

## REZILIENCIA A ŤAŽKOSTI S KARIÉROVÝM ROZHODOVANÍM ŠTUDENTOV PRED DRUHOU SMEROVOU VOĽBOU

Katarína Baňasová<sup>1</sup>, Veronika Vrábl'ová<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ústav aplikovanej psychológie FSVaZ UKF Nitra

<sup>2</sup>Katedra psychologických vied FSVaZ UKF Nitra

[kbanasova@ukf.sk](mailto:kbanasova@ukf.sk)

*Abstrakt:* Cieľom predkladanej práce bolo identifikovať vzťah medzi rezilienciou a ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním u stredoškolských študentov. Naša výskumná vzorka pozostávala zo 111 participantov (47 mužov a 64 žien) dvoch slovenských gymnázií, konkrétne študentov 4. ročníka vo veku 18-19 rokov. Miera reziliencie bola zisťovaná prostredníctvom Škály reziliencie (Wagnild, Young, 1993) a na zistenie jednotlivých ťažkostí s kariérovým rozhodovaním sme použili dotazník EPCD (Emotional and Personality Career Difficulties Scale), pochádzajúci od izraelských autorov Sakaovej, Gatiho a Kellyho (2008). Výsledky preukázali štatisticky významný negatívny vzťah medzi rezilienciou a ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním. Reziliencia negatívne korelovala so všetkými tromi dimenziami ťažkostí v kariérovom rozhodovaní – Pesimistický pohľad, Úzkosť, Sebaobraz a identita. Zistenia môžu byť prínosné pre ďalšie skúmanie v oblasti kariérového poradenstva.

*Kľúčové slová:* reziliencia, ťažkosti s kariérovým rozhodovaním, stredoškolskí študenti, druhá smerová voľba

### 1 ÚVOD

Svet práce podlieha v posledných rokoch dramatickým zmenám. Na trhu sa nepretržite objavujú nové profesie, o ktoré mladá generácia prejavuje záujem vo väčšej miere ako o tradičné povolania, ktoré sa pomaly vytrácajú. Skúmajú sa teórie rozhodovania, stratégie, prebiehajúce procesy na úrovni kognitívnych funkcií, prelínajúce sa štádiá, fázy či individuálne štýly rozhodovania. Snahu o progres môžeme vidieť aj v konštruovaní nových diagnostických metód, v náraste počtu výskumných štúdií i v celkovom rozmachu problematiky kariérového poradenstva.

Pred druhou smerovou voľbou stoja 18 – 19 roční adolescenti. S pribúdajúcimi rokmi rastie miera kryštalizácie identity a predpoklad adekvátneho rozhodovania. Medzi očakávaním a realitou však častokrát nedochádza k zhode. Ako uvádza Pilárik „takmer 44% žiakov v posledných dvoch rokoch stredoškolského štúdia pociťuje výraznú nepripravenosť na realizáciu kariérového rozhodnutia“ (2019, s. 191). Podľa Olssona, Bonda, Burnsa, Vella-Brodricka a Sawyera (2003) potrebujú mladí ľudia v tomto období získať zdroje pre úspešné prispôsobenie sa a zvládanie podmienok neustále sa meniacej fyzickej, psychickej a sociálnej oblasti v období adolescencie. Ak sú dobre vybavení zdrojmi vo vnútri seba, v rodine a v sociálnej opore, je možné efektívnejšie vyrovnávanie sa s nepriazňou osudu.

V súvislosti s vnútornými zdrojmi osobnosti sa dostávame k pojmu reziliencia. Mastenová, Best, Garmezy (1990) definujú rezilienciu ako proces, schopnosť ako aj výsledok úspešnej adaptácie človeka navzdory nepriaznivým ako aj ohrozujúcim podmienkam, ktoré môžu súvisieť tiež s fázou aktívneho rozhodovania o budúcej kariére mladého človeka. Preto považujeme za prínosné preskúmať vzťah dvoch zjavne úzko súvisiacich konceptov – ťažkostí s kariérovým rozhodovaním

a reziliencie. A to práve u študentov, ktorí sa nachádzajú pred uskutočnením druhej smerovej voľby, ktorá znamená pre nich jednu z kľúčových volieb na ich kariérovej ceste.

### **1.1 Ťažkosti s kariérovým rozhodovaním študentov pred druhou smerovou voľbou**

Obdobie adolescencie trvá od 15 – 20 rokov, je na začiatku plné rozporov, zmätku a kríz pri hľadaní svojho miesta vo svete. Adolescent postupne prichádza na to, v ktorej oblasti je úspešný, čo mu neskôr pomáha pri predstavách o profesijnej budúcnosti. Adolescent si značne uvedomuje svoju identitu a preberá zodpovednosť za svoje rozhodnutia. Dôležitým medzníkom je maturita, kedy zaznamenávame koniec jednej etapy preukázaním vedomostí a schopností a voľba povolania ako začiatok druhej etapy (Říčan, 2006).

Ťažkosti v procese kariérového rozhodovania Martincinová a Stead (2015, s. 4) považujú za „strešný pojem pre každého, kto má problémy s rozhodovaním, či už je to prechodný stav nerozhodnutosti alebo vzorec ťažkostí vedúci k nerozhodnosti“. Jedným z hlavných cieľov kariérového poradenstva je uľahčiť proces rozhodovania o kariére klientom, a najmä v zmysle poskytnutia pomoci pri prekonávaní prekážok. Identifikácia jedinečných ťažkostí, ktoré jednotlivcom bránia dosiahnuť rozhodnutie je nevyhnutným krokom pri poskytovaní odbornej pomoci, pretože bez zmapovania problému, nemožno dospieť k jeho vyriešeniu (Gati, Krauzs, Osipow, 1996). Emocionálne a osobnostné faktory sú pri kariérovom rozhodovaní kľúčové, preto sa ťažšie prekonávajú (Santos, 2001). Saka, Gati a Kelly (2008) sa zamerali na oblasť emocionálnych a osobnostných aspektov ťažkostí v procese kariérového rozhodovania. Vypracovali taxonómiu, ktorá pomáha jednotlivcovi pri lokalizácii zdrojov jeho nerozhodnosti, a ktorá obsahuje tri hlavné oblasti ťažkostí: *Pesimistický pohľad*, *Úzkosť* a *Sebaobraz a identitu*. Dimenzia *Pesimistického pohľadu* je v taxonómii zmieňovaná ako tendencia človeka zameriavať sa na negatívne aspekty situácií a očakávať negatívne výsledky. Špecificky identifikujú oblasti pesimistického pohľadu na proces rozhodovania, na svet práce a na kontrolu jednotlivcom. Rôzne aspekty dimenzie *Úzkosti* sa spájajú s kariérovou nerozhodnosťou a nerozhodnosťou a tiež s problémami, ktoré vyvstávajú počas rozhodovania (Fuqua, Seaworth, Newman, 1987; Kaplan, Brown, 1987; Santos, 2001). Saka a Gati (2008) rozlišujú úzkosť z procesu rozhodovania, z neistoty obsiahnutej vo voľbe, z procesu voľby a ohľadom výsledku rozhodovacieho procesu. Ťažkosti vo formovaní stabilnej, nezávislej osobnej a pracovnej identity a pozitívneho self-konceptu obsahuje dimenzia *Sebaobraz a identita*. Saka a Gati (2008) sem radia ťažkosti so sebavedomím, konfliktnú vzťahovú väzbu (v zmysle miery závislosti na názoroch rodiny) a nevykryštalizovanú identitu.

### **1.2 Reziliencia ako dôležitý osobnostný faktor vo fáze kariérového rozhodovania**

Podľa Komárika, Jenčovej, Krajčovičovej, Lamošovej, Repčíka, Šandorovej a Hučekovej (2010) rezilienciu možno definovať ako mnohosystémový jav, spôsobilosť nepodľahnúť nepriaznivému pôsobeniu prostredia. Reziliencia obsahuje komponenty, ktoré sú osobným talentom jednotlivca, a ktoré sa osobnou výbavou jednotlivca stávajú prostredníctvom pôsobenia výchovy a životných skúseností. Podľa Šolcovej (2009) reziliencia predstavuje interakciu medzi rizikovými a protektívnymi zdrojmi a činiteľmi. Práve kvôli týmto dôvodom a funkciám reziliencie považujeme rezilienciu za kľúčovú osobnostnú premennú. Jej protektívny faktor, ale aj faktor výzvy, ku ktorej nás nepriaznivé životné udalosti môžu nabádať, a tiež aj faktor vyrovnávania (Fergus, Zimmerman, 2005) sú smerodajné pri prekonávaní nepriaznivých udalostí v živote. Za takúto udalosť môžeme považovať aj obdobie pred druhou kariérovou smerovou voľbou.

Predchádzajúce desaťročia nám priniesli odborné poznatky nazerajúce na rezilienciu ako na psychickú odolnosť, pôsobiacu na úspešné alebo neúspešné zvládanie záťažových situácií (Olsson et al., 2003; Kebza, Šolcová, 2008; Paulík, 2010; Komárik et al., 2010; McMahan, 2015). Proces kariérového rozhodovania považujeme za záťažovú situáciu, ktorá si vyžaduje zapojenie rôznych síl osobnosti adolescenta (Gati, Krauzs, Osipow, 1996; Saka, Gati, Kelly, 2008; Paulík, 2010; Gati,

Gadassi, Saka, Hadadi, Ansenberg, Friedmann, Asulin-Peretz, 2011; Shin, Kelly, 2015). Preto cieľom našej štúdie je zhodnotiť vzťah emocionálnych a osobnostných ťažkostí s kariérovým rozhodovaním a reziliencie. Budeme tak predpokladať významné negatívne vzťahy medzi rezilienciou a ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním vo všetkých zložkách zmienenej taxonómie Sakaovej, Gatiho a Kellyho (2008). Predpoklady tak formulujeme na základe vyššie spomenutých zdrojov (Fergus, Zimmerman, 2005; Šolcovej, 2009; Gati, Krausz, Osipow, 1996; Saka, Gati, Kelly, 2008; Paulík, 2010; Gati, Gadassi, Saka, Hadadi, Ansenberg, Friedmann, Asulin-Peretz, 2011; Shin, Kelly, 2015).

## **2 METÓDY**

### **2.1 Výskumný súbor**

Výskumný súbor tvorili študenti štvrtého ročníka štyroch gymnázií. Išlo o príležitostný výber. Štúdie sa zúčastnilo 111 respondentov, z toho z 47 (42,3%) mužov a 64 (57,7%) žien vo veku 18 – 19 rokov ( $M = 18,35$ ;  $SD = 0,479$ ).

### **2.2 Meracie nástroje**

Dotazník *The Emotional and Personality Career Difficulties scale* (EPCD; Saka, Gati, Kelly, 2008) pozostáva z 53 položiek, pričom každá z nich reprezentuje jednu z troch skupín faktorov, ktoré vychádzajú z predchádzajúcich výskumov modelu emocionálnych a osobnostných aspektov ťažkostí v kariérovom rozhodovaní a ďalej sa delia na 11 subškál: Pesimistický pohľad (pesimistický pohľad ohľadom procesu rozhodovania, pesimistický pohľad na svet práce, pesimistický pohľad na kontrolu jednotlivcom); Úzkosť (úzkosť ohľadom rozhodovacieho procesu, úzkosť z neistoty obsiahnutej vo voľbe, úzkosť z procesu voľby, úzkosť ohľadom výsledku rozhodovacieho procesu), Sebaobraz a identita (ťažkosti so sebavedomím, všeobecnú úzkosť, nevykryštalizovanú identitu a konfliktnú vzťahovú väzbu). Pre každú položku, participanti odpovedajú na 9 bodovej Likertovej škále od 1 - vôbec ma nevystihuje po 9 - vystihuje ma výborne. Pôvodná štúdia dokázala kroskultúralnu validitu, dobrú vnútornú konzistenciu a štruktúru meracieho nástroja prevedením konfirmačnej faktorovej analýzy (Saka, Gati, Kelly, 2008).

Na zistenie miery reziliencie sme použili metodiku – *Škála reziliencie* (Wagnild, Young, 1993). Merací nástroj nám poskytol, do slovenčiny preložil a na našu populáciu dospelých prispôsobil Emil Komárik. Škála reziliencie sleduje dva faktory, prvým je osobná kompetencia (sebestačnosť, nezávislosť, rozhodnosť, nepremožiteľnosť, kontrola, vynaliezavosť, vytrvalosť) a druhý faktor reprezentuje akceptáciu seba a života (adaptabilita, rovnováha, flexibilita, vyvážená predstava o živote). V našej štúdii sa však budeme zameriavať na globálnu rezilienciu, ktorá vzniká zlúčením týchto dvoch faktorov. Slovenský preklad zabezpečil Komárik a Jenčová. Škála reziliencie obsahuje 26 položiek, na ktoré participanti odpovedali na 7 – bodovej Likertovej škále, od 1 - veľmi nesúhlasím po 7 - veľmi súhlasím.

### **2.3 Spracovanie dát**

Dáta sme spracovali štatistickým programom IBM SPSS Statistics 25. Na overenie našich hypotéz sme zvolili bivariačnú vzťahovú analýzu. Vzhľadom na normálny tvar distribúcie hodnôt skúmaných premenných sme použili Pearsonov koeficient súčinovej korelácie.

### 3 VÝSLEDKY

Výsledky uvádzame v nasledujúcich tabuľkách, ktoré popisujú vzťah jednotlivých ťažkostí s kariérovým rozhodovaním a reziliencie. Prvá tabuľka je zameraná na vzťah globálnych emocionálnych a osobnostných ťažkostí s kariérovým rozhodovaním a reziliencie, nasledujúce tabuľky sú radené na základe spomínaných troch dimenzií taxonómie Sakaovej, Gatiho a Kellyho (2008).

Tab 1 Vzťah emocionálnych a osobnostných ťažkostí s kariérovým rozhodovaním a reziliencie (n = 111)

Ťažkosti s kariérovým rozhodovaním (EPCD total)	Reziliencia	
	r	p
	<b>-0,473</b>	<b>0,001</b>

Legenda: n – počet participantov, r – Pearsonov korelačný koeficient, p – štatistická významnosť, EPCD total- korelačná analýza prevedená so sumárnym skóre dotazníka EPCD

Predpokladaný vzťah emocionálnych a osobnostných ťažkostí s kariérovým rozhodovaním (analýza zahŕňala sumárne skóre všetkých subškál dotazníka EPCD) sa potvrdil. Ide o štatisticky významný, stredne silný a negatívny vzťah.

Tab 2 Vzťah Pesimistického pohľadu a reziliencie študentov pred druhou smerovou voľbou (n = 111)

Pesimistický pohľad	Reziliencia	
	r	p
PESIMISTICKÝ POHĽAD	<b>-0,246</b>	<b>0,009</b>
Pesimistický pohľad na rozhodovací proces	<b>-0,238</b>	<b>0,012</b>
Pesimistický pohľad na svet práce	0,064	0,503
Pesimistický pohľad na kontrolu jednotlivcom	<b>-0,348</b>	<b>0,001</b>

Legenda: n – počet participantov, r – Pearsonov korelačný koeficient, p – štatistická významnosť

V prípade dimenzie Pesimistický pohľad sme zistili štatisticky významný negatívny slabý vzťah v súvislosti s rezilienciou u študentov pred druhou smerovou voľbou ( $r = -0,246$ ;  $p = 0,009$ ). V prípade aspektov pesimistický pohľad na rozhodovací proces bol vzťah štatisticky významný, negatívny, avšak slabý ( $r = -0,238$ ;  $p = 0,012$ ). V prípade aspektu pesimistický pohľad na kontrolu jednotlivcom bol vzťah významný negatívny a stredne silný ( $r = -0,348$ ;  $p = 0,001$ ). Čo sa týka pesimistického pohľadu na svet práce, štatisticky významný vzťah sme nezistili.

Tab 3 Vzťah Úzkosti a reziliencie študentov pred druhou smerovou voľbou (n = 111)

Úzkosť	Reziliencia	
	r	p
<b>ÚZKOSŤ</b>	<b>-0,407</b>	<b>0,001</b>
Úzkosť z procesu rozhodovania	<b>-0,268</b>	<b>0,004</b>
Úzkosť z neistoty obsiahnutej vo voľbe	<b>-0,475</b>	<b>0,001</b>
Úzkosť z procesu voľby	<b>-0,335</b>	<b>0,001</b>
Úzkosť ohľadom výsledku rozhodovacieho procesu	<b>-0,272</b>	<b>0,004</b>

Legenda: n – počet participantov, r – Pearsonov korelačný koeficient, p – štatistická významnosť

Dimenzia Úzkosť a všetky jej aspekty štatisticky významne a negatívne korelovali s rezilienciou študentov pred druhou smerovou voľbou. V prípade dimenzie Úzkosti bol vzťah stredne silný, podobne ako v prípade úzkosti z neistoty obsiahnutej vo voľbe a úzkosti z procesu voľby ( $r = -0,335$  –  $r = -0,475$ ;  $p = 0,001$ ). Slabšie negatívne, avšak štatisticky významné vzťahy sme zaznamenali v prípade úzkosti z procesu rozhodovania ( $r = -0,268$ ;  $p = 0,001$ ) a úzkosti ohľadom výsledku rozhodovacieho procesu ( $r = -0,272$ ;  $p = 0,004$ ).

Tab 4 Vzťah ťažkostí so sebaobrazom a identitou a reziliencie študentov pred druhou smerovou voľbou (n = 111)

Ťažkosti so sebaobrazom a identitou	Reziliencia	
	r	p
<b>ŤAŽKOSTI SO SEBAOBRAZOM A IDENTITOU</b>	<b>-0,548</b>	<b>0,001</b>
Úzkostlivosť	<b>-0,411</b>	<b>0,001</b>
Nízka sebaúcta	<b>-0,511</b>	<b>0,001</b>
Nevykryštalizovaná identita	<b>-0,440</b>	<b>0,001</b>
Konfliktná vzťahová väzba	<b>-0,422</b>	<b>0,001</b>

Legenda: n – počet participantov, r – Pearsonov korelačný koeficient, p – štatistická významnosť

Dimenzia Sebaobraz a identita a všetky jej aspekty štatisticky významne negatívne a stredne silno korelovali s rezilienciou študentov pred druhou smerovou voľbou. Najsilnejší negatívny štatisticky významný vzťah spomedzi dimenzií ťažkostí bol zistený práve s dimenziou Sebaobraz a identita ( $r = -0,548$ ;  $p = 0,001$ ). V prípade jej jednotlivých aspektov boli vzťahy stredne silné a negatívne ( $r = -0,411$ –  $r = -0,511$ ;  $p = 0,001$ ).

## **4 DISKUSIA**

Cieľom predkladanej štúdie bolo skúmanie vzťahu medzi emocionálnymi a osobnostnými ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním a rezilienciou študentov, ktorí sa nachádzajú pred druhou smerovou voľbou. Pri identifikovaní spektra ťažkostí sme sa opierali o taxonómiu Sakovej, Gatiho a Kellyho (2008). V nasledujúcom texte sa snažíme diskutovať výsledky a zhodnotiť opodstatnenie sledovaných vzťahov. Vzťahy diskutujeme podľa poradia uvádzaných výsledkov.

### **4.1 Vzťah emocionálnych a osobnostných ťažkostí s kariérovým rozhodovaním a reziliencie**

Naša prvá hypotéza overovala existenciu negatívneho vzťahu medzi konceptom reziliencie a globálnymi ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním u stredoškolských študentov pred druhou smerovou voľbou. Výsledky nám dovoľujú konštatovať, že kariérové rozhodovanie sprevádzané ťažkosťami úzko súvisí s mierou reziliencie u jednotlivca. Naše výsledky zaznamenávajú stredne silný negatívny vzťah medzi sledovanými konceptami. Zistenia sú v súlade so štúdiou Shinovej a Kellyho (2015), ktorí zistili, že reziliencia je v procese kariérového rozhodovania spojená s nižším výskytom ťažkostí. Podľa Walda, Taylora, Asmundsona, Janga, a Stapletona (2006) sa reziliencia vzťahuje k pozitívnej adaptácii alebo schopnosti zachovať si, či obnoviť duševné zdravie, a to napriek zažívaniu nepriaznivých okolností. Naše výsledky potvrdzujú fakt, že sa do okruhu nepriaznivých udalostí môžu zahrnúť aj udalosti spojené s uskutočňovaním kariérových volieb.

#### **4.1.2 Vzťah pesimistického pohľadu a reziliencie**

Z našich zistení vyplýva negatívny, aj keď slabý vzťah dimenzie Pesimistického pohľadu a reziliencie. Je však otázne, ako na seba premenné pôsobia. Podľa Gruhla a Korbächera (2013) pesimistický postoj človeka vplýva na prežívanie záťažových situácií i na samotnú rezilienciu. Teda reziliencia môže vystupovať v úlohe ochranného faktora pred ťažkosťami, ale zároveň, vyššia miera pesimistického pohľadu môže zas úroveň reziliencie oslabovať. V každom prípade je vzťah slabý. Viac o dimenzii pesimistického pohľadu nám napovedajú zistené vzťahy medzi jednotlivými aspektmi pesimistického pohľadu (Tab2).

V prípade pesimistického pohľadu na rozhodovací proces je vzťah negatívny, avšak slabý. Sakaová, Gati a Kelly (2008) pesimistický pohľad na proces rozhodovania charakterizovali nízkou sebaúčinnosťou a vnímanou neschopnosťou realizovať kariérové rozhodnutie. Spojitosť sebaúčinnosti a reziliencie odráža presvedčenie o zvládnutí úloh a vynakladanie vlastného úsilia do ich riešenia (Kebza, Šolcová, 2008). V prípade pesimistického pohľadu na kontrolu jednotlivcom sme zaznamenali stredne silný a negatívny vzťah s rezilienciou. Vysoká úroveň pesimistického pohľadu na kontrolu je charakteristická pre menej aktívnych jednotlivcov s externou lokalizáciou kontroly (Saka, Gati, Kelly, 2008). Zároveň Rotterov koncept lokalizácie kontroly je súčasťou teoretických koncepcií reziliencie (Kebza, Šolcová, 2008) a zohráva kľúčovú úlohu pri spôsobe zvládania záťažovej situácie. Pesimistický pohľad na svet práce sa podľa našich výsledkov s rezilienciou významne nespája. Sústredenie sa na negatíva pracovného sveta vyzerá byť nezávislé od miery reziliencie. Pesimistický pohľad na svet práce ovplyvňujú skôr vonkajšie faktory ako nevýhody dynamických zmien na trhu, dostupné povolania a kurzy, pričom reziliencia vychádza z vnútorných zdrojov osobnosti (Olsson et al., 2003).

#### **4.1.3 Vzťah úzkosti a reziliencie**

V prípade dimenzie Úzkosti sme zistili negatívny a stredne silný vzťah s rezilienciou. Viac rezilientní jednotlivci sa lepšie adaptujú na záťažové situácie a ich miera úzkosti klesá (Hjemdal, Vogel, Solem, Hagen, & Stiles, 2011; Anyan, Hjemdal, 2016). Pri úzkosti z procesu rozhodovania zaznamenávame slabý negatívny vzťah s rezilienciou. Tento aspekt je spájaný so stresom pred

začiatkom výberu a s perfekcionizmom (Saka, Gati, Kelly, 2008). Gati a jeho kolegovia (2011) zistili, že vyššia miera perfekcionizmu predstavuje väčší výskyt ťažkostí s kariérovým rozhodovaním. Sheppardová a Hicks (2017) spájali perfekcionizmus s rezilienciou, čím poskytli podporu pre naše zistenia.

Medzi rezilienciou a kategóriou úzkosti ohľadom neistoty obsiahnutej vo voľbe pozorujeme štatisticky signifikantnú negatívnu koreláciu. Môžeme sa nazdávať, že úzkosť prameniaca z nízkej tolerancie k nejednoznačnosti a nejasnosti komplikuje stredoškolským študentom kariérové rozhodovanie (Saka, Gati, Kelly, 2008), zatiaľ čo reziliencia, ktorá sa vyznačuje flexibilitou či akceptáciou stresovej situácie, tento proces uľahčuje (Kebza, Šolcová, 2015).

Saka, Gati a Kelly (2008) tretiu kategóriu, a to úzkosť z procesu voľby charakterizujú strachom prameniaticim z voľby nesprávnej alternatívy i samotným perfekcionizmom pri výbere z možností. Reziliencia by mala v tomto kontexte spĺňať svoju protektívnu funkciu a znížiť tieto ťažkosti. Naše výsledky tento predpoklad potvrdili, keďže sme zistili negatívny a stredne silný vzťah medzi rezilienciou a úzkosťou z procesu voľby.

Predpokladali sme tiež štatisticky významný a negatívny vzťah medzi rezilienciou a úzkosťou ohľadom výsledku rozhodovacieho procesu. Naš predpoklad potvrdili výsledky, avšak vzťah je z hľadiska sily slabý. Vybraná kariérová možnosť nemusí naplniť jednotlivcove očakávania, čo vyvoláva pocity úzkosti (Saka, Gati, Kelly, 2008). Keďže vyššia miera úzkosti prevláda u menej rezilientných osôb (Hjemdal et al., 2011; Anyan, Hjemdal, 2016), inak to pravdepodobne nebude ani v prípade obáv ohľadne výsledku kariérového rozhodovania.

#### **4.1.4. Vzťah sebaobrazu, identity a reziliencie**

Osobnosť je s konceptom reziliencie úzko spätá. Podľa Olssona et al. (2003) osobnostné faktory ako sebavedomie, sebaúčinnosť, hodnoty a iné, ovplyvňujú mieru prítomnej reziliencie. Toto tvrdenie platí aj pre naše výsledky, keďže dimenzia Sebaobraz a identita, a tiež všetky jej aspekty stredne silno negatívne korelujú s protektívnym osobnostným faktorom reziliencie. Zároveň zistenia poukazujú na najsilnejší vzťah práve tejto dimenzie s rezilienciou spomedzi všetkých dimenzií ťažkostí s kariérovým rozhodovaním. V nasledujúcej úvahe uvedieme jednotlivé aspekty Sebaobrazu a identity vo vzťahu k reziliencii.

Úzkostlivosť je hodnotená ako neadaptívna súčasť osobnosti, ktorá brzdí bezproblémový priebeh kariérového rozhodovania. Reziliencia naopak tento proces dopĺňa ako jeho pozitívna súčasť (Shin, Kelly, 2015). Sebavedomie, a teda opak nízkej sebaúcty môže vstupovať ako faktor reziliencie u adolescenta, v rámci jeho sebahodnotenia (Kebza, Šolcová, 2008). Môžeme sa domnievať, že na problémy s uvedomením si vlastných hodnôt vplyva faktor vyššej či nižšej reziliencie osobnosti. Naše zistenia podporuje Paulík (2010), ktorý hovorí, že reziliencia sa v období adolescencie podieľa na prekonávaní vnútorného chaosu plynúceho z formovania identity, čo zodpovedá práve aspektu nevykryštalizovanej identity. V prípade aspektu konfliktnej vzťahovej väzby berieme do úvahy vplyv iných ľudí na rozhodovanie, ktorý sledovalo viacero štúdií prinášajúc rozporuplné výsledky. Zapájanie iných ľudí do kariérového rozhodovania na žiaka môže vplyvať negatívne (Gati, Saka, 2001; Hroncová, Balážová, Sollár, 2017), jeho reziliencia je nižšia, vyhľadáva pomoc od autority alebo sa riešeniu vyhýba (Komárik, Krajčovičová, 2010). V našich výsledkoch sme zistili negatívnu súvislosť ťažkostí s konfliktnou vzťahovou väzbou a rezilienciou. Zapájanie druhých ľudí do rozhodovania, a navyše konfliktným spôsobom môže mať za následok zníženie reziliencie alebo aj naopak, nízka reziliencia môže vzbudzovať konflikty vo vzťahoch s najbližšími.

#### **4.2 Limity štúdie a odporúčania pre ďalší výskum**

Pri realizovaní našej štúdie si uvedomujeme limity, ktoré by sme radi predstavili. Rozdiely v meranej reziliencii mohli byť zapríčinené individuálne prežívanými záťažovými udalosťami jednotlivých žiakov. V období zberu dát sa mohol každý žiak nachádzať v inej životnej situácii

(rozvod rodičov, smrť blízkej osoby, zdravotné problémy a pod.), subjektívne prežívané faktory mohli následne ovplyvniť výsledky meranej reziliencie a taktiež výskyt ťažkostí v rozhodovaní o kariére. V januári sa študenti 4. ročníkov gymnázií intenzívne pripravovali na písomnú maturitnú skúšku, ktorá je často sprevádzaná pocitmi stresu či úzkosti, čo mohlo ovplyvniť psychickú pohodu participantov, a najmä výsledky v aspekte Úzkosť. Čo sa týka výskumného súboru, ženy tvorili väčšiu časť našich participantov. Generalizovať výsledky nášho výskumu na celú populáciu tiež nie je možné, pretože našu vzorku tvorili výhradne študenti navštevujúci 4. ročník dvoch gymnázií na strednom Slovensku.

Pre ďalší výskum v danej problematike navrhujeme, aby boli ťažkosti s kariérovým rozhodovaním zisťované pomocou meracieho nástroja, ktorý meria ťažkosti vo všeobecnosti, nielen ich emočné a osobnostné aspekty - takým meracím nástrojom je napríklad Specialty Indecision Scale (Richard, Savickas, Calli, Englert, & Bono, J, 2007). Ďalej odporúčame rozšíriť výskumnú vzorku z hľadiska počtu a skúmať naše premenné aj na inej populácii, napr. u vysokoškolských študentov.

## 5 ZÁVER

V predkladanej štúdií sme sledovali vzťah reziliencie a ťažkostí s kariérovým rozhodovaním študentov pred uskutočnením druhej kariérovej smerovej voľby. V prípade ťažkostí s rozhodovaním sme vychádzali z taxonómie Sakaovej, Gatiho a Kellyho (2008). Výsledky korelačnej analýzy potvrdili naše predpoklady, ktoré nám dovoľujú konštatovať, že emocionálne a osobnostné ťažkosti s kariérovým rozhodovaním môžu byť viac objasnené aj z pohľadu osobnostných faktorov, medzi ktoré radíme aj protektívny faktor reziliencie. Významnosť vzťahu medzi emocionálnymi a osobnostnými ťažkosťami s kariérovým rozhodovaním a rezilienciou sa preukázala vo všetkých troch dimenziách ťažkostí a ich kategóriách. Výnimkou bola kategória pesimistický pohľad na svet práce, ktorá sa vo vzťahu s rezilienciou preukázala ako štatisticky nevýznamná. V prípade dimenzie Sebaobraz a identita sa vzťah s rezilienciou preukázal ako najsilnejší. Výsledky štúdie nabádajú k rozsiahlejšiemu skúmaniu témy ťažkostí s rozhodovaním a poukazujú na nezanedbateľné zistenia, ktoré môžu byť ďalej prospešné v oblasti výskumu kariérového poradenstva.

## LITERATÚRA

- Anyan, F., & Hjemdal, O. (2016). Adolescent stress and symptoms of anxiety and depression: Resilience explains and differentiates the relationships. *Journal of affective disorders, 203*, 213-220.
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. Public Health, 26*, 399-419.
- Fuqua, D. R., Seaworth, T. B., & Newman, J. L. (1987). The relationship of career indecision and anxiety: A multivariate examination. *Journal of Vocational Behavior, 30*(2), 175-186.
- Gati, I., & Saka, N. (2001). High school students' career-related decision-making difficulties. *Journal of Counseling & Development, 79*(3), 331-340.
- Gati, I., Gadassi, R., Saka, N., Hadadi, Y., Ansenberg, N., Friedmann, R., & Asulin-Peretz, L. (2011). Emotional and personality-related aspects of career decision-making difficulties: Facets of career indecisiveness. *Journal of Career Assessment, 19*(1), 3-20.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of counseling psychology, 43*(4), 510.
- Gruhl, M., & Körbächer, H. (2013). *Psychická odolnosť v každodennom živote*. Portál.



- Hjemdal, O., Vogel, P. A., Solem, S., Hagen, K., & Stiles, T. C. (2011). The relationship between resilience and levels of anxiety, depression, and obsessive-compulsive symptoms in adolescents. *Clinical psychology & psychotherapy, 18*(4), 314-321.
- Hroncová, K., Balážová, M., & Sollár, T. (2017). Vzťahová väzba k rodičom ako prediktor ťažkostí v kariérovom rozhodovaní adolescentov. In *Conference: Phd existence 2017 : Psychologie v době internetu* ( s. 303-312). Olomouc : Univerzita Palackého.
- Kaplan, D. M., & Brown, D. (1987). The role of anxiety in career indecisiveness. *The Career Development Quarterly, 35*(1), 1-10.
- Kebza, V., & Solcová, I. (2015). RESILIENCE: NEKTERÉ NOVEJSÍ KONCEPCE PSYCHICKÉ ODOLNOSTI/Resilience: some incoming conceptions of psychological resistance. *Ceskoslovenska Psychologie, 59*(5), 444.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2008). Hlavní koncepce psychické odolnosti. *Československá psychologie, 52*(1), 1.
- Komárik, E., Jenčová, A., Krajčovičová, K., Lamošová, J., Repčík, R., Šandorová, D., & Hučeková, D. (2010). *Kontexty reziliencie*. Nitra, Slovakia: UKF, Pedagogická fakulta.
- Komárik, E., Jenčová, A., Krajčovičová, K., Lamošová, J., Repčík, R., Šandorová, D., & Hučeková, D. (2010). *Kontexty reziliencie. Nitra: PF UKF*.
- Martincin, K. M., & Stead, G. B. (2015). Five-Factor Model and Difficulties in Career Decision Making: A Meta-Analysis. *Journal of Career Assessment, 23*(1), 3-18.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and psychopathology, 2*(4), 425-444.
- McMahon, B. (2015). Seeing Strengths in a Rural School: Educators' Conceptions of Individual and Environmental Resilience Factors. *Journal for Critical Education Policy Studies (JCEPS), 13*(1).
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of adolescence, 26*(1), 1-11.
- Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Grada Publishing as.
- Pilárik, L. (2019). *Kariérové rozhodovanie adolescentov : Osobnostné a emočné aspekty ťažkostí a stratégií kariérového rozhodovania*. Nitra : Univerzita Konštantína Filozofa.
- Richard V.G., Savickas, M., Calli, J., Englert, A, & Bono, J. (2007). *Manual for the Specialty Indecision Scale, 2nd Edition*. Wahington, D.C: Association of American Medical Colleges.
- Říčan, P. (2006). *Cesta životem*. Praha: Portál. 2006.
- Saka, N., Gati, I., & Kelly, K. R. (2008). Emotional and Personality - Related Aspects of Career Decision Making Difficulties. *Journal of Career Assessment, 16*(4), 403-424.
- Santos, P. J. (2001). Predictors of generalized indecision among Portuguese secondary school students. *Journal of Career Assessment, 9*, 381-396.
- Sheppard, L., & Hicks, R.E. (2017). Maladaptive perfectionism and psychological distress. In *International Journal of Psychological Studies, 2017, 9*(4), 65-75.
- Shin, Y. J., & Kelly, K. R. (2015). Resilience and decision-making strategies as predictors of career decision difficulties. *The Career Development Quarterly, 63*(4), 291-305.

Šolcová, I. (2009). *Rozvoj reziliencie v detství a dospelosti*. Praha, Czech republic: Grada.

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing measurement, 1*(2), 165-17847.

Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). *Literature review of concepts: Psychological resiliency* (No. DRDC-CR-2006-073). BRITISH COLUMBIA UNIV VANCOUVER.

## RESILIENENCE AND CAREER DECISION-MAKING DIFFICULTIES OF STUDENTS BEFORE SECOND CAREER CHOICE

*Abstract:* The aim of the paper was to identify a relation between resilience and career decision-making difficulties in secondary school students. Our research sample consisted of 111 participants (47 men, 64 women) who were 4 th graders in the age of 18-19 from two high schools. The degree of resilience was examined via the Resilience Scale (Wagnild, Young, 1993) and for the identification of career decision-making difficulties the EPCD questionnaire (Emotional and Personality Career Difficulties Scale), by Israeli authors Saka, Gati and Kelly (2008), was used. The results revealed statistically significant negative relation between resilience and career decision-making difficulties. Resilience correlated negatively with all three dimensions of career decision-making – Pessimistic views, Anxiety, Self and identity. The findings can be useful for further research in the field of career counselling.

*Kľúčové slová:* resiliencie, career decision-making difficulties, secondary school students, the second career choice

Grantová podpora:

Príspevok vznikol ako súčasť riešenia grantového projektu UGA IX/1/2019 *Faktory efektívneho rozhodovania študentov podľa Teórie kognitívneho spracovania informácií v oblasti kariérového poradenstva*.