

*Posudek na diplomovou práci **Psychologie štěstí**
studentky **Kateřiny Markové***

Štěstí a jeho hledání je jedním ze základních témat lidského života, jehož bohatou a různorodou odezvu nacházíme v krásné literatuře stejně jako v literatuře duchovní a filozofické. Ve vědecky zaměřené literatuře se s tímto tématem setkáváme nepoměrně méně často. Jedním z problémů je již samotné vymezení pojmu. Každý má svou vlastní definici štěstí, a tak je těžké najít obecně platnou definici, která by umožnila štěstí operacionalizovat. Tím však štěstí odolává vědeckému zkoumání. Autorka překonává tento metodologický problém tím, že definičně kotví štěstí emocemi. Velké rozdíly na úrovni obsahového vymezení štěstí se zmenšují, rozhodneme-li se štěstí zkoumat na úrovni emocí, tedy subjektivních prožitků. Od variabilního obsahu štěstí a charakteristik se tak dostává k jeho méně variabilní prožitkové kvalitě. Pro tento svůj postup volí autorka kvalitativní výzkum založený na rozhovorech o prožitcích štěstí. Ve spojitosti s těmito prožitky pak hledá souvislosti s dalšími jevy a faktory, které štěstí ovlivňují.

V teoretické části autorka vedle vztahu štěstí a pozitivních emocí vymezuje pojem štěstí porovnáním s jinými blízkými pojmy, jako je subjektivní pohoda, radost, plynutí (flow) a vrcholné zážitky. Štěstí přibližuje z historického i ontogenetického hlediska. Současně zvažuje různé aspekty štěstí od biologických, přes sociální, psychické (kognitivní, osobnostní a motivační) až k duchovním. Teoretická část ústí v sumarizaci vlivů štěstí, jakož i strategií směřujících ke štěstí. Domnívám se, že se autorce podařilo v teoretické části velmi přehledným a přitom komplexním způsobem přiblížit koncept štěstí v jeho složitosti. Teoretická práce je navzdory složitosti tématu dobře

strukturována a představuje zároveň přehledovou studii o výzkumech štěstí opírající se o téměř devadesát citací.

V empirické části se autorka vydává vlastní cestou založenou na výpovědích 19 lidí (8 žena 11 mužů), různého vzdělání i zaměstnání. V rámci dotazování věnovala autorka pozornost zejména individuální definici a individuální teorii štěstí, rozboru konkrétních okamžiků štěstí a specifickým strategiím dosahování štěstí. Na základě kódování vytváří schéma zakotvené teorie štěstí, do něhož umísťuje klíčové pojmy a fenomény, které se štěstím souvisejí. U těchto pojmů identifikuje a rozebírá opakující se postřehy dotazovaných. Takto vzniklou a popsanou zakotvenou teorii štěstí porovnává s nálezy citovaných výzkumů. V příloze přidává pro ilustraci dva podrobné zápisy rozhovorů. Ty jsou natolik zajímavé, že je možná škoda, že nebyly do práce zařazeny i další hloubkové rozhovory. Z hlediska rozsahu je to ovšem pochopitelné.

Práce je kvalitní a čtivá zároveň, což dokládá nadhled, který autorka studiem daného tématu získala. Už v samotné teoretické části přichází s některými originálními příspěvky založenými na prověřených poznatcích. V empirické části neváhá vyjádřit vlastní názory a současně kriticky hodnotit limity získaných závěrů. Diplomová práce jednoznačně splňuje požadavky kladené na úspěšné diplomové práce a doporučuji ji tedy k obhajobě.

Radvan Bahbouh

Katedra psychologie FF UK

