

## OSOBNÁ MORÁLKA AKO DETERMINANT MENTÁLNEHO ZDRAVIA

---

*Petra LAJČIAKOVÁ*

**Abstrakt:** *Príspevok predstavuje čiastkové zistenia riešenia grantového projektu VEGA 1/0826/10. Ponúka deskripciu osobnej morálky ako determinantu mentálneho zdravia na vybranom výskumnom súbore 82 respondentov. Získané výsledky nadobudnuté aplikáciou testu morálneho usudzovania (MJT) dokumentujú, že prevažná väčšina jednotlivcov preferuje postkonvenčné morálne zmýšľanie v zmysle schopnosti odolať sociálnym tlakom a byť nezávislým od hodnotenia a očakávania druhých – čo charakterizuje autonómnú osobnú morálku. Tento záver predpokladá, že autonómia ako jedna zo základných dimenzií štruktúry mentálneho zdravia bude indikovať pozitívny vzťah so duševnou pohodou.*

**Kľúčové slová:** *osobná morálka, mentálne zdravie, heteronómia, autonómia*

### Teoretické východiská

Problematika mentálneho zdravia či optimálneho fungovania osobnosti, t. j. duševnej pohody (psychological well-being), je aktuálnym predmetom psychologického skúmania u nás (o. i. Džuka, 2004) i v zahraničí (o. i. Kebza, Šolcová, 2003; Diener et al., 1995; Diener, Suh, 2000; Snyder, Lopez, 2002). Zároveň možno v psychológii sledovať snahu nesústrediť sa len na minimalizovanie, resp. odstraňovanie či prevenciu záporných prejavov duševnej pohody, ale najmä nachádzať faktory podporujúce optimálne psychologické fungovanie. Kladné aspekty ľudského fungovania sú prezentované predovšetkým pozitívnou psychológiou (Seligman, Csikszentmihalyi, 2000; Snyder, Lopez, 2002; Křivohlavý, 2004). Popri faktoroch súvisiacich s kvalitným psychologickým fungovaním priaznivo ovplyvňujúcich pozitívne mentálne zdravie ako je životná spokojnosť (Křivohlavý, 2001), šťastie (Seligman, 2002) a i., nemožno prehliadať osobnú morálku jednotlivca. Zvlášť ak na zdravie spolu s Křivohlavým (2001) nahliadame ako na celkový, telesný, psychický, sociálny (zahrňujúci i morálny) a duchovný stav človeka, ktorý mu umožňuje dosahovať optimálne kvality života a nie je prekážkou analogickému snaženiu druhých ľudí. Je značné, že biopsychosociálny model zdravia zahŕňa i morálnu, etickú dimenziu.

Osobná morálka ako komplexný fenomén ľudskej psychiky má svoje zastúpenie v rámci tém pozitívnej psychológie (Snyder, Lopez, 2002). Kľúčovou koncepciou, ktorá

ponúka pohľad na vývin osobnej morálky jednotlivca, je notoricky známa Kohlbergova teória (1969) vývinu morálneho usudzovania. Vychádza z Piagetových zistení (1932) o prepojení kognitívneho vývinu a morálneho usudzovania. Kohlbergom formulované štádiá morálneho vývinu vysvetľujú, ako sa mení spôsob uvažovania o morálnych problémoch v súvislosti s vývinom kognitívnych štruktúr. Kohlberg sledoval, ako osoby argumentujú pri riešení hypotetických morálnych dilem a vývinovo špecifické odlišné spôsoby morálneho uvažovania považoval za univerzálne stupne morálneho usudzovania, vývinu osobnej morálky. Diferencoval tri úrovne osobnej morálky – predkonvenčnú, konvenčnú a postkonvenčnú, v rámci ktorých rozlíšil ďalšie dva stupne bližšie špecifikujúce konkrétne štádium vývinu morálneho usudzovania.

Štruktúry reprezentujúce jednotlivé roviny vývinu osobnej morálky môžeme zjednodušiť v súlade s autorom koncepcie označiť ako úžitok, sociálna zmluva a prirodzené práva. Predkonvenčná rovina predstavuje autocentrické štádium, v ktorom je dominantný jednotlivec so svojimi vlastnými potrebami. Konvenčnú rovinu ako socio-centrické štádium vystihuje jednotlivec ako člen konkrétnej skupiny, resp. skupina samotná. V postkonvenčnej rovine – univerzalistické štádium – vyčnievajú interiorizované presvedčenia a normy jednotlivca.

Osobná morálka autonómneho typu (postkonvenčná rovina morálneho uvažovania) v zmysle schopnosti odolať sociálnym tlakom a byť nezávislým od hodnotenia a očakávania druhých predstavuje autonómnosť ako jednu zo šiestich základných dimenzií štruktúry duševnej pohody podľa konceptu Ryffovej a Keyesovej (1995). K ostatným zložkám duševnej pohody patrí seba prijatie – self-acceptance, pozitívny vzťah s druhými, zvládanie životného prostredia – environmental mastery, zmysel života (purpose in life), osobný rozvoj (personal growth). Nás v prvej etape nášho komplexného výskumného zámeru zaujímala autonómnosť osobnej morálky sledovaných respondentov.

## **Výskumná metóda**

### **VÝSKUMNÝ CIEĽ**

Cieľom uvedenej štúdie je zistiť, aký typ osobnej morálky prevažuje v sledovanej skupine respondentov. Svoju pozornosť sme sústredili na preferenciu stupňa morálneho usudzovania, ktorý odkazuje na heteronómnou alebo autonómnou osobnú morálku.

### **VÝSKUMNÝ SÚBOR**

Výskumu sa zúčastnilo 82 respondentov, vysokoškolských študentov a študentiek; z hľadiska pohlavia bol súbor rovnomerne rozložený. Priemerný vek bol 25,32 rokov.

Výskum prebiehal na začiatku roku 2010.

## **Výskumná metodika**

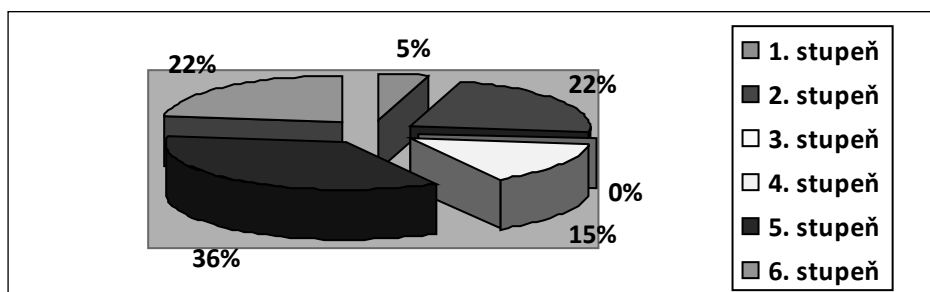
Osobnú morálku sme sledovali pomocou prevzatej Lindovej metodiky MJT (Moral Judgement Test, 2002), testu morálneho usudzovania. Daná metodika stavia jednotlivca pred morálne dilemy a ponúka mu kladné i záporné argumenty zdôvodňujúce určité konanie aktéra. Argumenty predstavujú rôzne stupne morálneho usudzova-

nia podľa Kohlberga (1969), ktoré zodpovedajú heteronómnosti, resp. autonómnosti osobnej morálky. Respondent najskôr určí, či súhlasí, alebo nesúhlasí s konaním aktéra v jednotlivých dilemách a potom na škále – 4 až + 4 odstupňuje, do akej miery sa stotožňuje s uvedenými argumentmi.

Na základe výstupov z MJT je možné posúdiť úroveň jednotlivých morálnych úsudkov prostredníctvom tzv. skóre preferencie štádií. Pre každé štádium sú charakteristické 4 položky, ktorých najvyšší súčet určuje preferované štádium. Táto hodnota odhaľuje postoje jednotlivca identifikovateľné podľa šiestich Kohlbergových štádií morálneho usudzovania. Takýmto spôsobom môžeme zistiť, ktoré štádium, úroveň morálneho usudzovania preferuje jednotlivec viac, resp. menej, t. j. typ osobnej morálky.

## Výsledky

Deskripciu percentuálneho zastúpenia respondentov v rámci jednotlivých stupňov morálneho usudzovania prezentuje nasledujúci graf.



Graf č.1 Percentuálny podiel respondentov v jednotlivých morálnych stupňoch (n = 82)

Najvyšší počet respondentov (n = 30) preferuje piaty stupeň postkonvenčnej roviny morálneho usudzovania. Respondentov by mal motivovať zmysel pre povinnosť, dôležitejšiu úlohu by mal však zohrávať zmysel pre spravodlivosť a zákon, pričom by malo dochádzať k postupnému uvedomovaniu si relativity zákonov. Táto skutočnosť sa zhoduje s výskumnými zisteniami Linda (2002), ktorý tvrdí, že prevažná väčšina subjektov najviac preferuje „zákonné“ piate štádium.

Najvyšší, šiesty stupeň morálneho usudzovania prislúcha 18 participantom výskumu, ktorých by mali charakterizovať slobodne zvolené etické princípy nadobudnuté ako univerzálne hodnoty spravodlivosti. Z uvedeného vyplýva, že autonómny typ osobnej morálky prislúcha 48 jednotlivcom z nášho výskumného súboru. Ide o typ osobnej morálky týkajúcej sa morálnych hodnôt, princíпов a zásad, bez ohľadu na spoločenský poriadok a autoritu osôb či skupiny.

Prvý a druhý stupeň morálneho usudzovania sa objavil u 22 respondentov, z toho 4 by sa mali správať tak, aby neprekročili pravidlá určené autoritou a 18 by mali konať morálne správne, ale len preto, že sa im to samým oplatí, ide o tzv. individualistickú účelovosť. Táto predkonvenčná rovina opisuje heteronómnu osobnú morálku jednotlivcov, ktorých morálne hodnotenie sa odvíja od nesprávneho konania a fyzických i psychických dôsledkov daného konania.

Štvrtý stupeň morálneho usudzovania preferuje 12 jednotlivcov, ktorých by mal vystihovať zmysel pre povinnosť voči autorite a existujúcim spoločenským pravidlám. Mali by konať morálne správne, pretože sa snažia svojimi činmi udržať chod spoločnosti.

Konvenčnú rovinu morálneho usudzovania, ktorá zahŕňa osobnú morálku charakterizovanú postojom lojality k sociálnym očakávaniam a spoločenským požiadavkám, tvorí i tretí stupeň, avšak v našom výskumnom súbore sa jeho preferencia neobjavila.

Aj keď treba zachovať istú opatrnosť pri extrapolácii záverov vyplývajúcich z našich výskumných zistení (nemožno jednoznačne predpokladať homogenitu skúmaného súboru, kontinuitu ich morálnych princípov v čase, nemennosť vonkajších a vnútorných podmienok a i.), výsledky nám identifikujú osobnú morálku našich respondentov. Musíme konštatovať, že prevažná väčšina sledovaných jednotlivcov preferuje piaty stupeň morálneho usudzovania, ktorý poukazuje na autonómnu osobnú morálku.

## Diskusia, záver

V súvislosti s diferenciáciou predmetu pozitívnej psychológie jej priekopníci vymedzili v rozličných kultúrach silné stránky osobnosti jednotlivca, ktoré reflektujú základné pozitívne vlastnosti človeka a spolu vytvárajú komplexný pojem tzv. dobrého charakteru. Svoje miesto medzi nimi má i osobná morálka jednotlivca ako konkrétna silná stránka osobnosti človeka (viď Kordačová, 2007; 2009). Stáva sa inšpiráciou pre prieniky pozitívnej psychológie a psychológie zdravia

Schopnosť hodnotiť sám seba vlastnými (osobnými) morálnymi hodnotami a zároveň byť schopný postaviť sa proti požiadavkám myslieť a konať podľa nesúhlasných nariadení je podľa Snydera a Lopeza (2002) elementárna dimenzia duševnej pohody. V tomto kontexte možno autonómnu osobnú morálku (prevažnej väčšiny našich respondentov) posudzovať ako determinant, duševnej pohody, mentálneho zdravia. Pozitívne indikácie osobnej morálky smerom k mentálnemu zdraviu odhaľujú i ďalší zahraniční autori, napr. Conrad, 1994; Brandt, Rozin, 1997; Liaschenko, 1998 a i. Zhodujú sa v názore, že morálka a mentálne zdravie sú neoddeliteľne spojené.

Na základe uvedených výskumných zistení môžeme konštatovať, že osobná morálka ako silná stránka osobnosti patrí medzi významné salutoprotektívne determinanty (mentálneho) zdravia. Jej začlenenie do výskumov psychológie zdravia je priam žiaduce a iste by prinieslo obohacujúci pohľad do palety súčasných v tomto minimálne preskúmanom poli bádania.

## Literatúra

- BRANDT, A. M.; ROZIN, P. (Eds.) *Morality and Health*. New York: Routledge, 1997.
- CONRAD, P. Wellness as virtue: Morality and the pursuit of health. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 1994, 18, 3, 385-401.
- DIENER, E.; DIENER, M.; DIENER, C. Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, 69, 851-864.

- DIENER, E.; SUH, E. M. *Subjective well-being and age*. In Schaie, K. W., Lawton, M. P. (Eds.): *Annual review of gerontology and geriatrics*. New York: Springer, 2000, 19, 304-324.
- DŽUKA, J. *Kvalita života a subjektívna pohoda – teórie a modely, podobnosť a rozdiely*. In Džuka, J. (Ed.): *Psychologické dimenzie kvality života*. Prešov: PU, 2004, 42-54.
- KEBZA, V.; ŠOLCOVÁ, I. *Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem*. *Československá psychologie*, 2003, 47, 4, 333-345.
- KOHLBERG, L. *Stages of moral development and moral thought and action*. New York: Holt, 1969.
- KORDAČOVÁ, J.: *Osobnostné a kognitívne pozadie silných stránok osobnosti*. In Svoboda, M., Blatný, M., Humpolíček, P. (Eds.): *Sociální procesy a osobnost 2007: sborník příspěvků*. Brno: PÚ, 2007, s. 223-230.
- KORDAČOVÁ, J. *Silné stránky osobnosti, životná spokojnosť a šťastie*. In Golecká, L., Gurňáková, J., Ruisel, I. (Eds.): *Sociálne procesy a osobnosť 2008. Zborník z konferencie*. Bratislava: ÚEP SAV, 2009, s. 766-776.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Positivní psychologie*. Praha: Portál, 2004.
- LIASCHENKO, J. *Moral evaluation and concepts of health and health promotion*. *Adv. Pract. Nurs Q*, 1998, 4 (2), 71-77.
- LIND, G. *The meaning and measurement of moral judgment competence – a dual-aspect model*. Konstanz: University of Konstanz, 2002.
- MIKE, W. M. *From Morality to Mental Health: Virtue and Vice in a Therapeutic Culture (Practical and Professional Ethics Series)*. Oxford: Oxford University Press, 2006.
- PIAGET, J. *The moral judgement of the child*. London: Routledge & Kegan Paul, 1932.
- RYFF, C. D.; KEYES, C. L. M. *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, 69, 719-727.
- SELIGMAN, M. E. P. *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press, 2002.
- SELIGMAN, M. E. P.; Csikszentmihalyi, M. *Positive Psychology: An introduction*. *American Psychologist*, 2000, 55, 5-14.
- SNYDER, C. R.; Lopez, S. J. (Eds.) *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press, 2002.

## PERSONAL MORALITY AS DETERMINANT OF MENTAL HEALTH

**Abstract:** The contribution presents sub-finding solutions to the grant project VEGA 1/0826/10. It offers describing of personal morality as determinant of mental health on the selected sample of 82 respondents. The results obtained from applying the Test of moral reasoning (MJT) demonstrate that the vast majority of individuals prefer postconventional moral thinking. It is in terms of ability to resist social pressure and be

independent from the assessment and the expectations of others – it is characterized by autonomous personal morality. This conclusion assumes that autonomy as a fundamental dimension of the structure of mental health will indicate a positive relationship with wellbeing.

**Key words:** personal morality, mental health, heteronomy, autonomy