy s ostatními, smysl v životě a sebehodnocení.

Z českých autorů se životní spokojenosti věnovali mimo jiné Kebza a Šolcová (2005a; 2005b). Ti osobní pohodu dělí na subjektivní a objektivní. Subjektivní rozčleňují na čtyři dimenze: psychickou pohodu, sebeúctu, sebeuplatnění a osobní zvládnání. Psychickou osobní pohodu dále dělí na emocionální a kognitivní složku, přičemž právě kognitivní složka obsahuje životní spokojenost. Také podle nich je osobní pohoda poměrně stabilní fenomén.

1.2 Zdroje životní spokojenost

Stejně jako koncepty osobní pohody a s ní spojené životní spokojenosti se liší a vzájemně překrývají či doplňují, stejně tak různí autoři považují odlišné faktory za hlavní zdroje osobní pohody a životní spokojenosti. Mezi hlavní zdroje osobní pohody – tedy well-beingu, řadí většina autorů vnímané zdraví, subjektivně prožívanou osobní spokojenost se životem a postavení člověka ve společnosti. Životní spokojenost může být tedy považována za jednu z podmínek pro dosažení vysoké úrovně osobní pohody.

Následující autoři se ve svých studiích zaměřili na to, jaké faktory ovlivňují osobní pohodu a subjektivní životní spokojenost. Obecně lze rozdělit zdroje osobní pohody na demografické, osobnostní a sociální.

Demografické faktory působící na úroveň osobní pohody a životní spokojenosti mohou být například: věk, pohlaví, vzdělání, příjem, rodinný stav, sociální status, ekonomický status, zdravotní stav, víra či příslušnost k rase či etniku. Právě na tyto faktory se zpočátku autoři zaměřovali nejvíce vlivem předpokladu, že lidé zdraví, s dobrým rodinným zázemím a ekonomickým zajištěním budou spokojenější, než nemocní, osamělí a nezaměstnaní (Blatný, 2018). Ačkoli výzkumy tento předpoklad potvrzují (Breetvelt & Van

Dam, 1991; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Mellor, Stokes, Firth, Hayashi, & Cummins, 2008), přinesly také zjištění, že vliv demografických faktorů na životní spokojenost a celkovou osobní pohodu je mešší, než se předpokládalo. Bylo zjišřeno, že demografické faktory vysvěřtlují pouze 15-20 % variability osobní pohody (Diener, Sandvik, Seidlitz, & Diener, 1993).

Na pohlaví jako na zdroj osobní pohody se své studii zaměřili např. Ryffová a Singer (1998). V jejich studii se po shrnutí výsledků ukázalo, že ženy posuzují pozitivněji než muži své vztahy s druhými a že s narůstajícím věkem přibývá u obou pohlaví pozitivního hodnocení zvládání prostředí, zatímco hodnocení smyslu života s věkem u obou pohlaví klesá. Také v Australském šetření National Survey of Mental Health and Well-being (Dear, Henderson, & Korten, 2002) provedeném na 10 641 respondentech, které se týkalo duševního zdraví a osobní spokojenosti se životem ukázalo, že ženy vykazují vyšší stupeň životní spokojenosti než muži.

Souvislost mezi zdravím a osobní pohodou je sice statisticky významná, korelace však nejsou nijak výrazné (Blatný, 2018). Ve studii, která zkoumala celkovou životní spokojenost těžce nemocných a zdravých lidí bylo zjišřeno, že se liší jen mírně (Breetvelt & Van Dam, 1991). Také studie Brickmana, Coatese a Janoff- Bulmanové (1978) ukázala, že se míra spokojenosti lidí odkázaných na invalidní vozík nijak výrazně nelišila od míry spokojenosti běžné populace.

Ekonomický status jako zdroj osobní pohody více prozkoumal ve svých studiích Diener a kol. (1993; 1999). Z jejich studií vyplývá, že vyšší osobní příjmy nevedou zákonitě k vyšší úrovni životní spokojenosti. Studie také přináší zjišření, že negativní vliv příjmu na životní spokojenost je vyšší tehdy, pokud kvůli němu nejsme schopni realizovat naše cíle a uspokojovat základní potřeby nebo pokud je jedinec více zaměřený na materiální statky. Zároveň uvádí, že v chudých zemích je souvislost s životní spokojeností a ekonomickou situací jedince vyšší než v zemích bohatých.

Zaměstnanost je významným zdrojem osobní pohody. Zdá se, že nezaměstnanost, především pokud je dlouhodobější, má negativní vliv na životní spokojenost. (Diener et al., 1999). Zaměstnání ovlivňuje osobní pohodu, protože poskytuje pocit seberealizace, sociální kontakty, poskytuje životní smysl a zároveň souvisí s ekonomickou situací (Tait, Padgett, & Baldwin, 1989).

Co se týče vzdělání, to působí na osobní pohodu především zprostředkovaně. Lidé s lepším a vyšším vzděláním získávají lepší zaměstnání a jsou lépe finančně hodnoceni (Diener et al., 1993). Také již zmiňovaní autoři Ryffová a Singer (1998) konstatují, že s vyšší úrovní vzdělání, se zvyšuje úroveň osobní pohody.

Zaměření se na **osobnostní faktory** jako na zdroje osobní pohody a životní spokojenosti bylo zapříčiněno pozorovanou stabilitou životní spokojenosti v čase (Headey & Wearing, 1989) a předpokladem, že vrozená emocionalita ovlivňuje prožívání spokojenosti se životem. Mezi tyto faktory můžeme řadit nejen osobnostní charakteristiky ale také celkové ladění, temperament a ve shodě s výzkumy (Diener & Diener, 1995; Myers & Diener, 1997; Ryff & Singer, 1998) můžeme zařadit i vztah k vlastní osobě. Osobnost vysvětluje asi o 3,5 % více variace životní spokojenosti než sociodemografické proměnné (Goswami, 2013).

Byly popsány dva hlavní osobnostní rysy s temperamentovým základem, které ovlivňují úroveň životní spokojenosti: extraverte – introverte a emoční stabilita – labilita (neuroticismus). Z výzkumu, který provedli Costa a McCrae (1980), vyplývá, že má právě extraverte a emoční stabilita pozitivní vliv na spokojenost, zatímco introverti a osoby emočně nestabilní se častěji cítí nespokojeni se životem. Tuto skutečnost lze vysvětlit odlišným způsobem prožívání v závislosti na temperamentových vlastnostech (Watson & Clark, 1992).

Podle Headyho a Wearinga (1989) má každý jedinec běžnou hladinu osobní pohody, která je ovlivňována osobnostními charakteristikami. Vnější události mohou způsobit změnu hladiny osobní pohody jen tehdy, pokud svou intenzitou překročí adaptační hranice jedince. Když odezní reakce na tyto události a jedinec se adaptuje, pohoda se vrátí na svou původní úroveň. Což podporuje výzkum, který provedl Suh, Diener a Fujita (1996), ze kterého vyplývá, že míru osobní pohody ovlivňují pouze události posledních tří měsíců. Teorie homeostázy osobní pohody vychází ze stejného přesvědčení a tvrdí, že je osobní pohoda aktivně udržována kolem nastaveného bodu, který je určován osobností (Cummins, 2003).

Americká meta-analytická studie, provedená v roce 1998 Cooperem a DeNeve na 146 studiích, která zkoumala vliv osobnostních vlastností na životní spokojenost zase ukázala, že mezi vlastnosti, které mají největší vliv na subjektivní životní spokojenost patří defensivita, důvěřivost, emoční stabilita, lokalizace kontroly (locus of control), potřeba kontroly (desire of control), odolnost, pozitivní afektivita, sebeúcta a tenze. Jak vychází i

z dalších výzkumů, vazba na lokalizaci kontroly a sebeúcty napovídá tomu, že šťastní a spokojení lidé se vyznačují pozitivním vztahem k vlastní osobě, vysokou sebeúctou a sebedřívěním a vysokou úrovní sebeuplatnění s přesvědčením, že úspěchů dosáhli vlastním přičiněním (Myers & Diener, 1997; Ryff & Singer, 1998).

Diener a Dienerová (1995) zase provedli reprezentativní výzkum vztahů mezi životní spokojeností a sebehodnocením na reprezentativním vzorku 13 118 studentů ze 49 univerzit v 31 státech na 5 kontinentech. Z výsledků lze konstatovat, že mezi sebehodnocením a životní spokojeností můžeme vždy očekávat určitou souvislost, výraznou zvláště v individualistických společnostech.

Folkman (1997) zase zkoumal vliv copingových strategií (strategie zvládnání stresu) na osobní pohodu jedince. Mezi strategie, které mají pozitivní vliv na spokojenost, patří například víra nebo na problém zaměřené řešení.

Také optimistické nahlížení na životní situace a celkové optimistické ladění jedince může ovlivňovat úroveň životní spokojenosti. Pozitivní očekávání do budoucna se spojují s pozitivními emocemi, zatímco pochybnosti pesimistů vedou k negativním emocím či distresu. Optimisté navíc často podnikají aktivní kroky k tomu, aby podpořili kvalitu svého života (Robbins, Spence, & Clark, 1991).

Různé způsoby uvažování, styly sebehodnocování a hodnocení reality mají také dle výzkumu vliv na vnímanou míru osobní pohody. Lidé s konstruktivními atribučními styly vykazují větší míru osobní pohody a jeví se šťastnější, protože příznivěji interpretují životní události (Lyubomirsky & Tucker, 1998).

Sociální faktory, mající vliv na životní spokojenost, jsou především vztahy (partnerské, rodinné, přátelské), volnočasové aktivity a místo jedince ve společnosti. Obecně lze říct, že sociální opora, začlenění do sociálních vztahů a příslušnost k určité skupině či komunitě lze považovat za nejsilnější zdroje osobní pohody (Myers, 1999). Zdá se, že kvalita vztahů je mnohem důležitější než jejich množství (Nezlek, 2000).

Nejvýznamnější formou sociální opory je podle studie, kterou provedli Prior a Hayesová (2003) partnerský vztah. Blanchflower a Oswald (2004) ve svém výzkumu došli k závěru, že pozitivní vliv na životní spokojenost má především dlouhodobější partnerský vztah. Z dalších výzkumů také vyplývá, že žít v manželském svazku má pozitivní vliv na životní spokojenost, přičemž u žen je tento vliv větší než u mužů (Wood, Rhodes, & Whelan, 1989).

Z velmi rozsáhlého výzkumu ve 21 evropských zemích, který popsala v roce 2006 Orsolya Lelkes, vyplývá, že socializace s rodinou a přáteli se též pojí s vyšší osobní pohodou.

Levin a Chattersová (1998) zase ve své studii prokázali, že významným zdrojem životní spokojenosti je zapojení do náboženských aktivit, což je jednak kulturně a historicky determinováno, souvisí to ale také s potřebou sounáležitosti.

Dalším zdrojem osobní pohody (resp. nepohody) mohou být i **diskrepance v očekáváních** jednotlivce. Podle teorií diskrepancí (Brunstein, 1993; Higgins, 1989) je úroveň osobní pohody určována mírou shody či neshody mezi očekáváními, cíli, potřebami, touhami a životními plány jedince a skutečností. Jejich nenaplnění, které může být způsobeno mnoha faktory jako např.: nepřiměřenost cílů, příliš velké ambice, neztotožnění se s cíli atd., vede k nespokojenosti, která ovlivňuje osobní pohodu.

1.3 Metody měření životní spokojenosti a osobní pohody

Existuje řada různých způsobů zjišťování osobní pohody a životní spokojenosti. U všech těchto metod je třeba brát v potaz, že vyhodnocení osobní pohody je záležitostí, která je jedincem vnímána subjektivně. Vzhledem k tématu mé práce se v této kapitole zaměřím na ty metody, které jsou zaměřeny na zjišťování kognitivní složky osobní pohody, tedy na životní spokojenost a byly by potenciálně použitelné i pro dospívající populaci.

Jednou z těchto metod je standardizovaný **Dotazník životní spokojenosti**, jehož autory jsou Fahrenberg, Myrtek, Schumacher a Brähler (2001). Tato metoda je vhodná pro jedince od 14 let. Tento dotazník obsahuje deset škál po sedmi položkách. Tyto škály jsou zaměřeny na deset hlavních oblastí života, kterými jsou zdraví, práce a zaměstnání, finanční situace, volný čas, manželství či partnerství, vztah k vlastním dětem, vztah k vlastní osobě, sexualita, přátelé, známí a příbuzní a bydlení. Jednotlivé položky jsou formulovány jako započatá tvrzení, která respondent dokončuje výběrem možností, od možnosti velmi nespokojen až do velmi spokojen. Vyhodnocením všech škál se dosáhne vyjádření celkové životní spokojenosti. Pokud bychom chtěli tento dotazník použít například pro adolescenty, kteří se k určitým oblastem nemohou vyjádřit, danou oblast by jednoduše nevyplňovali.

Další metodou je **Cantrilova škála**, což je jednoduchá vizuální škála, díky níž je možné posoudit celkovou životní spokojenost. Tuto metodu uvedl Cantril ve svém díle „The Pattern of human concerns“ v roce 1965. Jde o škálu, která obsahuje body od 0 do 10. Jednotlivé

body znázorňují hodnocení života. Nula je zde vnímána jako „nejhorší možný život“, bod 10 značí „nejlepší možný život“. Jedinec má za úkol zaznačit, jak svůj život vyhodnocuje.

Podle studie, kterou provedli Mazur, Szkulciecka-Dębek, Dzielska, Drozd a Małkowska-Szkutnik v Polsku v roce 2018 lze Cantrilovu škálu považovat za užitečný měřicí nástroj v širokém přístupu k psychosociálnímu zdraví adolescentů.

Další možnou metodou, použitelnou i pro dospívající je **Huebnerova škála**, kterou vyvinul Huebner v roce 1991. Ta obsahuje šest tvrzení, která jsou respondenty hodnocena na škále. Škála obsahuje čtyři výroky: nikdy, zřídka, často, vždy. Bodové hodnocení je 1 u nikdy, 2 u zřídka, 3 u často a 4 u vždy. U 3. a 4. tvrzení ovšem bodujeme opačně. Tato tvrzení jsou:

1. Jsem spokojen s tím, jak mi věci vycházejí.
2. V mém životě jde vše dobře.
3. Ve svém životě bych chtěl změnit mnoho věcí.
4. Přál bych si mít úplně jiný život.
5. Mám dobrý život.
6. Mám dobrý pocit z věcí, které mě potkávají.

Při součtu odpovědí je možno získat hodnocení od 6 do 24 bodů. Vyšší skóre znamená vyšší spokojenost jedince se životem.

Další metoda, která měří komplexní životní spokojenost je škála **Satisfaction With Life Scale – SWLS**, autorem této škály je Diener a kol. (1985). Škála obsahuje pět položek, které jsou hodnoceny sedmi stupňovou Lickertovou škálou (od 1 – silně nesouhlasím po 7 – plně souhlasím). Tato metoda se z části podobá Huebnerově škále, jsou zde však některé odlišnosti. V roce 2010 Gadermann, Schonert-Reichl a Zumbo upravili tuto škálu pro použití pro děti od 10 let. **Satisfaction With Life Scale Child – SWLS-C**, jak byla metoda nazvána je také vhodnou metodou k měření celkové životní spokojenosti u dětí a dospívajících. Obě tyto metody jsou použity v níže navrhovaném výzkumu, kde jsou také podrobněji popsány.

2. Období adolescence

Období adolescence je obecně období, kdy se z dítěte stává dospělý jedinec – tedy období dospívání. Název adolescence, je odvozen z latinského slovesa *adolescere*, které znamená dorůstat, dospívat, vyvíjet se nebo sílit.

Období adolescence není u všech autorů zcela shodně vymezeno. Odborníci často tuto etapu rozdělují do různých fází, jejichž označení i věkové rozmezí se liší. Autoři se však shodují na základních charakteristických znacích tohoto životního období. Shodují se, že se během tohoto období odehrává nejen mnoho fyzických změn, ale jedinec prochází také dalším emočním, kognitivním i sociálním vývojem. Proměňuje se též vztah k rodičům a dalším autoritám.

2.1 Periodizace období adolescence

Soustavnější úvahy o dospívání jako o relativně samostatné fázi ve vývoji člověka se objevují už od 17. století u autorů jako Rousseau nebo Komenský. První publikace pojednávající o stádiu dospívání potom vyšla ve Spojených státech v roce 1904, jmenovala se „Adolescence“ a jejím autorem byl Hall, který je označován jako „otec adolescence“. Vnímání této životní etapy se v minulosti často proměňovalo až došlo k uznání její specifčnosti a odlišnosti od období dětství a dospělosti. V rámci této práce je důležité časově i teoreticky vymežit období adolescence pro lepší orientaci v tématu a pro pochopení důležitosti vnímané životní spokojenosti v této životní etapě.

S takovým pojetím adolescence, které se původně rozšířilo především na americkém kontinentě, se ztotožňuje např. Macek (2003) ve své práci, kde nahlíží na adolescenci, stejně jako americká autorka Hurlocková (1974), jako na celé období mezi dětstvím a dospělostí. Tedy jako na druhou dekádu života (10-20 let) a rozlišuje dále tři její fáze: časnou adolescenci 10-13 let, střední adolescenci 14-16 let a pozdní adolescenci 17-20 let. Vágnerová (2005) nahlíží na adolescenci podobně, také jako na přechod od dětství k dospělosti. Nicméně dělí ji pouze na 2 etapy: raná adolescence (pubescence) 11-15 let a pozdní adolescence 15-20 let.

V evropské psychologii a stejně tak u většiny českých autorů, je adolescence oddělována od puberty jako jedna ze dvou fází dospívání a obvykle je ohraničena od 15 do 20-22 let života (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Obecně panuje shoda, že nástup tohoto vývojového období, je u každého jedince daný geneticky, kdy na základě zvýšené produkce pohlavních hormonů dochází k pohlavnímu zrání, rozvoji sekundárních pohlavních znaků a k dalším fyzickým i psychickým změnám. Co se týče horní hranice adolescence a následného přechodu do dospělosti, ta je na rozdíl od počátku adolescence určena spíše psychosociálními faktory, a proto je velmi individuální. Výše zmínění autoři také zdůrazňují, že zvláště v poslední době může být tento přechod až o několik let posunutý. Americký psycholog Arnett (2008), pojmenoval období mezi 18. a 25. rokem jako *emerging adulthood* (vynořující se dospělost). Tato nová životní etapa je podle něj příznačná především pro kultury, kde je akceptováno odložení přijetí dospělosti.

2.2 Teoretická vymezení adolescence

Adolescenci však nelze vymezit pouze jako určité časové období. Je na ni třeba nahlížet jako na období ovlivněné mnoha sociokulturními faktory. Tělesné, psychické a sociální změny v průběhu období dospívání a význam adolescence reflektuje řada teorií a koncepcí. Podobně jako v jiných oblastech psychologie, ani zde nenajdeme jedinou obecně uznávanou teorii. Dílčí přístupy a teorie jsou ovlivněné především dobou, a s ní související šířkou psychologického poznání v oblasti vývojové psychologie, ve které vznikaly.

Hall (1904) podal první ucelenou koncepci, která se snažila vysvětlit adolescenci jako vývojové období. Líčí adolescenci jako nevyhnutelný a dramatický střet protikladných tendencí v člověku a tvrdí, že toto konfliktní stadium ve vývoji osobnosti je třeba respektovat jako nevyhnutelné a přirozené. Jeho teorie měla ve své době zřetelný a téměř přelomový dopad na výchovu a postoj společnosti k adolescentům.

Podle Havighursta (1972) je adolescence čas pro splnění vývojového úkolu. Ve vývojovém úkolu jsou zahrnuty očekávání společnosti i individuální potřeby jedince. Pro naplnění vývojového úkolu vyžaduje konkrétní společnost určité osvědčené vzorce chování a pokud je jedinec nerespektuje a volí svou vlastní, odlišnou cestu, je často společností sankcionován. Tyto úkoly mají biologickou, psychologickou i společenskou dimenzi a v různých kulturách se mohou částečně lišit. V evropské kultuře by takovým úkolem mohlo být například přijetí vlastního těla, pohlavní role, schopnost abstraktního myšlení, schopnost navazovat a udržovat vztahy s vrstevníky, nahrazení emocionální závislosti na rodičích autonomií a respektem, volba povolání a sní spojená ekonomická nezávislost, získání zkušeností s erotickým a partnerským vztahem a příprava na rodinný život, získání kompetencí pro sociálně zodpovědné chování, ustálení hodnot a stabilizace vztahu ke světu

a životu (Macek, 2003). Tento výčet není zdaleka kompletní, těmito vývojovými úkoly pro období adolescence se podrobněji a v různých souvislostech zabývala celá řada autorů (Hurrelmann, 1994; Miller, 1989).

Známa a velice vlivná koncepce, která nahlíží na vývoj v adolescenci také jako na plnění vývojového úkolu a překonání krize je teorie ontogenetického vývoje od Eriksona (1950, 1968). Podle něj probíhá vývoj v osmi etapách, přičemž v každé vývojové etapě plní jedinec konkrétní vývojový úkol a překonává krizi. Adolescence je pátým z celkově osmi stadií životního cyklu. Vývojovým úkolem je zde vytvoření vlastního já (identity).

Podle Selmana (1980) je období dospívání fází sociálního učení a přijímání nových rolí. Podle jeho teorie se v průběhu adolescence rapidně zvyšuje schopnost sebereflexe a schopnost přijímat nové sociální role. Selmanova teorie předpokládá, že je adolescent díky vývoji kognitivních procesů schopen adekvátně interpretovat sebe, druhé i sociální situace, což vylepšuje jeho sociální dovednosti, které umožňují realizaci sociálních rolí.

Tuto kapitolu jsem se rozhodla zařadit proto, abych poukázala na to, že to nejsou jen biologické změny a emoční nestabilita, co činí adolescenci natolik specifickým a obtížným obdobím. Období adolescence je mimo jiné i proces přijímání požadavků konkrétního prostředí. Aby byl jedinec pozitivně přijat a považován za „plnohodnotného“ musí přijmout a respektovat systém společenských norem, sociálních rolí a pravidel. Období adolescence je dnes již ze společenského hlediska akceptováno jako přípravné období, ve kterém má jedinec právo hledat, zkoušet a také chybovat. Pojetí adolescence jako období plného konfliktů a vzdoru se jeví v našem současném kulturním prostředí jako překonané. Stále více se ukazuje, že průběh adolescence je z větší části determinován především osobnostně, situačně a společensky (Macek, 2003).

2.3 Procesy a změny v adolescenci

V této životní etapě dochází k výraznému **rozvoji kognitivních schopností** dosažených v předchozích letech. Podle kognitivně vývojové teorie Piageta (1966) dosahují dospívající stadia *formálních logických operací*. Dospívající začínají být schopni uvažovat abstraktně a hypoteticky. K rozvoji dochází také v oblasti *metakognice*, kdy dospívající získávají lepší představu o svých kognitivních schopnostech (Vágnerová, 2005). Rozvíjejí se i *exekutivní funkce* a s nimi schopnost organizovat myšlení a chování za účelem dosažení zvoleného cíle. Adolescenti jsou schopni uvažovat kriticky a chápou relativnost. Zpochybňují často názory dospělých a vlivem nedostatku zkušeností se často dopouštějí některých *kognitivních chyb*,

kteřé se projevují jako časté přehánění, vztahovačnost, bagatelizace či nálepkování. Ve střední a pozdní adolescenci je myšlení méně absolutní a více relativní, vztahové a sebereflektující. Postupně se také zlepšuje *zvažování důsledků* chování dospívajících (Macek, 2003). Mění se i *charakteristiky paměti*, a to jak dlouhodobé, tak krátkodobé, u které se navyšuje kapacita (Conklin, Luciana, Hooper, & Yarger, 2007). Krom toho, že tedy adolescent schopen rozumově zpracovávat větší množství vstupních informací, jejich zpracovávání se také zrychluje (Vágnerová, 2005).

Kromě rozvoje myšlení, dochází také k **rozvoji emočnosti**. Dozrávání podkorových částí mozku je rychlejší, než zrání mozkové kůry což jinými slovy znamená, že zatímco se emočnost vyvíjí velmi rychle, regulační schopnosti pomaleji, což vede často k bouřlivosti adolescentových emocí. Začátek adolescence proto bývá často provázený určitým nárůstem emočních potíží, problémů v chování i častějších konfliktů s rodiči či učiteli (Vágnerová, 2005). V rané adolescenci se projevuje tzv. *adolescentní egocentrismus*, kdy je adolescent přesvědčen o tom, že jeho názory všechny zajímají a často přeceňuje svou důležitost (Thorová, 2015). Pocit jedinečnosti lze u dospívajících chápat jako průvodní proces *individuace* (Levine & Munsch, 2016). Právě tato egocentričnost společně s hormonálními změnami, se zvýšenou mírou sebereflexe a s vysokou potřebou *sebehodnocení* způsobuje, že je pro časnou adolescenci typická *emoční labilita*, změny nálad, pocitové zvraty aj. (Příhoda, 1967). Během střední a pozdní adolescence dochází k odeznívání náladovosti a vysoké lability, charakteristická je menší impulzivnost, menší emocionální dráždivost a vyšší stálost (Kon, 1986). Ne vždy je však průběh puberty emocionálně bouřlivý a dramatický. Z přehledové studie Petersenové (1988) vyplývá, že problémy mají zejména ti dospívající, kteří vykazovali emoční labilitu již v dětství a tato labilita je poté dále provází i v dalším vývoji. Je také nezbytné vzít v úvahu osobnostní či temperamentové rozdíly. Adolescence je také často spojována s *rizikovým chováním*, určitá míra rizika je ovšem pro *budování nezávislosti* na dospělých nezbytná (Levine & Munsch, 2016). Dospívající bývají celkově velmi senzitivní na komentáře spolužáků i dospělých, kterým často přikládají nadměrný význam (Vágnerová, 2005).

Jedním z významných vývojových úkolů v době adolescence je **zformování identity**. Formování identity je několikaletý proces, probíhající již od dětství. Z vývojového hlediska jde o proces *individuace* osobnosti adolescentů.

Macek (2003) rozlišuje *osobní* a *sociální aspekt identity*. Osobní aspekt čerpá z vlastní sebereflexe a sebehodnocení a odpovídá na otázku „kdo jsem“. Podstatné u tohoto aspektu

je vědomí vlastní jedinečnosti a je častěji reflektován v kontextu původní rodiny. Sociální aspekt identity je pocit začlenění kontinuity ve vztazích i čase a vztahuje se spíše k vrstevnickým skupinám. Odpovídá na otázky typu „kam patřím“ a „kam směřuji“ (Macek, 2003). V časně adolescenci jsou předmětem sebereflexe nejčastěji fyzické změny, emoční rozkolísanost a vztahy k rodičům. Ve střední a pozdní adolescenci je důležitým ohniskem sebereflexe především akceptace ze strany vrstevníků. Necítí-li se dospívající akceptovaný rodiči, vrstevníky, dalšími autoritami a skupinami, do kterých patří, zažívá odcizení. Pokud nemá pocit přijetí vrstevníky, prožívá pocit nezakotvenosti (Newman & Newman, 1976; Lloyd, 1985).

Velmi známé jsou v tomto směru myšlenky Eriksona (1968), který považoval *hledání vlastní identity* za základní vývojový úkol období adolescence. Dospívání popisoval jako konflikt mezi potřebou integrace sebe samého a potřebou vyrovnat se s nejasnými požadavky společnosti tak, aby byl adolescent schopen najít a akceptovat svoje vlastní místo ve společnosti.

Podle americké psychologičky Josselsonové (1980) se vývoj identity adolescenta dá rozdělit do čtyř fází a pro úspěšné zformování identity by si adolescent měl projít každou z nich. První fází je proces *diferenciace*, kdy v časně adolescenci (pubertě) kolem 13. roku života uvědomuje, že se jeho názory odlišují od jeho rodičů, a je tedy k názorům dospělých více kritický. V extrémní podobě vede tento rozpor až ke generalizaci negativního postoje vůči rodičům a dalším formálním autoritám. V druhé fázi mezi 14. a 15. rokem života, dochází k *fázi experimentování*, kdy se adolescent snaží dosáhnout *autonomie*. Adolescenti nabývají pocit, že sami vědí, co je pro ně nejlepší. Vyhraňují se ještě více vůči autoritě a snaží se zbavit závislosti na nich. S rodiči v tomto období často soupeří. Kolem 17 roku přichází *fáze sblížení s přáteli*, kdy se opět trochu obnovují vztahy s rodiči a hlavní význam nabývají erotické a přátelské vztahy. Zvyšuje se zodpovědnost za vlastní chování a jeho důsledky. Na toto období v pozdní adolescenci plynule navazuje poslední etapa, *fáze konsolidace vztahu k sobě*, kdy dochází u adolescenta k ustálení vztahu k sobě samému, pocitu vlastní autonomie a jedinečnosti. Upevňují se názory i postoje ke světu a budoucnosti.

Marcia (1967) zase zformuloval teorii vývoje identity, v níž vycházel ze dvou hledisek: krize a závazku. Vývoj identity rozdělil do čtyř stadií. První tři lze pojímat i jako dočasná stadia, která by měla optimálně směřovat do posledního stadia dosažení identity. Prvním stadiem je *difúze identity*, která se týká jedinců, u nichž se zatím nerozvinula krize identity a kteří přijímají jakékoli závazky, které se jim nabízejí. Druhým stádiem je *předčasně*

uzavření identity, které se týká jedinců, jež přijali určité závazky dospělosti nekriticky, tedy bez prožité krize identity. Bez osobní explorace jde často o konformní přijetí společenských požadavků, nikoli o výsledek vlastního individuálního procesu (Upton, 2011). Třetí stadium popsal jako *moratorium identity*, které se vztahuje k období krize a hledání, kdy dospívající ještě nepřijali konkrétní závazky. Poslední stadium *dosažení identity* se týká mladých lidí, kteří po období kritického hledání přijali určité role spojené s dospělostí za své (Marcia, 1967).

Jednotlivé stavy identity také významně souvisejí s různými charakteristikami osobnosti. Ti adolescenti, kteří tzv. dosáhli identity, mají častěji pozitivní sebeobraz, jsou více flexibilní a nezávislí. Status dosažení identity souvisí i s dobrými výsledky ve škole, s liberálním postojem k drogám a s odpovědným chováním ve vztazích. Dlouhodobé setrvávání v difúzní identitě, kdy se jedinec hledáním příliš nezabývá a nepřijímá ani žádné závazky, může být indikátorem psychických potíží (Archer, 2008).

Utváření identity se také odráží i v její postupné *diferenciaci*. Na začátku dospívání probíhá u dospívajících snaha odmítnout alespoň navenek veškeré atributy dětství. Dospívající mění úpravu vzhledu, jako pokus odklonit se od dětství a zviditelnit se mezi vrstevníky. Tělesný vzhled a obliba u vrstevníků tvoří v dospívání dva nejsilnější zdroje sebeúcty (Vágnerová, 2005). Osobnost jedince celkově směřuje k větší stabilizaci a k otevřenosti vůči lidem i novým zkušenostem.

U adolescenta dochází také k *vývoji morálního usuzování* (Levine & Munsch, 2016). Podíváme-li se na morální usuzování adolescentů v kontextu teorie morálního vývoje podle Kohlberga (1976), pro většinu adolescentů by byla typická *konvenční morálka*, založená na snaze „být dobrý“ v očích lidí, kteří jsou pro dospívajícího důležití.

V souvislosti s utvářením hodnotového systému a překonáváním egocentrismu se během dospívání rozvíjí také *morální identita*. Osvojování mravních norem a společenských hodnot je považováno za klíčový aspekt socializace v adolescenci. Právě v tomto období by rodiče ani okolí neměli adolescenta vystavit žádným extrémně stresovým situacím, rodiče by měli jít příkladem a s dětmi diskutovat o morálních otázkách, aby došlo k jejich zvnitřnění (Patrick & Gibbs, 2011).

Zejména v druhé polovině období adolescence si dospívající začínají víc uvědomovat kontinuitu vlastního života. Konkrétní očekávání se začínají diferencovat na krátkodobé a dlouhodobé osobní cíle. Dospívající si začínají uvědomovat, že některá aktuální rozhodnutí

mohou významně ovlivnit jejich budoucí život. To je nová zkušenost, která významně zvyšuje *důležitost osobních perspektiv* a váhu vlastního rozhodování. Způsob vnímání a hodnocení své budoucnosti je velmi důležitý v procesu sebehodnocení a formování vlastní identity (Erikson, 1968).

2.4 Proměna vztahů v období adolescence

V období adolescence dochází mimo změny vztahu k sobě samému i k proměnám ve vztazích s druhými, což je způsobeno změnami v kognitivních procesech, emočními charakteristikami i novým způsobem myšlení. Období dospívání je v mnohém klíčové pro převzetí pozdějších dospělých rolí – partnerských, rodinných, přátelských i profesních (Macek, 2003). Vztahy k rodičům, resp. dalším autoritám, a vztahy k vrstevníkům přitom mají poněkud odlišný význam. V případě rodiny dominuje často snaha o „zrovnoprávnění“ vlastní pozice, ve vztahu k vrstevníkům jde často především o vlastní „zhodnocení“.

Vrstevnické vztahy nabývají v období dospívání velkého významu. Umožňuje vzájemné poskytování názorů, pocitů a vzorců chování. Vrstevnické skupiny také slouží jako prostředek pro vývoj heterosexuálního sociálního chování (Dunphy, 1963). Vrstevnická skupina plní během adolescence specifickou a často nezastupitelnou roli při získávání pocitu vlastní autonomie (Hamachek, 1980). Zde doplňuje či někdy nahrazuje rodičovskou podporu. V situacích, kdy rodiče nefungují jako žádoucí modely chování, slouží v tomto smyslu právě vrstevníci, se kterými tráví dospívající většinu svého volného času (Macek, 2003).

Navazování a rozvoj *partnerských erotických vztahů* jsou projevy psychosexuálního vývoje adolescentů. První fáze utváření erotických partnerských vztahů je obvykle datována do puberty a souvisí s uvědoměním si vlastní sexuality. První schůzky v páru s erotickým obsahem či podtextem jsou v pubescenci častější u dívek. V pozdní adolescenci se partnerské vztahy stávají přirozeně stabilnějšími a dlouhodobějšími (Macek, 2003).

2.4.1 Vztah s rodiči

Etapa dospívání je náročná i z hlediska udržení přijatelných vztahů s rodiči. Již od časně adolescence postupně narůstá potřeba *odstupu od rodičů*. Mízi komunikační bezprostřednost typická pro dětský věk a dospívající přestávají sdílet své niterné záležitosti. Jak již bylo zmíněno v předchozích kapitolách, první polovina dospívání je charakteristická zvýšenou kritičností k rodičům, a naopak nekritičností vůči vrstevníkům. V této fázi procesu

autonomizace se dospívající chtějí zbavit omezující kontroly rodičů a rozhodovat o sobě sami (Vágnerová, 2005).

Během adolescence je mimo jiné velmi důležitý rodičovský zájem a zaangażovanost, emoční intenzita interakce i forma rodičovského vedení (Macek, 2003). Vztahy a vazby v rodině zůstávají vlivným faktorem socializace a individuace dospívajícího zpravidla po celé období adolescence. Odpoutávání dospívajícího z kognitivní a emoční vázanosti na rodinu je proces, který je náročný pro obě strany, pro dospívající i pro rodiče.

V adolescentním vývoji se odráží i *rodičovský výchovný styl* a celková tolerance a připravenost rodičů. Během adolescence jsou typické *časté konflikty* s rodiči. Předpoklad, že konflikt rodičů s dospívajícími je v zásadě zdravý a nutný pro pozitivní vývoj, se v současnosti nepotvrzuje. Častou příčinou konfliktů je fakt, že se rodiče během dospívání pokouší ještě zvýšit kontrolu, což automaticky zvyšuje napětí (Noack, 2005; Shek, 1997b). Rodiče často nesouhlasí s aktuálním životem teenagerů a s jejich trávením volného času, což je příčinou častých zákazů a omezení, která také provokují konflikty. Mladí lidé, jejichž dospívání provází minimum těchto konfliktů, mají vyšší sebedůvěru a dosahují vyšší úroveň morálního usuzování (Eccless, Lord, & Buchanan, 1996).

Petersenová (1988) s využitím řady výzkumů dokládala, že vysoká míra konfliktů byla charakteristická především pro adolescenty se sklony k rizikovému chování. Ani nižší socioekonomický status rodiny či rozvod rodičů ještě automaticky nemusí znamenat vyšší konfliktnost vztahů, rozhodující je kvalita vztahu s oběma rodiči (Davis, 1985). Konflikty však mohou být i užitečné, pokud mají adolescenti pocit, že mohou svobodně vyjadřovat své názory a že se na ně bere ohled. Jsou také součástí procesu individuace a sebeprosazování (Grotevand & Cooper, 1985). Pokud jsou si rodiče vědomi přirozenosti dočasné vzdorovitosti svých potomků, konfliktů většinou ubývá (Seltzer, 1989).

Během období adolescence, usiluje adolescent o dosažení *emoční i kognitivní autonomie*. Dosažení emoční autonomie se projevuje snížením závislosti na emoční podpoře rodičů, přičemž zdrojem emoční podpory se stávají vrstevníci. Nárůstem samostatnosti v uvažování a kritického pohledu na názory dospělých dosahuje adolescent kognitivní autonomie (Vágnerová, 2005).

Dospívající stále vnímají své rodiče jako skutečně důležité osoby, které je nejvíce ovlivňují. Více se zajímají o to, jak se dospělí v různých situacích chovají a jak přistupují k nejrůznějším problémům. Ačkoli vliv vrstevníků narůstá, v krizových situacích či v případech

důležitých rozhodnutí se stále obracejí na rodiče. Důležitá je pro ně proto dostupnost blízkých dospělých pro případ, že by potřebovali jejich podporu (Eccless, 1999). Říčan (2006) ve své knize hovoří o tom, že základem výchovy adolescenta je brát ho vážně. Tedy brát vážně jeho myšlenky, názory a postoje, ale zároveň proti nim bránit své vlastní, protože dospívající potřebují jistou míru konstruktivní kritiky, i když ji špatně snáší.

Kvalita vztahu rodiče a adolescent souvisí i s kvalitou vrstevnických vztahů. Vysoká míra kontroly ze strany rodičů a přísnost vede často k zvýšené orientaci na vrstevníky, nicméně nepodporuje kvalitu těchto vztahů (Dekovic & Meeus, 1993 In Macek, 2003). Pro úspěšné osamostatňování je tedy vhodná jistá míra volnosti, která dává dospívajícím najevo, že rodiče věří v jejich schopnosti (Janošová, 2012).

Celkově lze tedy shrnout, že se potvrzuje trvalý vliv rodičů na utváření adolescentního sebepojetí a identity. I když období dospívání má svoje charakteristické rysy, ukazuje se, že se vztah rodičů k dětem v tomto období příliš nemění. Jinými slovy, pokud rodiče projevovali zájem o pocity a starosti dítěte a dávali mu najevo svou náklonnost již v dětství, je to dobrý základ pro otevřenou komunikaci a vzájemnou akceptaci i v období dospívání (Macek, 2004).

3. Životní spokojenost v období adolescence

Jak již bylo zmíněno výše, dospívání je období zvýšené sebereflexe, a také zvýšeného vnímání vlastních pocitů, proto má zkoumání osobní pohody a životní spokojenosti v období adolescence zvláštní význam (Macek, 2003). Vývojové úkoly, které dospívající v tomto období musí naplnit přináší specifické požadavky, problémy a obtížné situace. V následujících odstavcích proto uvádím vybrané výzkumy, které podtrhují důležitost životní spokojenosti v různých oblastech významných pro zdravý vývoj adolescenta.

Vnímaná osobní pohoda je v období dospívání stále více determinována vědomím širších souvislostí, které adolescent nabývá. Kvalita vztahu s vrstevníky a rodiči, možnosti seberozvoje, společenskoekonomické podmínky i vědomí vlastního vlivu souvisí s životní spokojeností dospívajícího (Grob, Stetsenko, Sabatier, Botcheva, & Macek, 1999). K pocitu spokojenosti přispívá také dobrý odhad důsledků vlastního jednání (Bandura, 1995), které si dospívající mají možnost zažít právě ve vrstevnických skupinách.

Nejen vztahy s vrstevníky ale zejména v rodinném kontextu, představují jeden z vlivných aspektů spojených s adolescentní životní spokojeností (Gohm, Oishi, Darlington, & Diener, 1998; Rask, Astedt-Kurki, Paavilainen, & Laippala, 2003). Gilman se svými kolegy ve své studii dokonce uvádí, že spokojenost dospívajícího se svou rodinou, je největším prediktorem celkové životní spokojenosti v tomto období. Vztahy s vrstevníky se ukázali jako o něco méně vlivný ačkoli stále signifikantní prediktor (Gilman, Huebner & Laughlin, 2000).

Vysoká míra životní spokojenosti u adolescentů, je důležitá pro zdravý vývoj a snadnou adaptaci (Diener & Seligman, 2002; Gilman & Huebner, 2006), a také dospívajícím pomáhá se lépe vypořádat se stresovými situacemi, které sebou toto období přináší. Naopak nižší úroveň životní spokojenosti zvyšuje pravděpodobnost výskytu psychických problémů, sociálních problémů a rizikového chování (Furr & Funder, 1998; Gilman & Huebner, 2003). Výzkum, který provedli Suldo a Shaffer (2008) odhaluje, že vysoká míra životní spokojenosti souvisí s lepšími školními výsledky a pozitivním postojem ke studiu.

Podle mnoha výzkumů většina dospívajících dosahuje odpovídající úrovně životní spokojenosti, což je velmi podobné výsledkům u dospělých (Greenspoon & Saklofske, 1997; Leung & Zhang, 2000; Park & Huebner, 2005). Nicméně Goldbeck, Schmitz, Herschbach a Henrich (2007) ve své studii předkládají, že se životní spokojenost v průběhu adolescence proměňuje a klesá.

Výzkum, který provedli Willroth, Atherton a Robins (2020) byl také zaměřen na proměnu spokojenosti se životem od střední do pozdní adolescence (14-17 let). Tato longitudinální studie 674 mexických dětí ukázala, že se životní spokojenost v období dospívání významně nemění. Nicméně se ukázalo, že některé aspekty se na vyšší průměrné životní spokojenosti podílely významně více. Bylo to konkrétně příznivější rodinné prostředí, menší ekonomické potíže a menší etnická diskriminace. Navíc dospívající s větším počtem tradičních rodinných hodnot a s větší kvalitou vztahu s rodiči měli stabilně vysokou životní spokojenost v období od 14 do 17 let.

Pozorované změny životní spokojenosti ve studii Goldbecka a jeho kolegů (2007) související s věkem a pohlavím mezi 11 a 16 lety podporují vnímání dospívání jako důležitého období psychosociálního vývoje jedince. Životní spokojenost lze podle něj považovat za relevantní psychologický konstrukt, jehož důsledky by měly být dále rozpracovány pro prevenci a léčbu psychiatrických poruch.

Také Bergman a Scott (2001) zjistili významné genderové rozdíly v oblasti osobní pohody u dospívajících, přičemž dívky jsou podle nich v životě méně spokojené a mají nižší sebehodnocení. Výzkum, který provedli Seligson, Huebner a Valois (2005) zase naopak prokázal, že životní spokojenost dětí a mládeže není závislá na věku ani pohlaví.

Butkovic, Brkovic a Bratko (2012) ve své studii shrnují, že vliv typu osobnosti na osobní pohodu je v dospívání větší než v dospělosti. V tomto období podle nich pak přispívají k míře osobní pohody a spokojenosti ještě další faktory, jako zdraví, zkušenosti se vztahy, naplňování cílů a zážitky radosti (McMahan & Estes, 2012).

3.1 Míra životní spokojenosti a výskyt rizikového chování

Období dospívání je velmi citlivé období pro rozvoj tzv. rizikového a problémového chování. Toto chování se týká buď poškozování zdraví adolescentů samotných nebo je spjato s ohrožením společnosti. Problémovým či rizikovým chováním máme nejčastěji na mysli predelikventní chování, užívání drog, agrese, sexuální rizikové chování, násilí, šikanu, poruchy příjmu potravy a sebevražedné chování (Durkin, 1995).

Každý z uvedených okruhů problémového chování má svůj specifický původ a může být podmíněn mnoha kulturními, historickými, ekonomickými, sociálními, politickým a psychologickými faktory. Potvrzuje se, že pro predikci problémového chování je

nejdůležitější sociální strukturou rodina, což souvisí s tím, že rodiče fungují jako modely chování pro dospívající (Jaccard & Dittus, 1991). S výskytem rizikového a problémového chování souvisí dlouhodobě převládající rodinné klima, názory, přesvědčení a postoje obou rodičů, případně jejich náboženská orientace (Macek, 2003). Výzkumy ukázaly, že pokud není vysoká potřeba autonomie v dospívání propojena s přiměřenou emoční podporou a vřelostí rodičů, častěji se objeví u dospívajícího rizikové chování (Coleman & Hendry, 1999).

Zvláštní význam má také rodičovská tolerance k deviantnímu chování. Například rodiče adolescentů, kteří užívají drogy, jsou často vnímáni jako odcizení, nebo naopak jako hyperprotektivní. Pokud jde o osobní charakteristiky adolescentů a konkrétně o oblast motivace jednání zvláštní význam má subjektivní vnímaná důležitost školního výkonu, vlastní nezávislosti, citů náklonnosti, lásky a konkrétní očekávání adolescentů v těchto oblastech jejich života. Z dalších osobnostních charakteristik má význam celkové sebehodnocení a přesvědčení o vlivu na vlastní život (Macek, 2003). Potřeba sociálního ocenění a prestiže je klíčová při utváření sociální identity adolescentů, necítí-li se dospívající patřičně oceněn v běžných skupinách (rodina, školní třída, skupina kamarádů), může jeho potřebu sociální hodnoty saturovat třeba skupina delikventů či náboženská sekta (Durkin, 1995).

Co se týče souvislosti mezi životní spokojeností a výskytem rizikového chování u dospívajících ukazuje se, že nižší úroveň životní spokojenosti je spojena s výskytem rizikového chování jako jsou nevhodné stravovací návyky (Valois, Zullig, Huebner, & Drane, 2003), pití a užívání drog (Georgiades & Boyle, 2007), provozování rizikových sexuálních praktik (Valois, Zullig, Huebner, Kammermann, & Drane, 2002) a násilné tendence (Valois, Paxton, Zullig, & Huebner, 2006). Také výsledky tureckého výzkumu ukazují, že s rostoucí životní spokojeností adolescenta se snižuje pravděpodobnost výskytu rizikového chování (Çakar, Tagay, & Karatas, 2015).

V českém prostředí se tomuto tématu věnovali např. Zemanová a Dolejš (2015), kteří ve svém výzkumu shrnují, že dospívající z běžné populace, kteří vykazují různé formy rizikového chování, nejsou se svým životem spokojeni.

3.2 Vliv rodičů na životní spokojenost adolescenta

Ukazuje se, že životní spokojenost dospívajících je nutné zkoumat právě z hlediska dynamiky rodiny, protože rodinné vztahy a jejich změny hrají významnou roli ve vývoji a

zdraví adolescentů a jejich životní spokojenosti. Rodinná stabilita a vzájemnost vnímaná adolescenty významně přispívají ke spokojenosti dospívajících se životem. Kromě toho nálezy naznačují, že vnímání dynamiky rodiny u adolescentů a jejich rodičů se dramaticky liší. Dospívající jsou většinou méně spokojeni s rodinnou dynamikou než jejich rodiče (Rask et al., 2003).

Několik studií však ukazuje, že subjektivní pohoda adolescentů se nevztahuje tolik k typu rodiny, jako spíše k rodičovskému vztahu a interakci mezi členy rodiny (Grossman & Rowat 1995; Shucksmith, Hendry, & Glendinning, 1995). Výzkumná studie provedená Pražským psychiatrickým centrem podporuje toto tvrzení a potvrzuje vliv emocionální opory a rodinné koheze na životní spokojenost (Kožený, Csémy, & Tišanská, 2007). Pozitivní vliv podpory od rodičů na životní spokojenost adolescentů potvrzuje i longitudinální studie, kterou provedli Saha, Huebner, Suldo a Valois v roce 2009.

Na životní spokojenost dospívajících může mít vliv i výchovné vedení jejich rodičů. Křivohlavý (2015) uvádí, že uspokojení potřeb má velký vliv na osobní pohodu jedince, neuspokojení potřeb vede k tenzi, která potom osobní pohodu ovlivňuje negativně. Při výchovném stylu s kladným emočním přístupem k dítěti pravděpodobněji dochází k saturaci jeho potřeb (Čáp, 1993), a tedy i k pocitu osobní pohody.

Vliv výchovného stylu na životní spokojenost ukazuje i americký výzkum z roku 1991, kde autoři shrnují, že adolescenti vychovávaní v autoritativních podmínkách jsou kompetentnější, jsou si jistější svými schopnostmi a méně často se u nich objevují psychické obtíže (Steinberg, Mounts, Lamborn, & Dornbusch, 1991). Naopak důsledkem autoritářského vedení je nadměrná sebekontrola a snížená sebeúcta dospívajících (Leahy, 1981).

V čínské studii, provedené v 429 rodinách autoři shrnují, že lze pozorovat souvislost mezi konflikty dospívajících s rodiči a mírou psychické pohody adolescentů, přizpůsobení se školním povinnostem a sklonům k rizikovému chování (Shek, 1997a).

Ze studie zaměřené na souvislost struktury rodiny, a spokojenosti se životem u dospívajících, která byla provedena na více než 5000 amerických adolescentech vyplynulo, že dospívající, kteří žijí s oběma rodiči vykazují větší míru životní spokojenosti než ti, kteří žijí pouze s jedním z nich, popř. s jinými příbuznými (Zullig, Valois, Huebner, & Drane 2005).

3.3 Souvislost životní spokojenosti rodičů a jejich dětí v období adolescence

Mnoho studií, z nichž většina byla již v této práci zmíněna, zvažují vliv rodičů na blaho jejich dospívajících dětí a jejich spokojenost se životem. Zaměřují se většinou na rodinné konflikty, na rodičovské výchovné styly, na vliv rodinné struktury či dynamiky nebo na vliv vztahu s rodiči (Grossman & Rowat, 1995; Saha et al., 2009; Shek, 1997a, 1997b; Shucksmith et al., 1995; Steinberg et al., 1991; Suldo & Huebner, 2004; Rask et al., 2003; Zullig et al., 2005) přičemž z těchto studií vyplývá, že rodiče mají značný vliv na životní spokojenost svých adolescentních dětí.

Souvislosti mezi životní spokojeností rodičů a životní spokojeností jejich dospívajících dětí byla však věnována poněkud menší pozornost. To se ale v posledním desetiletí obrací, a i tomuto tématu se začíná dostávat pozornosti výzkumníků (Bedin & Sarriera, 2014; Casas, Coenders, Cummins, González, Figuer, & Malo, 2008; Casas, Coenders, Gonzalez, Malo, Bertran, & Figuer, 2012; Clair, 2012). Výzkum provedený ve Španělsku autory Casas a kol. v roce 2008 zjistil významný, ale nízký vztah mezi spárovanými odpověďmi rodičů a jejich 12-16letých dětí (N = 266). Děti celkově uváděly vyšší subjektivní pohodu než rodiče. V roce 2012 Casas a kol. provedli výzkum znovu, tentokrát pomocí více měřítek a většího vzorku (N = 1 250). Všechny výsledky naznačují, že osobní pohoda rodičů je, ač velmi slabě, spjata s životní spokojeností jejich dětí. Přičemž z výsledků lze usoudit, že spokojenost rodičů má větší vliv na spokojenost dívek než chlapců. Také brazilský výzkum zkoumající souvislost životní spokojenosti adolescentů a jejich rodičů potvrdil pouze nízkou korelaci mezi nimi (Bedin & Sarriera, 2014).

Výsledky analýzy mezigeneračního přenosu osobní pohody, kterou provedli Powdthavee a Vignoles (2007) ukazují, že existuje možnost přenosu úzkosti a životní spokojenosti mezi rodičem a dítětem. To platí pro chlapce a dívky, i když u chlapců se nezdálo být životní spokojenost významně ovlivněna úrovní spokojenosti matky. Ve všech modelech to byla spíše úroveň otcovy úzkosti a životní spokojenosti, která určovala životní spokojenost dítěte.

Návrh výzkumného projektu

Ústředními tématy této práce jsou životní spokojenost, adolescence a vliv rodičů na dítě v období dospívání. Tento výzkum by tato témata měl propojit, a přispět tak k lepšímu poznání vlivu životní spokojenosti rodičů na životní spokojenost adolescenta.

Výzkum životní spokojenosti rodičů a jejich dětí v období dospívání je designován kvantitativně. Jeho cílem je doplnit dosavadní výzkumy z oblasti životní spokojenosti adolescentů a přinést nové poznatky o spokojenosti rodin na české půdě. Jeho očekávaným přínosem je nejen doplnění poznatků z oblasti pozitivní psychologie, ale také možné využití výsledků v preventivní práci s rodinou či dospívajícími dětmi.

4. Cíle výzkumu a výzkumné otázky

Hlavním cílem tohoto výzkumu je zjistit, zda má míra životní spokojenosti adolescentů ve věku 15-17 let souvislost s mírou životní spokojenosti jejich rodičů / primárních pečovateli. Hlavní výzkumná otázka tedy zní:

„Existuje vzájemný vztah mezi mírou životní spokojenosti rodičů a mírou životní spokojenosti jejich dětí v období adolescence?“

Výzkumná otázka má velmi obecný charakter. Je možné očekávat, že výsledky výzkumu přinesou ještě mnoho dalších, které se budou moci podrobněji testovat například v rámci dalších výzkumů.

5. Design výzkumného projektu

5.1 Typ výzkumu

V rámci tohoto výzkumu je navržen kvantitativní výzkumný design. Výzkum se snaží zjistit vzájemný vztah tedy korelaci mezi dvěma proměnnými. Konkrétně mezi životní spokojeností adolescenta a životní spokojeností jeho rodiče.

5.2 Výzkumný soubor

Cílovou skupinu respondentů pro výzkum budou adolescenti ve věku 15-17 let, což odpovídá žákům středního vzdělávání. Typy škol, které budou do výzkumu zahrnuty, jsou 3 - státní všeobecná gymnázia, státní střední odborné školy a státní střední odborná učiliště. Vybrány budou náhodně 2 školy v rámci každého tohoto typu pomocí losu ze tří seznamů škol. Celkem bude tedy vybráno 6 škol a z každé vybrané školy budou potom náhodně vybrány 2 třídy s dětmi v požadovaném věkovém rozmezí. Výzkumný soubor bude sestávat z cca 300 žáků pražských škol. Výsledný počet respondentů se může lišit podle počtu dětí ve třídě a podle toho, kolik rodičů dá informovaný souhlas k provedení výzkumu. Poměr pohlaví v rámci výzkumného vzorku nebude v tomto případě ovlivnitelný, neboť dopředu není známo, jaký je poměr dívek a chlapců ve třídě. Konkrétně u středních odborných škol či učilišť je to často velmi nevyvážené.

Další testovanou skupinou, budou rodiče těchto adolescentů, kterých bude stejný počet jako testovaných dětí. Konkrétně to budou matky, u kterých logicky nebude žádné věkové omezení. Celkový soubor se tedy bude sestávat z cca 600 probandů, jejichž výsledky se následně budou párovat.

5.3 Výzkumné metody

První z použitých metod pro tento výzkum bude škála životní spokojenosti SWLS (Satisfaction With Life Scale), kterou vyvinul Diener a kol. (1985). Tato metoda je jednou z nejčastěji používaných metod, která umožňuje hodnotit životní spokojenost jako celek.

Metoda SWLS je od svého vyvinutí hojně používána a dobře ověřena a má vyhovující psychometrické charakteristiky. Metoda obsahuje celkem pět položek, které se ptají po celkové životní spokojenosti respondentů. Pro tento výzkum použijeme jejich české znění, které uvedl Křivohlavý (2013, s.122). Položky jsou hodnoceny sedmistupňovou Lickertovou škálou (od 1 – silně nesouhlasím po 7 – plně souhlasím). Výsledné skóre se pohybuje mezi

5-35 body, přičemž čím více bodů respondent získá, tím jeho úroveň životní spokojenosti lze považovat za vyšší.

Druhou použitou metodou bude škála SWLS-C (Satisfaction With Life Scale Child), za jejímž vznikem stojí výzkumný tým Gadermann a kol. (2010). Co se týče škály SWLS-C ta je přizpůsobena dětem a má také 5 položek. Ty jsou významově stejné, jako u SWLS ale slova jsou volena tak, aby byla lépe pochopena i mladšími dětmi, vzhledem k tomu, že je tento dotazník určen pro děti od 10 let. Respondenti zde vyjadřují míru souhlasu či nesouhlasu pomocí výroků na škále: 1 = výrazně s tím nesouhlasím; 2 = nesouhlasím s tím; 3 = spíše s tím nesouhlasím, nežli abych s tím souhlasil; 4 = nepřikláním se ani k souhlasu, ani k nesouhlasu s tím, co se zde říká; 5 = spíše s tím souhlasím, nežli abych s tím nesouhlasil; 6 = souhlasím s tím; 7 = výrazně s tím souhlasím. Český překlad, který bude využit pro tento výzkum uvádí Zemanová a Dolejš (2015, s. 84).

Co se týče vyhodnocování, každá možnost odpovědi je opatřena bodovým ohodnocením, která dá po sečtení všech položek celkový skóre, prostřednictvím kterého zařadíme konkrétního respondenta do dané kategorie. Diener (2006) stanovil kategorie pro SWLS s velmi vysokým skóre (35-30 bodů) jako velmi spokojení, dále kategorie s vysokým skóre (25-29 bodů), průměrným skóre (20-24 bodů), lehce podprůměrným skóre (15-19 bodů), kategorie nespokojení (10-14 bodů) a poslední skupina extrémně nespokojených (5-9 bodů).

SWLS obsahuje tyto položky:

1. Můj život se v mnoha směrech blíží mému ideálu života.
2. Podmínky mého života jsou výtečné.
3. Jsem spokojen se svým životem.
4. Já jsem dosud dostával od svého života to podstatné, co od něho očekávám.
5. Kdybych mohl žít svůj život ještě jednou, nic podstatného bych na něm neměnil.

SWLS-C obsahuje tyto položky:

1. Ve většině ohledů je můj život takový, jaký chci, aby byl.
2. Věci v mém životě jsou skvělé.
3. Jsem spokojený/á se svým životem.
4. Zatím jsem získal/a vše důležité, co jsem chtěl/a ve svém životě získat.
5. Kdybych mohl/a žít svůj život znovu, tak bych ho žil/a stejně.

Kromě škál SWLS a SWLS-C bude respondentům zadán ještě dotazník s demografickými údaji, kde budou vyplňovat informace o pohlaví, věku, vzdělání a ekonomické situaci rodiny.

5.4 Metody sběru a vyhodnocení dat

Sběr dat bude naplánován na období konce pololetí. V této části školního roku jsou na většině škol plánovány třídní schůzky rodičů s profesory. Na začátku školního roku bude zaslán oslovující email na náhodně vybrané školy z již zmíněných tří kategorií. V případě, že některá ze škol nebude mít zájem, dojde k dalšímu náhodnému výběru školy a jejího oslovení. Celkem bude třeba získat pro výzkum 12 tříd z 6 škol z výše uvedených 3 typů škol středního vzdělávání.

Samotný sběr dat bude probíhat v rámci jednoho odpoledne/večera (na jedné škole), během třídních schůzek, na které se budou kromě rodičů muset dostavit i jejich děti. Adolescenti budou v oddělené třídě od rodičů a administrace bude probíhat po celou dobu odděleně. Před administrací testových metod, budou respondentům sděleny obecné cíle výzkumu a jeho další průběh. Respondentům budou přiděleny anonymní kódy, které budou předem nachystány na zadávaných dotaznících, aby byla chráněna anonymita, nicméně z důvodu potřeby spárování dotazníku rodiče a dítěte, budou tyto kódy v rámci rodiny stejné.

Zadání metod bude zahájeno předložením dotazníku s demografickými údaji. Následně bude zadána škála životní spokojenosti, rodičům SWLS a dětem SWLS-C. Administrace bude probíhat před zahájením třídních schůzek tak, aby jejich obsah neovlivnil odpovědi respondentů, aby byla zajištěna co nejvyšší míra pozornosti respondentů a aby byl eliminován vliv únavy.

Časová náročnost vyplnění těchto dotazníků o 5 položkách je 15-20 minut, včetně dotazníku s demografickými údaji a administrace tedy bude celkový čas dosahovat okolo 35 minut.

Po vyplnění dotazníků je respondenti předají administrátorovi, který je zapečetí do připravených obálek podle rodinných kódů a následně je spáruje. Nyní bude prostor pro případný následný debriefing, a to jak pro rodiče a děti, tak i pro vedení školy, protože v oslovovacím emailu nemohly být uvedeny podrobné informace z důvodu možného ovlivnění výsledků (možnost diskuse rodičů, či učitelů s dětmi o dané problematice). Získaná data budou spárována a vyhodnocována mimo prostředí školy. Data z dotazníků budou zpracována dle instrukcí v manuálech.

To v praxi znamená, že proběhne sečtení bodů podle odpovědí a zařazení respondenta do kategorií podle získaného skóre. Následně budou získaná data statisticky zpracována a analyzována. Vzhledem k tomu, že jsme předložili také dotazník s demografickými údaji, můžeme statisticky vyjádřit také vztahy mezi nimi a životní spokojeností.

5.5 Etika výzkumu

Vzhledem k tomu, že provádíme výzkum s nezletilými osobami, je zde velmi důležitý informovaný souhlas zákonných zástupců, který musí být před začátkem výzkumu podepsán a odevzdán administrátorům. Dalším důležitým etickým krokem je debriefing pro všechny výzkumem dotčené, kde bude představen záměr a cíl výzkumu, a kde bude také prostor pro případné dotazy. Vzhledem k tomu, že potřebujeme párovat data dvou osob, nelze data zcela anonymizovat, s čímž musí být respondenti seznámeni předem.

Dále bychom měli data zpracovávat zcela mimo budovy škol, aby nemohlo v žádném případě dojít k šíření výsledků, či jakýchkoli informací ohledně odpovědí v prostředí škol, kde se výzkum konal. Výzkumný tým po celou dobu realizace výzkumu musí dbát na to, aby k získaným datům neměly přístup neoprávněné osoby a aby byla data použita pouze k takovým účelům, ke kterým byla získána. Všichni respondenti musí být zároveň seznámeni s tím, kdo bude mít k získaným datům přístup a kde a jak budou jeho výsledky prezentovány.

6. Diskuse

V rámci návrhu výzkumu je třeba věnovat pozornost některým jeho limitům. Vzhledem k náhodnému výběru škol a následnému náhodnému výběru školních tříd může ve výzkumu dojít ke genderové nevyváženosti vzorku, což ale není pro naši výzkumnou otázku nijak významné.

Dalším možným limitem je fakt, že výzkumným souborem (jeho polovinou) jsou děti ve věku 15-17 let, k jejichž účasti je zapotřebí souhlasu rodičů. V případě, že by tento souhlas nebyl poskytnut větším množstvím rodičů, budeme se potýkat s příliš malým a nepřiliš reprezentativním vzorkem. Tento limit je však možné ošetřit tím, že v takovém případě přibereme k výzkumu ještě další náhodně vybrané děti z dalších tříd.

Jako metoda byla zvolena škála SWLS a SWLS-C, které při posuzování životní spokojenosti zdůrazňuje vlastní standardy hodnocení daného jedince. Respondent se při svém hodnocení opírá o oblasti, které považuje za důležité při formování svého úsudku o životní spokojenosti. To sebou přináší určitá omezení této metody. Škála SWLS měří celkovou spokojenost jedince se životem, nikoli podrobněji její jednotlivé aspekty, takže se nedozvídáme od respondenta informace o tom, ve kterých konkrétních oblastech života se cítí být spokojený. Zde je prostor pro další možný výzkum právě těmi metodami, které měří spokojenost s jednotlivými oblastmi života. Podobně tomu bylo právě v již zmíněných zahraničních výzkumech (Bedin & Sarriera, 2014; Casas et al., 2012; Powdthavee & Vignoles, 2007).

Dalším možným omezením použité metody může být vliv nedávných událostí na vnímanou životní spokojenost jedince se životem. Již zmíněný výzkum, ukazuje že míru osobní pohody mohou výrazně ovlivnit události posledních tří měsíců (Suh et al., 1996).

Je zde také možnost vědomého zkreslení odpovědi respondentem, pokud je k tomu motivován. Z tohoto důvodu je žádoucí zajistit, aby respondenti předem neznali cíle výzkumu nebo doplnit SWLS dalšími metodami zjišťující míru či zdroje životní spokojenosti.

Dále je třeba brát v potaz i to, že průběh a výsledky výzkumu ovlivňují i faktory jako je přístup a motivace jedince k výzkumu, aktuální psychické naladění, prostředí, ve kterém jsou testy administrovány, únava apod. Další faktor, který by mohl mít vliv na navrhovaný výzkum a jeho provedení, jsou aktuální hygienická a bezpečnostní opatření související s

pandemií COVID-19. Výzkum bude pravděpodobně proveditelný až po uvolnění těchto opatření, kdy bude možné na školách pracovat s větším počtem žáků najednou.

Vzhledem k tomu, že kromě škály SWLS a SWLS-C předkládáme respondentům také krátký dotazník s demografickými údaji, můžeme také sledovat vliv pohlaví nebo socioekonomického statusu na životní spokojenost dospívajících na naší půdě. Tyto výsledky můžeme porovnat například s výzkumem, který provedl Bergman a Scott (2001), kde se ukázalo, že jsou v životě méně spokojené dívky a že socioekonomický status rodiny má na well-being adolescentů jen malý vliv. Také další zahraniční výzkumy (Bedin & Sarriera, 2014; Casas et al., 2012; Powdthavee & Vignoles, 2007) docházejí k závěru, že jsou dívky více ovlivněny životní spokojeností jejich rodičů než chlapci. S těmito výzkumy bude také možné porovnat naše výsledky a zjistit, zda se toto tvrzení potvrdí i v českém prostředí.

Výsledky navrhovaného výzkumu, bude možné porovnat také s výzkumy souvislosti životní spokojenosti rodičů a jejich dospívajících dětí, které také jako metodu používaly SWLS a SWLS-C (Bedin & Sarriera, 2014; Casas et al., 2012; Clair, 2012).

Na tento navrhovaný výzkum by jistě mohlo navázat mnoho dalších výzkumů. Například výzkum, který by se zabýval konkrétními oblastmi životní spokojenosti adolescentů a jejich rodičů, a otázkou které oblasti spokojenosti se životem spolu souvisejí nejvíce.

Výzkum, který na české půdě provedli již zmínění autoři Zemanová a Dolejš (2015) pomocí metod SWLS-C a VRCHA (Dolejš & Skopal, 2014) ukázal, že žáci běžné populace ve věku 11-15 let vykazující různé formy rizikového chování, nejsou se svým životem spokojeni. V návaznosti na zde navrhovaný výzkum, bychom mohli zkoumat, jak je tomu u starší populace dospívajících, a také zda nižší míra životní spokojenosti rodičů může mít vliv na rozvoj rizikového či problémového chování u jejich dospívajících dětí.

Vzhledem k aktuální situaci, kterou s sebou přinesla pandemie COVID-19 by také jistě mohlo být zajímavé, porovnat celkovou životní spokojenost adolescentů i dospělých před a po této pandemii za použití dat například právě z výzkumu Zemanové a Dolejš (2015) a z tohoto navrhovaného výzkumu. Mohly bychom také ověřovat tvrzení, že míru osobní pohody ovlivňují pouze události posledních tří měsíců (Suh et al., 1996), sledováním průměrné míry životní spokojenosti u adolescentů před a po pandemii.

Výsledky výzkumu by mohly významně přispět k probádání oblasti životní spokojenosti adolescentů v ČR a mohly by být využity k prevenci duševního zdraví adolescentů a jejich rodiny. Lze očekávat, že realizací výzkumu vyvstanou ještě některá další zajímavá témata k diskusi a dalšímu výzkumu.

Závěr

Úkolem této práce bylo představit důležité poznatky, které souvisí s tématem souvislosti životní spokojenosti rodičů a jejich dospívajících dětí. Konkrétně šlo tedy jak o zaměření se na životní spokojenost a její zdroje, tak i o pojmenování nejdůležitějších vývojových úkolů a možných problémů v období adolescence.

Z teoretické části, ve které byly tyto poznatky shrnuty, vyplývá, že přes rozmanitost přístupů k vymezení pojmu osobní pohody a životní spokojenosti se autoři víceméně shodují v tom, že se jedná o dlouhodobý emoční stav, který se vyznačuje konzistencí v různých situacích a stabilitou v čase. Rovněž panuje shoda v tom, že osobní pohoda musí být chápána v kontextu komponent kognitivních i emočních. Současně se autoři shodují, že je adolescence kritickým obdobím pro psychosociální vývoj a výzkum životní spokojenosti v tomto období má proto velký význam.

Díky narůstajícímu zájmu psychologie o pozitivní aspekty v lidském životě dochází k realizaci výzkumů zaměřujících se na životní spokojenost nejen dospělé populace ale také adolescentů. Ze současných i minulých výzkumů v oblasti životní spokojenosti adolescentů vyplývá, že je rodinná dynamika, vztahy s rodiči, výchovné působení a rodičovská podpora jsou nejdůležitějšími faktory ovlivňující životní spokojenost dospívajících. Také díky těmto zjištěním vznikají i výzkumy zaměřující se na souvislost životní spokojenosti rodičů a jejich dospívajících dětí.

Výzkumná část obsahuje návrh kvantitativního výzkumu, který navazuje na teoretickou část práce. Jeho výsledky by mohly přispět k lepšímu prozkoumání životní spokojenosti rodin v českém prostředí a mohly by být dále využity nejen k prevenci duševního zdraví adolescentů ale i celé rodiny. Výsledky by mohly být prospěšné také celé společnosti, protože jak uvádí Diener a Ryan (2009), výhody spokojenosti se životem neplynou pouze pro daného jedince, ale i pro celou společnost. Výzkum by mohl být také inspirací pro tvorbu dalších výzkumných otázek. Například pokud by se potvrdila souvislost mezi životní spokojeností rodičů a dospívajících dětí, mohly by vzniknout další výzkumy zaměřené na prevenci rizikového chování u adolescentů.

Seznam použité literatury

- Andrews, F. M. (1974). Social indicators of perceived life quality. *Social Indicators Research*, 1, 279–299.
- Andrews, F. M. & Withey, S. B. (2012). *Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality*. Springer Science & Business Media.
- APA (2010). *Publication Manual of the American Psychological Association* (6th Ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Archer, S. L. (2008). Identity and interventions: An introduction. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 8, 89–94.
- Arnett, J. J. (2008). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (3rd ed.). Upper Saddle River: Pearson Education.
- Bandura, A. (1995). *Self efficacy in changing society*. New York: McGraw Hill.
- Bedin, L. M., & Sarriera, J. C. (2014). Dyadic Analysis of Parent-Children Subjective Well-Being. *Child Indicators Research*, 7(3), 613–631.
- Bergman, M. M., & Scott, J. (2001). Young adolescents' wellbeing and health-risk behaviours: gender and socio-economic differences. *Journal Of Adolescence*, 24(2), 183-197.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2004). Money, sex and happiness: An empirical study. *The Scandinavian Journal of Economics*, 106(3), 393-415.
- Blatný, M. (2018). *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Breetvelt, I. S., & Van Dam, F. S. (1991). Underreporting by cancer patients: The case of response-shift. *Social Science & Medicine*, 32(9), 981–987.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(8), 917–927.

- Brunstein, J. C. (1993). Personal Goals and Subjective Well-Being: A Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1061-1070.
- Butkovic, A., Brkovic, I., & Bratko, D. (2012). Predicting Well-Being From Personality in Adolescents and Older Adults. *Journal Of Happiness Studies*, 13(3), 455–467.
- Cakar, S., Tagay, O. & Karatas, Z. (2015). Adolescent's life satisfaction: risky behaviors and hopelessness. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 6, 55-62.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick: Rutgers University Press.
- Casas, F., Coenders, G., Cummins, R. A., González, M., Figuer, C., & Malo, S. (2008). Does subjective well-being show a relationship between parents and their children? *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 197–205.
- Casas, F., Coenders, G., Gonzalez, M., Malo, S., Bertran, I., & Figuer, C. (2012). Testing the Relationship Between Parents' and Their Children's Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 13(6), 1031-1051.
- Clair, A. (2012). The Relationship Between Parent's Subjective Well-Being and the Life Satisfaction of Their Children in Britain. *Child Indicators Research*, 5(4), 631–650.
- Coleman, J. C. & Hendry, L. (1999). *The nature of adolescence*. London: Routledge.
- Conklin, H. M., Luciana, M., Hooper, C. J., & Yarger, R. S. (2007). Working memory performance in typically developing children and adolescents: Behavioral evidence of protracted frontal lobe development. *Developmental Neuropsychology*, 31, 103–128.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of personality and social psychology*, 38(4), 668.
- Cummins, R. A. (2003). Normative life satisfaction: Measurement issues and a homeostatic model. *Social Indicators Research*, 64, 225–256.
- Čáp, J. (1993). *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Karolinum.

- Davis, I. P. (1985). *Adolescents. Theoretical and Helping Perspectives*. Boston: Kluwer-Nijhoff Publishing.
- Dear, K., Henderson, S., & Korten, A. (2002). Well-being in Australia: Findings from the National Survey of Mental Health and Well-being. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology: The International Journal for Research in Social and Genetic Epidemiology and Mental Health Services*, 37(11), 503–509.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 124(2), 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*, 463-473. London: Oxford University Press.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social indicators research*, 28(3), 195-223.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.

- Dolejš, M., & Skopal, O. (2014). *Tvorba a standardizace dotazníku Výskyt rizikového chování u adolescentů (VRCHA)*. Prezentováno na konferenci PhD Existence 2014.
- Dunphy, D. C. (1963). The social structure of urban adolescent groups. *Sociometry*, 26, 230–246.
- Durkin, K. (1995). *Developmental Social Psychology*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.
- Eccles, J. S. (1999). The development of children ages 6 to 14. *The Future of Children*, 9(2), 30–44.
- Eccles, J. S., Lord, S., & Buchanan, C. M. (1996). School transitions in early adolescence: What are we doing to our young people? In J. A. Graber, J. Brooks-Gunn, & A. C. Petersen (Eds.), *Transitions through adolescence: Interpersonal domains and context* (251–284). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. New York: Norton and comp.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton and comp.
- Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J., & Brähler, E. (2001). *Dotazník životní spokojenosti*. Praha: Testcentrum.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social Science and Medicine*, 45, 1207-1221.
- Furr, R. M., & Funder, D. C. (1998). A multimodal analysis of personal negativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1580–1591.
- Gadermann, A. M., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2010). Investigating validity evidence of the Satisfaction with Life Scale adapted for Children. *Social Indicators Research*, 96 (2), 229-247.
- Georgiades, K., & Boyle, M. H. (2007). Adolescent tobacco and cannabis use: Young adult outcomes from the Ontario child health study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48, 724–731.
- Gilman, R., Huebner, E. S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18, 192–205.

- Gilman, R., Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311–319.
- Gilman, R., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). A first study of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale with adolescents. *Social Indicators Research*, 52, 135–160.
- Gohm, C. L., Oishi, S., Darlington, J., & Diener, E. (1998). Culture, parental conflict, parental marital status, and the subjective well-being of young adults. *Journal of Marriage and the Family*, 60(2), 319–334.
- Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969–979.
- Goswami, H. (2013). Children's Subjective Well-Being: Socio-demographic Characteristics and Personality. *Child Indicators Research*, 7(1), 119-140.
- Greenspoon, P. J. & Saklofske, D. H. (1997). Validity and reliability of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale with Canadian children. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 15, 138–155.
- Grob, A., Stetsenko, A., Sabatier, C., Botcheva, L., & Macek, P. (1999). A cross-national model of subjective well-being in adolescence. In F. D. Alsaker & A. Flammer (Eds.), *Research monographs in adolescence. The adolescent experience: European and American adolescents in the 1990s*, 115–130. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Grossman M, Rowat K.M(1995). Parental relationships, coping strategies, received support, and well-being in adolescents of separated or divorced and married parents. *Res Nurs Health*, 18, 249–61.
- Grotevand, H. D., Cooper, C. R. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development*, 56, 415–428.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its Psychology and its relation to Physiology, antropology, sociology, sex, crime, religion, and education*. New York: Appleton.

- Hamachek, D. E. (1980). Psychology and development of the adolescent self. In: J. F. Adams (ed.), *Understanding adolescence: Current Developments in adolescent psychology*. Boston: Allyn and Bacon.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: McKay.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social psychology*, 57(4), 731–739.
- Higgins, E. T. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 22, 93–136. Academic Press.
- Huebner, E. S. (1991). Initial development of the student life satisfaction scale. *School psychology International*, 12, 231-240.
- Hurlock, E. (1974). *Personality development*. New York: McGraw-Hill.
- Hurrelmann, K. (1994). *International Handbook of Adolescence*. Westport: Greenwood Press.
- Jaccard, J., Dittus, P. (1991). *Parent – Teen Communication*. New York: Springer Verlag.
- Janošová, P. (2012). Dívky a chlapci ve školní třídě. In *Aktuální trendy ve výchovném poradenství: sborník příspěvků ze semináře, 16-23*. Liberec: TU, Centrum dalšího vzdělávání.
- Josselson, R. (1980). Ego development in adolescence. In: J. Adelson (ed.), *Handbook of adolescent psychology*, 126-158. New York: Willey.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2005a). Koncept osobní pohody a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza & I. Šolcová (Eds.), *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (pp. 11-36). Brno: Masarykova univerzita & Nakladatelství MSD.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2005b). Osobní pohoda: determinující faktory u české dospělé populace. In: M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza & I. Šolcová (Eds.), *Psychosociální*

- souvislosti osobní pohody* (pp. 69-82). Brno: Masarykova univerzita & Nakladatelství MSD.
- Kohlberg, L. (1976). Moral Stages and Moralization: The Cognitive-Development Approach. In T. Lickona (Ed.), *Moral Development and Behavior: Theory and Research and Social Issues* (pp. 31-53). New York, NY: Holt, Rinehart, and Winston.
- Kon, I. S. (1986). *Kapitoly z psychologie dospívání*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Kožený, J., Csémy, L. & Tišanská, L. (2007). Strukturální Analýza Modelu Životní Spokojenosti Adolescentu. *Československá psychologie*, 51(3), 224-237.
- Křivohlavý, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (2015). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
- Langmeier, J. & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- Leahy, R. L. (1981). Parental practices and the development of moral judgment and self-image disparity during adolescence. *Developmental Psychology*, 17, 580–594.
- Lelkes, O. (2006). Knowing what is good for you: Empirical analysis of personal preferences and the “objective good”. *The Journal of Socio-Economics*, 35(2), 285-307.
- Leung, J.P. & Zhang, L. (2000). Modeling life satisfaction of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 99–104.
- Levin, J. S. & Chatters, L. M. (1998). Religion, health, and psychological well-being in older adults. *Journal of Aging and Health*, 10, 504–53.
- Levine, L. E., & Munsch, J. (2016). *Child development from infancy to adolescence*. Los Angeles: Sage.
- Lloyd, M. A. (1985). *Adolescence*. New York: Harper & Row, Publishers.
- Lyubomirsky, S., & Tucker, K. L. (1998). Implications of individual differences in subjective happiness for perceiving, interpreting, and thinking about life events. *Motivation and Emotion*, 22(2), 155–186.
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha:Portál.

- Macek, P. (2004). Adolescenti a jejich rodiče: důležitost vzájemné percepce pro sebehodnocení dospívajících. *Pedagogika: časopis pro vědy o vzdělávání a výchově*, 342-354.
- Marcia, J. (1967). Ego identity status: Relationship to change in self-esteem, „general maladjustment“, and authoritarianism. *Journal of Personality*, 35, 118–133.
- Mazur, J., Szkultecka-Dębek, M., Dzielska, A., Drozd, M., & Małkowska-Szcutnik, A. (2018). What does the Cantril Ladder measure in adolescence? *Archives of Medical Science*, 1, 182–189.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45(3), 213–218.
- McMahan, E. A., & Estes, D. (2012). Age-Related Differences in Lay Conceptions of Well-Being and Experienced Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. 13(1), 79–101.
- Miller, P. H. (1989). Theories of Adolescent Development. In: J. Worell & F. Danner (Eds.), *The Adolescent as Decision-Maker* (pp. 13-46). New York: Academic Press, Inc.
- Myers, D. G. (1999). Close relationships and quality of life. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 374–391). Russell Sage Foundation.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1997). The pursuit of happiness. *Scientific American*, 7, 40-43.
- Newman, P. R., & Newman, B. M. (1976). Early adolescence and its conflict: Group identity versus alienation. *Adolescence*, 11, 261–274.
- Nezlek, J. B. (2000). The motivational and cognitive dynamics of day-to-day social life. In J.P. Forgas, K. Williams & L. Wheeler (Eds.), *The social mind: Cognitive and Motivational Aspects of Interpersonal Behaviour* (pp.92-111). New York, Cambridge University Press.
- Noack, P., & Buhl, H. M. (2005). Relations with Parents and Friends During Adolescence and Early Adulthood. *Marriage & Family Review*, 36(3-4), 31–51.

- Park, N., & Huebner, E. S. (2005). A Cross-Cultural Study of the Levels and Correlates of Life Satisfaction among Adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 36*(4), 444–456.
- Patrick, R. B., & Gibbs, J. C. (2011). Inductive Discipline, Parental Expression of Disappointed Expectations, and Moral Identity in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 41*(8), 973–983.
- Petersen, A. (1988). Adolescent development. *Annual Review Psychology, 39*, 583–607.
- Piaget, J. (1966). *Psychologie inteligence*. Praha: SPN.
- Powdthavee, N., & Vignoles, A. (2007). Mental Health of Parents and Life Satisfaction of Children: A Within-Family Analysis of Intergenerational Transmission of Well-Being. *Social Indicators Research, 88*(3), 397–422.
- Preamble to the Constitution of WHO as adopted by the International Health Conference, New York, 19 June - 22 July 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of WHO, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. The definition has not been amended since 1948.
- Prior, P. M., & Hayes, B. C. (2003). The Relationship Between Marital Status and Health: An Empirical Investigation of Differences in Bed Occupancy Within Health and Social Care Facilities in Britain, 1921-1991. *Journal of Family Issues, 24*(1), 124–148.
- Příhoda, V. (1967). *Ontogeneze lidské psychiky II. Vývoj člověka od patnácti do třiceti let*. Praha: SPN.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P., Paavilainen, E., & Laippala, P. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 17*(2), 129-138.
- Robbins, A.S., Spence, J.T., Clarck, H. (1991). Psychological determinants of health and performance: The tangled web of desirable and undesirable characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 755-765.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology, 69*(4), 719-727.

- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Řičan, P. (2006). *Cesta životem*. Praha: Portál.
- Saha, R., Huebner, E. S., Suldo, S. M., & Valois, R. F. (2009). A Longitudinal Study of Adolescent Life Satisfaction and Parenting. *Child Indicators Research*, 3(2), 149–165.
- Seligson, J., Huebner, E., & Valois, R. (2005). An Investigation Of A Brief Life Satisfaction Scale With Elementary School Children. *Social Indicators Research*, 73(3), 355–374.
- Selman, R. (1980). *The growth of interpersonal understanding*. New York: Academic Press.
- Seltzer, V. C. (1989). *The psychosocial worlds of the adolescent*. New York: John Wiley & Sons.
- Shek, D. T. L. (1997a). The relation of family functioning to adolescent psychological well-being, school adjustment, and problem behavior. *Journal of Genetic Psychology*, 158, 467–479.
- Shek, D. T. L. (1997b). The relation of parent-adolescent conflict to adolescent psychological well-being, school adjustment, and problem behavior. *Social Behavior and Personality*, 25, 277–290.
- Shucksmith, J., Hendry, L. B., & Glendinning, A. (1995). Models of parenting: Implications for adolescent well-being within different types of family contexts. *Journal of Adolescence*, 18(3), 253–270.
- Steinberg, L., Mounts, N. S., Lamborn, S. D., & Dornbusch, S. M. (1991). Authoritative parenting and adolescent adjustment across varied ecological niches. *Journal of Research on Adolescence*, 1(1), 19–36.
- Strack, F. E., Argyle, M. E., & Schwarz, N. E. (1991). *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective*. Oxford: Pergamon press.

- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence? *School Psychology Quarterly*, *19*(2), 93–105.
- Suldo, S. M., & Shaffer, E. J. (2008). Looking beyond psychopathology: The dual-factor model of mental health in youth. *School Psychology Review*, *37*(1), 52-68.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*(5), 1091–1102.
- Švancara, J. (1978). *Problémy psychického vývoje a osobnosti*. Praha: Academia.
- Tait, M., Padgett, M. Y., & Baldwin, T. T. (1989). Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender effects as a function of the date of the study. *Journal of Applied Psychology*, *74*(3), 502–507.
- Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.
- Upton, P. (2011). *Developmental psychology. Critical thinking in psychology*. Exeter: Learning Matters.
- Valois, R. F., Paxton, R. J., Zullig, K. J., & Huebner, E. S. (2006). Life satisfaction and violent behaviors among middle school students. *Journal of Child and Family Studies*, *15*, 695–707.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S., & Drane, J. W. (2003). Dieting behaviors, weight perceptions, and life satisfaction among public high school adolescents. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, *11*, 271–288.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S., Kammermann, S. K., & Drane, J. W. (2002). Associations between life satisfaction and sexual risk-taking behaviors among adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, *11*, 427–440.
- Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: general and specific factors of emotional experience and their relation to the five-factor model. *Journal of personality*, *60*, 441-476.

- Willroth, E. C., Atherton, O. E., & Robins, R. W. (2020). Life satisfaction trajectories during adolescence and the transition to young adulthood: Findings from a longitudinal study of Mexican-origin youth. *Journal of Personality and Social Psychology*. Advance online publication.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, *106*(2), 249–264.
- Zemanová, V., & Dolejš, M. (2015). *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S. & Drane, J. W. (2005). Associations among family structures, demographics, and adolescent perceived life satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, *14*, 195–206.

Seznam zkratek

APA	American Psychological Association
COVID-19	Coronavirus disease 2019
SWB	Subjective well-being
SWLS	Satisfaction with life scale
SWLS-C	Satisfaction with life scale for children
VRCHA	Výskyt rizikového chování u adolescentů
WHO	World Health Organisation