

Emocionalita a optimizmus adolescentov v kontexte ich self-konceptu

Adolescent's Emotionality and Optimism in the Context of His/Her Self-concept

Lenka Ďuricová¹, Barbora Stenová¹

¹*Katedra psychológie, Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici*

Abstrakt

Empirická štúdia predstavuje korelačno-komparačný typ výskumu. Zameriava sa na zistenie súvislostí medzi self-konceptom súčasnej dospelávajúcej populácie a jej emocionálnym prežívaním. Okrem prevažujúceho emocionálneho ladenia je predmetom výskumu aj optimizmus ako osobnostná črta vo vzťahu k self-konceptu mladého človeka. Sledované premenné sú podrobené komparácii z hľadiska rodovej príslušnosti. Výskumnú vzorku tvorí 120 adolescentov, stredoškolských študentov, vo veku 16–19 rokov ($AM=17,52$, $SD=0,95$). Použitá výskumná batéria obsahuje: Dotazník sebepojetí detí a adolescentů Piers-Harris 2 (PHCSCS-2, Obereignerů et al., 2015), Dotazník subjektívnej emocionálnej habituálnej pohody (SEHP, Džuka & Dalbert, 2002), Dotazník optimizmu-pesimizmu (LOPS, slovenská verzia Sarmány Schuller, 1992). Naše výsledky naznačujú, že self-koncept v zmysle Piersa-Harrisa je v relatívne úzkom spojení s emocionalitou adolescenta i s jeho dispozičným optimizmom.

Kľúčové slová: self-koncept, adolescencia, emócie, optimizmus

Abstract

The aim of the study is to examine Slovak adolescent's multidimensional self-concept in relation to his/her emotionality, specifically emotional habitual well-being. Except of the prevalent adolescent emotionality we are interested in optimism as a personal trait in the relationship to self-concept of the present population. All of these variables are essential components of psychological well-being, life satisfaction and quality of life. Gender differences are also examined. The empirical study of the variables and their mutual relationship presents contribution to positive psychology research.

Simple correlational and comparative analysis is used. The questionnaire set comprises the following research tools:

1. Czech adaptation of *Children's and adolescent's self-concept scale PHCSCS-2* (Obereignerů et al., 2015). It's self-report scale that includes the subscale of the overall self-concept:

* Korespondenční autor: Mgr. Lenka Ďuricová, PhD., Katedra psychológie, PDF UMB, Ružová 13, 97411 Banská Bystrica
E-mai: lenka.duricova2@umb.sk

Total Score (TOT) and six subscales evaluating specific areas of self-concept: Behavioural Adjustment (BEH, $\alpha=.73$), Intellectual and School Status (INT, $\alpha=.70$), Physical Appearance and Attributes (PHY, $\alpha=.77$), Freedom from Anxiety (FRE, $\alpha=.79$), Popularity (POP, $\alpha=.70$), Happiness and Satisfaction (HAP, $\alpha=.68$).

2. *Scale of Emotional Habitual Subjective Well-being – SEHP* (Džuka & Dalbert, 2002) assesses the frequency of positive emotions ($\alpha=.69$) and negative emotions ($\alpha=.70$).

3. Slovak adaptation of the *Levy Optimism – Pessimism Scale* (Sarmány Schuller, 1992) consists of 16 items in a form of statements and a six grade scale of approval. Final score indicates the level of dispositional optimism ($\alpha=.79$).

The research group included 120 adolescents (50 % male and 50 % female), students of Slovak secondary schools, at the age from 16 to 19 years ($AM = 17.52$; $SD = .95$). The research sample was collected intentionally (age and gender).

By the means of correlation analysis we found out the positive moderate statistically significant correlation between the overall self-concept and positive emotions (.39, $p \leq .001$) and positive relatively strong statistically significant correlation between the overall self-concept and dispositional optimism (.56, $p \leq .001$). Significant gender differences were confirmed in FRE subscale of self-concept (in favour of boys), positive and negative emotions (both in favour of girls) and optimism (in favour of girls).

Our results about mutual relationships between adolescent self-concept, emotions and dispositional optimism correspond with previous research quoted in the discussion although older studies examined predominantly the self-esteem. Our contribution to this research area is the application of multidimensional self-assessment conception.

Limitations: The research sample size, its choice and the use of the self-report tools may limit the generalizability of the findings.

Adolescents with positive self-concept and higher dispositional optimism tend to experience positive emotions (important aspect of psychological well-being). By fostering positive self-concept all the competent persons (parents, teachers, educators, tutors, etc.) can moderate adolescent's well-being.

Key words: self-concept, adolescents, emotions, optimism

Úvod

Dospievajúci sú všeobecne prezentovaní ako jedinci vyznačujúci sa intenzívnym emocionálnym prežívaním, ktoré má výrazný vplyv na ich správanie. Výskum neurobiologickej podstaty adolescentovej afektívnej reaktivity prináša podrobnejší obraz o vývinových zmenách mozgových centier a funkcií ovplyvňujúcich afektívne správanie počas adolescencie, aj o význame modulujúcich externých faktorov prostredia. Súčasný výskum naznačuje, že mozog je uspokojený k vývinovému napredovaniu v oblasti emocionálnej regulácie, učenia a afiliácie a že afektívne správanie recipročne interaguje s vekovo špecifickými požiadavkami aj s rôznym sociálnym kontextom. Individuálne rozdiely a socio-kontextové vplyvy na adolescentovu emocionalitu zdôrazňuje aj štúdia Guyer, Silk a Nelson (2016). Za jeden z najrozšírenejších a zároveň najvplyvnejších socio-kognitívnych mechanizmov afektivity adolescenta považujú jej autori sebahodnotenie. Súvislosť medzi sebahodnotením a afektívnymi procesmi potvrdzujú aj ďalšie výskumy (Casey, Jones & Somerville, 2011; Crone & Dahl, 2012; Pfeifer and Peak, 2012; Nelson, Jarcho & Guyer, 2016). Predmetom našej pozornosti je self-koncept ado-

lescenta, v ktorom je sebahodnotenie ako emocionálny aspekt zahrnuté. Podľa Piersa (1984) predstavuje relatívne stabilný súbor postojov k sebe samému, ktorý zahŕňa opis a hodnotenie vlastného správania a vlastností. Tento koncept sme si vybrali, pretože je doménovo špecifický a zohľadňuje rôzne dimenzie takého zložitého konštrukt, akým self-koncept je. Nedávna prierezová štúdia Orel, Obereignerů, Reiterová, Malůš a Fac (2015) prináša podrobnú analýzu self-konceptu dospelujúcich s využitím tohto konštrukt, doplnenú aj o rodové aspekty.

Za vhodný indikátor prevažujúcej emotionality adolescenta považujeme konštrukt subjektívnej pohody, konkrétne jeho emocionálny komponent. Džuka (2004) subjektívnu pohodu považuje za emocionálnym systémom hodnotené podmienky vlastného života. Má vlastnosti biologického homeostatického systému (jej prípadná zmena je korigovaná na pôvodnú, pre osobu typickú úroveň). Ako habituálna premenná zastrešuje pretrvávajúce city, nálady, telesné pocity a je determinovaná relatívne stabilnými osobnostnými faktormi a podmienkami prostredia, v ktorých jednotlivec žije (Džuka & Dalbert, 1997). Podľa Paškovej (2009) sa výskumy v oblasti subjektívnej pohody omnoho častejšie zameriavajú na kognitívnu zložku než na tú emocionálnu. Nás však v súvislosti so self-konceptom súčasnej dospelujúcej mládeže zaujíma práve tá emocionálna. Niektoré štúdie naznačujú aj rodové súvislosti v rámci nej, napr. Džuka (1995) a Pašková (2009).

Osobnostná črta optimizmus podľa Forgearda a Seligmana (2012) ovplyvňuje to, ako indvidum vníma seba a svoje okolie, ako spracúva prichádzajúce informácie a ako sa rozhodne konať. Kým optimisti majú tendenciu veriť v priaznivú budúcnosť, pesimisti sú presvedčení, že na nich čakajú skôr nepríjemnosti a v dôsledku toho sa pripravujú na najhoršie. Optimizmus vs pesimizmus tak predstavuje silný kognitívny filter, ktorý modifikuje jedincovu percepciu sveta a ovplyvňuje ako bude reagovať a adaptovať sa na novú situáciu. Posledné dekády vedeckého výskumu optimizmu ukazujú, že tento konštrukt si získal rešpekt a stáva sa jedným z ústredných bodov intervencií zameraných na subjektívnu pohodu (Carver, Scheier & Segerstrom, 2010).

My sa v našej práci orientujeme na koncepciu tzv. dispozičného optimizmu, ktorý Carver a Scheier (2002) považujú za generalizovanú anticipáciu priaznivého vývoja udalostí, resp. „všeobecné, generalizované varianty dôvery a pochybností... týkajúce sa života, nielen špecifickej situácie“ (Carver et al., 2010, s. 880). Tento prístup býva označovaný aj ako expektačný optimizmus (Schueller & Seligman, 2008), je orientovaný skôr na očakávania respondentov vo vzťahu k budúcnosti, než na interpretáciu minulých a súčasných udalostí (explanačný štýl). V súvislosti s determináciou tejto osobnostnej črty sa ukazuje čiastočný vplyv genetiky (Mosing, Zietsch, Shekar, Wright & Martin, 2009; Yuh, Neiderhiser & Reiss, 2010), hoci pôsobí skôr nepriamo. Významnú rolu zohrávajú environmentálne vplyvy ako rodičia, učitelia, médiá, socioekonomický status (Peterson & Steen, 2009; Heinonen et al., 2006; Korkeila et al., 2004). Výskumníkov zaujímala aj rodová príslušnosť vo vzťahu k tejto črte (napr. Bagana, Raciú & Lupu, 2011; Hinz et al., 2017). Hoci ide o relatívne stálu osobnostnú črtu, niektoré intervencie naznačujú, že je možné s ňou počas života pracovať (Carver et al., 2010; Segerstrom, 2006).

Zámerom našej výskumnej štúdie je overiť vzťah medzi formujúcim sa self-konceptom dospelujúcej populácie v zmysle Piersa-Harrisa, jej habituálnou emocionálnou pohodou a dispozičným optimizmom, ktorý chápeme ako stabilnejšiu črtu osobnosti. Okrem toho nás zaujímajú prípadné rodové rozdiely v skúmaných premenných. V nadväznosti na predošlý výskum (Guyer et al., 2016; Nelson et al., 2016; Bagana et al., 2011; Orel et al., 2015; Pašková, 2009...) predpokladáme:

H1: Pozitívny korelačný trend medzi celkovým skóre v self-koncepte a frekvenciou prežívania pozitívnych emócií u adolescentov.

H2: Pozitívny korelačný trend medzi celkovým skóre v self-koncepte a dispozičným optimizmom.

H3: Štatisticky významný rozdiel v celkovom self-koncepte v prospech dospievajúcich chlapcov.

H4: Štatisticky významný rozdiel vo frekvencii pozitívnych emócií v prospech dospievajúcich chlapcov.

H5: Štatisticky významný rozdiel v dispozičnom optimizme v prospech dospievajúcich dievčat.

Výskumná metóda

Výskum sme realizovali v Banskobystrickom a Bratislavskom kraji. Výber môžeme charakterizovať ako dostupný a zámerný (vek, rodová analýza). Nášho výskumu sa zúčastnilo 60 chlapcov a 60 dievčat vo veku od 16 do 19 rokov ($AM = 17,52$; $SD = 0,95$).

Aby sme získali potrebné empirické dáta, použili sme batériu vytvorenú z troch dotazníkov:

1. Škála subjektívnej emocionálnej habituálnej pohody (SEHP). Autormi tohto výskumného nástroja sú Džuka a Dalbert (2002). Nástroj obsahuje inventár 10-tich konkrétnych emócií, ktorých frekvenciu vo svojom prežívaní respondent hodnotí na 6-bodovej škále (od 1 – nikdy po... 6 – takmer vždy). K pozitívnym patrí (radosť, šťastie, pôžitok, telesná sviežosť: $\alpha = 0,69$) a k negatívnym (hnev, pocit viny, hanba, strach, bolesť, smútok: $\alpha = 0,70$).

2. Levyho dotazník optimizmu-pesimizmu LOPS (slovenská verzia Sarmány Schuller, 1992). Dotazník pozostáva zo 16 jednoduchých zrozumiteľných a jednoduchých výrokov, ku ktorým respondent vyjadruje mieru súhlasu až nesúhlasu na 6 stupňovej škále (úplne súhlasím - úplne nesúhlasím). Osem položiek je zameraných na zistenie miery optimizmu a osem položiek na zistenie miery pesimizmu. Najčastejší spôsob je inverzný výpočet hrubého skóre pri 8 negatívnych položkách a prirátanie pozitívnych položiek, čím sa dosiahne jedno hrubé skóre tzv. dispozičného optimizmu ($\alpha = 0,79$).

3. Dotazník sebepojetí detí a adolescentů Piersa a Harrisa (PHCSCS-2, Piers, 1984; Obeigneru et. al, 2015; preklad do slovenčiny Ďuricová) predstavuje 60-položkový sebahodnotiaci dotazník. Jednotlivé položky zahrňujú výroky, ktoré popisujú, ako jednotlivci vnímajú seba samého. Dotazník tvorí 6-subškál, ktoré predstavujú špecifické oblasti self-konceptu respondenta. Ide o prispôsobivosť (BEH, $\alpha = 0,73$), intelektové a školské postavenie (INT, $\alpha = 0,70$), fyzický vzhľad (PHY, $\alpha = 0,77$), nepodliehanie úzkosti (FRE, $\alpha = 0,79$), popularita (POP, $\alpha = 0,70$) a šťastie a spokojnosť (HAP, $\alpha = 0,68$). Mieru celkového self-konceptu respondenta vyjadruje TOT (totálne skóre).

Výsledky výskumu

V tabuľke 1 uvádzame deskriptívne ukazovatele sledovaných premenných. Testovanie normality (Kolmogoro-Smirnov test) naznačuje, že všetky analyzované premenné spĺňajú podmienku normálneho rozloženia ($p > 0,05$), pri analýze sme teda využili parametrické procedúry.

Tabuľka 1 Deskriptívna charakteristika jednotlivých premenných (N=120)

	Minimum	Maximum	AM	SD	Šikmosť	Strmosť
EMO +	6	23	15,82	3,62	-0,266	-0,448
EMO -	6	28	16,93	4,11	0,072	-0,058
OPT	38	90	62,86	9,75	-0,044	0,278
TOT	11	59	39,95	9,15	-0,372	0,078
BEH	2	14	9,59	2,93	-0,314	-0,559
INT	1	16	9,36	3,22	-0,279	-0,408
PHY	1	11	7,62	2,74	-0,428	-0,632
FRE	1	14	9,08	3,31	-0,525	-0,634
POP	1	12	8,43	2,53	-0,868	0,370
HAP	2	10	8,03	1,94	-0,911	0,059

EMO +: pozitívne emócie, EMO -: negatívne emócie, OPT: optimizmus, TOT: totálne skóre v self-koncepte, BEH: prispôsobivosť, INT: intelektové a školské postavenie, PHY: fyzický vzhľad, FRE: nepodliehanie úzkosti, POP: popularita, HAP: šťastie a spokojnosť

Pri overovaní vzájomných vzťahov medzi sledovanými premennými sme využili Pearsonovu korelačnú analýzu, ktorej výsledky uvádzame v Tabuľke 2.

Tabuľka 2 Korelačná analýza vzťahov medzi self-konceptom v zmysle Piersa-Harrisa, subjektívnu emocionálnou habituálnou pohodou a optimizmom adolescentov (N=120)

	1.	R2	2.	3.	4.
1. TOT					
2. EMO +	0,39***	15,21			
3. EMO -	-0,48***	23,23	-0,08		
4. OPT	0,56***	31,69	0,54***	-0,24**	

TOT: totálne skóre v self-koncepte, EMO +: pozitívne emócie, EMO -: negatívne emócie, OPT: optimizmus; *** $p \leq 0,001$, ** $p \leq 0,01$

Medzi subjektívne prežívanou pozitívnou emocionalitou adolescentov a ich celkovým self-konceptom sa ukázal pozitívny stredne silný štatisticky významný vzťah ($p \leq 0,001$). Naopak, medzi subjektívne prežívanou negatívnou emocionalitou adolescentov a ich self-konceptom sa prejavil negatívny stredne silný štatisticky významný vzťah ($p \leq 0,001$). Medzi optimizmom adolescentov a ich celkovým self-konceptom sa ukázal pozitívny relatívne silný štatisticky významný vzťah ($p \leq 0,001$). Takmer 32% jednej premennej je možné vysvetliť variabilitou druhej premennej.

V druhej časti analýzy sme sa zamerali na komparáciu dát z hľadiska rodovej príslušnosti, výsledky uvádzajú Tabuľky 3 a 4.

Tabuľka 3 Rodové rozdiely v celkovom adolescentovom self-koncepte a jeho dimenziách

	AM – chlapci (n=60)	AM – dievčatá (n = 60)	t-test	p
TOT	41,52	38,38	1,895	0,061
BEH	9,33	9,85	-0,975	0,332
INT	9,45	9,27	0,311	0,756
PHY	8,03	7,20	1,679	0,096
FRE	10,37	7,78	4,630	0,000
POP	8,82	8,05	1,673	0,097
HAP	7,93	8,12	-0,515	0,607

TOT: totálne skóre v self-koncepte, BEH: prispôsobivosť, INT: intelektové a školské postavenie, PHY: fyzický vzťah, FRE: nepodliehanie úzkosti, POP: popularita, HAP: šťastie a spokojnosť

Jediný signifikantný rozdiel (na hladine alfa korigovanej podľa Bonferroniho na 0,008) medzi chlapcami a dievčatami sa preukázal v dimenzii nepodliehanie úzkosti, pričom z hľadiska vecnej významnosti môžeme hovoriť o veľkom efekte (Cohenovo $d = 0,88$).

Tabuľka 4 Rodové rozdiely v emocionalite adolescentov a v ich optimizme

	AM – chlapci (n = 60)	AM – dievčatá (n = 60)	t-test	p	Cohenovo d
EMO +	14,78	16,85	-3,252	0,001	0,60
EMO -	14,87	18,98	-6,312	0,000	1.16
OPT	60,60	65,12	-2,599	0,011	0,48

EMO +: pozitívne emócie, EMO -: negatívne emócie, OPT: optimizmus

Medzi chlapcami a dievčatami sa štatisticky významný rozdiel ($p < 0,001$) preukázal tak v prežívaní negatívnych ako aj pozitívnych emócií, v oboch prípadoch v prospech dievčat. Aj testovanie rozdielov v dispozičnom optimizme naznačuje štatisticky významný rozdiel ($p < 0,05$) v prospech dievčat. Kým v prípade pozitívnej emocionality a dispozičného optimizmu môžeme hovoriť len stredne veľkom účinku, v rámci prežívania negatívnych emócií ide už o veľký efekt. Takmer 90 % dievčat dosahuje vyššie skóre v tejto premennej než priemerný chlapec.

Diskusia

Naším cieľom bolo preskúmať vzájomné vzťahy medzi percepciou seba samého, prevažujúcim emocionálnym ladením a črtovým optimizmom v období adolescencie. Naše výsledky naznačujú, že všetky operacionalizované premenné spolu súvisia, pričom ide o vzťahy stredne tesné až tesné, čo nám umožňuje prvé dve hypotézy prijať. Súvislosť medzi sebahodnotením a pozitívnou afektivitou adolescentov (AM = 16,95 rokov) potvrdila aj Stanculescu (2012), ktorá využila Rosenbergovu škálu sebahodnotenia a PANAS inventár 10 emócií, obdobnej konštrukcie ako nami použitý SEHP. Pašková (2009) konštatuje, že prežívanie negatívnych emócií sa častejšie vyskytuje u adolescentov, ktorí si nedôverujú, čo tiež korešponduje s našimi výsledkami. Môžeme teda konštatovať, že s rastúcim pozitívnym self-konceptom rastie aj frekvencia prežívania pozitívnych emócií. Vzťahmi medzi sebahodnotením, afektivitou a životnou

spokojnosťou sa zaoberala štúdia Extremera a Rey (2018), ktorej výsledkom je konštatovanie mediačnej roly afektivity vo vzťahu medzi sebahodnotením a životnou spokojnosťou.

Viaceré prierezové štúdie (Brissette, Scheier & Carver, 2002; Scheier, Carver & Bridges, 1994; Aspinwall & Taylor, 1992), ktoré sa venovali vzťahu medzi sebahodnotením a optimizmom v neskoršej adolescencii, potvrdili spojenie medzi týmito premennými (od 0,48 do 0,67). Aj longitudinálna štúdia Heinonen, Raikkonen a Keltikangas-Jarvinen (2005) naznačuje, že sebahodnotenie v adolescencii je možné považovať za jeden z prediktorov dispozičného optimizmu/pesimizmu v dospelosti. Pri skúmaní testovej anxiety u adolescentov (AM = 16,78 rokov) sa v štúdiu Bagana et al. (2011) potvrdil stredne tesný vzťah medzi dispozičným optimizmom a sebahodnotením. Naš výsledok teda podporuje výsledky predošlých výskumov a môžeme na základe neho konštatovať, že nielen sebahodnotenie, ale aj self-koncept ako multidimenziálny konštrukt významne súvisí s dispozičným optimizmom adolescenta.

Aj vzťah medzi subjektívnou emocionálnou pohodou adolescenta a jeho dispozičným optimizmom sa zdá byť relatívne silný, čo je v súlade so závermi Salovey, Rothman, Detweiler a Steward (2000), že optimizmus predstavuje významný regulátor psychického stavu. Vzťah dispozičného optimizmu k afektivite a subjektívnej pohode adolescentov potvrdil aj Krok (2015), ktorý skúmal jeho mediačnú rolu medzi súdržnosťou osobnosti a jej subjektívnou pohodou. Na súvislosť medzi negatívnym prežívaním, pesimizmom a perfekcionistickými úvahami adolescentov upozornila Žitniaková Gurgová (2011).

Naše závery si s ohľadom na početnosť vzorky a jej výber nedovoľíme zovšeobecniť na celú adolescentnú populáciu, ale mohli by byť incentivou pre ďalší výskum, ktorý by sa už zamerail na povahu vzťahov medzi sledovanými premennými, napr. prostredníctvom mediačnej analýzy.

Pašková (2009) a Džuka (1995) potvrdili rodové rozdiely vo frekvencii prežívania pozitívnych a negatívnych emócií u adolescentov. V prípade pozitívnych emócií išlo o rozdiel v prospech chlapcov, v prípade negatívnych emócií v prospech dievčat. Naš výskum rodové rozdiely v emocionalite ukázal tiež, ale v oboch afektívnych kvalitách v prospech dievčat. Keďže bola použitá rovnaká metodika, aj skúmaná populácia sa približuje, môžeme uvažovať, či tento posun v prežívaní pozitívnych emócií v prospech dievčat nejako nesúvisí s ich rastúcim self-konceptom a s meniacimi sa spoločenskými požiadavkami na rolu ženy. Rodový rozdiel v celkovom self-koncepte v zmysle Piersa-Harrisa medzi chlapcami a dievčatami sa totiž na rozdiel od štúdie Orel et al. (2015) neprejavil. Toto postupné genderové vyrovnávanie môže byť výsledkom širších socio-kultúrnych vplyvov v rámci snáh o rodovú rovnosť, ale vzhľadom na limity nášho výskumu to bude treba ešte ďalej overovať. Jediná dimenzia, v ktorej rozdiel konštatovať môžeme, je dimenzia nepodliehanie úzkosti. Zrejme to súvisí so všeobecnou zvýšenou úzkosťou žien, ktorú už počas dospievania evidujú mnohé ďalšie štúdie (Núñez-Peña, Suárez-Pellicioni a Bonoa, 2016; Bender, Reinholdt-Dunne, Esbjörn & Pons, 2012; Morin et al., 2011; Crocetti, Klimstra, Keijsers, Hale & Meeus, 2009). Tretiu a štvrtú hypotézu teda naše výsledky nepodporujú.

Testovanie genderových rozdielov v rámci optimizmu adolescentov v štúdiu Bagana et al. (2011) vyšlo v prospech dievčat, čo korešponduje s výsledkom v našej výskumnej vzorke. Aj v psychometrickej štúdiu Hinz et al. (2017) sa ukázal štatisticky významný rozdiel v optimizme v prospech žien, hoci jeho vecná významnosť bola podľa autorov zanedbateľná. Napriek výsledku, ktorý nám poslednú hypotézu umožňuje prijať, úlohu rodovej príslušnosti v rámci dispozičného optimizmu nepovažujeme za jednoznačnú a stotožňujeme sa s názorom

(Peterson & Steen, 2009; Heinonen et al., 2006; Korkeila et al., 2004), že významnú rolu pri jeho determinácii zohrávajú aj environmentálne vplyvy a je preto možné s ním v rámci intervencie pracovať (Carver et al., 2010).

Záver

Výsledkom tejto výskumnej štúdie je, že adolescenti s pozitívnym self-konceptom a s vyšším dispozičným optimizmom tendujú k prežívaniu pozitívnych emócií (dôležitý aspekt subjektívnej pohody). Štúdia tak predstavuje empirický príspevok k predmetu skúmania pozitívnej psychológie, ktorá sa orientuje predovšetkým na silné stránky (cnosti) osobnosti a javy, ktoré facilitujú osobnostný rast, subjektívnu pohodu, kvalitu života, životnú spokojnosť a zmysluplnosť. Výsledky štúdie môžu implikovať všetci, ktorí sú v kontakte s dospelievajúcimi, tj. rodičia, učitelia, vychovávatelia a majú teda formatívny vplyv na ich self-koncept. Jeho posilňovaním v tomto citlivom období je možné nepriamo pôsobiť na prežívanie dospelievajúceho a budovať u neho pozitívny postoj k svetu. Budovanie priaznivého self-konceptu u dospelievajúcich ako súčasť intervenčných programov môže prispieť aj k prevencii rizikového správania tejto populácie (Čerešník, 2016).

Literatúra

- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, pp. 989–1003.
- Bagana, E., Raciú, A. & Lupu, L. (2011). Self esteem, optimism and exams' anxiety among high school students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, pp. 1331 – 1338, doi:10.1016/j.sbspro.2011.10.258
- Bender, P. K., Reinholdt-Dunne M. L., Esbjørn B.H. & Pons, F. (2012). Emotion dysregulation and anxiety in children and adolescents: Gender differences. *Personality and Individual Differences*, 53 (3), pp. 284–288, <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2012.03.027>
- Brissette, I., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, pp. 102–111.
- Carver, Ch. S., & Scheier, M. (2002). Optimism. In C. R. Snyder, S. J. Lopez, S. J. (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Carver, C., Scheier, M. & Segerstrom, S. (2010). Optimism. *Clinical psychology review*, 30, pp. 879–889.
- Casey, B., Jones, R. M. & Somerville, L. H. (2011). Breaking and accelerating of the adolescent brain. *Journal of Research on Adolescence*, 21, pp. 21–33, <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00712.x>
- Crocetti, E., Klimstra, T., Keijsers, L., Hale, W.W., III, & Meeus, W. H. J. (2009). Anxiety trajectories and identity development in adolescence: A five-wave longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 38, pp. 839–849.
- Crone, E. A. & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews Neuroscience*, 13, pp. 636–650, <http://dx.doi.org/10.1038/nrn3313>
- Čerešník, M. (2016). Osobnostné vlastnosti dospelievajúcich v kontexte produkcie rizikového správania. In: E. Maierová, L. Viktorová, M. Dolejš (Eds.) *PhD existence VI. Výzkum +vs/- prax: Česko-*

- slovenská psychologická konference (nejen) pro doktorandy a o doktorandech (pp. 132–146). Olomouc: UP v Olomouci.
- Džuka, J. (1995). Sebaaktualizácia a subjektívna pohoda u slovenskej a nemeckej mládeže. *Československá psychologie*, 39 (1), pp. 28–39.
- Džuka, J. (2004). Kvalita života a subjektívna pohoda – teórie, modely, podobnosť a rozdiely. In J. Džuka (ed.), *Psychologické dimenzie kvality života* (pp. 42–53). Získané z <http://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Dzuka3/index.htm>
- Džuka, J. & Dalbert, C. (1997). Model aktuálnej a habituálnej subjektívnej pohody. *Československá psychologie*, 41(5), pp. 385–398.
- Džuka, J., & Dalbert, C. (2002). Vývoj a overenie validity škál emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (SEHP). *Československá psychologie*, 46 (3), 234–250
- Extremera, N., & Rey, L. (2018). Core self-evaluations are associated with judgments of satisfaction with life via positive but not negative affect. *Personality and Individual Differences*, 130, pp. 112–116, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.03.054>
- Forgeard, M. J. C. & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques psychologiques*, 18, pp. 107–120, doi:10.1016/j.prps.2012.02.002
- Guyer, A. E., Silk, J. S. & Nelson, E. E. (2016). The neurobiology of the emotional adolescent: From inside out. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 70, pp. 74–85, <http://dx.doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.07.037>
- Heinonen, K., Raikkonen, K., Keltikangas-Jarvinen, L. (2005). Self-esteem in early and late adolescence predicts dispositional optimism–pessimism in adulthood: A 21-year longitudinal study, *Personality and Individual Differences*, 39, pp. 511–521, doi:10.1016/j.paid.2005.01.026
- Heinonen, K., Raikkonen, K., Matthews, K. A., Scheier, M. F., Raitakari, O. T., Pulkki, L. & Keltikangas-Jarvinen, L. (2006). Socioeconomic status in childhood and adulthood: associations with dispositional optimism and pessimism over a 21-year follow-up. *Journal of personality*, 74, pp. 1111–1126.
- Hinz, A., Sanderb, Ch., Glaesmera, H., Brählera, E., Zengerd, M., Hilberte, A., & Kocaleventf, R. D. (2017). Optimism and pessimism in the general population: Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT-R). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17, pp. 161–170, <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.02.003>
- Korkeila, K., Kivela, S. L., Suominen, S., Vahtera, J., Kivimaki, M., Sundell, J., Helenius, H., & Koskenvuo, M. (2004). Childhood adversities, parent-child relationships and dispositional optimism in adulthood. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 39, pp. 286–292.
- Krok, D. (2015). The mediating role of optimism in the relations between sense of coherence, subjective and psychological well-being among late adolescents. *Personality and Individual Differences*, 85, pp. 134–139, <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.05.006>
- Morin, A. J. S., Maïano, C., Nagengast, B., Marsh, H. W., Morizot, J., & Janosz, M. (2011). General growth mixture analysis of adolescents' developmental trajectories of anxiety: The impact of untested invariance assumptions on substantive interpretations. *Structural Equation Modeling. A Multidisciplinary Journal*, 18, pp. 613–648.
- Mosing, M. A., Zietsch, B. P., Shekar, S. N., Wright, M. J. & Martin, N. G. (2009). Genetic and environmental influences on optimism and its relationship to mental and self-rated health: a study of aging twins. *Behavioral genetics*, 39, pp. 597–604
- Nelson, E. E., Jarcho, J. M. & Guyer, A. E. (2016). Social re-orientation and brain development: an expanded and updated view. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 17, pp. 118–127, <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2015.12.008>
- Núñez-Peña, M. I., Suárez-Pellicion, M. & Bonoa, R. (2016). Gender differences in test anxiety and their impact on higher education students' academic achievement. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 228, 154–160, doi: 10.1016/j.sbspro.2016.07.023

- Obereignerů, R., Orel, M., Reiterová, E., Mentel, A., Malčík, M., Petrůjová, T., Fac, O. & Friedlová, M. (2015). *Dotazník sebepojetí dětí a adolescentů Piers-Harris 2*. Praha: Hogrefe-Testcentrum
- Orel, M., Obereignerů, R., Reiterová, E., Malůš, M. & Fac, O. (2015). Rozdíly sebepojetí u dětí a adolescentů České republiky podle pohlaví a věku. *Psychologie a její kontexty*, 6 (2), pp. 65–77
- Pašková, L. (2009). *Subjektívna pohoda vysokoškolských študentov*. Banská Bystrica: PF, Univerzita Mateja Bela.
- Peterson, C., & Steen, T. (2009). Optimistic explanatory style. In: C. Snyder & S. Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (pp. 313–321). New York: Oxford University Press.
- Pfeifer, J. H., & Peake, S. J. (2012). Self-development: integrating cognitive, socioemotional, and neuroimaging perspectives. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 2 (1), pp. 55–69, <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2011.07.012>
- Piers, E. V. (1984). *Piers-Harris Children's Self-Concept Scale: Manual* (Rev. Ed.), Los Angeles: Western Psychological Services.
- Salovey, P., Rothman, A.J., Detweiler, J. B., & Steward, W.T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55, pp. 110–121.
- Sarmány Schuller, I. (1992). Škála optimizmu-pesimizmu. In A. Prokopčánová, I. Ruisel (Eds.), *Praktická inteligencia II.*(pp. 85–90). Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV
- Segerstrom, S. (2006). *Breaking Murphy's law: how optimists get what they want from life- and pessimists can too*. New York: Guilford.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, pp. 1063–1078
- Schueller, S. & Seligman, M. E. P. (2008). Optimism and pessimism. In: K. S. Dobson & D. J. A. Dozois (Eds.), *Risk factors in depression* (pp. 171–194). New York: Elsevier.
- Stanculescu, E. (2012). The self-consciencious emotion of pride as mediator between self-esteem and positive affect. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 33, pp. 263–267, doi:10.1016/j.sbspro.2012.01.124
- Yuh, J., Neiderhiser, J. M. & Reiss, D. (2010). Genetic and environmental influences on dispositional optimism and depressive symptoms in adolescence. *International journal of human ecology*, 11, pp. 15–23
- Žitniaková Gurgová, B. (2011). Perfectionistic cognitions as related to optimism and pessimism in college students. *The New Educational Review*, 26 (4), pp. 272–280