

SEBAODCUDZENIE A JEHO POROZUMENIE Z HĽADISKA AUTENTICITY, AFEKTÍVNYCH STAVOV A ZÁKLADNÝCH PSYCHOLOGICKÝCH POTRIEB

Beata Gajdošová, Oľga Orosová, Jozef Benka

Abstrakt

Cieľom štúdie bolo porozumieť vzťahom medzi sebaodcudzením, autentickým žitím, akceptáciou externého vplyvu, prežívaním a ignorovaním afektívnych stavov a základnými psychologickými potrebami. Výskumu sa zúčastnilo 318 slovenských vysokoškolákov (vek = 22,15; SD = 1,41; 35,5 % žien, 64,5 % mužov). Na analýzu sme použili regresné analýzy pre mužov a ženy. Modely pre mužov a ženy potvrdili svoju významnosť. V skupine žien sa potvrdilo ignorovanie pozitívnych emócií ako významný prediktor sebaodcudzenia. U mužov boli pre sebaodcudzenie významné tri faktory: akceptácia externého vplyvu, frustrácia vo vzťahovej sfére a frustrácia v oblasti kompetencie.

Kľúčové slová: sebaodcudzenie, autentické žitie, akceptácia externého vplyvu, základné psychologické potreby, sledovanie a ignorovanie afektívnych stavov

SELF-ALIENATION AND ITS UNDERSTANDING IN TERMS OF AUTHENTICITY, AFFECTIVE STATES AND BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS

Abstract

The aim of the study was to explore direct and indirect relationships between self-alienation, authentic living, acceptance of external influence, reliving and ignoring affective states and basic psychological needs. 318 Slovak university students participated in the research (age = 22,15; SD = 1,41; 35,5% women, 64,5% men). For the analysis, we used regression analyzes separately for men and women. Models for men and women confirmed their importance. In the group of women, ignoring positive emotions was confirmed as a significant predictor for self-alienation. For men, there were three factors significant for self-alienation: acceptance of external influence, frustration in the relational sphere and frustration in the field of competence.

Keywords: *self-alienation, authentic life, acceptance of external influence, basic psychological needs, following and ignoring affective states*

Úvod

Názov odcudzenie je odvodený z latinského slovesa „alienare“, odcudziť sa; znamená oddelenie, averziu alebo aberáciu mysle (Mahajan, 2020). Záujem psychológie o konštrukt odcudzenia vrcholil v 60. –70. rokoch minulého storočia. Bol zameraný na rôzne aspekty odcudzenia, ako je bezmocnosť, nedostatok noriem, sociálne a kultúrne odcudzenie, nezmyslupnosť, sociálnu nedôveru (Beri & Cour, 2022). Súčasná koncepcia odcudzenia prepája jednotlivé typy odcudzenia (osobné, sociálne, kultúrne) do konceptu tzv. psychologického odcudzenia (Alkhamaiseh, 2022).

Psychologické odcudzenie je ľudský fenomén, ktorého existencia sa rozšírila na rôzne vzorce sociálneho, ekonomického, politického, náboženského a psychologického života vo všetkých kultúrach (Vinokurov & Kožina, 2020). Je multidimenzionálnym javom (Alkhamaiseh, 2022), ktorý možno popísať ako pocit odlúčenia človeka od iných, seba samého alebo od oboch. Týka sa prípadov (von Boch-Galhau, 2018), v ktorých je jednota osobnosti vystavená tlaku, oslabeniu alebo kolapsu vplyvom vonkajších alebo vnútorných procesov. Brzdí primeraný zdravý vývin osobnosti, keďže osobnosť stráca prvky integrovaného zmyslu existencie a stálosti (Shehata et al., 2021). Psychologické odcudzenie definujú Al-Dreesawy et al. (2020) ako pocit izolácie, osamelosti človeka, s nedostatkom spolupatričnosti, straty sebadôvery, nespokojnosti, odmietaním spoločenských hodnôt a noriem, vzdialenosti od najbližších, pocitmi utrpenia spôsobeného psychickým tlakom. Sociálnu, normatívnu izoláciu a bezmocnosť považujú za dimenzie psychologického odcudzenia (Al-Dreesawy et al., 2020).

Psychologické odcudzenie je ohrozujúcim aspektom osobnosti človeka, pretože po ňom nasleduje správanie poškodzujúce seba alebo iných (Rayce et al., 2018). Považuje sa za príčiny/následok vedúci k emočnému napätiu, úzkosti a poruchám osobnosti (Vinokurov & Kožina, 2020). Podľa najnovšieho popisu MMPI - 2 (Mathé & Štefániková, 2018) je sebaodcudzenie popísané subškálou škály psychopatie, keď popisuje osoby s vysokým skóre sebaodcudzenia ako tie, ktoré sa necítia dobre, sú nešťastné, svoj každodenný život považujú za nezaujímavý, s nedostatkom benefitov. Sebaodcudzený jednotlivец si často neuvedomuje alebo z veľkej časti nedokáže opísať svoje vlastné intrapsychické procesy. Interakcia so sebou a svetom nie je riadená skutočnými potrebami jednotlivca (Osin, 2009).

Z hľadiska subjektívneho prežívania odcudzenia hovoríme o emocionálnej priepasti, resp. neschopnosti nadviazať kontakt so svojim afektívnymi stavmi a svojimi vlastnými základnými psychologickými potrebami, frustráciami a túžbami (Osin, 2009).

Vhľad k porozumeniu sebaodcudzenia nám prinesú koncepty Na človeka zameranej autenticity, kde je sebaodcudzenie jej súčasťou (sebaodcudzenie, autentické žitie, externý vplyv), Teórie afektívnych stavov (sledovanie a ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, sledovanie a ignorovanie negatívnych afektívnych stavov) a základných psychologických potrieb (spokojnosť/frustrácia s oblasťou autonómie, vzťahov a kompetencie) z pohľadu Sebadeterminačnej teórie.

Sebaodcudzenie ako súčasť Na človeka zameranej koncepcie autenticity

Koncept psychologického odcudzenia vysvetľuje a zameriava sa na dôsledky odcudzenia jedinca od seba a iných, teória humanistickej psychológie nám umožňuje pochopiť vnútorný mechanizmus vzniku tohto konštrukt.

Autentická osobnosť podľa konceptu Na človeka zameranej autenticity (Barrett-Lennard, 1998, Wood et al., 2008, Ariza-Montes et al., 2017) zahŕňa kongruenciu medzi troma úrovňami. Prvou

úrovňou je úroveň organizmových zážitkov, priamej experiencie aktuálne prebiehajúceho vnútorného afektívneho prúdu. Druhou úrovňou je vedomá (slovom, obrazom, pociťovaným telesným významom) symbolizácia týchto aktuálne prebiehajúcich tokov a treťou úrovňou je behaviorálna a emocionálna expresia tohto prežívania.

Prvým aspektom autenticity je sebaodcudzenie, súlad resp. rozpor medzi prvou a druhou úrovňou, práve prebiehajúcimi vnútornými experienciami a ich vedomým spracovaním. Tento proces v úplnej kvalite a dokonalosti nie je možné dosiahnuť vzhľadom na niektoré zážitky, ktoré sú potlačené, skreslené, chybné. Podľa autorov Naumova a Naumov (2022) psychopatológia jednotlivca pramení z miery daného nesúladu.

Druhou úrovňou, autentickým žitím, nazývame kongruenciu medzi druhou a treťou úrovňou, vedomou úrovňou spracovaných zážitkov a správaním. Autentické žitie hovorí o žití v súlade s vlastnými hodnotami, predstavami, cítením.

Sebaodcudzenie, ako aj autentické žitie vznikajú a pôsobia v sociálnom kontexte. Autentická osobnosť sa vyznačuje nízkou akceptáciou vonkajších vplyvov, ktoré nie sú v súlade s presvedčením človeka.

Autori Wood et al. (2008) vytvorili a overili Škálu autenticity založenú na spomínanej teórii vychádzajúcej z humanistickej teórie Rogersa. Potvrdila sa (Wilt et al., 2019) súvislosť sebaodcudzenia a akceptácie externého vplyvu s vyššou úrovňou anxiety, nižšou spokojnosťou so životom a jeho zmysluplnosťou, nižšou bezpečnosťou vo vzťahoch (Satici et al., 2013), vyššou úrovňou prežívania negatívnej afektivity, depresívnymi a úzkostnými symptómami, internalizovanými a externalizovanými problémami (Bryan et al., 2017). Podľa autorov Naumova a Naumov (2022) bolo sebaodcudzenie ako jediné z triády autentickej osobnosti schopné vysvetliť jedinečné rozdiely v klinickom obraze psychiatrických pacientov. Autori zároveň potvrdili zaujímavý výsledok, spojenie sebaodcudzenia so širokou škálou dimenzií symptómov a to aj vtedy, keď zásadne nenarúšajú fungovanie jednotlivca na intra a interpersonálnej úrovni. Naumova a Naumov (2022) upozorňujú na reciprocitu prežívania zvýšeného utrpenia, tlaku, stresu a sebaodcudzovania formou zníženia uvedomenia si vlastných fyziologických, emocionálnych a kognitívnych skúseností (Boyras et al., 2014).

Výskumy ohľadom rodu a sebaodcudzenia nie sú jednoznačné. Niektorí autori nepotvrdili rodové rozdiely (Beri, & Cour, 2022). Mahajan (2020) potvrdil pocity vyššej bezmocnosti a izolácie u žien oproti mužom a u mužov vyššiu frekvenciu nedodržiavania noriem.

Teória afektívnych stavov

Teória afektívnych stavov (Gasper & Bramesfeld, 2006) je založená na Teórii senzitivity k odmene a trestu (Gray, 1990). Motivačná tendencia BAS (behaviorálny aktivačný systém) je citlivá na vyhľadávanie odmeny a systém inhibície správania (BIS) reaguje na tresty. Tieto motivačné tendencie sú riadené odlišnými neurobiologickými štruktúrami, ktoré riadia afektívne procesy a následné správanie ako odpovede na signály vnútorného a vonkajšieho prostredia. Sú považované za ortogonálne, t.j. každá sa vzťahuje k odlišným afektívnym kvalitám; BAS k prežívaniu pozitívneho afektu a BIS k prežívaniu negatívneho afektu (Pinto et al., 2011).

Autori Gasper a Bramesfeld (2006) popisujú štyri nezávislé dimenzie afektívneho prežívania, sledovanie a ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov a sledovanie a ignorovanie negatívnych afektívnych stavov. Potvrdili, že sledovanie pocitov zintenzívňuje vyhľadávanie situácií spájajúcich sa s prežívaním afektívnych stavov danej valencie. Tieto nastavenia sa vyvíjajú v dlhodobom

horizonte. V niektorých situáciách sledovanie negatívnych prežívaní môže byť aj súčasťou rešpektovania daných stavov s možnosťou ich regulácie, niekedy kvalitnou obrannou stratégiou. Naopak, sledovanie pozitívnych prežívaní môže viesť aj napr. k nesprávnemu vyhodnocovaniu reality, optimistickému omylu (optimistic bias), intuitívnym formám reakcií, rozhodovaniu (Gasper & Bramesfeld, 2006). Stratégie ignorovania môžu byť podľa daných autorov rôznorodé: môžu byť súčasťou procesu zoslabovania prejavu afektívneho prežívania, môžu prežívanie potlačiť alebo neutralizovať, maskovať alebo meniť jeho význam. Na druhej strane, napr. v prípade odstupe od afektívneho prežívania môžu pomáhať procesu uvoľňovania sa od citlivých podnetov a môžu byť jednou z intervenčných a prevenčných možností zvládania afektívneho tlaku. V prípade dlhodobého potlačenia alebo skreslenia afektívneho prežívania môže tento proces viesť až k psychopatológii, sebaodcudzeniu (Naumova & Naumov, 2022).

Autorka Barrett (2017) tvrdí, že ľudia lepšie rozlišujúci kvalitu diskrétno afektívneho prežívania, bez ohľadu na valenciu, sa vyznačujú širšou škálou regulačných stratégií stresových situácií. Bowker a Rubin (2009) zas naopak poukazujú na internalizované a externalizované problémy ľudí so sklonom k vyššej náklonnosti súkromného sebauvedomovania.

Na rodové rozdiely v expresivite, prežívaní a udržaní pozitívnych emocionálnych stavov a internalizácii negatívnych emocionálnych stavov v prospech žien poukazujú Chaplin et al. (2015) a Waugh et al. (2019). Na dôležitosť zohľadnenia rodu ako faktora automatickej a kognitívnej regulácie emócií v prospech mužov upozorňujú Kohn et al. (2021).

Základné psychologické potreby ako súčasť Seba-determinačnej teórie

Model Seba-determinačnej teórie SDT ponúka kvalitnú teoretickú základňu na porozumenie vzťahu medzi vnútornou prirodzenou tendenciou človeka k rastu, zdokonaľovaniu, osamostatňovaniu sa, integrite, využitiu svojho potenciálu a aktuálnymi spoločenskými a enviromentálnymi faktormi, ktoré túto tendenciu buď podporujú, alebo jej bránia (Deci & Ryan, 2008). Životnou úlohou jedinca je zvládať výzvy na úrovni individua ako aj jeho prostredia, integrovať skúsenosti, múdriť, zrieť.

Štvrtou čiastkovou teóriou SDT v rámci šiestich miniteórií je teória Základných psychologických potrieb (Basic Psychological Need Theory BPNT). V rámci ostatných častí je vnímaná ako kľúčová; potreby autonómie, kompetencie a vzťahovosti sa vnímajú ako vrodene životné tendencie každého organizmu smerujúce k sebaulácii a sebaaktualizácii. Autori dokladujú ich univerzálnosť v rámci vývinu človeka a kultúr (Chen et al., 2015) a ich súvislosť s well-beingom (Ryan & Ryan, 2019).

Novšie modely teórie základných psychologických potrieb (Vansteenkiste et al., 2020) upozorňujú na dve základné univerzálne línie týchto potrieb. Spokojnosť má súvis s mentálnym a fyzickým zdravím, vitalitou, hodnotou seba (Šakan et al., 2020). Nespokojnosť z nedostatočného napĺňania základných potrieb z vývinového alebo kontextuálneho hľadiska vedie k psychickej nepohode (ill-being), neangažovanosti, úzkosti, obranným mechanizmom, pri hlbšej deprivácii uspokojovania potrieb môže dôjsť k patológii (Deci & Ryan, 2008, Vansteenkiste et al., 2020).

Vzájomný vzťah ponúkaných troch konceptov – Na človeka zameranej autenticity (sebaodcudzenie, autentické žitie, externý vplyv), Teórie afektívnych stavov (sledovanie a ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, sledovanie a ignorovanie negatívnych afektívnych stavov) a základných psychologických potrieb (spokojnosť/frustrácia s oblasťou autonómie, vzťahov a kompetencie) – z pohľadu Sebadeterminačnej teórie je potvrdený výskumníkmi (Ionescu & Iacob, 2019, Sutton, 2020).

Menšia pozornosť sa venovala samotnému konceptu sebaodcudzenia a jeho vzťahu k vybraným premenným ako kľúčového z hľadiska psychického zdravia človeka (Naumova & Naumov, 2022) a jedným z indikátorov vyhľadania odbornej psychologickkej, resp. psychiatrickej pomoci.

Vzhlľadom na výskumnú nejednoznačnosť, rodovú odlišnosť v prejavoch, prežívaní predkladaných premenných (Beam et al., 2018; Waugh et al., 2019; Kohn et al., 2021) a zvýšený adaptačný tlak na vysokoškolských študentov prvého roku štúdia, je cieľom príspevku sledovať vzťahy medzi sebaodcudzením, afektívnym prežívaním a základnými psychologickými potrebami u žien a mužov. Porozumenie vzájomným vzťahom môže prispieť k uchopeniu danej problematiky a možnej odbornej práce s ňou.

Metóda

Výskumu sa zúčastnilo 318 slovenských vysokoškolákov (vek = 22,15; SD = 1,41; 35,5 % žien, 64,5 % mužov), ktorí študovali na Technickej univerzite (76,7 % účastníkov výskumu) a Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach (23,3 %). Dáta boli zbierané pomocou online dotazníka. Účasť respondentov na výskume bola dobrovoľná a anonymná. Zber dát schválila etická komisia UPJŠ.

Metodiky

Sebaodcudzenie

Škála autenticity (The Authenticity Scale) (Wood et al., 2008) obsahuje tri subškály: sebaodcudzenie (SO, napr. Neviem, ako sa v skutočnosti cítim vo svojom vnútri), autentické žitie (AU, napr. Vo väčšine situácií som sám k sebe úprimný) a akceptácia externého vplyvu (EX, napr. Mám stále pocit, že mám robiť to, čo odo mňa očakávajú iní). Každá subškála je tvorená 4 položkami. Jednotlivé výroky sú hodnotené na 7-bodovej škále, vyššie skóre hovorí o vyššom sebaodcudzení, autentickom žití a vyššej akceptácii externého vplyvu. Merací nástroj prešiel procedúrou spätného prekladu. Originálna trojfaktorová štruktúra bola potvrdená konfirmačnou faktorovou analýzou ($\chi^2=94,191$; $df=51$; $p<0,001$; $RMSEA=0,052$; $GFI=0,953$; $AGFI=0,926$; $NFI=0,9303$; $CFI=0,966$). Cronbachova alpha pre subškálu SO bola 0,81, pre subškálu AU 0,68 a EX 0,83.

Sledovanie a ignorovanie afektívnych stavov

Dotazník FAST (The Following Affective States Test, Gasper & Bramesfeld, 2006) obsahuje štyri subškály, sledovanie pozitívnych afektívnych stavov (SPA), ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov (IPA), sledovanie negatívnych afektívnych stavov (SNA), ignorovanie negatívnych afektívnych stavov (INA). 16 položiek (4 položky v každej subškále) proband hodnotí na 7 bodovej škále, keď vyššie skóre hovorí o vyššej úrovni subškál. Konfirmačnou analýzou bola potvrdená 4faktorová štruktúra zodpovedajúca subškálam ($\chi^2=190,305$; $df=98$; $p<0,001$; $RMSEA=0,055$; $GFI=0,928$; $AGFI=0,900$; $CFI=0,924$, $CMIN/DF=1,042$). Cronbachova α bola pre subškály nasledovná: SPA=0,74, IPA=0,68, SNA=0,7, INA=0,65.

Základné psychologické potreby

Základné psychologické potreby boli merané prostredníctvom dotazníka Basic Psychological Needs Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFP, Chen et al., 2015). Škála pozostáva z 24 položiek zameraných na spokojnosť a frustráciu s tromi základnými psychologickými potrebami, a to potrebou autonómie, potrebou vzťahov a potrebou kompetencie. Jednotlivé položky sú hodnotené na 5bodovej škále od 1 (úplne nesúhlasím) až po 5 (úplne súhlasím). Cronbachova α pre škálu

Autonómna spokojnosť AUTS bola 0,802, Autonómna frustrácia AUTF 0,784, Vzťahová spokojnosť VZTS 0,855, Vzťahová frustrácia VZTF 0,842, Kompetencia spokojnosť KOMS 0,849, Kompetencia frustrácia KOMF 0,855.

Štatistická analýza

Dáta boli analyzované v programe SPSS 25. Rodové rozdiely boli analyzované t-testom pre nezávislé súbory. Vzťahy medzi premennými boli zisťované korelačnou analýzou. Za účelom identifikovania prediktorov, ktoré sú v signifikantnom vzťahu k miere sebaodcudzenia, sme použili lineárnu regresiu. Regresné modely boli testované osobitne pre ženy a mužov so závislou premennou sebaodcudzenie a nezávislými premennými: autentické žitie, akceptácia externého vplyvu, sledovanie pozitívnych afektívnych stavov, ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, sledovanie negatívnych afektívnych stavov, ignorovanie negatívnych afektívnych stavov, spokojnosť s autonómiou, frustrácie z nedostatku autonómie, spokojnosť vo vzťahoch, frustrácia zo vzťahovej sféry, spokojnosť s kompetenciou, frustrácia v oblasti kompetencie.

Výsledky

T-test pre dva nezávislé súbory potvrdil štatisticky významné rozdiely (tab. č. 1) medzi mužmi a ženami vo faktore sledovanie pozitívnych emócií (Cohenovo $d=0,306$), spokojnosť vo vzťahoch (Cohenovo $d=0,463$) v prospech žien a ignorovanie pozitívnych emócií (Cohenovo $d=0,426$) a frustrácia ohľadom vzťahov (Cohenovo $d=0,412$) s vyšším skóre u mužov. Miera efektu u štatisticky významných výsledkov (Cohenovo d) vykazovala strednú úroveň. U ostatných sledovaných premenných štatisticky významné rodové rozdiely neboli zistené.

Tab. 1 Priemery, smerodajné odchýlky a T-test pre ženy a mužov

	Ženy (N=112)		Muži (N=206)		t	df	p
	Priemer	SD	Priemer	SD			
SO	10,34	5,13	11,45	5,75	-1,703	316	0,089
AU	22,79	5,05	21,96	5,05	1,803	316	0,072
EX	11,74	5,05	12,05	5,29	-0,503	316	0,616
SNA	9,29	5,42	8,83	5,10	0,752	316	0,453
SPA	17,19	3,88	15,94	4,30	2,563	316	0,011*
INA	14,94	4,82	15,64	4,59	-1,274	316	0,204
IPA	7,13	4,81	9,09	4,39	-3,683	316	<0,001***
AUTS	15,22	3,05	14,66	3,07	1,579	316	0,115
AUTF	11,83	2,81	11,44	2,89	1,171	316	0,243
VZTS	16,39	2,76	15,04	3,08	3,884	316	<0,001***
VZTF	7,46	3,43	8,49	3,52	-2,514	316	0,012*
KOMS	14,63	2,94	14,62	3,15	0,010	316	0,992
KOMF	9,46	3,57	10,03	3,71	-1,320	316	0,188

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

SO – sebaodcudzenie AU – autentické žitie, EX – akceptácia externého vplyvu, SPA – sledovanie pozitívnych afektívnych stavov, IPA – ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, SNA – sledovanie negatívnych afektívnych stavov, INA – ignorovanie negatívnych afektívnych stavov AUTS – autonómia, spokojnosť, AUTF – autonómia, frustrácia, VZTS – vzťahy, spokojnosť, VZTF – vzťahy, frustrácia, KOMS – kompetencia, spokojnosť, KOMF – kompetencia, frustrácia

Korelačné analýzy medzi závislými a nezávislými premennými pre mužov a ženy sú zobrazené v tabuľke č. 2 a 3. Najsilnejší vzťah medzi sebaodcudzením a nezávislými premennými u žien sa preukázal s frustráciou vo vzťahovej sfére, u mužov s frustráciou v oblasti kompetencie.

Tab. 2 Korelácie závislej a nezávislých premenných pre ženy

	SO	AU	EX	SPA	IPA	SNA	INA	AUTS	AUTF	VZTS	VZTF	KOMS	KOMF
SO	1												
AU	-,246**	1											
EX	,363***	-,324***	1										
SPA	-,155	,344***	,126	1									
IPA	,373***	-,122	,079	-,313***	1								
SNA	,359***	-,181*	,328***	-,362***	,276**	1							
INA	,009	,174*	-,169*	,285***	-,113	-,052	1						
AUTS	-,305***	,395***	-,296***	,506***	-,291***	-,233**	,091	1					
AUTF	,272**	,285	,285***	,030	,158*	,260	,083	-,241*	1				
VZTS	-,239***	,397***	-,137	,567***	-,40***5	-,267***	,276**	,692***	-,118	1			
VZTF	,443***	-,324***	,372***	-,440***	,430***	-,222***	-,205*	-,516***	,384***	-,643	1		
KOMS	-,211*	,358***	-,0,137	,499***	-,237*	-,222***	,047	,766***	-,076	,624***	-,455***	1	
KOMF	,387***	-,187*	,249**	-,317***	,386***	,457***	,053	-,518***	,41***	-,351***	,594***	,569***	1

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

SO – sebaodcudzenie AU – autentické žitie, EX – akceptácia externého vplyvu, SPA – sledovanie pozitívnych afektívnych stavov, IPA – ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, SNA – sledovanie negatívnych afektívnych stavov, INA – ignorovanie negatívnych afektívnych stavov AUTS – autonómia, spokojnosť, AUTF – autonómia, frustrácia, VZTS – vzťahy, spokojnosť, VZTF – vzťahy, frustrácia, KOMS – kompetencia, spokojnosť, KOMF – kompetencia, frustrácia

Tab. 3 Korelácie závislej a nezávislých premenných pre mužov

	SO	AU	EX	SPA	IPA	SNA	INA	AUTS	AUTF	VZTS	VZTF	KOMS	KOMF
SO	1												
AU	-,323***	1											
EX	,550***	-,283***	1										
SPA	-,181**	,334***	,009	1									
IPA	,146*	-,070	-,032	-,304***	1								
SNA	,515***	-,311***	,412***	-,375***	,226*	1							
INA	-,255***	,286***	-,105	,581***	-,304	-,330***	1						
AUTS	-,491***	,454***	-,339***	,377***	-,172*	-,583***	,388***	1					
AUTF	,374***	-,121*	,309***	,221***	-,010	,370***	,078	-,373***	1				
VZTS	-,406***	,402***	-,145*	,469***	-,309***	-,433***	,467***	,648***	-,143*	1			
VZTF	,531***	-,362***	,282***	-,413***	,301***	,485***	-,415***	-,628***	,305***	-,694***	1		
KOMS	-,447***	,423***	-,363***	,383***	-,216***	-,575***	,328***	,775***	-,374***	,567***	-,559***	1	
KOMF	,575***	-,360***	,437***	-,354***	,167***	,642***	-,287***	-,691***	,501***	-,441***	,588***	-,747***	1

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

SO – sebaodcudzenie AU – autentické žitie, EX – akceptácia externého vplyvu, SPA – sledovanie pozitívnych afektívnych stavov, IPA – ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, SNA – sledovanie negatívnych afektívnych stavov, INA – ignorovanie negatívnych afektívnych stavov AUTS – autonómia, spokojnosť, AUTF – autonómia, frustrácia, VZTS – vzťahy, spokojnosť, VZTF – vzťahy, frustrácia, KOMS – kompetencia, spokojnosť, KOMF – kompetencia, frustrácia

Tab. 4 Lineárna regresia pre sebaodcudzenie pre ženy a mužov

	ženy					muži				
	B	Št. ch.	Beta	t	p	B	Št. ch.	Beta	t	p
AU	-0,146	0,126	-0,111	-1,165	0,247	-0,061	0,086	-0,042	-0,707	0,480
EX	0,168	0,102	0,165	1,640	0,104	0,365	0,066	0,336	5,558	<0,001
SNA	0,142	0,096	0,150	1,488	0,140	0,132	0,081	0,117	1,630	0,105
SPA	0,147	0,148	0,111	0,994	0,322	0,086	0,102	0,065	0,845	0,399
INA	0,091	0,097	0,085	0,937	0,351	-0,053	0,081	-0,042	-0,652	0,515
IPA	0,261	0,102	0,245	2,559	0,012	0,042	0,072	0,032	0,589	0,557
AUTS	-0,250	0,258	-0,149	-0,967	0,336	-0,042	0,174	-0,023	-0,243	0,809
AUTF	-0,006	0,181	-0,003	-0,032	0,974	0,120	0,137	0,060	0,876	0,382
VZTS	0,218	0,282	0,117	0,772	0,442	-0,206	0,152	-0,110	-1,351	0,178
VZTF	0,364	0,206	0,244	1,768	0,080	0,316	0,130	0,193	2,424	0,016
KOMS	0,110	0,259	0,063	0,425	0,672	0,281	0,167	0,154	1,680	0,095
KOMF	0,073	0,196	0,050	0,371	0,711	0,388	0,144	0,250	2,690	0,008

 (R²=0.346, F=4,367 (df=12,99, p<0,001))

 (R²=0.519, F=17,345, (df=12,193, p<0,001))

SO – sebaodcudzenie AU – autentické žitie, EX – akceptácia externého vplyvu, SPA – sledovanie pozitívnych afektívnych stavov, IPA – ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov, SNA – sledovanie negatívnych afektívnych stavov, INA – ignorovanie negatívnych afektívnych stavov AUTS - autonómia, spokojnosť, AUTF – autonómia, frustrácia, VZTS – vzťahy, spokojnosť, VZTF – vzťahy, frustrácia, KOMS – kompetencia, spokojnosť, KOMF – kompetencia, frustrácia

Prostredníctvom lineárnej regresie (tab. č. 4) bol zistený signifikantný podiel ignorovania pozitívnych emócií na sebaodcudzení u žien (R²=0.346, F=4,367). Ženy s vyšším sklonom ignorácie prežívania pozitívnych emócií vykazujú vyššie sebaodcudzenie ($\beta=0,245$, $p=0,012$).

Vo vzorke mužov (tab. č. 4) vyššia akceptácia externého vplyvu ($\beta=0,336$, $p=0,001$), vyššia frustrácia vo vzťahovej oblasti ($\beta=0,193$, $p=0,016$) a vyššia frustrácia v oblasti kompetencie ($\beta=0,250$, $p=0,008$) preukázali pozitívny vzťah so sebaodcudzením.

Diskusia a záver

Cieľom štúdie bolo porozumieť vzťahom medzi sebaodcudzením, afektívnym prežívaním a základnými psychologickými potrebami u žien a mužov.

Štatisticky významné rozdiely v afektívnej oblasti sme potvrdili medzi mužmi a ženami vo faktore sledovanie pozitívnych afektívnych stavov v prospech žien a ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov s vyšším skóre u mužov. Lineárnou regresiou bolo zistené, že z testovaných prediktorov pre sebaodcudzenie z oblasti afektov bolo významné ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov v skupine žien.

Gard (2007) potvrdzuje, že na základe výsledkov metaanalýz viacerých štúdií ženy v porovnaní s mužmi vykazujú vyšší stupeň diferenciací v afektívnej expresivite tak u pozitívnych, ako aj negatívnych emocionálnych stavov. Na signifikantné rodové rozdiely v emocionalite v prospech žien poukazujú Chaplin et al. (2015). Viacerí autori sa prikláňajú k názoru, že rodové rozdiely afektívneho prežívania a jeho valencie sú závislé od prežívania konkrétnych afektívnych stavov (Deng et al., 2016). V našom súbore sa v súlade s predchádzajúcimi zisteniami potvrdila vyššia úroveň sledovania pozitívnych afektívnych stavov u žien a vyššia úroveň ignorovania pozitívnych afektívnych stavov u mužov.

Kým samotné ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov sa významnejšie v porovnaní so ženami potvrdilo u mužov, vo vzťahu k sebaodcudzeniu sme potvrdili jeho významnosť ako prediktora sebaodcudzenia u žien. Kým negatívne afektívne stavy znižujú a zužujú rôznorodosť možného správania človeka, pozitívne afektívne stavy tieto možnosti rozširujú, súvisia s vplyvom na riešenie problémov, dávajú priestor na flexibilitu, globálnejšie intuitívne formy rozhodovania (Čavojová, 2014) sprevádzajú stavy duševnej pohody a aj ich vytvárajú. Čo je významné, majú schopnosť kumulovať tento efekt aj do budúcnosti tým, že jedinec v stave pozitívneho afektu môžu nasmerovať svoje zdroje do oblastí, ktoré budú mať pre neho významnosť a užitočnosť aj neskôr, v budúcnosti. Zároveň sa potvrdilo, že pozitívne afektívne stavy odstraňujú dôsledky negatívnych emócií, vytvárajú zdroje reziliencie (Čavojová, 2014).

Potvrdilo sa, že sledovanie pozitívnych afektívnych stavov súvisí s vnútornou motiváciou a kvalitnou schopnosťou sebareflexie; ignorovanie pozitívnych afektívnych stavov môže súvisieť so sklonom k devalvácii, tlmeniu a dysregulácii (Waugh et al., 2019). Ignorovanie profitov pozitívnych afektívnych stavov preto môže pre jedinca nadobudnúť ďalekosiahle následky, medzi ktorými môže byť aj stav sebaodcudzenia.

Významným prediktorom sebaodcudzenia bola u mužov akceptácia externého vplyvu. Potvrdili sa vysoké pozitívne korelácie úzkosti, prežívania stresu a negatívnej korelácie so spokojnosťou a šťastím, sebaúctou či kvalitnými vzťahmi s akceptáciou externého vplyvu podobne ako aj so sebaodcudzením (Naumova & Naumov, 2022; Mahajan, 2020). Akceptácia externého vplyvu znamená žitie života na základe introjektov, získaných hodnotením a podmienkami vytvorenými významnými dospelými, ktoré si jedinec zvnútorňuje. Centrum hodnotenia života človeka je mimo jeho rámec, jedinec sa orientuje požiadavkami, tlakmi a predstavami druhých ľudí, má pocit, že žije život druhých ľudí (Schmid, 2005). Súvislosť externého vplyvu so sebaodcudzením, ako aj jeho postavenie ako prediktora sebaodcudzenia, môže súvisieť s ohrozujúcim emočným prežívaním, takže ho reguluje skreslením, potlačením, neutralizovaním a ignorovaním tak, aby boli pre jeho self prijateľným.

Na vzťah medzi sebaodcudzením, emočnou dysreguláciou a nespokojnosťou so vzťahmi poukazujú autori Vafa et al. (2021).

Rodové rozdiely v spokojnosti, resp. frustrácii vo vzťahoch sú nejednoznačné. Metaanalýzou v spokojnosti vo vzťahoch nezistili rodové rozdiely napr. Jackson et al. (2014), podobne nezistili rodové odlišnosti v dimenzii bezpečnosť vo vzťahoch autori Satici et al. (2013). Spokojnosť, resp. frustrácia vo vzťahoch sú závislé na štruktúre partnerskej kvality, s ktorou súvisí celková spokojnosť vo vzťahu (Beam et al., 2018). Výraznejšia spokojnosť s partnerským vzťahom ako výrazu vnímanej sociálnej podpory bola zistená u mužov v porovnaní so ženami (Stronge et al., 2019). Frustrácia zo základnej psychologickéj potreby vo vzťahovej sfére je jedným z konzistentných prediktorov negatívnych afektov a symptómov depresie v priebehu času, a to najmä počas zraniteľných časových období u vysokoškolských študentov (Fang et al., 2022; Chen et al., 2022). Frustrácia vo vzťahoch sa v našom výskume prostredníctvom lineárnej regresie potvrdila ako významný prediktor sebaodcudzenia u mužov.

Frustrácia z kompetencie sa týka pocitov nedostatočnosti, krátkodobého alebo dlhodobého zlyhania. Následkom prevládania frustrácie nad spokojnosťou s kompetenciou je zhoršené psychické zdravie (Rouse et al., 2020). Podobne frustrácia z kompetencie sa potvrdila ako významný prediktor stresových a úzkostných reakcií vysokoškolákov (Dasinger, 2022), depresívnych stavov (Levine et

al., 2022). V našom výskume sa pocity nedostatočnosti a zlyhania potvrdili ako významný prediktor vo vzťahu k sebaodcudzeniu u mužov.

Výsledky štúdie sú limitované získaním výsledkov výlučne prostredníctvom sebaopisovania účastníkov. Získané údaje prostredníctvom mailového kontaktu mohli osloviť skupinu študentov so záujmom o danú problematiku.

Prínosom štúdie je zisťovanie vzťahov a porozumenie priamym mechanizmom prispievajúcim k porozumeniu práce so stavom sebaodcudzenia. Skvalitnenie sebareflexie, súzvuku medzi skutočnými a symbolizovanými zážitkami, by malo byť explicitnejším a priamejším cieľom intervenčných zásahov. Sebaodcudzenie by mohlo byť vnímané ako vyjadrenie túžby porozumieť sebe a pripravenosti nastúpiť na podpornú fázu rozvoja autenticity. Cestou ku zníženiu pocitu sebaodcudzenia môžu byť schopnosti porozumieť svojmu afektívnemu prežívaniu a identifikácia frustrácií v oblasti základných potrieb.

PodĎakovanie

Príspevok bol podporený Agentúrou na podporu výskumu a vývoja na základe Zmluvy č. APVV-15-0662 a Vega 1/0371/20.

Literatúra

- Alkhamaiseh, O. S. (2022). Psychological alienation between adolescents and its relationship to their academic achievement: An applied study on public schools in Amman. *Journal of Educational and Social Research*, 12, 300. <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0088>.
- Al-Dreesawy, S. A. O., Al-Salmi, L. H. T., & ZayerAjil, H. (2020). Psychological alienation in a sample of the displaced in Baghdad Governorate. *Pal Arch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 17(7), 14570-14588.
- Ariza-Montes, A., Giorgi, G., Leal-Rodríguez, A., & Ramírez-Sobrino, J. (2017). Authenticity and subjective well-being within the context of a religious organization. *Frontiers in Psychology*, 8, 1228. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01228>
- Barrett-Lennard, G. T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and substance*. Sage.
- Barrett, L. (2017). The theory of constructed emotion: An active inference account of interoception and categorization. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 12(1), 1-23. <https://doi.org/10.1093/scan/nsw154>
- Beam, C. R., Marcus, K., Turkheimer, E., & Emery, R. E. (2018). Gender Differences in the Structure of Marital Quality. *Behavior Genetics*, 48(3), 209–223. <https://doi.org/10.1007/s10519-018-9892-4>
- Beri, N., & Cour, S. (2022). Development and validation of alienation scale for secondary school teachers to find out gender differences in alienation. *International Journal of Instruction*, 15(3), 357-376. <https://doi.org/10.29333/iji.2022.15320a>
- Boyraz, G., Waits, J. B., & Felix, V. A. (2014). Authenticity, life satisfaction, and distress: A longitudinal analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 498–505. <https://doi.org/10.1037/cou0000031>
- Bozkur, B., & Şahin, F. (2022). Relationships among traditional gender roles, acceptance of external influence and self-alienation: The mediator role of internalized sexism. *International Journal of Progressive Education*, 18. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2022.459.4>
- Brown, V., Morgan, T., & Fralick, A. (2021). Isolation and mental health: thinking outside the box. *General Psychiatry*, 34(3), e100461. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100461>

- Bryan, J. L., Baker, Z. G., & Tou, R. Y. (2017). Prevent the blue, be true to you: Authenticity buffers the negative impact of loneliness on alcohol-related problems, physical symptoms, and depressive and anxiety symptoms. *Journal of Health Psychology*, 22(5), 605–616. <https://doi.org/10.1177/1359105315609090>
- Burnkrant, R. E., & Page, T. J. (1984). A Modification of the Fenigstein, Scheier, and Buss Self-Consciousness Scales. *Journal of Personality Assessment*, 48 (6), 629-637. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4806_10
- Creswell, J. D. (2017). Mindfulness Interventions. *Annual Review of Psychology*, 68, 491-516. <https://doi.org/10.1093/scan/nsw154>
- Čavojská, V. (2014). Pozitívne emócie a rozhodovanie. *Československá psychologie*, 58(4), 355-367.
- Dasinger, T., & Gibson, D. (2022). Perceptions of mental health and need satisfaction/frustration among rural university students. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2032089>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182-185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Deng, Y., Chang, L., Yang, M., Huo, M., & Zhou, R. (2016). Gender differences in emotional response: Inconsistency between *Experience and Expressivity*. *PLoS ONE*, 11(6), e0158666. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158666>
- Fang, H., Fu, H., & Zhang, H. (2022). The “double-edged sword” effect of competence frustration and intervention strategies: Behavioral and cognitive neuroscience perspectives. *Advances in Psychological Science*, 30(5), 1005-1017.
- Gard, M. G., & Kring, A. M. (2007). Sex differences in the time course of emotion. *Emotion*, 7(2):429-437. <http://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.429>.
- Gaspar, K., & Bramesfeld, K. D. (2006). Should I follow my feelings? How individual differences in following feelings influence affective well-being, experience, and responsiveness. *Journal of Research in Personality*, 40(6), 986-1014. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.10.001>
- Gray, J. A. (1990). Brain systems that mediate both emotion and cognition. *Cognition and Emotion*, 4(3), 269-288. <https://doi.org/10.1080/02699939008410799>
- Chaplin T. M. (2015). Gender and emotion expression: A developmental contextual perspective. *Emotion review: journal of the International Society for Research on Emotion*, 7(1), 14–21. <https://doi.org/10.1177/1754073914544408>
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, 39(2), 216–236. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1>
- Chen, Y., Li, R., & Liu, X. (2022). The relationships among relatedness frustration, affiliation motivation, and WeChat engagement, moderated by relatedness satisfaction. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 15(4), Article 7. <https://doi.org/10.5817/CP2021-4-7> (Original work published 2021).
- Ionescu, D., & Iacob, C. (2019). Self-authenticity, optimism, and neuroticism in relation to basic psychological needs. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 21, 28-34. <https://doi.org/10.24913/rjap.21.1.05>
- Jackson, J., & Miller, R., Oka, M., & Henry, R. (2014). Gender Differences in Marital Satisfaction: A Meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76. <https://doi.org/10.1111/jomf.12077>

- Kohn, N., Morawetz, C., Weymar, M., Yuan, J., & Dolcos, F. (2021). Editorial: cognitive control of emotions in challenging contexts. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 15, 785875. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2021.785875>.
- Levine, S. L., Brabander, C. J., Moore, A. M., Holding, A.C., & Koestner, R. (2022). Unhappy or unsatisfied: distinguishing the role of negative affect and need frustration in depressive symptoms over the academic year and during the COVID-19 pandemic. *Motivation and Emotion*, 46, 126–136. <https://doi.org/10.1007/s11031-021-09920-3>
- Mahajan, V. G. (2020). A study of alienation on among male and female college going students. *International Journal of Indian Psychology*, 8(4), 1237-1247. <https://doi.org/10.25215/0804.135>
- Mathé, R., & Štefániková, J. (2018). *Slovenská adaptácia testu Minnesota Multiphasic Personality Inventory - 2*. Hogrefe – Testcentrum.
- Midi, H., Sarkar, S. K., & Rana, S. (2010). Collinearity diagnostics of binary logistic regression model. *Journal of Interdisciplinary Mathematics*, 13(3), 253–267. <https://doi.org/10.1080/09720502.2010.10700699>
- Monteiro, D., Cid, L., Teixeira, D. S., Fonseca, T., Duarte-Mendes, P., Silva, L. M., & Rodrigues, F. (2020). Understanding needs satisfaction and frustration in young athletes: Factor structure and invariance analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4046. <https://doi.org/10.3390/ijerph17114046>
- Naumova, K., & Naumov, F. (2022). The relevance of authenticity to clinical distress: Reaffirming the role of self-alienation. *Primenjena Psihologija*, 15(1), 3–27. <https://doi.org/10.19090/pp.v15i1.2361>
- Osin, E. (2009). Subjective experience of alienation: Measurement and correlates. *Existenzanalyse*, 26, 4-11.
- Pinto, D. G., Maltby, J., & Wood, A. M. (2011). Exploring the tripartite model of authenticity within Gray's approach and inhibition systems and Cloninger's bio-social model of personality. *Personality and Individual Differences*, 51(2), 194–197. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.040>
- Punia, P., & Berwal, S. (2017). Development and standardization of an Alienation Scale for Visually Impaired Students. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 111(5), 427–439. <https://doi.org/10.1177/0145482X1711100504>
- Radchuk, H., Adamska, Z., & Oliynyk, M. (2019). Features of authenticity development in future psychologists. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 11(3), 213-223. <https://doi.org/10.18662/rrem/146>
- Rayce, S. B., Kreiner, S., Damsgaard, M. T., Nielsen, T., & Holstein, B. E. (2018). Measurement of alienation among adolescents: Construct validity of three scales on powerlessness, meaninglessness and social isolation. *Journal of Patient-reported Outcomes*, 2(14), 14. <https://doi.org/10.1186/s41687-018-0040-y>
- Rouse, P. C., Turner, P. J. F., Siddall, A. G. *et al.* (2020). The interplay between psychological need satisfaction and psychological need frustration within a work context: A variable and person-oriented approach. *Motivation and Emotion*, 44, 175–189. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09816-3>
- Ryan, W. S., & Ryan, R. M. (2019). Toward a social psychology of authenticity: Exploring within-person variation in autonomy, congruence, and genuineness using Self-Determination Theory. *Review of General Psychology*, 23(1), 99–112. <https://doi.org/10.1037/gpr0000162>
- Satici, S. A., Uysal, R., & Akin, A. (2013). Authenticity as a predictor of social safeness in Turkish university students. *Československá psychologie*, 57(6), 533-541.

- Sedikides, C., Lenton, A., Slabu, I., & Thomaes, S. (2019). Sketching the contours of state authenticity. *Review of General Psychology*; <https://doi.org/10.1037/gpr0000156>
- Schmid, P. F. (2005). Authenticity and alienation: Towards an understanding of the person beyond the categories of order and disorder. In S. Joseph & R. Worsley (Eds.), *Person-centered psychopathology* (pp. 75–90). PCCS Books
- Shehata, K. S., Elzaki, M. M., & ELToukhy, N. S. (2021). Services provided by university hostels in relation to the psychological alienation to the residing students. *International Design Journal*, 11(4), 209-226. <https://dx.doi.org/10.21608/idj.2021.180924>
- Stronge, S., Overall, N. C., & Sibley, C. G. (2019). Gender differences in the associations between relationship status, social support, and well-being. *Journal of Family Psychology*, 33(7), 819–829. <https://doi.org/10.1037/fam0000540>
- Sutton, A. (2020). Living the good life: A meta-analysis of authenticity, well-being and engagement. *Personality and Individual Differences*, 153, 109645. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109645>
- Šakan, D., Žuljević, D., & Rokvić, N. (2020). The role of basic psychological needs in well-being during the COVID-19 outbreak: A self-determination theory perspective. *Frontiers in Public Health*, 8, 583181. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.583181>
- Vafa, Z., Azizi, M., & Elhami Athar, M. (2021). Predicting academic alienation from emotion dysregulation, social competence, and peer relationships in school-attending girls: A multiple-regression approach. *Frontiers in Psychology*, 12, 755952. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.755952>
- Vansteenkiste, M., Ryan, R.M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion*, 44, 1–31. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1>
- Vinokurov, L. V., & Kozhina, A. A. (2020). The contribution of individual psychological features to the determination of the phenomenon of work alienation. *Behavioral Sciences*, 10(1), 34. <https://doi.org/10.3390/bs1001003>
- von Boch-Galhau, W. (2018). Parental Alienation (Syndrome) – Eine ernst zu nehmende Form von psychischer Kindesmisshandlung. *Neuropsychiatrie*, 32, 143-148. <https://doi.org/10.1007/s40211-018-0267-0>
- Waugh, C. E., Running, K. E., Reynolds, O. C., & Gotlib, I. H. (2019). People are better at maintaining positive than negative emotional states. *Emotion*, 19(1), 132-145. <https://doi.org/10.1037/emo0000430>
- Wilt, J. A., Thomas, S., & McAdams, D.P. (2019). Authenticity and inauthenticity in narrative identity. *Heliyon*, 5(7), e02178. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02178>
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.385>
- Wong, Y. J., Ho, M. R., Wang, S. Y., & Miller, I. S. (2016). Meta-analyses of the relationship between conformity to masculine norms and mental health-related outcomes. *Journal of Counseling Psychology*, 64(1), 80-93. <https://doi.org/10.1037/cou0000176>
- Yukse, D. A., & Solakoglu, O. (2016). The relative influence of parental attachment, peer attachment, school attachment, and school alienation on delinquency among high school students in Turkey. *Deviant Behavior*, 37(7), 723–747. <https://doi.org/10.1080/01639625.2015.1062683>

Údaje o autoroch

Doc. PhDr. Beata Gajdošová, PhD. prednáša na Katedre pedagogickej psychológie a psychológie zdravia Filozofickej fakulty UPJŠ v Košiciach. Výskumne sa venuje skúmaniu intrapersonálnych faktorov v súvislosti so správaním súvisiacim so zdravím. Na UPJŠ pracuje aj ako koordinátorka pre študentov so špecifickými potrebami. Je psychoterapeutkou (Psychoterapia a poradenstvo orientované na klienta PCA), dlhodobo pôsobila v pedagogicko-psychologickej poradni ako školský psychológ. **Korespondenčná autorka.**

Kontaktné údaje

Adresa: Katedra pedagogickej psychológie a psychológie zdravia, Filozofická fakulta, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Moyzesova 9, 040 11 Košice, Slovenská republika
E-mail: beata.gajdosova1@upjs.sk

Prof. PhDr. Oľga Orosová, CSc. je profesorkou pedagogickej, poradenskej a školskej psychológie. Je hlavnou riešiteľkou výskumných projektov zameraných na faktory rizikového správania u adolescentov a mladých dospelých a na efektivitu programov prevencie užívania drog. Je členkou European Health Psychology Society, International School Psychology Association (ISPA), European Society for Prevention Research (EUSPR).

Kontaktné údaje

Adresa: Katedra pedagogickej psychológie a psychológie zdravia, Filozofická fakulta, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Moyzesova 9, 040 11 Košice, Slovenská republika
E-mail: olga.orosova@upjs.sk

Mgr. Jozef Benka, PhD. pracuje na Katedre pedagogickej psychológie a psychológie zdravia FF UPJŠ. Jeho výskumné aktivity sú zamerané na oblasť správania súvisiaceho so zdravím a rizikového správania, well-being a témy pozitívnej psychológie. Zaoberá sa tiež Seba-determinačnou teóriou ako rýchlo sa rozvíjajúcou súčasnou teóriou psychológie.

Kontaktné údaje

Adresa: Katedra pedagogickej psychológie a psychológie zdravia, Filozofická fakulta, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Moyzesova 9, 040 11 Košice, Slovenská republika
E-mail: jozef.benka@upjs.sk

Gajdošová, B., Orosová, O., & Benka, J. (2023). Sebaodcudzenie a jeho porozumenie z hľadiska autenticity, afektívnych stavov a základných psychologických potrieb. *E-psychologie*, 17(3), 1-14.

<https://doi.org/10.29364/epsy.476>