

Univerzita Palackého v Olomouci  
Filozofická fakulta  
Katedra psychologie

NÁBOŽENSKÉ A DUCHOVNÍ ZÁPASY,  
RELIGIOZITA A STRES

RELIGIOUS AND SPIRITUAL STRUGGLES,  
RELIGIOUSNESS AND STRESS



Magisterská diplomová práce

Autor: **Bc. Natálie Heiderová**

Vedoucí práce: **PhDr. Olga Pechová, Ph.D.**

Olomouc

2023

## **Poděkování**

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Olze Pechové, Ph.D., za vstřícnost, podnětné rady a odborné vedení mé práce. Dále patří dík všem respondentům, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření. Děkuji také těm, kteří mi nějakým způsobem pomohli a tak se na dokončení této práce podíleli. Hlavně bych však chtěla poděkovat svému manželovi, rodině a přátelům za poskytnutí podpory po celou dobu tvorby této práce.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: *„Náboženské a duchovní zápasy, religiozita a stres“* vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne 30. 3. 2023

Podpis

# OBSAH

<b>OBSAH .....</b>	<b>3</b>
<b>ÚVOD.....</b>	<b>5</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>7</b>
<b>1 Vymezení náboženských pojmů.....</b>	<b>8</b>
1.1 Náboženství .....	8
1.2 Spiritualita a Religiozita .....	10
1.3 Dimenze religiozity .....	13
1.4 Religiozita v České republice.....	14
<b>2 Úvod do problematiky stresu .....</b>	<b>16</b>
2.1 Stres a zátěž .....	16
2.2 Reakce na stres .....	18
2.3 Možnosti měření stresu .....	19
2.4 Individuální rozdíly ve vnímání stresu .....	19
<b>3 Náboženské a duchovní zápasy .....</b>	<b>21</b>
3.1 Teoretické vymezení .....	21
3.2 Druhy R/S zápasů .....	24
3.2.1 Božské zápasy .....	24
3.2.2 Démonické zápasy.....	25
3.2.3 Interpersonální duchovní zápasy.....	26
3.2.4 Pochyby .....	27
3.2.5 Morální zápasy .....	27
3.2.6 Zápasy týkající se smyslu života.....	28
3.3 Škála RSS .....	29
3.4 Výzkumy R/S zápasů .....	30
<b>VÝZKUMNÁ ČÁST.....</b>	<b>36</b>
<b>4 Výzkumný problém, cíle práce, hypotézy a výzkumné otázky .....</b>	<b>37</b>
4.1 Cíle výzkumu .....	38
4.2 Hypotézy a výzkumné otázky .....	39
<b>5 Metodologický rámec výzkumu .....</b>	<b>41</b>
5.1 Metody získávání dat.....	41
5.2 Průběh sběru dat .....	44
5.3 Metody zpracování a analýzy dat .....	44
5.4 Etické aspekty výzkumu.....	45
<b>6 Výzkumný soubor .....</b>	<b>46</b>
6.1 Základní soubor .....	46

6.2	Výběrový soubor .....	46
6.2.1	Charakteristiky a popis výběrového souboru .....	46
<b>7</b>	<b>Výsledky výzkumu .....</b>	<b>50</b>
7.1	Základní popisné statistiky .....	50
7.2	Testování hypotéz.....	54
7.3	Odpovědi na výzkumné otázky .....	58
<b>8</b>	<b>Diskuze .....</b>	<b>64</b>
8.1	Interpretace výsledků.....	64
8.2	Limity výzkumu .....	67
8.3	Aplikace výsledků .....	68
8.4	Směrování budoucích výzkumů .....	68
<b>9</b>	<b>Závěry .....</b>	<b>70</b>
<b>10</b>	<b>Souhrn .....</b>	<b>72</b>
	<b>LITERATURA.....</b>	<b>76</b>
	<b>PŘÍLOHY.....</b>	<b>87</b>

# ÚVOD

Pro mnoho lidí je náboženství velkou součástí jejich života. Zasahuje spoustu životních oblastí – vzorce přemýšlení, hodnoty, lidskou zkušenost, trávení volného času, vztahy, smysl života apod. V rámci různých výzkumů se ukázalo, že náboženství může mít velmi pozitivní vliv na život člověka. Mezi oblasti, na které působí, bychom mohli zařadit: fyzické a psychické zdraví, vztahy k druhým, k sobě samému či kvalitu života. Lze jej nazvat důležitým zdrojem zvládnutí, který pomáhá jedinci vypořádat se se stresem a životní zátěží.

Jelikož existují dvě strany mince, tak i náboženství má mimo svůj pozitivní efekt i negativní účinek. Na tento jev jsem narazila při studiu článků pro teoretické ukotvení své bakalářské diplomové práce zkoumající náboženský coping v interkulturní perspektivě (Heiderová, 2021). Zde se rozšířilo mé povědomí o existenci negativního náboženského zvládnutí, které může souviset s horším psychickým i fyzickým zdravím a interpersonálními vztahy. V tomto kontextu jsem se seznámila s modelem náboženských a duchovních zápasů. Tyto zápasy nastávají, pokud se nějaké aspekty náboženských přesvědčení, myšlenek nebo emocí stanou ústředím konfliktu či znepokojení (Exline et al., 2014). Konflikt se může vynořit například ve chvílích, kdy člověk čelí stresujícím událostem.

I když se Česká republika řadí k sekulárním státům, co se týče institucionalizovaného náboženství jsou zde minoritní náboženské skupiny, kterým je potřeba se věnovat. Konkrétně křesťanství má v Česku největší zastoupení. Ačkoliv existují různé církve a některé teologické aspekty se v různých církvích liší, jádro jejich víry zůstává stejné. Konkrétní jedinci se však mohou individuálně lišit v tom, jak moc křesťanství ovlivňuje jejich život. Rozdíly mohou být v konkrétních praxích, například v tom, jak často se modlí a kolik času věnují studiu náboženských témat. Odlišné může být i zapojení v církvi a účast na náboženských shromážděních. Tyto fenomény bychom mohli shrnout v pojem religiozita jedince. Pokud bych měla tento fenomén uvést do kontextu aktuální diplomové práce, zmínila bych poznatek z výzkumu (Heiderová, 2021), kde se ukázalo, že jedinci vykazující vyšší religiozitu volili pozitivní náboženský coping při vypořádávání se se zátěží. Chtěla bych toto zjištění ověřit v souvislosti s výskytem zápasů.

Obecným cílem této práce je zmapování výskytu duchovních zápasů v populaci věřících jedinců v České republice. Hlavním cílem je explorace těchto zápasů v souvislosti s mírou vnímaného stresu a výskytem stresujících událostí. Zajímá nás také, jakou roli zde

má religiozita. I když křesťané patří do minoritní skupiny, je podle mého názoru důležité zaměřit psychologické výzkumy na fenomény, které jsou specifické pro křesťanství v kontextu naší kultury. Výsledky výzkumů prováděné v zahraničí se totiž mohou v porovnání s českou populací lišit (Heiderová, 2021). Myslím si, že tato práce může přispět k prohloubení poznání problematiky náboženských a duchovních zápasů u jedinců v českých církvích. Může tak být podnětem pro další zkoumání tohoto fenoménu. Zároveň mohou být získané informace přínosné pro věřící jedince samotné, pro pastorační pracovníky i pro poradenskou a psychologickou praxi.

# TEORETICKÁ ČÁST

# 1 VYMEZENÍ NÁBOŽENSKÝCH POJMŮ

Ústředním tématem této práce je náboženství, s ním pojící se spiritualita a jejich projevy v životě člověka. Jelikož je vymezení terminologie velmi podstatné pro teoretický základ každé práce, budeme se mu věnovat i my. Čtenář se v této kapitole bude moct seznámit s pojmy jako jsou náboženství, spiritualita a religiozita. Přiblížíme si také, jaká je situace ohledně náboženského vyznání v České republice.

## 1.1 Náboženství

Náboženství je složitý a komplexní fenomén. Zahrnuje různé chování, prožitky a přesvědčení, není tedy jednoduché jej stručně definovat (Hood, Hill & Spilka, 2009). Nabízí se však různé pohledy, které se snaží jeho podstatu lépe přiblížit. Bowie (2021) poukazuje na kontrast psychologického a sociologického pojetí. Jeden pohled uchopuje náboženství z hlediska pomoci při překonávání životních těžkostí a naplňování potřeb. Druhý přístup jej může pojímat pouze jako součást struktury společnosti udržující rovnováhu. Směrů a perspektiv, které popisují náboženství, je mnoho. Máme zde religionistiku – vědu, která se přímo zabývá studiem tohoto fenoménu. Dále je možné jej zkoumat například z pohledu sociologie, antropologie či psychologie. Podle Štampacha (2008) se někteří religionisté definici náboženství vyhýbají. Říčan (2007) pojednává o různém vnímání tohoto pojmu v rámci specifického historického kontextu, rozdílných kultur a společností. V této práci se budeme zabývat hlavně pojetím psychologickým. Abychom však mohli náboženství psychologicky zkoumat, potřebujeme nejdříve porozumět tomu, co to vlastně je. Podle Štampacha (2008) není nutné hledat obecné vymezení této definice. Důležité je vymezení náboženství v kontextu konkrétního směru či práce.

Některé přístupy pojímají náboženství z hlediska obsahu a funkce. Máme tedy definice orientované strukturálně i funkcionálně. V literatuře se popis struktury obsahu soustředí kolem přesvědčení, praktik, zkušeností a vztahu, které se týkají nějaké vyšší bytosti či principu (Pargament, 1999). Smith (1991) zmiňuje, že většina náboženství sdílí některé základní charakteristiky, jako je pocit posvátna, víra v ultimátní realitu a vztah člověka k božstvu. V různých náboženských směrech se objevují odlišné koncepty Boha nebo ultimátní reality – příkladem může být v buddhismu koncept nirvány a v hinduismu pojetí



brahman. Dále jsou obsahem praktiky jako je meditace, modlitba, půst a další rituály. Všechna náboženství postupovala určitým historickým vývojem a formovala se v kulturním kontextu. Podle Horyny (1994) lze nalézt mnoho dalších prvků, díky kterým lze jednotlivé směry od sebe oddělit, ale i nalézt společné elementy.

Funkcionálně zaměřené přístupy se snaží zjistit, k čemu náboženství člověku v jeho životě slouží. Pargament (1998) poukazuje na kognitivní funkci, která souvisí s pojmem obecného orientačního systému. Ten pomáhá jedinci vnímat události, se kterými se potýká. Dává jim určitý smysl a ovlivňuje jejich prožívání. Podle Smitha (1991) náboženství poskytuje morální rámec pro pochopení a interpretaci světa. Potřeba smyslu, která se projevuje snahou porozumět své zkušenosti a objevit účel života, je přítomna v každém člověku (Steger, 2009). Podle Park (2013) dále zahrnuje potřebu koherentního a dobře fungujícího systému významů. Hood et al. (2009) identifikovali čtyři podmínky, díky kterým dokáže náboženství poskytovat obecný smysl – řadí sem komplexnost, přístupnost, přesah a přímá tvrzení. Náboženství nabízí komplexní pohled na svět a život. Je dostupné pro většinu lidí. Překračuje hranice jednotlivých kultur a společností. Přináší jasná a konkrétní tvrzení o světě a životě. Tento obecný smysl zahrnuje přesvědčení, cíle, hodnoty a subjektivní pocity.

Se schopností náboženství poskytovat smysl v životě se pojí i pocit kontroly. Newton a McIntosh (2009) poukazují na fakt, že náboženství má schopnost poskytnout člověku pocit kontroly, jenž není závislý na subjektivní kontrolovatelnosti konkrétní situace. To může pomoci člověku jednodušeji se vyrovnat s nejistotou a stresem, které se mohou objevit, pokud se setkají s těžko ovladatelnou událostí. Laurin, Kay a Moscovitch (2008) provedli experimentální výzkum, který potvrdil, že víra v Boha, který má okolnosti pod kontrolou, pozitivně ovlivňuje pocit kontroly jedince v situacích, kdy je jeho osobní kontrola ohrožena. Může se tak stát například skrze přímluvnou modlitbu či přehodnocením situace – vnímáním nepříznivé události jako Boží vůle (Pargament et al., 1999).

Další významnou součástí náboženství je sociální prvek. Skrze společenství věřících jedinců náboženství naplňuje jednu ze základních potřeb v lidském životě – potřebu sounáležitosti (Maslow, 1954). Jde o velmi podstatnou funkci, která má přímý dopad na konkrétní jedince (Baumeister, 1991). Blízké vztahy s druhými a s nimi spojená sociální opora pozitivně ovlivňují psychické a fyzické zdraví (Berkman & Glass, 2000). Tato opora může být emocionální i spirituální. Emocionální opora se může projevit například skrze

naslouchání, zájem druhého člověka nebo poskytnutí potřebné pomoci, zatímco spirituální opora může mít formu modlitby za druhé (Krause et al., 2001).

Náboženství dále poskytuje nástroje k transformaci identity jedince a jeho dosavadního života. Náboženská konverze je zajímavým fenoménem, který souvisí s přeměnou hodnot a nalezení nových zdrojů smyslu (Mahoney & Pargament, 2004). Transformace může působit jak na úrovni emocí, tak i chování. Duchovní přeměna může souviset s růstem nebo opuštěním dosavadních přesvědčení (Brewster, 2014).

Náboženství má taktéž specifické zdroje poskytující jedincům pomoc při zvládnání stresových a zátěžových situací. Podle Paulíka (2012) k nejvíce aplikovanému zdroji patří modlitba – jedinci ji využívají ke komunikaci s Bohem. Obsah a účel modlitby se může lišit na základě potřeb jedince. Může zahrnovat prosbu o odpuštění, pomoc a podporu či vyjádření vděčnosti (Sharp, 2010).

## 1.2 Spiritualita a Religiozita

Při zkoumání fenoménu náboženství se v literatuře objevují další pojmy, které nelze opomenout – jsou jimi religiozita a spiritualita. Říčan (2007) slovem religiozita souhrnně označuje náboženské prožívání a jednání. Religiozita, anglicky *religiousness*, by se do češtiny dala přeložit jako náboženskost. Toto slovo se však v literatuře příliš neuvžívá. Další označení zbožnost se možná více vyskytuje v náboženské literatuře, avšak v religionistice se tento pojem neaplikuje z důvodu jeho hodnotícího zabarvení. Podle Štampacha (2008) se v současnosti nejčastěji používá k popisu příslušnosti k určitému náboženskému vyznání, mnohdy i k církvi nebo náboženské společnosti. V sociologickém kontextu tento pojem vyjadřuje rozšíření a zastoupení náboženství v dané populaci. Podle Lucchetti et al. (2010) religiozita shrnuje, do jaké míry jednotlivec věří, následuje a praktikuje náboženství. Někteří autoři pak religiozitu dělí do konkrétních dimenzí, které zahrnují různé aspekty náboženského života (Koenig & Büssing, 2010; Huber & Huber, 2012). Tyto dimenze si přiblížíme v další podkapitole.

V této souvislosti se objevuje termín spiritualita, který postupem času a vývojem společnosti měnil svůj význam. Samotný pojem je původně zakotvený v duchovních praktikách náboženských jedinců, jako jsou asketi či mniši (Smith & Denton, 2005). Podle Sheldrakea (2007) pochází spiritualita z latinského slova *spiritualis*, které je odvozeno z řeckého slova *pneumatikos*, jak se objevuje v Pavlových dopisech Římanům a Korintským.

Toto slovo tedy vychází z křesťanství a jeho základ nacházíme ve slovech duchovní, duch a dech. Jeho užití v náboženském kontextu poukazuje na vnitřní prožitek související s náboženstvím jedince (Štampach, 2008). Postupem času se však tento pojem odpoutal od svých historických kořenů v náboženských tradicích. Nyní je užíván i mimo církevní a náboženský kontext (Koenig, 2008).

Podle Václavíka (2010) je spiritualita zaměřená na vnitřní zdroje posvátna soustředící se na holistický pohled na existenci. To podle něj umožňuje dosažení podstaty bytí, na které se jedinec může podílet a rozvíjet ji. Hood et al. (2009) tvrdí, že spiritualita je univerzální lidská zkušenost nevázaná se pouze k náboženství. Je to širší koncept zahrnující pocit propojení s něčím větším, než je člověk sám, a zároveň pocit přesahu samotné existence. Tyto pocity mohou být získány prostřednictvím náboženských praktik, ale mohou být zažity i skrze přírodu, umění či meditaci.

V literatuře se mnohdy objevuje snaha stavět religiozitu a spiritualitu do protikladu. Funkcionální popis náboženství se stal oblastí spirituality. Ta reprezentuje úsilí jednotlivce dosahovat posvátných či existenciálních cílů v životě, jako je nalezení smyslu, celistvosti, vnitřního potenciálu a spojení s druhými. Religiozita je pak významně spojena s pojmy jako je oficiální přesvědčení, skupinové praktiky a instituce (Pargament, 1999). Dále se můžeme setkat s popisem religiozity jako založené na přesvědčeních, kdežto spirituality jako emocionálně či zkušenostně zakotvené. V kontextu vývoje užívání těchto termínů se objevují odlišné významy jejich aplikace. Religiozita je často dáována do kontextu se sociálním prvkem, kdežto spiritualita mnohdy označuje individuální rovinu zkušenosti (Zinnbauer & Pargament, 2005).

Při dalším zkoumání výskytu těchto pojmů v literatuře se objevují určité konotace. Zinnbauer et al. (2011) zmiňují, že religiozita se jeví jako omezená a institucionalizovaná, kdežto spiritualita je charakterizována jako osobní a subjektivní. Autoři poukazují na nebezpečí polarizace těchto dvou pojmů na „dobrou“ individuální spiritualitu a „špatné“ organizované náboženství. Takovéto vyzdvihování protikladů může mít podle autorů za následek ztrátu jádra psychologie náboženství.

Ačkoliv se zdá, že náboženství a spiritualita popisují rozdílné koncepty, nelze je od sebe úplně oddělit. I přes některé odlišné charakteristiky nacházíme významné souvislosti (Good, Willoughby & Busseri, 2011). Například charakterizovat náboženství pouze jako institucionální ignoruje skutečnost, že hlavním cílem každé významné náboženské instituce

je podporovat emoce, které se pojí s prožíváním posvátného, osobní víru a vnitřní prožitky (Good & Willoughby, 2008). Stejně tak definovat spiritualitu jako pouze založenou na individuálních zážitcích jednotlivce přehlíží skutečnost, že duchovní zážitky často probíhají v kontextu organizovaného náboženství (Hill & Pargament, 2003).

Zinnbauer & Pargament (2005) nabízí vyzdvižení společných prvků religiozity a spirituality. Zásadním konstruktem obou těchto fenoménů je „významnost“ (*significance*). Jak Pargament (1997) vysvětluje, významnost souvisí s prožitky zájmu, přitažlivosti a připoutanosti – můžeme hovořit o pocitech významnosti. Pojí se s hodnotovými, smysluplnými nebo vyššími zájmy. Ty mohou být psychologické (sebevědomí, pohodlí), sociální (intimita), fyzické (zdraví), materiální (jídlo, peníze) nebo se mohou týkat duchovna (blížkost Bohu).

Další kritickou vlastností jak spirituality, tak i religiozity je „hledání“ (*search*). Tento proces poukazuje na to, že lidé jsou cílevědomými bytostmi a usilují o to, co je pro ně důležité. Proces hledání zahrnuje snahu objevit to, co je významné. Jakmile jedinec něco takového naleznе, usiluje o jeho udržení. Nakonec je podstatným jádrem obou těchto fenoménů „posvátno“ (*sacred*). To je odlišuje od všeho ostatního. Koncept posvátna souvisí s dalšími pojmy jako je Bůh, vyšší síla, nadpřirozené bytosti nebo další aspekty života, co byly „posvěceny“ (Pargament & Mahoney, 2002).

Podle Zinnbauera (2005) je spiritualita definována jako osobní nebo skupinové hledání posvátna. Religiozita podle něj odpovídá osobnímu nebo skupinovému hledání posvátna odvíjejícího se v jeho tradičním kontextu. Oba konstrukty jsou podle něj nasměrovány na hledání něčeho významného – posvátna. Tento proces, specifický pro religiozitu, probíhá v kontextu tradičního či organizovaného náboženství. Tato religiozita se může projevit skrze rozjímání nad náboženskými texty, kultivaci náboženských ctností, provádění rituálů, poslouchání zkušeností dalších věřících či dosažení formálního statusu členství v náboženské organizaci. Skrze náboženské shromáždění, systém přesvědčení, rituálů a edukačních programů jsou jedinci podporováni v prožívání mnohých aspektů života (příkladem může být fyzické zdraví, osobní identita, vztahy apod.). To vše skrze přesahující perspektivu.

Pargament (2005) definuje spiritualitu jako hledání posvátna a religiozitu jako hledání významnosti způsoby, které jsou spojeny s posvátnem. Každé hledání zahrnuje ultimátní cíl, významnost a stezku k dosažení tohoto cíle. Spiritualita se týká hledání, jež má

za cíl nalézt posvátno. V tomto procesu lidé mohou využít cokoli od tradičních způsobů – modlitba, meditace, studium svatých textů, po netradiční prostředky – psychoterapie, poslech hudby, sexualita, procházka v lese apod.

Spiritualita je srdcem a duší religiozity, je základní funkcí náboženského života. Religiozita je však podle Pargamenta (2005) širší koncept, kdy záměr hledání nemusí být pouze posvátno. Jsou zde i jiné cíle – fyzické zdraví, emoční pohoda, intimita s dalšími lidmi, seberozvoj a být součástí větší komunity. V tomto kontextu religiozita zahrnuje větší množství hodnot, potřeb a cílů než spiritualita.

### 1.3 Dimenze religiozity

Pojem religiozita jsme si přiblížili v předchozí podkapitole. Jak bylo zmíněno, někteří autoři ji dělí do konkrétních dimenzí zahrnujících různé aspekty náboženského života (Koenig & Büssing, 2010; Huber & Huber, 2012). Cílem identifikace těchto dimenzí je snaha postihnout tento konstrukt v široké perspektivě. Existují důkazy poukazující na to, že náboženství má mnoho stran a že religiozita může být pojata jako multidimenzionální konstrukt. Tato fakta jsou zjevná při zkoumání životů věřících jedinců. Samotné rozlišení a studium jednotlivých forem, aspektů a dimenzí náboženství poskytuje informace o jeho fungování a vlivu na život jedince (Hill, 2005).

V rámci sociologických studií byla rozlišena různá kritéria. Typicky se objevují aspekty jako jsou přesvědčení, praxe (nebo chování) a afiliace (nebo identifikace) (Voas, 2007). V psychologických výzkumech nacházíme rozdělení podle motivace jedince, která může být vnitřní (intrinsic) či vnější (extrinsic) (Allport & Ross, 1967). Další studie se třeba zabývaly specifickými koncepty Boha, náboženskými praxemi, náboženskou vyspělostí či vývojem víry (Hill & Hood, 1999).

Autoři Huber a Huber (2012) přichází s měřicím nástrojem, který zachycuje religiozitu jedince – The Centrality of Religiosity Scale (CRS). Dotazník měří religiozitu v pěti oblastech, jež podle autorů postihují multidimenzionální perspektivu tohoto fenoménu:

- **Intelekt** – tato perspektiva souvisí s očekáváním, že lidé hlásící se k náboženství mají určité znalosti týkající se náboženství. V jejich osobním konstruktu tato dimenze reprezentuje hermeneutické dovednosti, soubor vědomostí, styly myšlení

a interpretace. Obecným ukazatelem této dimenze je četnost přemýšlení o náboženských tématech.

- **Ideologie** – tato dimenze předpokládá, že věřící jedinci mají určitá přesvědčení týkající se existence transcendentní reality a vztahu mezi transcendentnem a člověkem. Je reprezentována jako nevyvratitelná přesvědčení a vzorce věrohodnosti. Příkladem může být otázka, do jaké míry jedinec věří v existenci Boha.
- **Veřejná praxe** – očekávání, že jsou věřící jedinci součástí náboženského společenství projevující se veřejnou účastí na náboženských rituálech a komunitních aktivitách. Je projevem pocitu sounáležitosti v určité sociální skupině, která je spojena s ritualizovaným zahrnutím transcendentna. V křesťanské tradici to může být například účast na bohoslužbě.
- **Soukromá praxe** – tato dimenze předpokládá, že se jedinec zabývá určitými rituály či aktivitami, které souvisí se spojením se s transcendentnem, v soukromí. Je velmi spjata se spiritualitou a v křesťanské tradici může zahrnovat například modlitbu.
- **Náboženské prožitky** – souvisí s hypotézou, že věřící mají přímý kontakt s ultimátní realitou (v křesťanské tradici s Bohem), což působí na jejich emoce. Projevuje se jako náboženské vnímání, soubor pocitů a zkušeností.

## 1.4 Religiozita v České republice

Sčítání lidu, které proběhlo v roce 2021, přineslo aktualizované údaje ohledně výskytu náboženství v české populaci. Srovnání údajů z roku 2011 a 2021 ukázalo změnu v oblasti náboženské víry. V roce 2011 nechalo 44,7 % respondentů otázku na náboženskou víru nevyplněnou, zatímco v roce 2021 bylo těchto respondentů pouze 30,1 %. Z toho v roce 2021 deklarovalo 18,7 % respondentů, že se hlásí k víře a patří k nějaké církvi nebo náboženské skupině, zatímco 68,3 % odpovědělo, že nejsou věřící. Výsledky sčítání lidu ukazují, že náboženská víra stále zůstává pro část populace důležitým tématem (Český statistický úřad, 2021).

Podle Martinka (2016) z analýzy informací z roku 2011 lze předpokládat, že se mezi lidmi nevyplňujícími otázku o náboženské příslušnosti nacházejí jedinci, kteří mohou být věřící, avšak informaci považují za soukromý údaj. Ačkoliv na tomto předpokladu může být něco pravdy, lze porovnat aktuální data z roku 2021, kdy tuto informaci uvedlo o 15 %

respondentů více. Ukázalo se však, že o 1,4 milionu více osob než v roce 2011 uvedlo, že je bez náboženské víry.

Mnoho jedinců v České republice se nehlásí k žádné náboženské víře. Podle údajů statistického úřadu ze sčítání lidu, které proběhlo v roce 2021, takto odpovědělo přibližně 5 milionů obyvatel. Hamplová (2013) uvádí, že se Česká republika řadí k nejvíce sekulárním zemím v Evropě v kontextu institucionalizovaného náboženství. Lidé nechodí do náboženských shromáždění, nehlásí se k náboženskému vyznání. Často se projevuje i nedůvěra k církevním organizacím a odmítání morálních zásad vycházejících z náboženských tradic. Podle Havlíčka (2021) v české zemi chybí výskyt náboženství z kulturního hlediska. Nelze však říct, že je Česko zemí ateistickou, kdy se toto stanovisko vyznačuje vědomě odmítavým přístupem k náboženství. Panuje zde spíše nezájem či neutrální postoj.

Mnoho studií dále poukazuje na zájem o alternativní formy religiozity či spirituality – příkladem může být zájem o čtení karet, věštění budoucnosti, různé meditační techniky, jógu apod. Lidé mají tendenci k víře v nadpřirozené jevy, které nemusí odpovídat tradičním náboženským učením (Hamplová, 2013; Nešpor, 2009; Václavík, 2010).

Ačkoliv v české společnosti není náboženství populární, největší zastoupení zde má křesťanství. Lidé hlásící se ke křesťanství patří k menšinové skupině oproti těm, co žádné náboženství nevyznávají. Podle údajů Českého statistického úřadu se zde vyskytuje přibližně 1,4 milionu obyvatel hlásících se k některé z křesťanských církví. Přibližně 900 tisíc jedinců se považuje za věřící, nehlásí se však k žádné církvi či náboženské společnosti (Český statistický úřad, 2021). Největší zastoupení zde má Římskokatolická církev. Ta však za svého člena považuje každého, kdo byl v této instituci pokřtěn, bez ohledu na jeho aktivní účast při bohoslužbách nebo samotnou konverzi. V rámci některých protestantských denominací jsou za členy považováni pouze aktivní jedinci, kteří své členství mohou stvrdit podepsáním prohlášení (Hamplová, 2013).

## 2 ÚVOD DO PROBLEMATIKY STRESU

Stres je každodenní součástí lidského života. K tomu, abychom mohli porozumět jeho vlivu, je potřeba si ujasnit termíny související s tímto fenoménem. V odborné literatuře se vyskytuje velké množství rozličných teorií a přístupů, které se jej pokouší nějak vysvětlit. Existují důvody, proč se jím výzkumníci zabývají. Negativní události mohou mít totiž významný vliv například na lidskou představu o světě. Mohou narušit „bazální důvěru“ člověka, která představuje základní předpoklad pro vnímání světa jako bezpečného a předvídatelného (Berger, 2015). Jelikož v životě nelze být plně bez působení stresu a zátěže, je důležité se věnovat jeho vlivu a zkoumat, jak se s ním efektivně vypořádat. V této kapitole si přiblížíme pojmy stres a zátěž a s nimi související reakci na zátěž. Dále se budeme věnovat možnostem měření stresu a individuálními rozdíly v jeho vnímání.

### 2.1 Stres a zátěž

Ačkoliv se výzkumníci studiem stresu zabývali zhruba od 50. let minulého století, stále neexistuje obecně uznávaná definice. Tato nejednotnost však umožňuje různý přístup k jeho pojetí (al'Absi & Flaten, 2016). Mikuláščík (2015, 66) překládá slovo stres jako „*zátěž, břímě, nesnáz, tíseň, stav organismu, který je podroben nepříjemným stimulům a brání se, reaguje na požadavky života.*“ Pojímá jej jako reakci na určité podněty či situace. Není to podle něj podnět samotný. Někteří autoři se dále věnují vztahu a rozlišení pojmů zátěž a stres (Křivohlavý, 2009; Paulík, 2012, 2017). Zátěž je chápána jako obecný pojem, který je kategoricky nadřazen termínu stres. Lze ji dělit například podle délky působení, intenzity podnětů či emoční reakce. Popisují ji jako nárok vnějších či vnitřních činitelů vyžadující aktivaci adaptačních schopností jedince. Stres podle Paulíka (2017) pak nastává ve chvíli, kdy je zátěž neoptimální a přesahuje adaptační možnosti organismu. Prožitek stresu se objevuje poté, co člověk nemá k dispozici zdroje či možnosti ke zvládnutí zátěžové situace. Toto vysvětlení je v souladu s teorií R. Lazaruse definující stres jako „*nárok na jednotlivce, který přesahuje jeho schopnost se s nárokem vyrovnat*“ (Lazarus, nedat., in Schreiber, 1992, 11).

Stres je tedy v současné literatuře definován jako reakce, kdežto podnět spouštějící reakci se nazývá stresor. Křivohlavý (2009) ho řadí mezi situační podněty působící



na člověka. Vysvětluje jej jako tlak, který může mít negativní vliv na jedince – projevem mohou být pracovní požadavky, finanční problémy, rodinné vztahy nebo životní změny. Neoptimální zátěž může mít formu extrémně silně působících podnětů nebo dlouhodobě minimálních nároků. Paulík (2017) dále rozlišuje běžné typy náročných situací, do kterých řadí problémy, frustrace, deprivace, konflikty, nemoc, utrpení a krizi.

Stresory jako spouštěče mohou na základě specifické individuální reakce způsobit fyziologické změny v těle, jako je například zvýšení tepové frekvence a krevního tlaku. Mohou vést k emocionálním či myšlenkovým reakcím projevujícím se jako úzkost nebo strach. Na tyto termíny navazuje individuální rezpozivita na stres, která souvisí s odlišnou fyziologickou reakcí – u některých jedinců se vyskytuje intenzivnější odezva než u jiných. Samotné vnímání stresu i stresoru je velmi individuální a je založeno na osobnosti, zkušenostech a zdrojích, které má jedinec k dispozici (Ayers & Visser, 2015).

S individuálním vnímáním stresu je spojeno jeho psychologické pojetí, konkrétně teorie Richarda Lazaruse. Ten původní biologické pojetí stresu dále rozšířil o složky kognitivní, konativní a emocionální. Zdůrazňuje individualitu člověka a jeho jedinečné vnímání okolního světa. Stresová reakce je podle něj závislá na interpretaci významu situace a posouzení míry ohrožení. Jeho teorie se opírá o model dvojího hodnocení.

V procesu primárního hodnocení jedinec zvažuje situaci z hlediska ohrožení (svého zdraví, sebepojetí, existence apod.) a důsledků z toho vyplývajících. Výsledkem primárního procesu hodnocení může být vnímání situace jako pozitivní, irelevantní či stresující. Při vyhodnocení podnětu jako stresujícího dochází k sekundárnímu procesu.

Sekundární hodnocení se týká jedincových schopností (copingových strategií a možností, schopnosti aktivně se bránit apod.), které jsou potřebné pro úspěšné zvládnutí stresující situace nebo jejích následků (Lazarus, 1966; in Lazarus & Folkman, 1984). Oba tyto procesy zahrnují objektivní i subjektivní faktory ovlivňující rozhodování, interpretaci a hodnocení. Stres následně vzniká, pokud člověk vyhodnotí svoje schopnosti a zdroje jako nedostatečné (Lazarus & Folkman, 1984).

V první fázi procesu kognitivního hodnocení jedinec neposuzuje pouze situaci z hlediska ohrožení, ale také zvažuje situační obsah (co se děje) a důvod (proč se to děje). Na výsledku tohoto procesu se podílí složky jako jsou přesvědčení, hodnoty a cíle (Folkman, 2010). Náboženství jako systém přesvědčení se na tomto procesu účastní již v první fázi, ne pouze ve fázi zvládnutí ve formě náboženského copingu.

Existují faktory, které přispívají ke vnímání situace jako ohrožující. Řadí se sem možnost ovlivnit situaci a s tím spojená vnímaná kontrola (Dewe et al., 2010), dále náhlý vznik situace a její nepředvídatelnost. Velkou roli hraje také subjektivně vnímaná míra zátěže, kdy jedinci přijde jako nadměrná či nevládnutelná (Folkman, 2010). Mezi další faktory lze zařadit situace vyžadující kompletní přizpůsobení (příkladem může být narození prvního dítěte) či události spojené s vnitřními morálními nebo etickými konflikty (Paulík, 2017).

## 2.2 Reakce na stres

Ve chvílích, kdy člověk podléhá stresu, se u něj spouští fyziologické reakce, které by mu měly pomoci v překonání určité překážky či zátěže. Pokud však jedinec nedisponuje zdroji ke zvládnutí dané nepříznivé situace, nastávají negativní důsledky působení stresu. Stres může mít různý efekt na organismus s ním spojené fyzické a psychické zdraví. To je také důvod, proč je stále ústředním tématem zkoumání.

Působení stresu a s ním spojené důsledky lze z časového hlediska rozdělit na bezprostřední projevy a účinky trvalejšího druhu. Mezi bezprostřední projevy se dají zařadit:

- krátkodobé psychické stavy – emoční rozlada, ztráta motivace, narušení koncentrace a krátkodobé paměti,
- somatické potíže – bolest hlavy, břicha, změna tepové frekvence,
- behaviorální reakce – agresivní, hostilní projevy, pasivita apod.

Důsledky trvalého druhu se mohou projevit jako celková nespokojenost, vyčerpání, dlouhodobé bolesti hlavy nebo změny chování. Trvalý stres taktéž může působit v oblasti duševního zdraví. Může se tak podílet na rozvoji či zhoršení některých psychických poruch (Paulík, 2017).

Zátěž v životě člověka se nemusí vždy projevit negativně. Toto hodnocení je velmi závislé na konkrétních okolnostech a kontextu života daného jedince. Stres může v mnoha případech působit jako stimulující podnět vybízející k aktivitě. Současné výzkumy také poukazují na potenciál pro vytvoření prostoru k osobnímu růstu po prožití náročných situací v životě (Berger, 2015). Skinner a Zimmer-Gembeck (2016) poukazují na důsledky, ke kterým může dojít v případě přetrvávajícího nebo příliš silného stresu. Upozorňují, že pokud je člověk vystaven takovýmto podmínkám, může to zcela ochromit jeho způsob zvládnání zátěže, který byl dříve funkční. Pokud se jedinec nedokáže vyrovnat s nároky, které

na něj zátěž vyvíjí, může to vést místo osobnostního růstu a rozvoje ke zdravotním obtížím a rizikům.

Podle Pearlina (2002) má na výskyt stresorů, ať už chronických či akutních, velký vliv sociální a ekonomický status jedince. Stresory, se kterými se lidé setkávají, mohou vést k sekundárním stresorům v ostatních životních oblastech. Například potíže ve finanční oblasti mohou vést k manželským konfliktům, onemocnění může narušit profesní kariéru. Tato souhra okolností může mít po čase dopad na fyzické a duševní zdraví.

### **2.3 Možnosti měření stresu**

Ve snaze zkoumat stres a jeho dopady byly vyvinuty různé měřicí nástroje zastávající odlišné přístupy. V literatuře nacházíme tři základní způsoby měření. Biologické měření se zabývá fyziologickými korelátami stresu, jako jsou srdeční činnost, kožní vodivost a množství kortizolu v krevním oběhu (Singh et al., 2012).

Environmentální přístup se zabývá požadavky kladenými na člověka vyžadujícími adaptaci. Mohou se využít škály významných životních událostí. Další měřicí nástroje se zabývají například chronickým stresem, který může souviset s pracovním prostředím, partnerskými konflikty apod. Jelikož stres není způsoben pouze významnými životními událostmi, existují škály zkoumající každodenní stresory, jako jsou například nedostatek času na jídlo či hádka s kolegou (Cohen, Kessler & Underwood Gordon, 1995).

Odpověď na zátěž, se kterou se člověk setkává, je velmi individuální. Zpracování určité události souvisí s jedinečnými zdroji a zkušenostmi jedince. Je tedy velmi pravděpodobné, že se u každého člověka setkáme s odlišnou reakcí na konkrétní náročnou událost. Z tohoto důvodu existují měřicí nástroje soustředící se na subjektivní vnímání stresu – jak stresor na jedince působí a jak se kvůli němu cítí (Cohen, Kessler & Underwood Gordon, 1995). Vnímaný stres může být považován za výsledek, který souvisí s objektivní přítomností stresujících faktorů, zvládacími zdroji, strategiemi, osobnostními rysy apod. (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983).

### **2.4 Individuální rozdíly ve vnímání stresu**

Jak už bylo v této kapitole mnohokrát zmíněno, vnímání stresu je velmi specifické. Existují proměnné související s tímto faktem. Jedním z individuálních faktorů ovlivňujících vnímání stresu je pohlaví. Mnohé studie poukazují na fakt, že ženy vnímají více stresu než muži

(Brummett et al., 2004; Day & Livingstone, 2003; Matud, 2004). Objevují se rozdíly v biologických i psychických reakcích (Verma, Balhara & Gupta, 2011). Souvislost s odlišnými reakcemi mužů a žen má podle Taylor et al. (2000) hormon oxytocin. Výsledky výzkumu provedeného Matudem v roce 2004 ukazují, že ženy prokazují signifikantně vyšší úroveň chronického stresu než muži a vykazují větší množství běžných denních stresorů. Přestože výzkum neprokázal žádný rozdíl v počtu životních událostí, které způsobují stres, během posledních dvou let, ženy tyto události hodnotily jako více negativní a méně ovlivnitelné než muži.

Důležitým faktorem ovlivňujícím vnímaný stres je podle dalších výzkumů věk. Studie zkoumající tento fenomén zjistily, že s vyšším věkem se množství vnímaného stresu snižuje (Cohen & Deverts, 2012). Podle autorů Cohen a Deverts (2012) vysvětlení může souviset s rozvojem a zlepšením strategií zvládnání postupem času nebo nabytím zkušeností. Toto pojednání je ve shodě s dalšími teoriemi, které poukazují na skutečnost, že lidé ve starším věku se zaměřují spíše na pozitivní aspekty života než na negativní emoce (Lockenhoof, Costa & Lane, 2008; Mroczek, 2001).

Mezi další aspekty spadá i socioekonomický status, který zahrnuje finanční situaci jedince, jeho vzdělání a zaměstnání. Nezaměstnanost může působit na sebevědomí a sebepojetí jedince, jelikož dochází ke ztrátě zdroje příjmů a sociální opory. Lze ji tedy řadit mezi významné stresory (Summer & Gallagher, 2017). Dalším prediktorem v této oblasti je příjem a vzdělání, kdy se zvyšujícím se vzděláním a příjmem se snižuje míra vnímaného stresu (Cohen & Deverts, 2012).

## 3 NÁBOŽENSKÉ A DUCHOVNÍ ZÁPASY

Pro mnoho lidí patří náboženství a spiritualita k velmi důležitým oblastem jejich života. Tyto fenomény mohou ovlivňovat další domény jejich každodenního života. Lze sem řadit zaměstnání, vztahy, trávení volného času, seberegulaci apod. Jako každá dimenze lidské zkušenosti i náboženství a spiritualita mají potenciál k působení radosti i strasti. Výzkumu náboženských a duchovních zápasů se ve značné míře věnovali výzkumníci K. I. Pargament a J. J. Exline. Jejich práce přispěla k prozkoumání tohoto fenoménu v zahraničí. Cílem této kapitoly je přiblížit problematiku náboženských a duchovních zápasů, aby jim čtenář mohl porozumět i ve chvíli, kdy mu toto téma není příliš známé. Náboženské pojmy, které zde budou užívány, byly vysvětleny už v první kapitole. Nyní se budeme věnovat konkrétním projevům náboženství a spirituality v lidském životě. Nejdříve si vysvětlíme, co si čtenář může představit pod pojmem náboženské a duchovní zápas, to znamená jejich teoretické vymezení. Následně uvedeme druhy jednotlivých zápasů a jejich projevy v psychickém životě jedince. V neposlední řadě bude jedna podkapitola věnována dotazníku náboženských a duchovních zápasů, který nám pomáhá tuto problematiku zkoumat. Nakonec zmíníme výzkumy z posledních let zaměřující se na souvislost se stresem a religiozitou a jejich možné dopady.

V zahraničních zdrojích tento fenomén nese název *religious and spiritual struggles*, proto se v této práci může objevovat zkratka R/S pro vyjádření náboženských/duchovních zápasů. Některé tyto zápasy mohou být spíše duchovní (spirituální) podstaty – zaměřují se na vztah s Bohem, přesahujícím nebo posvátným světem. Jiné jsou jasně náboženské – soustřeďují se kolem přesvědčení, praktik či organizovaných náboženských skupin. Oba tyto zápasy se však často překrývají, proto se pro jejich označení může použít například i pouze spojení „duchovní zápas“ (Exline, 2013).

### 3.1 Teoretické vymezení

Lidé se ve svých životech potýkají s různými problémy – někdo bojuje se svou váhou, s tím, že nemůže vstát z postele, někdo s adaptací na novou práci. Náboženské a duchovní zápasy však patří k těm nejhlubším konfliktům. Jejich definice se týká prožívání

napětí, potíží nebo zátěže, jež se soustředí kolem předmětů, které člověk považuje za *posvátné* (Pargament & Exline, 2021).

V této chvíli je dobré připomenout si, co znamená, když je něco *posvátné*. Tento termín byl více vysvětlen v první kapitole této práce v souvislosti s pojmy jako je spiritualita a religiozita. Pargament & Mahoney (2002) referují, že si člověk pod tímto pojmem představí něco, co je spojeno s tradičním náboženstvím – příkladem může být Bůh, Brahma, Jehova či božské kvality aspektů života. Pojem *posvátné* se však neomezuje pouze na náboženské termíny. Lidé mohou tuto kvalitu vnímat skrze zážitky, které se pojí s hodnotami jako je transcendence, ultimátnost a neomezenost. Mohou se objevovat otázky s existenciální podstatou: Kdo jsem? Co je pravdivé? Proč jsem zde? Má život nějaký smysl? Jsem opravdu milován? Není podmínkou, že se tyto otázky vždy pojí se spirituálními záležitostmi. Často se ale stává, že ty nejvíce základní existenciální otázky jsou zahaleny posvátnou důležitostí a významem (Pargament & Exline, 2021).

Výskyt náboženských a duchovních zápasů značí, že některé z oblastí týkající se přesvědčení, praktik a zkušeností vytváří nebo udržují určité napětí či nepohodu. Mohou mít formu jediné základní negativní emoce (hněv, smutek, vina apod.) nebo mohou být reprezentovány vnitřním konfliktem, kdy lidé zažívají pocity a myšlenky, které nemohou jednoduše sloučit (Pargament, 2007).

Tyto zápsy lze pojmut v kontextu širších teoretických rámců. Například byly konceptualizovány jako specifická negativní forma náboženského zvládnání aktivovaná různými životními stresory (Pargament et al., 2005). Náboženské a duchovní zápsy mohou být taktéž vnímány jako související proměnná, stabilní dispozice nebo indikátor obecnější psychické nepohody nebo poruchy (Exline, 2013).

Výzkumníci Exline, Pargament, Grubbs a Yalli (2014) identifikovali šest druhů duchovních zápasů, které se dotýkají nadpřirozených, intrapsychických a interpersonálních oblastí:

- *Božské zápsy* – na sebe berou podobu hněvu nebo zklamání z Boha. Člověk může mít pocit, že ho Bůh potrestal, opustil nebo že ho nemiluje.
- *Démonické zápsy* – zahrnují obavy, že problémy, které člověk zažívá, jsou způsobeny ďáblem nebo zlými duchy. Jedinec se může domnívat, že na něj ďábel útočí nebo ho trýzní.

- *Interpersonální duchovní zápasy* – projevují se jako konflikty s dalšími lidmi a institucemi ohledně náboženských otázek. Může to být hněv na organizované náboženství či pocit, že dotyčného ostatní zranili, špatně se k němu chovali nebo ho urazili v souvislosti s náboženskými nebo duchovními problémy.
- *Zápasy s pochybami* – jsou specifické pocitem zmatenosti ohledně náboženských a duchovních přesvědčení. Jedinec může být těmito pochybami nebo otázkami znepokojený.
- *Morální zápasy* – mohou působit napětí a pocit viny, jelikož člověk nemusí splňovat určité morální zásady nebo může mít potíže s plněním morálních principů.
- *Zápasy týkající se ultimátního smyslu* – zahrnují otázky, které se dotazují, zdali má život hlubší smysl a jestli má vůbec cenu.

Duchovní zápasy se mohou objevovat napříč různými životními situacemi, které mohou souviset s duševním nebo fyzickým onemocněním, přírodními katastrofami, manželskými či rodinnými konflikty (Pargament & Exline, 2021). Tento fenomén se nemusí týkat pouze věřících jedinců, ačkoliv při srovnání ateistů a teistů vykazovali teisté vyšší míru duchovních zápasů. Ateisté stále do jisté míry vykazovali výskyt některých druhů zápasů týkajících se například oblasti morální, interpersonální nebo ultimátního smyslu (Sedlar et al., 2018). Další výzkum v podobném okruhu ukázal, že i lidé, kteří nevěří v Boha, mohou mít negativní emoce ohledně představy Boha (Bradley, Exline & Uzdevins 2017).

V rámci prožívání jedinců, u kterých se duchovní zápasy vyskytují, se může objevovat vnitřní bolest. Důvodem je narušení velmi podstatných přesvědčení, hodnot, praktik a vztahů. Ačkoliv jsou duchovní zápasy bolestivé a mohou vést k různým problémům, neměly by se spojovat s patologií či slabostí. Nelze je řadit mezi symptomy či zdravotní potíže. Z tohoto důvodu byl zvolen název duchovní zápasy místo ostatních pojmů, jako je například duchovní krize, zranění, nepohoda, trauma apod. Duchovní zápasy nenesou pouze bolest, ale i aktivní možnosti a růstový potenciál (Santiago & Gall, 2016).

Možnost růstu skrze utrpení se shoduje i s náboženským výrokem „*víme, že soužení působí vytrvalost, vytrvalost spolehlivost a spolehlivost naději*“ (Bible, překlad 21. století, 2009). Takovéto učení poukazuje na způsob, jakým náboženství dokáže pozitivně přerámovat utrpení jako příležitost k duchovnímu zrání. Výzkumy naznačují, že zdravá víra toleruje určitou míru pochyb, stížností a vyjádření negativních emocí (Exline, Kaplan & Grubbs, 2012).

## 3.2 Druhy R/S zápasů

Jelikož lidé zápasí s oblastmi, které jsou *posvátné* v jakémkoliv jejich vyjádření, duchovní boje se mohou projevit různými v různých formách. Mohou se týkat bohů, démonů nebo jiných nadpřirozených entit. Také mohou zasahovat vztahy s lidmi, rodinami, skupinami, organizacemi či institucemi. Dále se boje mohou pojit s vnitřními přesvědčeními, hodnotami, pocity a praktikami. Současné se jednotlivé zápasy nevyklučují. Člověk je může zažívat odděleně či společně (Exline & Pargament, 2021).

### 3.2.1 Božské zápasy

Lidé v rámci svého přesvědčení mohou věřit v Boha, který k nim má osobní vztah. Prožívání pevného pouta s Bohem může mít mnohé emoční benefity. Věřící mohou nalézt útěchu skrze víru, že jim všemohoucí Bůh může poskytnout podporu, vedení a ochranu. Mnoho jedinců hlásících se ke křesťanské tradici vnímá Boha jako intimního vztahového partnera (Davis et al., 2009) nebo jako postavu umožňující bezpečnou vztahovou vazbu (Granqvist, Mikulincer & Shaver, 2010).

Božský zápas se týká představ o Bohu nebo prožívaného vztahu s Bohem (Exline, Grubbs & Homolka, 2014). Věřící jedinci mohou zažívat negativní pocity nebo mít negativní myšlenky, které souvisí s těmito představami. Podle Exline (2013) mnoho věřících neudává informace o tom, že by mohli Boha vidět nebo slyšet svými fyzickými smysly. Tento nedostatek jednoznačných smyslových důkazů může vyvolat mnoho otázek ohledně božích vlastností, komunikace i samotné jeho existence.

Jedním z častých témat je hněv na Boha. Většina jedinců vnímá pocíťovaný hněv k Bohu jako morálně špatný – konkrétně ti, kteří jsou oddaní své náboženské praxi a disponují pozitivními představami o Bohu (Exline et al., 2012). Na základě tohoto faktu vyvstává otázka, zdali jsou lidé ochotni připustit takovéto pocity – skutečnost tak poukazuje na potenciální potíže při zkoumání onoho jevu skrze sebeposuzující dotazníky. Hněv nebo zklamání z Boha se může projevit při prožívání náročných životních událostí, jako je například nemoc. Člověk může být na Boha naštván například proto, že ho nechává trpět nebo že ho neuzdraví z konkrétní nemoci (Pargament & Exline, 2021).

Lidé mohou také pocíťovat znepokojení ohledně toho, že jsou Bohem potrestáni, opuštěni či nemilováni. Mohou vnímat Boha například jako někoho, kdo je přísně soudí nebo jako rodiče, který nabízí pouze podmíněné přijetí, ačkoliv třeba konkrétní jedinci



intelektuálně vycházejí z tradice vnímající Boha jako milostivého a poskytujícího odpuštění. Může tak docházet i k diskrepanci ohledně vnitřních prožitků značících strach a nevyřešenou vinu (Exline, 2013).

Jako každý zápas i tento může vést k úpadku či růstu. Výzkum Wilt et al. (2019) poukazuje na možný potenciální růst při posilování pocitu partnerství s Bohem. Jedinec se může snažit s Bohem spolupracovat a zvažovat způsoby, jak může Bůh aktivně zasahovat, aby mohl problém vyřešit. Exline (2013) dále zmiňuje důležitost prozkoumání představy člověka o Bohu a možných zdrojů této představy (např. doktrína, socializace, zkušenost s rodiči). Výzkumy poukazují na rizika při zakoušení negativních pocitů a myšlenek týkajících se vztahu s Bohem. Prožívání božských zápasů může například zvýšit risk sebevražedného chování (Currier et al., 2020).

### **3.2.2 Démonické zápasy**

Přesvědčení o existenci nadpřirozených sil zla bylo rozšiřováno skrze lidskou historii až dodnes. Konverzace o zápasech týkajících se tohoto tématu však mohou způsobit nepříjemné pocity. Navzdory tomu démonické zápasy mají velký klinický význam – jejich prožívání je spojeno s emocionální nepohodou. Fenomén „démonizace“ ostatních lidí se pojí s rizikem závažných interpersonálních konfliktů a zranění (Exline et al., 2021).

Démonické zápasy souvisí s vnímáním zlých, nadpřirozených sil, jako jsou démoni či ďábel, které způsobují negativní události. Studie ukazují, že démonické přehodnocení určité situace, jako například rozvodu, je poměrně běžné (Krumrei et al., 2011). Tento způsob vyrovnávání se náročnou událostí často souvisí s dalšími potížemi a problémy s přizpůsobením (Pargament et al., 2001). Přisuzování příčiny negativních událostí ďáblu však může plnit obrannou funkci, jež pomáhá věřícím zachovat si pozitivní obraz o Bohu (Beck & Taylor, 2008). Někteří lidé mohou považovat personifikaci zla jako přijatelnější než představu o světě jako o neosobním vesmíru, kde jsou negativní události přisuzovány pouze náhodě a přírodním zákonům (Exline, 2013).

S tímto tématem se pojí démonická posedlost, která může být spojována se symptomy disociace, jež jsou často přítomny po prožití traumatické události (Hecker et al., 2015). Pokud jedinci tyto symptomy vnímají jako vyjádření démonického vlivu, dochází k využití náboženského zvládání, což však může způsobit ignoraci potenciálně validního vysvětlení. Mohou být taktéž povzbuzováni k využití exorcismu, který je v mnoha komunitách praktikován jako kulturně přijatelná cesta k odstranění vlivu zlých duchů

(Hanwella et al., 2012). Tento rituál může být pro některé jedince způsob, jak uspokojit své potřeby získání pozornosti, emocionální podpory, uvolnění zakázaných a odsuzovaných impulzů. Objevuje se však nebezpečí zneužití moci a nevhodného vyhodnocení symptomů. To může dále vést k negativním důsledkům, jako je prohloubení psychických potíží jedince (Pietkiewicz et al., 2022).

### **3.2.3 Interpersonální duchovní zápasy**

Některé náboženské zápasy se zaměřují konkrétně na mezilidské záležitosti. Velké množství potíží spadá do této kategorie, ať už to jsou rodinné konflikty či náboženské války. Sociálně-psychologické výzkumy mohou být přínosné pro porozumění těmto zápasům díky svým poznatkům o sociálním vlivu, předsudcích a skupinové dynamice. Mezilidské konflikty spojené s otázkami víry jsou specifické ve své podstatě. Podle Park (2005) jsou odlišné od běžných konfliktů mezi lidmi. Je to z toho důvodu, že jsou náboženská přesvědčení často centrálním systémem, skrze který člověk interpretuje svět kolem sebe a přisuzuje mu smysl. Narušení těchto smysluplných záležitostí nese tedy velký význam.

Jedním z mnoha druhů interpersonálních konfliktů mohou být neshody ohledně náboženských otázek. Ačkoliv jsou spolu lidé schopni souhlasit o obecných přesvědčeních, jako je například existence Boha, neshoda se pak může projevit v dalších specifických pohledech. Tyto rozepře mohou způsobovat například napětí v rodině (Curtis & Ellison, 2002). Lidé s menšinovým náboženským přesvědčením v rámci větší skupiny mohou zažívat různé obtíže od provokací, sociálního vyloučení až po agresi (Exline, 2013). Tyto projevy se mnohdy objevují mezi lidmi, kteří se identifikují jako gayové, lesby, bisexuálové či transgender (Halkitis et al., 2009).

Některé náboženské zápasy se týkají přestupků, které způsobily náboženské osoby nebo skupiny. Souvisí například s přímým ublížením ze strany členů náboženských skupin. Mohou mít rozličnou formu od negativních sociálních interakcí (Ellison et al., 2009) po sexuální zneužívání ze strany duchovních (Pargament et al., 2008). Zvláště zraňující mohou být činy ze strany duchovních vůdců. Dopad souvisí s jejich autoritativní pozicí. Jsou často vnímáni jako představení Boha, tím pádem může jedincům připadat, že jejich morální přestupky odráží Boha samotného. Nejenže tyto činy způsobují rozpory uvnitř komunit, ale mohou být také důvodem k zavržení náboženství a přehlédnutí jeho přínosů (Exline, 2013).

Vyvstává otázka, jak se mohou lidé a náboženské komunity uzdravit z poškození způsobených těmito přestupky. Existují různé postupy vytvořené pro specifické problémy –

například práce s traumatem v případech zneužití, pastorační péče či odpuštění. Některým jedincům může pomoci zaměřit se na všeobecné lidské omezení, které poukazuje na nevyhnutelné chyby a nedostatky lidské přirozenosti (Exline, 2013).

### **3.2.4 Pochyby**

Věřící jedinci mohou taktéž zažívat potíže ve chvíli, kdy se snaží sjednotit své myšlenky a přesvědčení o Bohu nebo náboženských doktrínách. Pokusy o zachování cenných nebo dlouhodobě udržovaných přesvědčení mohou selhat, jelikož jsou lidé stále vystavováni novým nápadům či protichůdným informacím. Ve chvílích, kdy se lidé setkávají s negativními životními událostmi, usilují o nalezení vysvětlení, proč se ona událost děje a jaký má smysl. Často však zjišťují, že jejich náboženský významový systém nedokáže poskytnout uspokojivé odpovědi, a to může vést k pochybám (Exline, 2013).

Náboženské pochyby často souvisí s negativními pocity, jako jsou hněv a zmatenost (Gall & Grant, 2005). Náboženské pochybnosti mohou nastat, pokud se člověk setká s neslučitelnými názory. Příkladem lze uvést život v náboženské komunitě, kdy chování členů nemusí odpovídat základnímu náboženskému učení. Zde je pravděpodobné narušení základních předpokladů, na kterých je víra postavena – to může vést k zahořklosti a zášti (Ellison et al. 2009). Nevyřešená kognitivní disonance mnohdy vyústí v bolestivé pocity psychické nepohody (Krause & Ellison, 2009). Pochybování je spojeno s vyšší mírou deprese u těch jedinců, kteří jsou více zapojeni v rámci náboženství – podle autorů studie je toto spojeno s možnou nevyřešenou kognitivní disonancí (Krause & Wulff, 2004).

Studie se v minulosti zaměřovaly na pochyby jako na důsledek nebo reakci na utrpení v životě či traumatické události (Exline & Rose, 2005). Někteří autoři však zastávají názor, že pochybnosti jsou nevyhnutelnou cestou k prohloubení víry v určitá přesvědčení. Fowler (2001) tvrdí, že je tento fenomén významnou součástí tvorby identity a náboženského vývojového procesu. Krause (2009) hovoří o důležitosti vhodného zvládnutí pochybností. Jedině tak může podle něj vést k růstu. Na druhou stranu pochyby mohou vést pro některé jedince k odchodu od víry a náboženství (Hunsberger, Pratt & Pancer, 2002).

### **3.2.5 Morální zápasy**

Všechny společnosti mají morální pravidla, podle kterých identifikují různé druhy akcí jako správné či špatné. Obecně tyto zásady zamezují sobeckému, impulzivnímu a nepromyšlenému jednání. Místo toho podporují přínosy širší perspektivy, které jsou

spojeny s přispíváním společnosti. Ačkoliv mají lidé tendence a impulzy podobné zvířatům, jako jediný druh jsou schopni jim nepodléhat – tato schopnost se nazývá sebekontrola. Náboženství jako vnější zdroj disciplíny může být velmi nápomocné v rozvinutí této dovednosti (Geyer & Baumeister, 2005).

Morální zápas zahrnuje vnímaný konflikt mezi chováním jedince a jeho vnitřními základními náboženskými či spirituálními hodnotami. Tyto zápasy se týkají napětí mezi duchovními principy a jednáním. Mohou se objevovat obavy z porušení morálních zásad, nadměrný pocit viny z údajného špatného chování, pocity rozpolcenosti mezi tím, co je správné a špatné (Exline, 2013).

Ačkoliv člověk nemusí vždy zápasit se strachem z božího potrestání, může se trápit nedokonalostí svého morálního chování či charakteru. Příkladem lze uvést prohlášení jako „jsem příliš slabý na to, abych přestal pít“ nebo „jsem sobecký“. Z určitého pohledu lze tento typ zápasů pojmout psychologickými termíny jako osobní selhání nebo limitace. Specifická náboženská přesvědčení nebo praxe však mohou zvýšit pocit viny nebo úzkost ohledně morálního selhání. Například negativní pohled na lidskou přirozenost může vést ke studu a sebenenávisti. Přísný přístup k náboženským pravidlům někdy přispívá k perfekcionismu souvisejícímu s nadměrnými pocity viny a úzkosti (Abramowitz et al., 2002). Takový přístup ke hříchu může být spojen s představami o posmrtném životě, jako je strach z pekla nebo ve východních tradicích špatná karma (Exline & Yali, 2006).

V závažných formách může být extrémní dodržování pravidel znakem obsedantně kompulzivní poruchy, která vyžaduje speciální léčbu. V přijatelnějších případech může zpracování náboženského studu a viny pomoci jedinci přijmout lidskou nedokonalost skrze odpuštění, soucit se sebou samým a pokoru (Wayment & Bauer, 2008).

Pargament a Exline (2021) poznamenávají, že se lidé často setkávají s morálními zápasy ve chvíli, kdy dochází k vyčerpání ega životním stresem a napětím. Některé výzkumy ukázaly, že oslabení ega zvyšuje pravděpodobnost podlehnutí pokušení jako je opíjení se, nevěra či krádež (Baumeister & Vonasch, 2015; Hagger et al., 2010).

### **3.2.6 Zápasy týkající se smyslu života**

Jak už bylo zmíněno v první kapitole, jednou ze základních funkcí, kterou náboženství zastává, je poskytnutí smyslu v životě. Ten zahrnuje přesvědčení, že existence je důležitá a svět je srozumitelný a ucelený. Člověk má pocit smysluplnosti ve svém životě (Baumeister,

1991). Potřeba smyslu je každému jedinci přirozená. Z mnohých výzkumů vyplývá, že chybějící pocit smyslu přispívá k obtížím s psychosociální adaptací (Krause, 2007; Mascaro & Rosen, 2005; Steger, Oishi & Kashdan, 2009).

Koncept ultimátního smyslu je zakotven v tradiční existenciální psychologii. Zabývá se do hloubky celou povahou existence, spirituality, identity a významem utrpení. Nelze jej pouze redukovat na kognitivní úsudek člověka, že život je smysluplný a ucelený (Wong, 2014).

Zápasy s ultimátním smyslem zahrnují vnitřní konflikt ohledně znepokojení, že život nemá hlubší smysl nebo že existence nemá zásadní význam. Zahrnují potíže s pochopením podstaty existence, spirituality, života, smrti a utrpení, společně s bolestí, která tyto problémy provází. Jedinec může pociťovat beznaděj a ztracenost (Exline et al., 2014). Wilt et al. (2017) poznamenávají, že chybějící smysl je více spojen s nespokojeností v životě, kdežto zápasy s vnímáním hlubšího smyslu souvisí více s depresí.

### 3.3 Škála RSS

K měření fenoménu náboženských a duchovních zápasů byly v minulosti sestaveny různé měřicí nástroje. Každý z těchto nástrojů se zaměřuje na jednu konkrétní doménu duchovních zápasů. Největší pozornost se věnovala *božským zápasům*. Příkladem může být Brief RCOPE (Pargament et al., 1998), kdy pět ze sedmi položek měří *božský zápas*. Dále existují nástroje měřící třeba oddanost Bohu (Beck & McDonald, 2004; Rowatt & Kirkpatrick, 2002) a hněv vůči Bohu (např. Exline et al., 2011). Ostatní nástroje se zabývají náboženskými pochybami (např. Altemeyer & Hunsberger, 1997; Krause & Ellison, 2009), hledáním smyslu života (Steger et al., 2006), vnitřním znepokojením ohledně náboženství (např. Ellison et al., 2009), strachem a pocitem viny, které souvisí s náboženskými problémy (Exline et al., 2000).

Pro účely měření více oblastí (nadpřirozených, interpersonálních a intrapersonálních) náboženských zápasů najednou vytvořili autoři Exline, Pargament, Grubbs a Yali (2014) Škálu náboženských a duchovních zápasů – *Religious and Spiritual Struggles Scale* (RSS Scale). Ta je tvořena 26 položkami, které spadají do šesti subškál (Exline et al., 2014):

- *Božská* – konflikty týkající vztahu s Bohem, jsou spojeny s negativními emocemi (např. „Byl/a jsem rozzlobený/á na Boha.“).

- *Démonická* – obavy spojené s působením zlých duchů/d'ábla (např. „Cítil/a jsem, jako by se mě d'ábel nebo zlý duch pokoušel odvracet od toho, co je dobré.“).
- *Interpersonální* – vztahové konflikty či negativní zkušenosti s lidmi či náboženskými institucemi (např. „Cítil/a jsem se odmítaný/á a nepochopený/á věřícími lidmi).
- *Morální* – zahrnuje zápasy s morálními principy a s tím spojené pocity viny při jejich porušení (např. „Cítil/a jsem se provinile, protože nežiji podle svých morálních zásad).
- *Pochybnosti* – otázky a pochyby spojené s vírou a přesvědčeními (např. „Obtěžovaly mě pochybnosti nebo otázky ohledně náboženství nebo víry).
- *Smysl života* – problémy s vnímáním smyslu v životě (např. „Cítil/a jsem se, jako by můj život neměl hlubší smysl).

Pro účel výzkumu tohoto fenoménu v českém prostředí autoři Janů, Maliňáková, Fürstová a Tavel (2018) provedli překlad a následnou psychometrickou analýzu škály RSS. Test reliability, který byl proveden za pomoci Cronbachovy alfy, dosahoval hodnoty 0,96. Autoři tedy zdůrazňují vysokou vnitřní konzistenci českého překladu RSS škály. V rámci původní studie (Exline et al., 2014) škála vykazovala taktéž vysokou vnitřní konzistenci ( $\alpha = 0,91$ ). Oproti originální studii však česká verze RSS dotazníku vykazovala pouze třífaktorovou strukturu namísto původních šesti. Autoři však podotýkají, že tento jev může být způsoben sekulární populací v ČR, na které byla tato psychometrická analýza prováděna. Je tedy možné, že některé položky, jako například ty, které se týkají „nadpřirozena“, mohou lidé vnímat odlišně než v zemích, které jsou převážně religiozní.

Škála se nyní využívá mezinárodně v rámci různých studií. I v České republice se tento fenomén začal zkoumat, jak už bylo zmíněno výše, proběhla psychometrická analýza RSS škály (Janů et al. 2018), dále se uskutečnil výzkum vztahu mezi traumatickými zážitky v dětství a výskytem duchovních zápasů (Janů et al., 2020). V zahraničí se studie soustředily na hledání vztahu mezi duchovními zápasy a religiozitou, osamělostí, vnímáním smyslu života (Exline et al., 2014), duševním zdravím, mírou životní spokojenosti, úzkostnosti a depresivních symptomů (Abu-Raiya et al., 2016).

### 3.4 Výzkumy R/S zápasů

Náboženstvím a spiritualitou a jejich vlivem na život člověka se výzkumníci zabývají už několik desetiletí. Jak se ukázalo, náboženství může mít jak pozitivní, tak i negativní vliv

na život člověka. Předmětem výzkumu se tak staly například zvládací strategie typické pro věřící jedince. Pozitivní vliv se projevuje třeba snížením negativního dopadu stresu na organismus člověka (Whitehead & Bergeman, 2020), vypořádáním se s fyzickou nemocí (Ironson, Kremer & Lucette, 2016) nebo zvýšením kvality života (Ramirez et al., 2012). Náboženství a spiritualita mohou taktéž naplnit lidskou potřebu smyslu, útěchy a vazby (Exline, 2013).

Mnohé studie však poukazují na opačný vliv. Díky různým výzkumům se zjistilo, že náboženské prožívání může působit v životě jedince nepohodu, stres či napětí (Pargament, 2002, Abu-Raiya et al., 2015). Často se tak stává ve chvílích, kdy věřící lidé při vypořádávání se se zátěžovou situací volí strategie negativního náboženského copingu, který je asociován s horším psychickým a fyzickým zdravím (Exline et al., 2014).

### **Výskyt R/S zápasů**

Zdá se, že náboženské a duchovní zápasy jsou často spojeny se stresujícími životními událostmi. Například vietnamští veteráni vykazovali vyšší hodnoty prožívání R/S zápasů ve srovnání s normální populací (Currier, Drescher & Harris, 2014). Dále byl nalezen silnější pozitivní vztah mezi R/S zápasy a úzkostí či fobickou úzkostí u participantů, kteří prodělali v nedávné době nemoc (McConnell et al., 2006). Využití negativních strategií náboženského copingu a s tím spojené vyšší hodnoty depresivního prožívání se projevily u jedinců s prožitou traumatizující událostí (Ahrens et al., 2009). Pandemie COVID-19 měla také dopady, jež měly například formu pochyb o existenci Boha a o dalších přesvědčeních pojících se s vírou jedince – to podle studie Zhang et al. (2021) vedlo ke zvýšení prožívané úzkosti. V další studii o rodinných pečovateli o blízké s demencí byly často zaznamenány zápasy týkající se morální oblasti (64,5 %), ultimátního smyslu (61,6 %) a pochyb (48 %) (Wong & Pargament, 2019).

Některé výzkumy se věnovaly přímému efektu stresujících událostí na prožívání R/S zápasů. Studie provedená na vzorku vysokoškolských studentů (N = 2 525) potvrdila hypotézu o souvislosti stresu, měřeného pomocí 19 stresujících životních událostí, a vyšším výskytem R/S zápasů (Stauner et al., 2019). Obdobně se tento vztah objevil i u populace dospělých jedinců hlásících se k protestantskému vyznání víry (N = 336) (Bjorck & Thurman, 2007). Přímý pozitivní vliv negativních životních událostí na prožívání R/S zápasů byl prokázán u i dvou longitudinálních studií (Haugen 2012; Wortmann, Park & Edmondson 2011).

Náboženské a duchovní zápasů nejsou neobvyklé. V národní studii provedené na více než 17 tisících respondentech se ukázalo, že v posledních týdnech početná menšina prožila některé ze šesti druhů zápasů – božské (32 %), démonické (31 %), interpersonální (35 %), morální (49 %) a týkající se ultimátního smyslu (43 %). Další národní výzkum v USA (N = 1000) uvádí, že 75 % dotazovaných mělo někdy v průběhu života duchovní problémy. Jedna třetina až jedna polovina respondentů uvedla prožití duchovních zápasů v posledních týdnech. Tyto konflikty se podle nich nevztahovaly pouze na určitou náboženskou skupinu. Fenomén těchto zápasů se objevoval u jedinců hlásících se ke křesťanství, islámu, židovství, hinduismu, buddhismu i ateismu. Zahrnoval také všechny demografické skupiny (Exline, Pargament & Grubbs, 2014). Winkelman et al. (2011) se ve své studii zabývali kvalitou života a spirituálními obavami u pacientů s pokročilým stádiem rakoviny (N = 69). Většina pacientů (86 %) prožívala jeden nebo více spirituálních zápasů. U některých (30 %) se objevovala otázka, proč to Bůh dopustil, další (29 %) přemýšleli, zdali je Bůh opustil. Čtvrtina pacientů byla naštvána na Boha a pochybovala o boží lásce k nim. Dále někteří respondenti (22 %) měli za to, že jejich nemoc je trest od Boha.

Studie taktéž odhalily individuální rozdíly v předpokladech souvisejících s rozvojem náboženských nebo duchovních zápasů. Mezi demografické faktory zvyšující jejich výskyt řadí mladý věk (Exline et al., 2011; McConnell et al., 2006), ženské pohlaví (Bryant & Astin, 2008) a rodinný stav – svobodný (McConnell et al., 2006).

### **Souvislost R/S zápasů s psychickým zdravím**

Objevuje se častá souvislost náboženských a duchovních zápasů s psychickou nepohodou a horším psychickým zdravím. Plošná studie Abu-Raiya et al. (2015) zkoumající tento vztah byla provedena na reprezentativním vzorku v americké populaci lidí (N = 2200), kteří ve svém životě zažívají různé stresující události. Výsledky poukázaly na signifikantní pozitivní korelaci všech R/S zápasů s depresivními symptomy a generalizovanou úzkostí. Statisticky významná negativní korelace byla dále ve vztahu R/S zápasů s životní spokojeností a radostí. Duchovní zápasů jsou velmi časté u jedinců, kteří vyhledávají pomoc ohledně psychických potíží. Například 50 % starších dospělých s depresí informovalo o výskytu R/S zápasů (Murphy, Fitchett & Emery-Tiburcio, 2016) a také 47 % pacientů v ambulantní péči s poruchami nálad (Rosmarin, Malloy & Forester, 2014). Dále



jsou tyto zápasy spojeny s vyšším výskytem suicidálních myšlenek (Upenieks, 2022; Raines et al., 2022).

Na druhou stranu se objevuje i pozitivní výsledek související s prožíváním náboženských a duchovních zápasů. Vztah se projevuje s růstem vycházejícím ze stresu, duchovním růstem, otevřeností, sebeaktualizací a menším výskytem předsudků (Hill & Pargament 2003; Zarzycka & Zietek 2018). Další studie prokázaly souvislost R/S zápasů a posttraumatického růstu (Jung et al. 2022; Pargament, Koenig & Perez 2000).

### **Religiozita a R/S zápasy**

Jak už bylo zmíněno, náboženství a s ním spojená religiozita mají příznivý vliv na zdraví člověka. Projevuje se skrze účast na bohoslužbách, soukromou praxi (například modlitba), celkové náboženské zapojení a prožívání (Turner, 2015). Vztah mezi náboženskými a duchovními zápasy a religiozitou ale není jednoznačný. Ačkoliv existují výzkumy, které poukazují na souvislost vyšší míry religiozity s volbou pozitivních copingových strategií při vypořádávání se negativními událostmi v životě (Ai et al., 2010; Zwingmann, 2008), objevují se i studie nepotvrzující tento jev v souvislosti s prožíváním R/S zápasů. Například výzkum zaměřující se na protektivní funkci religiozity při prožívání R/S zápasů s vnímaným stresem nenalezl důkazy potvrzující tuto hypotézu. Populace vystavená stresu čelí různým druhům duchovních zápasů bez ohledu na míru religiozity (Stauner et al., 2019).

Rozdílly se však objevují ve výskytu různých druhů R/S zápasů. Lidé, kteří vnímali náboženství jako velmi významné a jsou více zapojeni v náboženských aktivitách, vykazují více démonických a morálních zápasů (Exline et al., 2017). Oproti tomu jedinci, kteří vykazovali nižší náboženské zapojení a nižší míru vnitřní religiozity, prožívali ve větší míře hněv a zklamání vůči Bohu (Exline et al., 2011). Dále u věřících vykazujících vyšší skóre při měření religiozity byla nižší pravděpodobnost prožívání zápasů týkajících se ultimátního smyslu (Exline et al., 2014).

Některé výzkumy poukazují na vliv odolného náboženského systému významů na souvislosti s prožíváním R/S zápasů. Mezi indikátory pevného významového systému lze zahrnout například soubor hlavních náboženských přesvědčení, praxí a zdrojů zvládnání. Bylo zjištěno, že tyto ukazatele snížily vztah mezi R/S zápasem a depresivními symptomy v populaci náboženských dospělých jedinců v USA (Abu-Raiya, Pargament & Krause, 2016). Další výzkum srovnával vliv náboženského životního smyslu a obecného životního

smyslu na vztah mezi finanční tísni a užíváním drog. Tlumící účinek měl pouze náboženský životní smysl (Krause et al., 2017).

Vysoká úroveň náboženského zapojení může být vhodným předpokladem tlumícího efektu ve vztahu negativních událostí a R/S zápasů. Kent et al. (2022) poukazují na možnost opačného působení. Výsledky různých výzkumů naznačují, že jedinci identifikující se jako vysoce náboženští mohou zažívat více negativních důsledků působení R/S zápasů (Ellison et al., 2013). Významnost náboženství v životě jedince je podle Wilt et al. (2017, 2019) v průběhu času spojena s vyšším výskytem R/S zápasů. Lidé, kteří jsou více zapojení v rámci svého náboženství, mají větší pravděpodobnost prožívání R/S zápasů. Tento jev však nemusí být vnímán negativně, jelikož zpochybnění víry může být zdravou reakcí na negativní zkušenost (Exline, 2013).

### **Výzkumy v ČR**

V České republice se výzkumy zaměřily na adaptaci zahraničních měřicích nástrojů pro výzkum tohoto fenoménu i v naší populaci. Byla provedena například psychometrická analýza české verze dotazníku Brief RCOPE, konkrétně škály negativního copingu (Janů et al., 2019), která zčásti měří oblast konfliktů spojených se vztahem k Bohu.

Dále bylo provedeno psychometrické ověření Škály náboženských a duchovních zápasů (RSS) (Janů et al., 2018), která je využita pro výzkumné účely této práce. Jelikož tato studie byla provedena na reprezentativním vzorku české populace, nebylo zde mnoho respondentů, kteří by se hlásili k určitému náboženství, a tudíž interpretace výsledků této studie může být omezena. Potvrdila se však vysoká vnitřní konzistence dotazníku. Faktorová analýza potvrdila pouze tři faktory, autoři tedy doporučují využívat zkrácenou verzi škály pro výzkumné účely prováděné v sekulárním prostředí, která zahrnuje tři subškály – Božskou, Morální a Interpersonální. Výsledky výzkumu ukázaly, že větší míru duchovních zápasů zažívají jedinci, kteří dosahují vyššího věku – ti nabývají vyšších hodnot ve škále *Božská*. Dále lidé žijící osaměle vykazovali vyšší hodnoty ve všech škálách, kromě škály *Pochybnosti*. Také ve srovnání ekonomické aktivity a vzdělání výsledky poukazují na vyšší hodnoty duchovních zápasů u respondentů se základním vzděláním a u těch, kteří jsou nezaměstnaní. Rozdíl v prožívání nebyl nalezen u jedinců různého pohlaví.

Další studie v českém prostředí byla zaměřena na analýzu vztahu traumatických zážitků z dětství a prožíváním duchovních zápasů v dospělosti. Zde se ukázalo, že všechny druhy traumat byly spojeny s vyšším rizikem výskytu náboženských a duchovních zápasů,

přičemž nejvyšší hodnoty vykazovala subškála *Démonických zápasů*. Výsledky také značí, že byl tento jev potvrzen jak u věřících, tak i u nevěřících respondentů (Janů et al., 2020).

## VÝZKUMNÁ ČÁST

## 4 VÝZKUMNÝ PROBLÉM, CÍLE PRÁCE, HYPOTÉZY A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Studie zkoumající religiozitu a spiritualitu se v minulosti zabývaly jejich pozitivním vlivem na život člověka. Existují však i různé výzvy spojené s touto problematikou. Lze mezi ně například zařadit náboženské a duchovní zápasy. Tyto zápasy nastávají, pokud se nějaké aspekty náboženských přesvědčení, myšlenek nebo emocí stanou ústředím konfliktu či znepokojení (Exline et al., 2014). Mnohé studie poukazují na souvislost mezi prožitím negativních životních událostí a výskytem těchto zápasů (Staner et al., 2019). Výzkumné zaměření se týkalo například vztahu náboženských a duchovních zápasů s prodělaným onemocněním (McConnell et al., 2006) či prožitou traumatickou událostí (Currier, Drescher & Harris, 2014; Ehrens et al., 2009). R/S zápasy jsou často spojeny s depresivními a úzkostnými symptomy (Abu-Raiya et al. 2015) a horším psychickým přizpůsobením, které se může projevit zvýšenou mírou vnímaného stresu (Ano & Vasconcelles, 2005).

S fenoménem náboženských a duchovních zápasů velmi úzce souvisí religiozita jedince. Ta udává, jak je náboženství pro člověka důležité a jak moc ovlivňuje jeho vnímání, prožívání a celkový život (Huber & Huber, 2012). Ukazuje se, že jedinci vykazující vyšší míru religiozity dávají přednost pozitivním strategiím náboženského zvládnání před negativními (Ai et al., 2010; Zwingmann, 2008). Podle Staunera et al. (2019) však populace vystavená stresu čelí různým druhům duchovních zápasů bez ohledu na míru religiozity. Rozdílly se ale objevují ve výskytu konkrétních druhů zápasů. Například u jedinců vykazujících nižší náboženské zapojení se objevoval hněv a zklamání vůči Bohu (Exline et al., 2011). Oproti tomu lidé více zapojení v náboženských aktivitách bojovali s konflikty v oblasti démonické a morální (Exline et al., 2017). Role religiozity zde tedy není jednoznačná. Někteří poukazují na tlumící efekt projevů R/S zápasů (Krause et al., 2017). Jiní tvrdí, že vysoce religiózní lidé mohou být R/S zápasy více negativně ovlivněni (Kent et al., 2022).

Výzkumy byly často provedeny v rámci populace v USA (Exline et al., 2014; Stauner et al., 2019). Nemůžeme si být tedy jisti, zdali lze tyto výsledky aplikovat i na českou populaci. Jak naznačují dřívější zjištění, výskyt konkrétních fenoménů spojených s náboženským prožíváním může být ovlivněn specifickou kulturou (Heiderová, 2021).

V České republice byla provedena psychometrická analýza Škály náboženských a duchovních zápasů (Janů et al., 2018). Dotazníkové šetření bylo uskutečněno na reprezentativním vzorku české populace – nebylo zde tedy mnoho jedinců hlásících se k náboženství. Interpretace výsledků může být omezena. Sami autoři v rámci diskuze navrhuji provést výzkum u vzorku religiózních respondentů. Výsledky sčítání lidu ukazují, že náboženská víra stále zůstává důležitým tématem pro část populace – za věřící se považuje přibližně 2,3 milionu obyvatel (Český statistický úřad, 2021). Prozkoumání tohoto fenoménu je podstatné z hlediska poskytování psychologické péče věřícím lidem. Je tedy potřeba zmapovat jak zdroje, tak i možná rizika související specificky s kontextem jejich víry.

Výzkumný problém této práce je prozkoumání náboženských a duchovních zápasů v populaci českých jedinců hlásících se ke křesťanství. Zajímá nás jejich souvislost se zátěžovými událostmi, vnímaným stresem a religiozitou jedince.

## 4.1 Cíle výzkumu

Na základě informací uvedených v předchozí kapitole jsme stanovili následující výzkumné cíle:

- 1) Zmapovat a popsat základní sociodemografické charakteristiky, míru religiozity, vnímaný stres a R/S zápasů u výběrového souboru.
- 2) Zmapovat a popsat rozdíly v prožívání R/S zápasů v souvislosti s pohlavím a dalšími sociodemografickými údaji.
- 3) Zjistit, zda se liší výskyt náboženských a duchovních zápasů v souvislosti s prožíváním negativních událostí a významných životních změn.
- 4) Ověřit vztah mezi negativními událostmi, významnými životními změnami a vnímaným stresem.
- 5) Ověřit souvislost R/S zápasů s vnímaným stresem a prozkoumat, jak se R/S zápasů podílí na predikci míry vnímaného stresu společně s negativními událostmi a významnými životními změnami.
- 6) Zjistit, jak souvisí míra religiozity s konkrétními druhy náboženských a duchovních zápasů a jaký má efekt na vztah mezi R/S zápasů a vnímaným stresem. Prozkoumat, jak se liší prožívání konkrétních druhů R/S zápasů mezi věřícími v souvislosti s mírou religiozity.

## 4.2 Hypotézy a výzkumné otázky

V návaznosti na formulované cíle výzkumu jsme stanovili následující hypotézy a výzkumné otázky.

Předpokládáme, že se objevují rozdíly v prožívání náboženských a duchovních zápasů mezi muži a ženami. Chceme také zmapovat rozdíly v souvislosti s dalšími sociodemografickými údaji. Z dřívějších studií totiž víme, že výskyt R/S zápasů souvisí s určitými předpoklady, jako je například mladý věk (Exline et al., 2011), ženské pohlaví (Bryant & Astin, 2008) nebo rodinný stav – svobodný (McConnell et al., 2006).

**H1:** *Muži a ženy se liší v dosažených hodnotách Škály náboženských a duchovních zápasů (RSS).*

**Výzkumná otázka 1:** *Které dimenze R/S zápasů jsou u mužů a žen odlišné?*

**Výzkumná otázka 2:** *Existují rozdíly v prožívání náboženských a duchovních zápasů mezi věřícími hlásícími se k různým církvím?*

**Výzkumná otázka 3:** *Existují rozdíly v prožívání náboženských a duchovních zápasů v souvislosti s vybranými sociodemografickými charakteristikami?*

Chceme prozkoumat rozdíly ve výskytu náboženských a duchovních zápasů u konkrétních jedinců v souvislosti s prožíváním negativních událostí (zdravotní, rodinné a pracovní problémy) a významných životních změn. Na fenomén prožívání R/S zápasů v souvislosti s prožitím negativních a stresujících událostí poukazují mnohé studie (Currier, Drescher & Harris, 2014; Staner et al., 2019). Chceme tento jev prozkoumat i v naší práci.

**H2:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci zdravotní problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří zdravotní problémy neměli.*

**H3:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci rodinné problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří rodinné problémy neměli.*

**H4:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci pracovní problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří pracovní problémy neměli.*

**H5:** *Lidé, kteří v posledním měsíci prodělali významné životní změny, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří významné životní změny neprodělali.*

Zajímá nás, jak souvisí náboženské a duchovní zápasy s vnímaným stresem. S tímto také předpokládáme, že negativní události a významné životní změny souvisí s mírou vnímaného stresu a podílí se na jeho predikci. Chceme tento model více prozkoumat v souvislosti s náboženskými a duchovními zápasy. Z dřívějších výzkumů můžeme vidět, že jsou R/S zápasy asociovány s horším psychickým přizpůsobením, které se může projevit zvýšenou mírou vnímaného stresu (Ano & Vasconcelles, 2005). Tuto skutečnost ověřujeme i v našem souboru.

**H6:** *Existuje pozitivní vztah mezi prožíváním R/S zápasů a mírou vnímaného stresu.*

**Výzkumná otázka 4:** *Jak souvisí konkrétní dimenze náboženských a duchovních zápasů s mírou vnímaného stresu?*

**Výzkumná otázka 5:** *Jak se podílí náboženské a duchovní zápasy na predikci skóre vnímaného stresu?*

Chceme prozkoumat, jaký vztah má religiozita s konkrétními druhy R/S zápasů a také jak se liší prožívání R/S zápasů věřících jedinců v souvislosti s mírou religiozity. Dále se budeme věnovat analýze toho, jak ovlivňuje religiozita vztah mezi R/S zápasy a vnímaným stresem. Vycházíme z poznatků, že vysoce religiozní jedinci volí spíše pozitivní strategie náboženského zvládnání (Ai et al., 2010). Někteří autoři ale tvrdí, že prožívání R/S zápasů se týká kohokoliv (Stauner et al., 2019). Můžeme však vidět rozdílné prožívání konkrétních zápasů v souvislosti s religiozitou (Exline et al., 2011; Exline et al., 2017). Důležitá je tedy otázka, jaké dopady prožívání R/S zápasů má a jak souvisí s mírou religiozity.

**H7:** *Jedinci vysoce religiozní dosahují na Škále náboženských a duchovních zápasů nižších hodnot než jedinci středně religiozní.*

**Výzkumná otázka 6:** *Jak se liší konkrétní druhy R/S zápasů v souvislosti s mírou religiozity a jaký s ní mají vztah?*

**Výzkumná otázka 7:** *Jak ovlivňuje míra religiozity vztah mezi prožíváním R/S zápasů a vnímaným stresem?*



## 5 METODOLOGICKÝ RÁMEC VÝZKUMU

Pro účely výzkumného záměru této práce byl zvolen kvantitativní design s využitím dotazníkového šetření. Jedná se o korelační studii.

### 5.1 Metody získávání dat

Sběr a získávání dat byly provedeny pomocí online dotazníkového šetření. Za účelem zmapování prožívání náboženských a duchovních zápasů byla využita Škála náboženských a duchovních zápasů (RSS). Vnímání stres respondentů byl měřen Škálou vnímaného stresu (PSS). Ke zjištění míry religiozity byl použit překlad dotazníku The Centrality of Religiosity Scale (CRS). Dále jsme data získávali pomocí sociodemografického dotazníku a vlastního screeningového dotazníku ke zjištění výskytu negativních událostí a významných změn v životě člověka.

#### Škála náboženských a duchovních zápasů – RSS

Ke zjištění výskytu náboženských a duchovních zápasů byla využita Škála náboženských a duchovních zápasů (Exline et al., 2014). Pro účely našeho výzkumu jsme použili český překlad této škály, který byl proveden autory Janů et al. (2018). Psychometrická analýza českého překladu vykazovala vysokou vnitřní konzistenci. Škála je tvořena 26 položkami, které zahrnují šest druhů náboženských a duchovních zápasů. Z nich jsou tvořeny jednotlivé subškály:

- 1) *božská* (např. „Byl/a jsem rozzlobený/á na Boha.“),
- 2) *démonická* (např. „Cítil/a jsem, jako by se mě ďábel nebo zlý duch pokoušel odvracet od toho, co je dobré.“),
- 3) *interpersonální* (např. „Cítil/a jsem se odmítaný/á a nepochopený/á věřícími lidmi.“),
- 4) *morální* (např. „Cítil/a jsem se provinile, protože nežiji podle svých morálních zásad.“),
- 5) *pochyby* (např. „Obtěžovaly mě pochybnosti nebo otázky ohledně náboženství nebo víry.“),
- 6) *smysl života* (např. „Cítil/a jsem se, jako by můj život neměl hlubší smysl.“).

V rámci každé položky respondenti odpovídali, do jaké míry se v posledním měsíci potýkali s konkrétním obsahem položek. Respondenti k zodpovězení položek využívali pětistupňovou škálu Likertova typu. Jejich znění bylo následující: 1 – Vůbec/netýká se mě 2 – Velmi málo, 3 – Málo, 4 – Celkem ano, 5 – Významně. Skórování škály probíhá zprůměrováním všech 26 položek. V našem výzkumu bude počítán i průměrný skór pro jednotlivé subškály. Vyšší hodnota znamená větší výskyt zápasů (Exline et al., 2014).

Abychom mohli ověřit možnost využití českého překladu dotazníku u našeho výběrového vzorku, byla provedena analýza reliability pomocí Cronbachova koeficientu alfa. Aplikovali jsme také faktorovou analýzu k ověření výskytu faktorů jednotlivých dimenzí škály.

### **Škála vnímaného stresu – PSS-14**

Škála vnímaného stresu (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) se skládá ze 14 položek. Znění otázek je všeobecné a nevztahuje se konkrétním situacím, administrace je možná u širokého spektra populace. Je to sebesposuzující dotazník zjišťující, do jaké míry člověk považuje svůj život za nepředvídatelný, příliš zatěžující nebo nekontrolovatelný (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983). Škála je podle výzkumů senzitivní k výskytu i nepřítomnosti významných životních událostí a přetrvávajících životních faktorů (Cohen & Williamson, 1988).

K účelům tohoto výzkumu byl využit český překlad dotazníku od autorky Figalové (2019), která provedla jeho psychometrickou analýzu v českém prostředí. Dotazník vykazoval vysokou vnitřní konzistenci ( $\alpha = 0,90$ ).

Respondent odpovídá na otázky zvolením jedné z odpovědí na pětibodové škále Likertova typu (1 až 5, kdy 1 = Nikdy a 5 = Velmi často). Každá položka začíná slovy „*Jak často jste v posledním měsíci...*“. Výsledné skóre je spočítáno sečtením všech položek. 7 položek je pozitivně formulováno (položky 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13). Ty se skórují reverzně (1=5; 2=4; 3=3; 4=2; 5=1). Vyšší skóre dotazníku značí větší množství vnímaného stresu (Cohen & Williamson, 1988).

### **The Centrality of Religiosity Scale – CRS-10**

Škála centrality religiozity (CRS) je měřítkem ústřednosti, důležitosti nebo významnosti náboženských znaků v osobnosti. Skládá se z 10 položek. Škála byla přeložena z angličtiny do českého jazyka dvěma nezávislými překladateli. Následně byly tyto verze

sloučeny a přeloženy zpět do anglického jazyka pro ověření správnosti překladu. Dotazník obsahuje 5 dimenzí, které reprezentují celkový náboženský život. Autoři je identifikovali následovně (Huber & Huber, 2012):

- 1) intelekt (např. „Jak často přemýšlíte nad náboženskými otázkami?“),
- 2) ideologie (např. „Jak moc věříte v existenci Boha nebo nějaké vyšší moci?“),
- 3) veřejná praxe (např. „Jak často se účastníte náboženských shromáždění?“),
- 4) soukromá praxe (např. „Jak často se modlíte?“),
- 5) náboženské prožitky (např. „Jak často zažíváte situace, ve kterých máte pocit, že Bůh ovlivňuje Váš život?“).

Možnosti pro zodpovězení otázek vyjadřovaly frekvenci: (5) velmi často, (4) poměrně často, (3) občas, (2) málokdy, (1) nikdy. Dále důležitost: (5) určitě ano, (4) poměrně dost, (3) mírně, (2) moc ne, (1) vůbec ne.

K získání objektivní perspektivy frekvence modlitby byly využity tyto úrovně: (5) několikrát za den, 1x denně, (4) více jak 1x týdně, (3) 1x týdně, 1x až 3x za měsíc, (2) několikrát za rok, méně často, (1) nikdy. Pro účast na náboženských shromážděních: (5) více jak 1x týdně, 1x týdně, (4) 1x až 3x za měsíc, (3) několikrát za rok, (2) méně často, (1) nikdy.

Výsledný skór je získán součtem všech odpovědí a následným vydělením počtem zodpovězených položek. Výsledný průměrný skór se pohybuje mezi 1,0 a 5,0. Výsledek může být dále kategorizován do skupin „nereligiózní“ (1,0–2,0), „středně religiózní“ (2,1–3,9) a „vysoce religiózní“ (4,0–5,0) (Huber & Huber, 2012).

### **Sociodemografický dotazník**

Za účelem získání sociodemografických údajů respondentů byl vytvořen vlastní dotazník. Skládal se ze 7 položek zjišťujících pohlaví, věk, vzdělání, způsob života, ekonomickou aktivitu, církev a roli v církvi.

### **Vlastní screeningový dotazník**

S cílem lépe porozumět respondentům a ověřit výskyt zátěže v životě věřících byl vytvořen vlastní screeningový dotazník mapující stresující události. K získání konkrétních informací se snahou nenavyšovat délku dotazníku byly respondentům položeny čtyři prosté otázky.

Ke zjištění výskytu významných životních změn byla respondentům položena tato otázka:

1) *Vyskytly se Vašem životě v posledním měsíci významné změny?* (1 = ano; 0 = ne)

Mapovali jsme i výskyt negativních událostí v životě respondentů, které se mohou projevat jako chronické stresory či významné potíže.

2) *Objevily se u Vás v posledním měsíci zdravotní obtíže?* (1 = ano; 0 = ne)

3) *Zažíval/a jste v posledním měsíci problémy v práci/ve škole?* (1 = ano; 0 = ne)

4) *Měl/a jste v posledním měsíci starosti spojené s rodinou?* (1 = ano; 0 = ne)

## 5.2 Průběh sběru dat

Sběr dat byl proveden pomocí online dotazníkového šetření. K tomuto kroku byla využita platforma Google Forms pro její univerzálnost a uživatelskou přístupnost. Za účelem získání respondentů z jednotlivých církví byli osloveni kazatelé, pastoři či vedoucí konkrétních náboženských institucí s prosbou o rozeslání dotazníku členům své církve. Dále byli respondenti oslovováni přes platformu Facebook skrze osobní zprávu. K šíření dotazníku byla využita metoda sběru dat „sněhová koule“. Celkový průběh trval od listopadu 2022 do února 2023. Zisk respondentů z řad protestantských církví byl přístupnější z důvodu existence emailové databáze svých členů v jednotlivých společenstvích.

## 5.3 Metody zpracování a analýzy dat

Získané informace byly převedeny do datové tabulky pomocí programu MS Excel. V něm jsme uskutečnili úpravu a kódování dat. Byly vypočteny hrubé a průměrné skóre jednotlivých škál.

Analýza dat byla provedena v programu Statistical3. Pro ověření normálního rozložení skóre byl využit Shapiro-Wilkův test. Jelikož byla zamítnuta hypotéza o normálním rozdělení dat u všech škál, využili jsme ke statistické analýze neparametrické metody. Pro porovnávání skupin byl využit Mann-Whitney U test. V ostatních případech, kdy byly porovnány více než dvě skupiny, jsme využili Kruskal-Wallisův test – neparametrickou ANOVU. K ověření korelací vybraných proměnných byl využit Spearmanův korelační koeficient. Následně byla provedena regresní analýza, která umožňuje testování veličin, jež neodpovídají normálnímu rozdělení, jelikož s rostoucím

počtem pozorování se zvyšuje spolehlivost testů využitých v regresní analýze (Dostál, 2021). Hladina významnosti alfa byla testována na úrovni  $\alpha = 0,05$ .

## **5.4 Etické aspekty výzkumu**

V rámci výzkumu náboženských témat v České republice se nevyskytují potenciální rizika ohrožující účastníky. Sběr dat provedený dotazníkovým šetřením proběhl pomocí online platformy. Jeho vyplnění proběhlo v souladu s etickým kodexem psychologického výzkumu. Samotnému vyplňování informací předcházela průvodní dopis. Po jeho přečtení byl každý respondent seznámen s výzkumným záměrem a průběhem dotazníkového šetření. Uvedené informace se týkaly instrukcí k vyplnění a předpokládané délce trvání. Dopis dále obsahoval kontaktní údaje na výzkumníka ve formě jména a emailové adresy. Byla zdůrazněna dobrovolná účast na výzkumu a možnost jej kdykoliv přerušit. Sběr dat byl realizován anonymně, čímž byla zajištěna ochrana osobních údajů respondentů. Tato informace byla taktéž zdůrazněna, pro podpoření upřímnosti účastníků v odpovědích. Uvedli jsme také účel využití získaných dat. Dále jsme nabídli možnost získat na uvedeném kontaktu informace o výsledcích výzkumu. Odesláním dotazníků respondenti potvrdili svůj souhlas se zpracováním dat ve výzkumné části práce. V souvislosti s neziskovou akademickou povahou výzkumu nebylo potřeba získat souhlas autorů škál a překladů.

## 6 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Tato kapitola bude věnována základnímu výzkumnému souboru. Přiblížíme si kritéria výběrového souboru a s tím spojený průběh sběru dat. Nakonec uvedeme charakteristiky výběrového souboru získané prostřednictvím sociodemografického dotazníku.

### 6.1 Základní soubor

Základní soubor tvořili všichni věřící lidé hlásící se k některé z křesťanských církví v ČR. Jak bylo zmíněno v rámci první kapitoly, za věřící se považuje přibližně 2,3 milionu obyvatel. K náboženským společenstvím se hlásí 1,4 milionu jedinců, z toho většinu tvoří křesťanské církve (Český statistický úřad, 2021).

### 6.2 Výběrový soubor

Kritériem pro zařazení do výzkumu byla afiliace k některé z křesťanských církví. Věkové rozmezí nebylo stanoveno pro možnost získání dat k porovnání a prozkoumání náboženských a duchovních zápasů v různých věkových kategoriích.

Byli osloveni věřící z konkrétních církví, které mají poměrně široké zastoupení. Konkrétně ti, kteří se hlásili k Římskokatolické církvi a dále k různým církvím z protestantských směrů.

Výběr souboru proběhl pomocí metody prostého záměrného výběru. Podle Miovského (2006) tato metoda umožňuje z potenciálních respondentů vybrat ty nejvhodnější pro výzkum. Výběr se také uskutečnil ve spojení s metodou „sněhové koule“. Jelikož se nejedná o náhodný výběr, nelze tvrdit, že je náš vzorek zcela reprezentativní vzhledem k populaci.

#### 6.2.1 Charakteristiky a popis výběrového souboru

V této podkapitole si přiblížíme charakteristiky výběrového souboru získané skrze sociodemografický dotazník. Postupně si uvedeme údaje, které se týkají pohlaví, věku, vzdělání, způsobu života, ekonomické aktivity, afiliace k církvi a role v církvi.

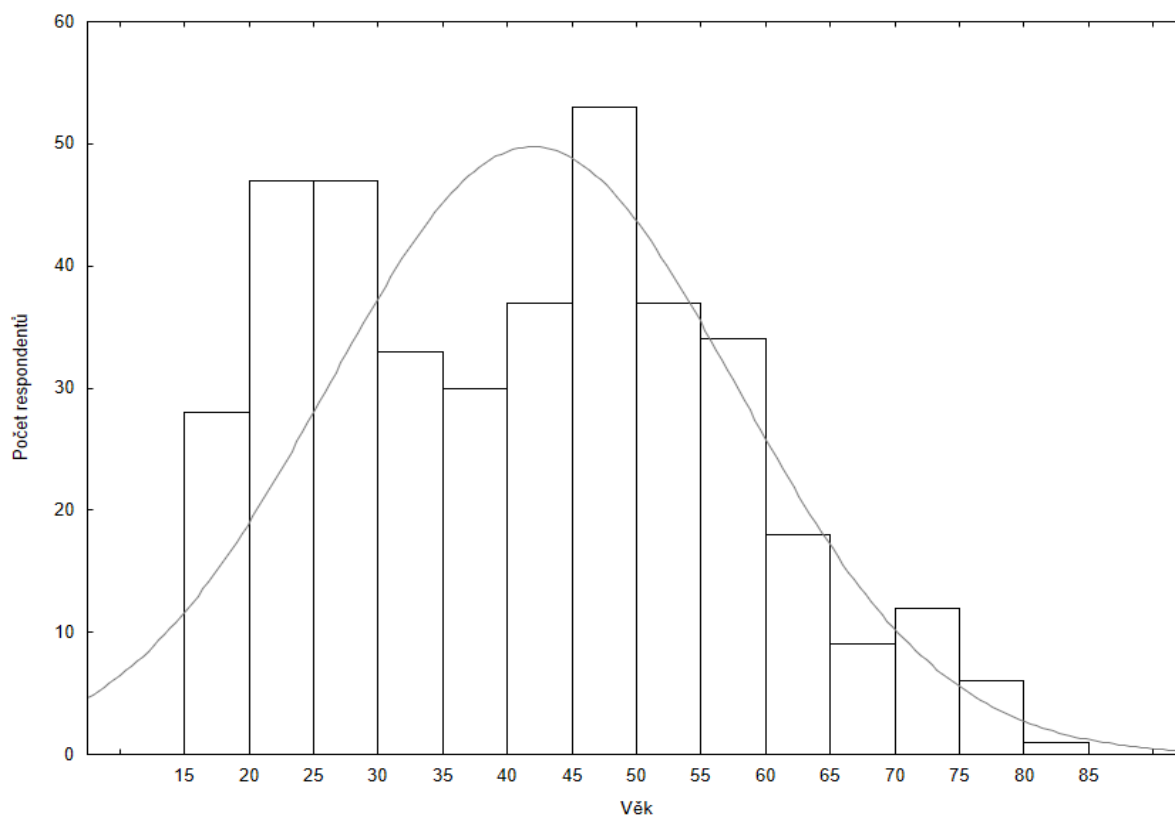
Celkem se podařilo shromáždit odpovědi od 392 respondentů. Všechny osoby splňovaly podmínky pro zařazení do výzkumu. Z tohoto důvodu nemusel být před analýzou dat žádný respondent vyřazen.

Popisné charakteristiky výzkumného vzorku z hlediska **pohlaví a věku** jsou uvedeny v tabulce 1. Dotazníkového šetření se zúčastnilo větší množství žen (54 %). Věkové rozpětí celého souboru se pohybuje od 15 do 83 let. Celkové věkové rozložení je zobrazeno v Grafu 1.

**Tab. 1:** Popisné charakteristiky souboru z hlediska pohlaví a věku

skupina	počet	průměr	sm. odch.	minimum	maximum
ženy	210	40,4	16,0	15	83
muži	182	43,3	15,3	15	79
celý soubor	392	41,8	15,7	15	83

**Graf 1:** Věkové rozložení souboru



**Dosažené vzdělání** je zobrazeno v tabulce 2. Respondenti účastníci se našeho výzkumu nejvíce dosahovali vysokoškolského vzdělání (VŠ – 55 %). Dále bylo nejvíce zastoupeno středoškolské vzdělání (SŠ – 27 %), vyšší odborné vzdělání (VOŠ – 8 %), vyučení (SOU – 6 %) a základní vzdělání (ZŠ – 4 %).

**Tab. 2:** Dosažené vzdělání

skupina	N				
	VŠ	VOŠ	SŠ	SOU	ZŠ
ženy	116	15	61	11	7
muži	99	16	45	14	8
celý soubor	215	31	106	25	15

Dále jsme u respondentů zjišťovali jejich **ekonomickou aktivitu a způsob života**. Jejich odpovědi jsou zobrazeny v tabulce 3 a 4. Nejvíce se v rámci dotazníkového šetření vyskytovalo účastníků, kteří jsou zaměstnaní (58 %), dále studenti (14 %), podnikatelé (11 %), lidé ve starobním důchodu (9 %), ženy na mateřské dovolené či v domácnosti (19 %) a jedinci v invalidním důchodu (2 %). Nejméně se v našem souboru vyskytovali lidé, kteří jsou nezaměstnaní (1 %).

V kontextu způsobu života se v našem souboru nejvíce vyskytovali jedinci žijící v manželství (71 %). Také zde byli jedinci, kteří jsou sami bez stálého partnera (15 %), žijící s rodiči nebo sourozenci (9 %) a respondenti žijící s partnerem či partnerkou (5 %).

**Tab. 3:** Ekonomická aktivita

	N		
	ženy	muži	celkem
zaměstnaný	103	126	229
OSVČ	24	20	44
v domácnosti, včetně MD	19	–	19
student	33	21	54
nezaměstnaný	4	1	5
invalidní důchodce	4	3	7
starobní důchodce	23	11	34



**Tab. 4:** Způsob života

	N		
	ženy	muži	celkem
s manželem/manželkou	134	142	276
sám/bez stálého partnera	40	20	60
s partnerem/partnerkou	13	7	20
s rodiči/sourozenci	23	13	36

Z pohledu zastoupení různých **církví** se zde objevuje 6 různých církevních institucí, z toho 5 je protestantských. Jejich výčet je uveden v tabulce 5. Nejvíce respondentů se hlásí k Církvi adventistů sedmého dne (27 %), dále k Apoštolské církvi (21 %), Bratrské jednotě baptistů (20 %) a Církvi bratrské (18 %). Ve výzkumu je také zastoupení jedinců hlásících se k Římskokatolické církvi (12 %) a k Českobratrské církvi evangelické (3 %).

**Tab. 5:** Zastoupení církví

	N		
	ženy	muži	celkem
Apoštolská církev	48	35	83
Bratrská jednota baptistů	46	31	77
Církev adventistů sedmého dne	47	59	106
Církev bratrská	37	32	69
Českobratrská církev evangelická	5	6	11
Římskokatolická církev	27	19	46

Dále jsme se respondentů dotazovali na jejich **roli v církvi** se snahou rozlišit duchovní (kazatel, pastor, kněz apod.) a běžné věřící. Údaje jsou zobrazeny v tabulce 6.

**Tab. 6:** Postavení v církvi

	duchovní	běžní věřící
počet	53	339

## 7 VÝSLEDKY VÝZKUMU

V předchozí kapitole jsme popsali konkrétní sociodemografické charakteristiky výběrového souboru, čímž jsme zahájili plnění cílů výzkumu, které byly stanoveny dříve. V této kapitole na to navážeme prezentací a analýzou výsledků našeho výzkumu. Nejdříve uvedeme deskriptivní statistiku a dále se budeme věnovat statistickému testování hypotéz a odpovédím na výzkumné otázky.

### 7.1 Základní popisné statistiky

V této podkapitole se budeme věnovat deskriptivní statistice z hlediska míry religiozity, výskytu R/S zápasů, míry vnímaného stresu a přítomnosti významných životních změn a negativních událostí. Uvedeno je také ověření vhodnosti užití jednotlivých metod v našem výzkumu pomocí analýzy reliability.

#### CRS – 10 – míra religiozity

Před analýzou dat a ověřováním platnosti hypotéz jsme nejdříve potřebovali ověřit možnost užití našeho překladu dotazníku. Z toho důvodu jsme se nejprve věnovali analýze reliability pomocí Cronbachova koeficientu alfa. Tento ukazatel odráží vnitřní konzistenci na úrovni jednotlivých položek. Aby bylo možné s metodou pracovat, koeficient alfa by měl dosahovat hodnoty vyšší než 0,7. Celková škála o deseti položkách dosahovala hodnoty 0,74. Vykazuje tedy přijatelnou vnitřní konzistenci a reliabilitu, lze s ní v našem výzkumu pracovat.

V našem výzkumném souboru jsme zjišťovali míru religiozity našich respondentů. V tabulce 7 jsou zobrazeny průměrné hodnoty (M), směrodatná odchylka (SD) a medián. Skór je rozdělen podle jednotlivých dimenzí religiozity – intelekt, ideologie, veřejná praxe, soukromá praxe a náboženské prožitky.

**Tab. 7:** Popisná statistika míry religiozity

dimenze	N = 392		
	M	SD	Medián
Intelekt	4,52	0,80	5
Ideologie	4,79	0,76	5
Veřejná praxe	4,67	0,65	5
Soukromá praxe	4,80	0,53	5
Náboženské prožitky	3,91	0,95	4

Na základě dat z tabulky 7 můžeme usuzovat vysoké náboženské zapojení v našem souboru. V rámci jednotlivých dimenzí můžeme vidět, že nejvyšších hodnot dosahuje soukromá praxe ( $M = 4,80$ ) a ideologie ( $M = 4,79$ ). Respondenti v našem souboru se velmi často věnují ve svém životě modlitbě. Je pro ně velmi důležitá. Medián odpovídá hodnotě 5, to znamená že se respondenti modlí jedenkrát až vícekrát denně. V souvislosti s ideologií můžeme konstatovat, že se jedinci pevně identifikují s určitými přesvědčeními, konkrétně s vírou v Boha a v posmrtný život.

Nejmenší hodnoty dosahuje dimenze náboženské prožitky. V průměru se vyskytuje skóre 3,91 ( $SD = 0,95$ ). V rámci této kategorie se jedinci v odpovědích poměrně liší. Náš soubor však zažívá ve svém životě přítomnost Boha poměrně často (medián = 4).

V tabulce 8 můžeme vidět kategorie odpovídající tomu, jak moc je religiozita hlavním bodem v životě člověka. V celém souboru se vyskytuje 362 respondentů, kteří jsou vysoce religiózní. Náboženství a s ním se pojící praktiky a prožitky jsou ústředním bodem jejich života. Dále se zde vyskytuje 30 jedinců, kteří jsou středně religiózní a náboženství je pro ně vedlejší oblastí v životě. V našem souboru se nevyskytují žádní respondenti, kteří by nebyli religiózní. Z pohledu pohlaví jsou obě skupiny poměrně vyrovnané.

**Tab. 8:** Kategorie religiozity podle pohlaví

	N		
	Ženy	Muži	Celkem
Vysoce religiózní	196	166	362
Středně religiózní	14	16	30
Nereligiózní	–	–	–

## RSS – Škála náboženských a duchovních zápasů

Před ověřováním platnosti hypotéz jsme nejdříve analyzovali reliabilitu pomocí Cronbachova koeficientu alfa u jednotlivých subškál a celé škály. Celková škála dosahovala velmi vysoké vnitřní konzistence položek ( $\alpha = 0,90$ ). Jednotlivé subškály vykazovaly hodnotu 0,80 a vyšší, kromě subškály Interpersonální ( $\alpha = 0,79$ ). Dá se konstatovat, že je škála vysoce reliabilní.

Byla také provedena explorační faktorová analýza. Chtěli jsme ověřit, zda bude možné nalézt stejný počet faktorů jako v původní studii (Exline et al., 2014). V rámci naší analýzy bylo nalezeno 6 faktorů, které se dají smysluplně interpretovat v kontextu jednotlivých subškál.

Výskyt náboženských a duchovních zápasů je zobrazen v tabulce 9. Je uveden průměrný skór (M), směrodatná odchylka (SD) a medián (Mdn) pro celý soubor. Hodnoty jsou zobrazeny pro ženy, muže a celý soubor. V rámci tabulky lze pozorovat skór pro celou škálu i jednotlivé subškály.

Nejvyšších hodnot dosahovala subškála Morální – s průměrnou hodnotou 2,57 (SD = 1,02). K druhému nejvíce prožívanému zápasu patřil démonický s průměrnou hodnotou 2,30 (SD = 1,03). Nejmenší průměrný skór měla subškála Božská (M = 1,42; SD = 0,72). Zmíněné pořadí konkrétních druhů náboženských a duchovních zápasů bylo stejné jak u mužů, tak i u žen. Dá se konstatovat, že jedinci v našem souboru celkově v průměru prožívají náboženské a duchovní zápasy velmi málo.

**Tab. 9:** Popisná statistika škály RSS

	Ženy (N = 210)		Muži (N = 182)		Dohromady (N = 392)		
	M	SD	M	SD	M	SD	Mdn
Božská	1,47	0,81	1,36	0,59	1,42	0,72	1,00
Démonická	2,23	1,07	2,38	0,99	2,30	1,03	2,25
Smysl života	1,74	0,84	1,74	0,83	1,74	0,84	1,50
Morální	2,49	1,07	2,65	0,96	2,57	1,02	2,50
Interpersonální	1,70	0,76	1,80	0,75	1,75	0,76	1,40
Pohybnosti	1,53	0,80	1,54	0,82	1,53	0,81	1,25
Celkové skóre	1,84	0,58	1,89	0,53	1,86	0,56	1,80

## PSS – 14 – Škála vnímaného stresu

K ověření vhodnosti užití této metody v našem výzkumu byla provedena analýza reliability pomocí Cronbachova koeficientu alfa. Koeficient alfa dosahoval hodnoty 0,82. Lze tedy hovořit o vysoké vnitřní konzistenci.

V souvislosti s naším prvním cílem dále popisujeme výskyt vnímaného stresu v našem souboru. Tabulka 10 zobrazuje hodnoty jako jsou průměrný skór (M), směrodatná odchylka (SD), minimální a maximální hodnota. Maximální dosažitelný hrubý skór škály vnímaného stresu je 70 a minimální je 14.

**Tab. 10:** Popisná statistika škály PSS

	N	M	SD	Min	Max
Ženy	210	41,08	8,37	21	61
Muži	182	39,48	7,33	22	58
Celý soubor	392	40,33	7,94	21	61

Průměrná hodnota skóru měřeného Škálou vnímaného stresu dosahovala čísla 40,33 (SD = 7,94). Minimální dosažený skór v našem souboru byl 21 a nejvyšší dosažený skór byl 61.

### Screeningový dotazník

V souvislosti se stresem jsme zjišťovali výskyt významných změn a negativních událostí v životě našich respondentů. Jejich výskyt je zobrazen v tabulce 11. Z výsledků můžeme usoudit, že ženy zažívaly významné změny v životě a negativní události ve větší míře než muži.

**Tab. 11:** Popisná statistika výskytu negativních událostí a významných změn

	Ženy		Muži		Dohromady	
	N	%	N	%	N	%
Významné změny	89	42,38	61	29,05	150	38,27
Zdravotní problémy	99	47,14	66	31,43	165	42,09
Pracovní/školní problémy	44	20,95	35	16,67	79	20,15
Rodinné problémy	106	50,48	75	35,71	181	46,17

## 7.2 Testování hypotéz

Tato kapitola bude věnována statistickému testování. Uvedeme již dříve stanovené hypotézy a uskutečníme jejich testování. Jsou uvedeny hodnoty statistiky U, Z a p-hodnota. Na konci tabulky se vyskytuje ukazatel míry účinku AUC.

**H1:** *Muži a ženy se liší v dosažených hodnotách Škály náboženských a duchovních zápasů (RSS).*

**Tab. 12:** Srovnání HS škály RSS u mužů a žen pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	17560,5	-1,38	0,16	0,46

Hypotéza byla ověřena pomocí Mann-Whitney U testu. Srovnávána byla skupina mužů (N = 182) a žen (N = 210). Skupina mužů měla naměřené hodnoty Mdn = 1,89 a SD = 0,53. Ženy měly Mdn = 1,73 a SD = 0,58. AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny žen vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny mužů. Výsledek U testu neodhalil signifikantní rozdíl (p = 0,16). Z tohoto důvodu hypotézu **H1 nelze přijmout**.

**H2:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci zdravotní problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří zdravotní problémy neměli.*

**Tab. 13:** Srovnání HS škály RSS u jedinců, kteří měli ZP, a těmi, kteří neměli ZP, pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	14800	3,55	<0,001	0,60

Hypotéza byla ověřena Mann-Whitney U testem. Skupina, která v posledním měsíci měla zdravotní problémy, dosahovala hodnot Mdn = 1,85 a SD = 0,60. Hodnoty u těch, kteří zdravotní problémy neměli, byly následující: Mdn = 1,69 a SD = 0,50. AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny se zdravotními problémy vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny bez zdravotních problémů.

Výsledek rozdílu mezi oběma skupinami je velmi vysoce signifikantní (p < 0,001). Můžeme potvrdit, že lidé, kteří měli zdravotní problémy (N = 227), dosahují na škále RSS vyšších hodnot než ti, kteří zdravotní problémy neměli (N = 165). Hypotézu **H2 přijímáme**.

**H3:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci rodinné problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří rodinné problémy neměli.*

**Tab. 14:** Srovnání HS škály RSS u jedinců, kteří měli RP, a těmi, kteří neměli RP, pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	15189	3,49	<b>&lt;0,001</b>	0,60

Hypotéza byla ověřena Mann-Whitney U testem. Skupina s rodinnými problémy dosahovala hodnot Mdn = 1,88 a SD = 0,56. Skupina bez rodinných problémů měla Mdn = 1,69 a SD = 0,55. AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny s rodinnými problémy vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny bez rodinných problémů.

Výsledek rozdílu mezi oběma skupinami je velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ). Můžeme potvrdit, že lidé, kteří měli rodinné problémy (N = 181), dosahují na škále RSS vyšších hodnot než ti, kteří rodinné problémy neměli (N = 211). Hypotézu **H3 přijímáme**.

**H4:** *Lidé, kteří měli v posledním měsíci pracovní problémy, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří pracovní problémy neměli.*

**Tab. 15:** Srovnání HS škály RSS u jedinců, kteří měli PP, a těmi, kteří neměli PP, pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	19565,5	4,49	<b>&lt;0,001</b>	0,66

Hypotéza byla ověřena Mann-Whitney U testem. Skupina s pracovními problémy dosahovala hodnot Mdn = 1,96 a SD = 0,65. Skupina bez pracovních problémů měla Mdn = 1,73 a SD = 0,51. AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny s pracovními problémy vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny bez pracovních problémů.

Výsledek rozdílu mezi oběma skupinami je velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ). Můžeme potvrdit, že lidé, kteří měli pracovní problémy (N = 79), dosahují na škále RSS vyšších hodnot než ti, kteří pracovní problémy neměli (N = 313). Hypotézu **H4 přijímáme**.

**H5:** Lidé, kteří v posledním měsíci prodělali významné životní změny, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než lidé, kteří významné životní změny neprodělali.

**Tab. 16:** Srovnání HS škály RSS u jedinců, kteří měli VZ, a těmi, kteří neměli VZ, pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	14754	3,11	<b>&lt;0,001</b>	0,59

Hypotéza byla ověřena Mann-Whitney U testem. Lidé ve skupině, kteří prošli významnými změnami, dosahovali hodnot  $Mdn = 1,87$  a  $SD = 0,62$ . Skupina bez významných životních změn měla  $Mdn = 1,73$  a  $SD = 0,50$ . AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny s významnými životními změnami vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny bez významných životních změn.

Výsledek rozdílu mezi oběma skupinami je velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ). Můžeme potvrdit, že lidé, kteří prošli významnými životními změnami ( $N = 150$ ), dosahují na škále RSS vyšších hodnot než ti, kteří významnými životními změnami neprošli ( $N = 242$ ). Hypotézu **H5 přijímáme**.

Výsledky hypotéz H2 – H5 se projevily jako velmi vysoce signifikantní i po kontrole proměnné míra religiozity. V kontrolní analýze jsme ponechali pouze jedince vysoce religiózní ( $N = 362$ ).

Dále jsme chtěli ověřit, zda lidé, kteří prošli významnými změnami a negativními událostmi (zdravotní, rodinné, pracovní problémy), budou dosahovat vyšších hodnot na škále vnímaného stresu. Výsledky testové statistiky zobrazuje tabulka 17. Všechny výsledky vyšly jako velmi vysoce signifikantní.



**Tab. 17:** Srovnání HS škály PSS u jedinců pomocí Mann-Whitney U testu u skupin s/bez ZP, RP, PP, VZ

	Ano	Ne				
	Medián (SD)		U	Z	p-hodnota	AUC
PSS – ZP	43 (8,26)	39 (7,30)	13415	4,80	<0,001	0,64
PSS – RP	42 (7,77)	38 (7,69)	13995	4,56	<0,001	0,63
PSS – PP	44 (7,90)	39 (7,44)	7114,5	5,83	<0,001	0,71
PSS – VZ	42 (8,72)	39 (7,21)	14533,5	3,32	<0,001	0,60

**H6:** Existuje pozitivní vztah mezi skórem R/S zápasů a mírou vnímaného stresu.

**Tab. 18:** Korelace škál RSS a PSS

Označené korelace jsou významné na hladině \*\*\*  $p < 0,001$

	RSS	PSS
RSS	1	0,46***
PSS	0,46***	1

Vztah mezi těmito škálami byl testován pomocí Spearmanova korelačního koeficientu. Byl nalezen pozitivní středně silný až silný vztah ( $r = 0,46$ ) na hladině významnosti  $p < 0,001$ . Hypotézu **H6 přijímáme**.

**H7:** Jedinci vysoce religiózní dosahují na Škále náboženských a duchovních zápasů nižších hodnot než jedinci středně religiózní.

**Tab. 19:** Srovnání HS škály RSS mezi jedinci VR a SR pomocí Mann-Whitney U testu

	U	Z	p-hodnota	AUC
HS RSS	3069,5	-4,00	<0,001	0,28

Hypotéza byla ověřena Mann-Whitney U testem. Lidé ve skupině, kteří jsou vysoce religiózní, dosahovali hodnot  $Mdn = 1,73$  a  $SD = 0,53$ . Skupina středně religiózních jedinců měla  $Mdn = 2,33$  a  $SD = 0,70$ . AUC vyjadřuje pravděpodobnost, s jakou bude ze skupiny vysoce religiózních jedinců vylosován někdo s větším výsledkem než ze skupiny středně religiózních jedinců.

Výsledek rozdílu mezi oběma skupinami je velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ). Můžeme potvrdit, že lidé, kteří vykazují vysokou religiozitu ( $N = 362$ ), dosahují na škále RSS nižších hodnot než ti, kteří jsou středně religiózní ( $N = 30$ ). Hypotézu **H7 přijímáme**.

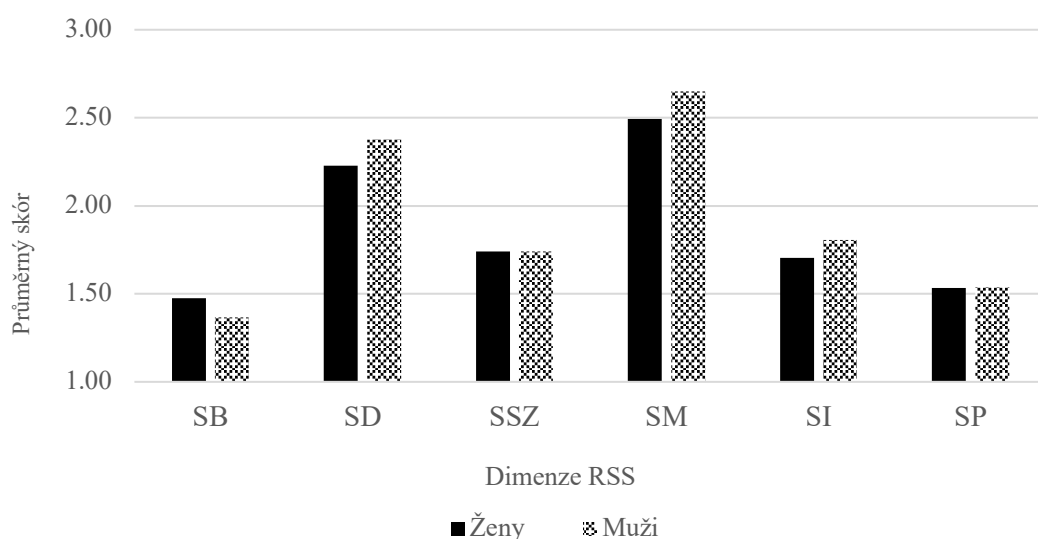
### 7.3 Odpovědi na výzkumné otázky

K dalšímu prozkoumání naší problematiky byly položeny výzkumné otázky. V této podkapitole provedeme jejich rekapitulaci a následně si na ně odpovíme.

Znění **výzkumné otázky 1** bylo následující: *Které dimenze R/S zápasů jsou u mužů a žen odlišné?*

V rámci testování hypotézy **H1** nebyly nalezeny statisticky významné rozdíly v hodnotách celkové škály. Nebyl nalezen statisticky významný rozdíl ani v jednotlivých subškálách. Graf 2 zobrazuje jednotlivé hodnoty konkrétních dimenzí náboženských a duchovních zápasů.

**Graf 2:** Subškály náboženských a duchovních zápasů z hlediska pohlaví



Subškály – SB = Božská; SD = Démonická; SSZ = Smysl života; SI = Interpersonální; SP = Pochybnosti

**Výzkumná otázka 2:** *Existují rozdíly v prožívání náboženských a duchovních zápasů mezi věřícími hlásícími se k různým církvím?*

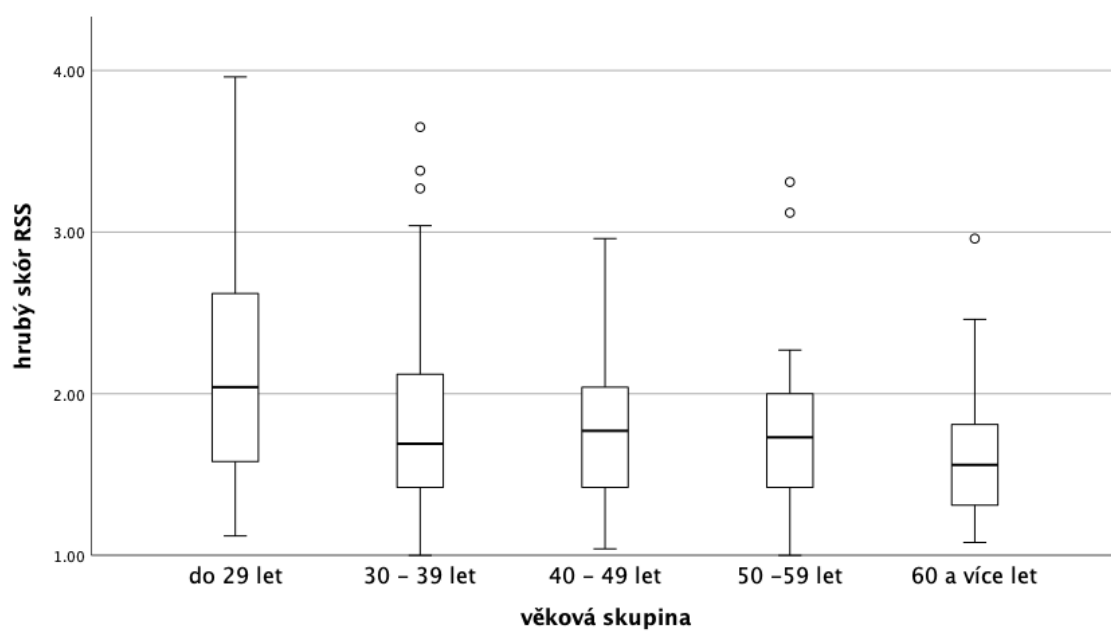
Tuto otázku jsme prozkoumali pomocí Kruskal-Wallisova testu. Srovnávány byly tyto církve: Církev adventistů sedmého dne, Apoštolská církev, Bratrská jednota baptistů, Církev bratrská, Římskokatolická církev a Českobratrská církev evangelická. Výsledek nepotvrdil statisticky významný rozdíl napříč církvemi ( $H = 4,82$ ;  $p = 0,44$ ;  $df = 5$ ).

**Výzkumná otázka 3:** *Existují rozdíly v prožívání náboženských a duchovních zápasů v souvislosti s vybranými sociodemografickými charakteristikami?*

V rámci této výzkumné otázky se zaměřujeme na rozdíly z hlediska věku, role v církvi a způsobu života.

Prožívání náboženských a duchovních zápasů jsme chtěli prozkoumat z hlediska věku. Věkové skupiny byly rozděleny do kategorií: do 29 let (N = 115); 30–39 let (N = 69); 40–49 let (N = 85); 50–59 let (N = 73) a nad 60 let (N = 50). Ke zjištění statistických rozdílů z hlediska věku jsme využili Kruskal-Wallisův test. Hodnoty hrubého skóru RSS jednotlivých skupin jsou zobrazeny v grafu 3. Výsledky potvrdily statisticky významné rozdíly ( $p < 0,001$ ). Věková skupina do 29 let dosahovala vyšších hodnot ve škále RSS než ostatní věkové skupiny ( $p < 0,001$ ). Věková skupina nad 60 let dosahovala ve srovnání s ostatními skupinami (kromě skupiny 50–59 let) nižších hodnot ( $p < 0,05$ ).

**Graf 3:** Hrubý skór RSS z hlediska věkových skupin

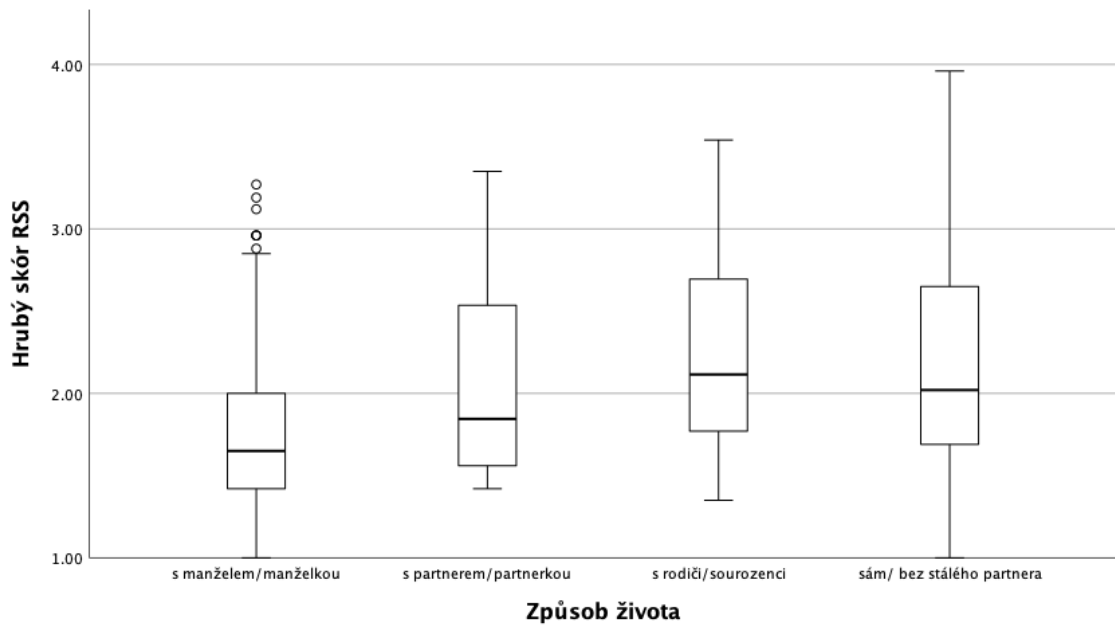


Dále jsme chtěli prozkoumat, zda existují rozdíly prožívání R/S zápasů v souvislosti s rolí v církvi. Srovnávali jsme kazatele (N = 53) a běžné věřící (N = 339). Výsledky neprokázaly statisticky významný rozdíl ( $p = 0,31$ ).

Další sociodemografickou charakteristikou, kterou jsme se rozhodli prozkoumat, je způsob života. Jednotlivé způsoby života a hrubý skór RSS jsou zobrazeny v grafu 4. Rozdíly napříč jednotlivými skupinami jsme otestovali pomocí Kruskal-Wallisova testu.

Velmi vysoký signifikantní rozdíl byl nalezen při srovnání jedinců žijících v manželství a jedinců, kteří nemají stálého partnera ( $p < 0,001$ ) a jedinců žijících s rodiči či sourozenci ( $p < 0,001$ ). Signifikantní vztah byl objeven i při srovnání jedinců v manželství a žijících s partnerem/partnerkou ( $p < 0,05$ ).

**Graf 4:** Hrubý skór RSS z hlediska způsobu života



**Výzkumná otázka 4:** *Jak souvisí konkrétní dimenze náboženských a duchovních zápasů s mírou vnímaného stresu?*

K prozkoumání těchto vztahů jsme využili Spearmanův korelační koeficient. Tabulka 20 zobrazuje jednotlivé korelační koeficienty a hladinu významnosti. Nejvyšší pozitivní korelaci nacházíme mezi skórem vnímaného stresu a skórem subškály Božská ( $r = 0,37***$ ). Velmi slabý vztah jsme objevili u subškály Démonická ( $r = 0,13**$ ).

**Tab. 20:** Korelace celkového skóru PSS a jednotlivých subškál RSS

Označené korelace jsou významné na hladině \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

	SB	SD	SSZ	SM	SI	SP
PSS	0,37***	0,13**	0,35***	0,33***	0,21***	0,34***

**Výzkumná otázka 5:** *Jak se podílí náboženské a duchovní zápasů na predikci skóre vnímaného stresu?*

K prozkoumání této otázky jsme využili regresní analýzu. Před samotnou analýzou jsme ověřili předpoklady k provedení lineární regrese včetně analýzy reziduí. Všechny předpoklady byly splněny. Korelace negativních událostí a významných změn jsou zobrazeny v tabulce 21. Výsledky regresní analýzy jsou zobrazeny v tabulce 22.

**Tab. 21:** Korelace PSS a negativních událostí a významných změn

Označené korelace jsou významné na hladině \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

	ZP	PP	RP	VZ
PSS	0,24**	0,30**	0,23**	0,17**

**Tab. 22:** Regresní analýza predikující vnímaný stres

R = 0,55 R <sup>2</sup> = 0,31 p < 0,001	Nestandardizované koef.		Standard. koef.	t	p-hodnota
	b	se	β		
(Počátek)	27,26	1,19		22,86	<0,001
Významné změny	0,36	0,74	0,02	0,49	0,63
Zdravotní problémy	1,52	0,73	0,10	2,09	<0,05
Pracovní problémy	3,42	0,88	0,17	3,87	<0,001
Rodinné problémy	2,02	0,70	0,13	2,87	<0,01
Skóre RSS	5,73	0,63	0,40	8,98	<0,001

Tento model se ukázal být statisticky významný. Nejdříve jsme chtěli ověřit, kolik rozptylu výsledného skóre vnímaného stresu vysvětlují pouze významné změny, zdravotní, pracovní a rodinné problémy. Tento model vysvětloval 16 % rozptylu skóru vnímaného stresu. Po přidání faktoru R/S zápasů se vysvětlený rozptyl zvýšil na 31 %. Lze tedy konstatovat, že prožívání náboženských a duchovních zápasů se z části podílí na zvýšení míry vnímaného stresu. Tento vztah je velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ).

**Výzkumná otázka 6:** *Jak se liší konkrétní druhy R/S zápasů v souvislosti s mírou religiozity a jaký s ní mají vztah?*

K prozkoumání vztahu mezi jednotlivými druhy R/S zápasů a mírou religiozity jsme provedli analýzu pomocí Spearmanova korelačního koeficientu. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce 23. Výsledky odhalily středně silnou negativní korelaci ( $r = -0,27$ \*\*\*) průměrného

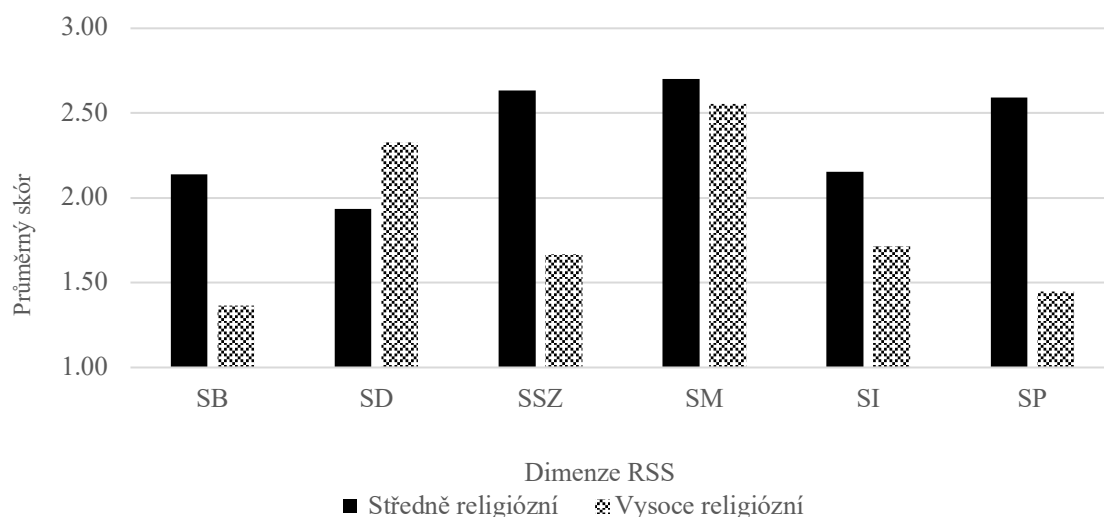
skóru škály měřící míru religiozity a subškály Smysl života, tento vztah se jeví jako velmi vysoce signifikantní. Dále se objevila slabá negativní korelace se subškálou Pochybnosti ( $r = -0,22^{***}$ ). Slabá pozitivní korelace byla objevena u subškály Démonická ( $r = 0,18^{***}$ ).

**Tab. 23:** Korelace míry religiozity jednotlivých subškál RSS

Označené korelace jsou významné na hladině \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

	Celkové RSS	SB	SD	SSZ	SM	SI	SP
CRS	-0,11*	-0,11*	0,18***	-0,27***	-0,08	-0,05	-0,22***

**Graf 5:** Subškály náboženských a duchovních zápasů z hlediska míry religiozity



Subškály – SB = Božská; SD = Démonická; SSZ = Smysl života; SI = Interpersonální; SP = Pochybnosti

Dále jsme prozkoumávali, jaké jsou odlišnosti v prožívání konkrétních druhů R/S zápasů. V grafu 5 jsou zobrazeny průměrné hodnoty ve skupině středně ( $N = 30$ ) a vysoce religiozních jedinců ( $N = 362$ ). Rozdíly mezi oběma skupinami v subškálách Božská, Smysl života a Pochybnosti se projevily jako velmi vysoce signifikantní ( $p < 0,001$ ). Subškála Interpersonální vykazovala vysoce signifikantní rozdíl ( $p < 0,01$ ) a Démonická signifikantní odlišnosti ( $p < 0,05$ ). Jako statisticky významná se neprojevila subškála Morální ( $p = 0,38$ ).

U obou skupin dosahovala nejvyšších hodnot subškála Morální. Ve skupině středně religiozních jedinců nabývala průměrné hodnoty 2,70. U vysoce religiozních jedinců to bylo 2,55. V první skupině dosahovala nejvyšších hodnot položka „*Dělal/a jsem si starosti, že moje jednání je morálně nebo duchovně špatné*“ ( $M = 2,77$ ). V druhé skupině měla nejvyšší

průměrnou hodnotu položka „Zápasil/a jsem s tím, abych dodržela své morální zásady“ (M = 2,70).

Druhý nejvíce prožívaný duchovní zápas ve skupině středně religiózních jedinců se týkal smyslu života (M = 2,63). Zde nejvyšších hodnot dosahovaly položky „Cítil/a jsem se, jako by můj život neměl hlubší smysl“ (M = 2,80) a „Pochyboval/a jsem, zda se díky mému životu něco ve světě změní“ (M = 2,93).

Ve skupině vysoce religiózních jedinců byl jako druhý nejvíce prožívaný zápas spojený s démonickým působením (M = 2,33). Nejvyšší průměrnou hodnotu zde měla položka „Cítil/a jsem, jako by se mě ďábel nebo zlý duch pokoušel odvracet od toho, co je dobré“ (M = 2,83). Ve skupině středně religiózních jedinců byl démonický zápas nejméně prožívaný.

Největší rozdíl jsme našli ve škále Pochybnosti. Vyšší hodnoty se objevovaly ve skupině věřících, kteří jsou středně religiózní (M = 2,59). Jedinci vysoce religiózní na této subškále v průměru skórovali o 1,14 bodu méně (M = 1,45). Druhý největší rozdíl byl nalezen v subškále Smysl života. Lidé patřící do skupiny středně religiózních v ní skórovali o 0,96 bodů více (M = 2,63). Jedinci vysoce religiózní dosahovali průměrné hodnoty 1,67.

**Výzkumná otázka 7:** *Jak ovlivňuje míra religiozity vztah mezi prožíváním R/S zápasů a vnímaným stresem?*

K prozkoumání této otázky jsme využili analýzu moderace. Nebyl však nalezen statisticky významný vztah ( $p = 0,49$ ). Výsledky jsou uvedeny v tabulce 24.

**Tab. 24:** Analýza moderace vztahu RSS a PSS pomocí míry religiozity

R = 0,49 R <sup>2</sup> = 0,24 p < 0,001	Nestandardizované koef.		Standard. koef.	t	p-hodnota
	b	se	β		
(Počátek)	27,22	1,24		22,97	<0,001
RSS	7,06	0,64	0,50	10,97	<0,001
Interakce (RSS a Religiozita)	0,70	0,25	0,03	0,69	0,49

## 8 DISKUZE

Cílem výzkumu naší práce bylo prozkoumání náboženských a duchovních zápasů u věřících jedinců v České republice hlásících se ke křesťanství. Zajímalo nás, jak se liší jejich prožívání v souvislosti s výskytem stresujících událostí a mírou religiozity jedince.

### 8.1 Interpretace výsledků

Náboženské a duchovní zápasy se u respondentů v našem výzkumu vyskytovaly v menší míře. Průměrná odpověď na otázku, do jaké míry se jedinec s konkrétním zápasem v posledním měsíci potýkal, se blížila odpovědi 2 – velmi málo. Důvodem tohoto jevu může být míra religiozity vyskytující se v našem souboru. Většina respondentů (92 %) vykazovala vysokou religiozitu. Náboženství a s ním se pojící praktiky a prožitky jsou pro ně ústředním bodem jejich života. Srovnání proběhlo s lidmi středně religiózními, pro které náboženství není tolik důležité. V rámci srovnání obou skupin jsme našli rozdíly v prožívání konkrétních druhů náboženských a duchovních zápasů. Výsledky výzkumu potvrdily hypotézu, že jedinci vykazující nižší religiozitu prožívají R/S zápasy ve větší míře. Podle Aditya et al. (2019) úplná religiozita, která postihuje všechny její dimenze, může snižovat pravděpodobnost vzniku R/S zápasů. Toto zjištění by mohlo vysvětlovat malý výskyt R/S zápasů v našem souboru u jedinců vykazujících vysokou religiozitu. Rozdíl se také potvrdil ve všech dimenzích R/S zápasů kromě Morální. Ačkoliv některé výzkumy poukazují na pozitivní asociaci mezi vyšší mírou religiozity a morálním zápasem (Wilt et al., 2019), v našem souboru tento jev nemůžeme potvrdit.

Analýza korelace míry religiozity vykazovala slabou až střední negativní korelaci s dimenzemi Smysl života ( $r = -0,27$ ) a Pochyby ( $r = -0,22$ ). Vysoká religiozita značí větší ztotožnění se s náboženskou vírou a učením, což vypovídá o menší pravděpodobnosti výskytu pochybností (Hunsberger, Pratt & Pancer, 2002). Tím, že náboženství poskytuje systém významů, nacházíme negativní korelaci v souvislosti s dimenzí Smysl života. Toto zjištění potvrzují i další výzkumy (Park, Edmondson & Hale-Smith, 2013; Exline et al., 2014).

V návaznosti na předchozí studie jsme předpokládali, že se náboženské a duchovní zápasy vyskytují ve spojení se stresujícími událostmi (Currier, Drescher & Harris, 2014;



McConnell et al., 2006; Stauner et al., 2019). I v našem výzkumu se ukázalo, že jedinci, kteří v posledním měsíci prošli stresujícími událostmi, prožívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře než jedinci, kteří takovými událostmi neprošli. Tento jev se potvrdil v souvislosti se stresujícími událostmi, jako jsou významné životní změny, rodinné, zdravotní a pracovní problémy. Výsledky byly nezávislé na míře religiozity jedince. Jak už víme z teoretické části této práce, náboženství poskytuje člověku orientační systém významů, které mu pomáhají vnímat okolní svět určitým způsobem a dávat mu smysl i při setkávání se s nepříjemnými situacemi (Park, 2013). Podle autorů zkoumajících náboženskou problematiku fenomén R/S zápasů nastává z důvodu přetížení zdrojů orientačního systému jedince (Pargament, 2001).

Ačkoliv mohou být R/S zápasy běžnou součástí duchovního života věřících jedinců, různí autoři poukazují na vnitřní bolest a psychickou nepohodu, která se s nimi pojí (Exline, 2013; Santiago & Gall, 2016). Jak už bylo dříve zmíněno, R/S zápasy jsou často spojeny s horším psychickým přizpůsobením, které se může projevit právě zvýšenou mírou vnímaného stresu (Ano & Vasconcelles, 2005). V této souvislosti jsme v našem výzkumu zjišťovali, jaký mají tyto zápasy vztah k vnímanému stresu. Skrze analýzu výsledků jsme našli středně silný pozitivní vztah mezi skórem Škály náboženských a duchovních zápasů a skórem Škály vnímaného stresu ( $r = 0,46$ ). Zjištěná korelace byla velmi vysoce signifikantní. Dále jsme tento vztah ověřovali v rámci regresní analýzy. Výsledky potvrdily předpoklad, že se prožívání náboženských a duchovních zápasů podílí na zvýšení míry vnímaného stresu. Lze tedy říci, že prožívání R/S zápasů může mít negativní dopady. V tomto kontextu jsme chtěli zjistit, zda religiozita tento vztah ovlivňuje. Některé výzkumy totiž poukazují na tlumící efekt projevů R/S zápasů (Krause et al., 2017). Jiné tvrdí, že lidé vysoce religiózní mohou být R/S zápasy více negativně ovlivněni (Kent et al., 2022). Nebyl však nalezen statisticky významný vliv. Výsledky nemohou roli religiozity v tomto kontextu více objasnit.

Provedli jsme analýzu konkrétních druhů R/S zápasů a jejich vztahu s vnímaným stresem. U všech druhů byl nalezen pozitivní vztah. Nejvyšší pozitivní korelaci jsme objevili u subškály Božská ( $r = 0,37$ ), dále Smysl života ( $r = 0,35$ ), Pochyby ( $r = 0,34$ ), Morální ( $r = 0,33$ ) a Interpersonální ( $r = 0,21$ ). Nejslabší vztah byl nalezen u subškály Démonická ( $r = 0,13$ ). Démonické zápasy souvisí s vnímáním zlých, nadpřirozených sil, jako jsou démoni či ďábel, které způsobují negativní události (Krumrei et al., 2011). Podle Pargamenta et al. (2001) tento způsob zvládání často souvisí s horším psychickým přizpůsobením. Na

základě analýzy našich výsledků nemůžeme tuto interpretaci prožívání démonických zápasů potvrdit. Přisuzování příčiny negativních událostí ďáblu může totiž plnit obrannou funkci, jež pomáhá věřícím zachovat si pozitivní obraz o Bohu (Beck & Taylor, 2008). Na tomto základu můžeme usuzovat, že zakoušení démonických zápasů v našem výzkumném souboru zásadním způsobem nenarušuje významový systém, který náboženství poskytuje. V kontextu křesťanského učení se běžně vyskytují příběhy spojené s démonickým působením. Jelikož náš výzkumný soubor tvoří respondenti hlásící se ke křesťanství, lze naši interpretaci zasadit pouze do kontextu této nauky.

Dále náš výzkum nenašel signifikantní rozdíl v prožívání R/S zápasů mezi muži a ženami. Výsledky jiných studií považují ženské pohlaví za prediktor vzniku R/S zápasů (Bryant & Astin, 2008). Další předpoklady poukazují na zvýšené spirituální prožívání u žen (Kim, Martin & Nolty, 2016). Podle Janů et al. (2018) se však náboženské a duchovní zápasy liší od klasického spirituálního prožívání, u kterého byl nalezen rozdíl i v českém prostředí (Maliňáková et al., 2018). Výsledky výzkumu Janů et al. (2018) také nepotvrdily odlišnosti ve výskytu R/S zápasů v souvislosti s pohlavím.

Rozdílné zjištění jsme našli při porovnávání věkových skupin. Výzkum Janů et al. (2018) upozorňuje na vyšší výskyt náboženských zápasů mezi lidmi vyššího věku. V našem výzkumu nejvyšších hodnot R/S zápasů dosahovali jedinci nejmladší (do 29 let). Oproti tomu nejnižší výskyt zápasů se objevoval u věřících vyššího věku (50 a více let). Naše výsledky se však shodují se závěry jiných výzkumů poukazujících na nižší výskyt R/S zápasů v populaci starších jedinců (Exline et al., 2011; Krause et al., 2017). Vysvětlení může souviset s rozvojem a zlepšením strategií zvládání postupem času nebo nabytím zkušeností (Cohen & Deverts, 2012). Zisk životních zkušeností může podpořit silnější pocit celistvosti, smyslu a také posílit systém náboženské víry (Krause et al., 2017).

Vysvětlení pro pozorování vyššího výskytu R/S zápasů u jedinců žijících osaměle může souviset s teoriemi, které poukazují na větší míru prožívání distresu v této skupině (Byles et al., 2016). Tato zjištění se shodují se závěry předešlého výzkumu R/S zápasů v ČR (Janů et al., 2018). Vyšší výskyt R/S zápasů se objevil i ve skupině jedinců žijících s rodiči ve srovnání s těmi, kteří žijí v manželství. Tento jev bychom mohli zasadit do kontextu nízkého věku těchto jedinců, který se v našem výzkumu projevil jako signifikantní proměnná.

## 8.2 Limity výzkumu

V rámci naší studie se objevují některá omezení, kterým bychom se měli věnovat. Ačkoliv se nám podařilo získat poměrně velký počet respondentů ( $N = 392$ ), nebyly využity pravděpodobnostní metody výběru. Byla aplikována metoda prostého záměrného výběru, která nám umožnila vybrat z potenciálních respondentů ty nejvíce vhodné. Náš vzorek však není reprezentativní, tudíž naše výsledky nelze zobecňovat na celou populaci věřících jedinců.

Jelikož byli osloveni vedoucí konkrétních církví s prosbou o rozeslání dotazníku svým členům, nedokázali jsme zajistit větší rozmanitost v kontextu míry religiozity. Při porovnávání skupin vysoce religiózních ( $N = 362$ ) a středně religiózních ( $N = 30$ ) jedinců mohou být výsledky zkreslené kvůli nevyrovnanému počtu obou skupin. V tomto kontextu může být limitem i dotazník CRS-10, který byl použit ke zjištění míry religiozity. V budoucích výzkumech v populaci věřících jedinců by bylo pro lepší prozkoumání této problematiky vhodné využít nástroj, který jemněji rozlišuje míru religiozity jedince.

V našem souboru máme větší zastoupení jedinců z protestantských církví. Ačkoliv jsme se snažili získat větší množství respondentů z církve Římskokatolické, neuspěli jsme. Členství v Římskokatolické církvi souvisí s pokřtěním, na rozdíl od církví protestantských, kde se jedinec stává členem na základě své aktivity. Protestantské církve mají podle naší zkušenosti seznam emailů svých členů, je tedy jednodušší získat více respondentů z těchto řad. Jelikož sběr dat proběhl online, nepovedlo se dotazník rozšířit mezi více jedinců ŘK církve. V této souvislosti se nám také nepodařilo získat respondenty z Církve československé husitské. Tento fakt může souviset s limitem omezujícím aplikaci výsledků našeho výzkumu na specifické protestantské církve.

Dalším omezením našeho výzkumu je nezohlednění náboženské socializace. Lze však předpokládat, že ve většině protestantských církví v našem výzkumu se mohou vyskytovat z určité části konvertité, u kterých se náboženské prožívání může lišit. Bylo by tedy vhodné tento rozdíl více prozkoumat.

Dalším limitem v našem výzkumu by mohlo být využití sebeposuzovacích dotazníků. Ačkoliv jsou tyto metody spolehlivé a zvyšují efektivnost výzkumu, nelze zajistit objektivnost odpovědí. Výsledky tedy mohou být zkresleny sociální žádoucností. Exline (2014) zmiňuje, že věřící jedinci mohou vnímat některé zápasy jako špatné, a tudíž je možné, že nebudou ochotni se k nim přiznat. V této souvislosti jsme v průvodním dopisu zdůraznili

anonymní povahu dotazníku a požádali respondenty o upřímnost v odpovědích. Navzdory této informaci někteří oslovení vedoucí církví projeví nedůvěru v anonymní povahu výzkumu. Na základě vyjádření nejistoty však proběhlo ujištění o pravdivosti této informace. Díky poskytnuté zpětné vazbě však můžeme vidět, že téma náboženských a duchovních zápasů může být pro věřící jedince velmi intimním a citlivým tématem, o kterém nemusí být ochotni upřímně hovořit. Pro budoucí výzkumy by bylo vhodné tento fakt ošetřit skrze ujištění o důvěrnosti a anonymitě údajů.

Dalším možným limitem mohou být využití nástroje k měření stresujících událostí a distresu v životě jedince pomocí Škály vnímaného stresu. Jsme si vědomi, že užití vlastního screeningového dotazníku může podat omezující informace o výskytu stresujících událostí v životě člověka. Při studiu literatury jsme však nenalezli vhodný nástroj, který by vyhovoval našim požadavkům. V souvislosti s distresem bychom doporučovali budoucím výzkumům použít i další nástroje, například pro měření úzkostných a depresivních symptomů.

### **8.3 Aplikace výsledků**

Zjištění plynoucí z výsledků našeho výzkumu rozšiřují poznání o prožívání náboženských a duchovních zápasů v populaci věřících jedinců v českém prostředí. Zároveň potvrzují vybraná zjištění objevená zahraničními výzkumy. Některé poznatky získané v zahraničí ohledně prožívání jedinců hlásících se k náboženství (v našem souboru konkrétně ke křesťanství) lze tedy aplikovat do určité míry i v kontextu ČR. Ačkoliv se v našem souboru náboženské a duchovní zápasy vyskytovaly v menší míře, existují jedinci, kteří je mohou prožívat více. Identifikace konkrétních faktorů přispívajících k jejich prožívání může sloužit k edukaci pracovníků, kteří mohou poskytovat věřícím lidem psychologickou či pastorační péči. Jelikož jsme zjistili, že R/S zápasy mohou souviset s horším psychickým přizpůsobením, je důležité se jim věnovat a vhodně k nim přistupovat v souvislosti s citlivou povahou této problematiky. Naše práce může přispět k rozšíření povědomí o náboženských a duchovních zápasech mezi psychology a poradenskými pracovníky. Tato osvěta může dále sloužit ke zkvalitnění psychologické a pastorační péče o věřící jedince.

### **8.4 Směřování budoucích výzkumů**

Jelikož se problematice náboženských a duchovních zápasů začali výzkumníci věnovat teprve v posledních letech, není toto téma v českém prostředí dostatečně prozkoumané.

Existuje tedy mnoho směrů, kam se výzkumy mohou ubírat. Objevuje se zde prostor pro kvalitativní výzkum náboženských a duchovních zápasů k hlubšímu porozumění této tématice. Bylo by vhodné více zmapovat náboženské prožívání věřících jedinců, jak na R/S zápasů nahlíží a jak je interpretují. Dále by bylo žádoucí prozkoumat strategie, které jedinci využívají při vypořádávání se s R/S zápasů. Existují i zjištění, že konkrétní druhy R/S zápasů mohou vést k posttraumatickému růstu (Santiago & Gall, 2016). Bylo by tedy přínosné provést longitudinální výzkum a zmapovat faktory podporující tento růst.

## 9 ZÁVĚRY

Naše práce se zabývala prozkoumáním náboženských a duchovních zápasů v populaci věřících jedinců hlásících se ke křesťanství v českém prostředí. Zajímala nás jejich souvislost s negativními událostmi, vnímaným stresem a religiozitou jedince. Následující závěry vychází z výsledků našeho výzkumu.

Na základě analýzy dat jsme našli rozdíl v prožívání náboženských a duchovních zápasů v souvislosti se stresujícími událostmi. Mezi stresující události jsme zařadili významné životní změny, rodinné, zdravotní a pracovní problémy. Výsledky ukázaly, že jedinci, kteří v posledním měsíci prošli stresujícími událostmi, zažívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře. Rozdíl byl velmi vysoce signifikantní u všech událostí ( $p < 0,001$ ).

Další zjištění, které jsme objevili, se týkalo prožívání R/S zápasů v souvislosti s mírou religiozity jedince. V rámci porovnávání skupin jsme zjistili, že vysoce religiózní jedinci dosahují na Škále náboženských a duchovních zápasů nižších hodnot než jedinci středně religiózní ( $p < 0,001$ ). Rozdíl jsme odhalili u všech dimenzí R/S zápasů, kromě dimenze Morální. Morální zápasy byly nejčastěji prožívané v obou skupinách. Nejvíce odlišné byly hodnoty subškály Pochyby. V souvislosti s ověřením vztahu mezi mírou religiozity a konkrétními dimenzemi R/S zápasů jsme našli negativní korelaci se subškálami Smysl života ( $r = -0,27$ ), Pochyby ( $r = -0,22$ ) a Božská ( $r = -0,11$ ). Pozitivní asociace se týkala subškály Démonická ( $r = 0,18$ ).

Skrze analýzu dat jsme našli středně silný pozitivní vztah mezi skórem Škály náboženských a duchovních zápasů a skórem Škály vnímaného stresu ( $r = 0,46$ ). Zjištěná korelace byla velmi vysoce signifikantní. Dále jsme tento vztah ověřovali v rámci regresní analýzy. Výsledky ukázaly, že se náboženské a duchovní zápasy společně se stresujícími událostmi podílí na zvýšení míry vnímaného stresu.

Dále jsme provedli analýzu konkrétních druhů R/S zápasů a jejich vztahu s vnímaným stresem. U všech druhů byl nalezen pozitivní signifikantní vztah. Nejvyšší pozitivní korelaci jsme objevili u subškály Božská ( $r = 0,37$ ), dále Smysl života ( $r = 0,35$ ), Pochyby ( $r = 0,34$ ), Morální ( $r = 0,33$ ) a Interpersonální ( $r = 0,21$ ). Nejslabší vztah byl nalezen u subškály Démonická ( $r = 0,13$ ).

V souvislosti s porovnáváním skupin na základě sociodemografických charakteristik jsme zjistili, že jedinci dosahující nižšího věku (věková kategorie do 29 let) zažívají náboženské a duchovní zápasy více než ostatní věkové kategorie ( $p < 0,001$ ). Další odlišnosti jsme našli ve srovnávání jedinců s různým způsobem života. Větší prožívání R/S zápasů jsme objevili ve skupině věřících žijících osaměle. Signifikantní rozdíl nebyl nalezen při srovnávání skupin v souvislosti s pohlavím, afiliací k církvi a rolí v církvi.

## 10 SOUHRN

Tato práce se zaměřuje na prozkoumání náboženských a duchovních zápasů u věřících jedinců v České republice. Zajímalo nás, jak lidé tyto zápasy prožívají ve světle stresujících událostí. Dále jsme zjišťovali, jak duchovní zápasy souvisí s vnímaným stresem a jakou roli zde má religiozita. Náš soubor se skládal z jedinců hlásících se křesťanství, jelikož má tento náboženský směr v České republice největší zastoupení (Český statistický úřad, 2021). Protože fenomén náboženských a duchovních zápasů není v českém prostředí dostatečně prozkoumán, rozhodli jsme se mu v naší práci věnovat.

V teoretické části jsme si nejdříve vymezili náboženské pojmy, které jsou v celé práci zmiňovány. Zde jsme objasnili pojem náboženství. Uvedli jsme jeho strukturální pojetí, které souvisí s obsahem a zahrnuje přesvědčení, praktiky, zkušenosti a vztah k vyšší bytosti či principu (Pargament, 1999). Dále jsme přiblížili jeho funkci v životě člověka. Náboženství dává lidem například obecný systém významů poskytujících smysl v životě (Park, 2013), pomáhá získat pocit kontroly v těžko ovladatelných událostech (Newton & McIntosh, 2009), nabízí zdroje pro aktivní zvládnání stresujících událostí (Sharp, 2010). Skrze společenství věřících člověk může získat sociální oporu jak duchovní, tak i emocionální (Krause et al., 2001). Přiblížili jsme si pojmy spiritualita, religiozita a její dimenze. V této souvislosti můžeme religiozitu pojmut jako termín shrnující do jaké míry jedinec věří, následuje a praktikuje náboženství (Lucchetti et al., 2010). Nakonec jsme se věnovali religiozitě v České republice. Podle údajů Českého statistického úřadu (2021) se za věřící považuje 2,3 milionu obyvatel.

Druhá kapitola je věnována úvodu do problematiky stresu. Věnujeme se pojmům stres a zátěž. Je přiblíženo psychologické pojetí stresu a v této souvislosti model dvojího hodnocení (Lazarus & Folkman, 1984). Podle autorů zmíněných v této kapitole stres vzniká ve chvíli, kdy nároky přesahují adaptační schopnosti jedince (Paulík, 2017). Přiblížena byla také reakce na stres a s ní spojené negativní dopady v oblasti fyzického a duševního zdraví. Věnovali jsme se dále možnostem měření stresu a individuálním rozdíly ve vnímání stresu.

Poslední kapitola teoretické části pojednává o náboženských a duchovních zápasech. Tyto zápasy nastávají, pokud se nějaké aspekty náboženských přesvědčení, myšlenek nebo emocí stanou ústředím konfliktu či znepokojení. Mohou se týkat nadpřirozena (vztah



s Bohem, působení ďábla), interpersonální oblasti (konflikty s lidmi či náboženskými institucemi) či vnitřních konfliktů (znepokojení ohledně morálních principů, pochyby o přesvědčeních, otázky týkající se smyslu života) (Exline et al., 2014).

Výzkumy zabývající se výskytem R/S zápasů je dávají do souvislosti s prožitím stresujících událostí (Ahrens et al., 2009; McConnell et al., 2006; Stauner et al., 2019; Zhang et al., 2021). V kontextu psychického zdraví lze pozorovat asociace R/S zápasů s horším přizpůsobením (Ano & Vasconcelles, 2005), úzkostnými a depresivními symptomy (Abu-Raiya et al. 2015) či zvýšeným výskytem suicidálních myšlenek (Raines et al., 2022). V rámci různých výzkumů nenacházíme jednoznačnou roli religiozity. Někteří poukazují na tlumící efekt projevů R/S zápasů (Krause et al., 2017). Jiní tvrdí, že lidé vysoce religiozni mohou být R/S zápasy více negativně ovlivněni (Kent et al., 2022).

Na základě stanovených výzkumných cílů jsme zvolili kvantitativní design výzkumu. Ke sběru dat bylo využito online dotazníkové šetření. Za účelem zmapování prožívání náboženských a duchovních zápasů byla využita Škála náboženských a duchovních zápasů (RSS). Vnímaný stres respondentů byl měřen Škálou vnímaného stresu (PSS). Ke zjištění míry religiozity byl použit překlad dotazníku The Centrality of Religiosity Scale (CRS). Dále jsme data získávali pomocí sociodemografického dotazníku a vlastního screeningového dotazníku ke zjištění výskytu stresujících událostí v životě člověka.

Data jsme analyzovali v programu Statistica 13. Jelikož byla zamítnuta hypotéza o normálním rozdělení dat u všech škál, využili jsme ke statistické analýze neparametrické metody. V rámci porovnávání skupin jsme aplikovali Mann-Whitney U test. V ostatních případech, kdy byly porovnány více než dvě skupiny, jsme využili Kruskal-Wallisův test. Korelaci mezi vybranými proměnnými jsme zjišťovali pomocí Spearmanova korelačního koeficientu. Následně byla provedena regresní analýza. Etické aspekty výzkumu jsme dopředu zhodnotili a ošetřili.

Výběrový soubor se skládal z 392 participantů. Dotazníkového šetření se zúčastnilo větší množství žen (54 %). Věkové rozpětí celého souboru se pohybuje od 15 do 83 let. Většina respondentů dosahovala vysokoškolského vzdělání (55 %). V souvislosti se způsobem života se v našem souboru vyskytovali nejvíce jedinci žijící v manželství (71 %). Zastoupení církví bylo nerovnoměrné a většina respondentů se hlásila k protestantským církvím. Náš soubor byl z větší části tvořen jedinci vysoce religiozními (N = 362).

Náboženské a duchovní zápasy se v našem vzorku vyskytovaly v menší míře ( $M = 1,86$ ). Průměrný skóre Škály vnímaného stresu dosahoval hodnoty 40,33 ( $SD = 7,94$ ).

Při srovnávání jednotlivých skupin v souvislosti se stresujícími událostmi (významné životní změny, rodinné, pracovní a zdravotní problémy) jsme našli velmi vysoce signifikantní rozdíly ( $p < 0,001$ ). Jedinci, kteří v posledním měsíci prošli nějakou z uvedených stresujících událostí, zažívají náboženské a duchovní zápasy ve větší míře. Nalezli jsme také středně silnou pozitivní korelaci mezi škálou RSS a škálou PSS ( $r = 0,46$ ). Pozitivní vztah byl nalezen i u jednotlivých subškál: Božská ( $r = 0,37$ ), Smysl života ( $r = 0,35$ ), Pochyby ( $r = 0,34$ ), Morální ( $r = 0,33$ ) a Interpersonální ( $r = 0,21$ ). Nejslabší vztah byl nalezen u subškály Démonická ( $r = 0,13$ ). V rámci provedené regresní analýzy jsme zjistili, že náboženské a duchovní zápasy se společně se stresujícími událostmi podílí na predikci skóre Škály vnímaného stresu ( $p < 0,001$ ). V této souvislosti nebyl objeven signifikantní vliv religiozity na vztah R/S zápasů a vnímaného stresu.

Dále byly objeveny odlišnosti v prožívání R/S zápasů v kontextu míry religiozity jedince. Jedinci vykazující nižší religiozitu dosahují vyšších hodnot náboženských a duchovních zápasů než jedinci vysoce religiózní ( $p < 0,001$ ). Signifikantní rozdíl se projevil u všech dimenzí R/S zápasů, kromě subškály Morální. Ta dosahovala nejvyšších hodnot v obou skupinách. Největší rozdíly byly nalezeny u subškály Pochybnosti, Božská a Smysl života. Při analýze korelace škály CRS a dimenzí RSS jsme našli negativní vztah u subškál Smysl života ( $r = -0,27$ ), Pochybnosti ( $r = -0,22$ ) a Božská ( $r = -0,11$ ). Pozitivní asociace se prokázala u subškály Démonická ( $r = 0,18$ ).

Při srovnávání jedinců na základě sociodemografických charakteristik jsme nenalezli signifikantní rozdíl v souvislosti s pohlavím, afiliací k církvi a rolí v církvi. Dále jsme však zjistili, že jedinci nižšího věku (do 29 let) zažívají R/S zápasy více než ostatní věkové kategorie ( $p < 0,001$ ). V souvislosti se způsobem života dosahovali vyšších hodnot věřící žijící osaměle či s rodiči ( $p < 0,001$ ).

Omezení našeho výzkumu se týkala hlavně nevyváženosti výběrového souboru týkající se zastoupení jednotlivých církví, míry religiozity respondentů a nezohlednění náboženské socializace. Výběr našeho vzorku nebyl proveden pravděpodobnostními metodami, není tedy zajištěna reprezentativnost výsledků.

Výsledky naší studie rozšiřují poznatky o prožívání náboženských a duchovních zápasů u věřících jedinců v českém prostředí. Zároveň potvrzují některá zjištění získaná zahraničními výzkumy.

# LITERATURA

- Abramowitz, J. S., Huppert, J. D., Cohen, A. B., Tolin, D. F., & Cahill, S. P. (2002). Religious obsessions and compulsions in a non-clinical sample: The Penn Inventory of Scrupulosity (PIOS). *Behaviour Research and Therapy*, 40, 825–838. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00070-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00070-5)
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2015). Understanding and addressing religious and spiritual struggles in health care. *Health & Social Work*, 40(4), 126–134. <https://doi.org/10.1093/hsw/hlv055>
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., Krause, N., & Ironson, G. (2015). Robust links between religious/spiritual struggles, psychological distress, and well-being in a national sample of American adults. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85(6), 565–575. <https://doi.org/10.1037/ort0000084>
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., & Krause, N. (2016). Religion as problem, religion as solution: Religious buffers of the links between religious/spiritual struggles and well-being/mental health. *Quality of Life Research*, 25(5), 1265–1274. <https://doi.org/10.1007/s11136-015-1163-8>
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., Weissberger, A., Exline, J. (2016): An empirical examination of religious/spiritual struggle among Israeli Jews. *International Journal for the Psychology of Religion*, 26(1), 61-79. <https://doi.org/10.1080/10508619.2014.1003519>
- Aditya, Y., Sani, R., Martoyo, I., & Pramono, R. (2019). Can religiousness be associated with religious and spiritual struggles? *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 229, 1092-1100. <https://doi.org/10.2991/iciap-18.2019.91>
- Ahrens, A. E., Abeling, S., Ahmad, S., & Hinman, J. (2009). Spirituality and well-being: The relationship between religious coping and recovery from sexual assault. *Journal of Interpersonal Violence*, 25, 1242–1263. <https://doi.org/10.1177/0886260509340533>
- Ai, A. L., Pargament, K., Kronfol, Z., Tice, T. N., & Appel, H. (2010). Pathways to postoperative hostility in cardiac patients: Mediation of coping, spiritual struggle and Interleukin-6. *Journal of Health Psychology*, 15(2), 186–195. <https://doi.org/10.1177/1359105309345556>
- al'Absi, M., & Flaten, M. A. (2016). *The neuroscience of pain, stress, and emotion: psychological and clinical implications*. Elsevier Academic Press.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432–443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>
- Altemeyer, B., & Hunsberger, B. (1997). *Amazing conversions: Why some turn to faith and others abandon religion*. Prometheus.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461–480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Ayers, S. & Visser, R. (2015). *Psychologie v medicíně*. Grada.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. Guilford Press.
- Baumeister, R. F., & Vonasch, A. J. (2015). Uses of self-regulation to facilitate and restrain addictive behavior. *Addictive Behaviors*, 44, 3-8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.09.011>

- Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to God: The Attachment to God Inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 92–103. <https://doi.org/10.1177/009164710403200202>
- Beck, R., & Taylor, S. (2008). The emotional burden of monotheism: Satan, theodicy, and relationship with God. *Journal of Psychology and Theology*, 36(3), 151–160. <https://doi.org/10.1177/009164710803600301>
- Berger, R. (2015). *Stress, trauma, and posttraumatic growth: social context, environment, and identities*. Routledge/Taylor & Francis Group.
- Berkman, L. F., & Glass, T. (2000). Social integration, social networks, social support, and health. In F. L. Berkman, & I. Kawachi (Eds.), *Social Epidemiology*. Oxford University Press.
- Bible, překlad 21. století (Alexandr Flek, Ed.). (2009). Biblion.
- Bjorck, J. P., & Thurman, J. (2007). Negative life events, patterns of positive and negative religious coping, and psychological functioning. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 46(2), 159–67. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2007.00348.x>
- Bockrath, M. F., Pargament, K. I., Wong, S., Harriott, V. A., Pomerleau, J. M., Homolka, S. J., Chaudhary, Z. B., & Exline, J. J. (2022). Religious and spiritual struggles and their links to psychological adjustment: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychology of Religion and Spirituality*, 14(3), 283–299. <https://doi.org/10.1037/rel0000400>
- Bowie, F. (2021). Anthropology of Religion. In R. A. Segal, & N. P. Roubekas (Eds.), *The Wiley Blackwell Companion to the Study of Religion* (s. 1–24). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119092797.ch1>
- Bradley, D. F., Exline, J. J., & Uzdavines, A. (2017). Relational reasons for nonbelief in the existence of gods: An important adjunct to intellectual nonbelief. *Psychology of Religion and Spirituality*, 9(4), 319–327. <https://doi.org/10.1037/rel0000073>
- Brewster, C. E. (2014). Religious coping among rural clergy: Measuring ways in which rural clergy draw on coping strategies informed by their theological beliefs. *Journal of Empirical Theology*. <https://doi.org/10.1163/15709256-12341297>
- Brummett, B. H., Babyak, M. A., Mark, D. B., Clapp-Channing, N. E., Siegler, I. C., & Barefoot, J. C. (2004). Prospective study of perceived stress in cardiac patients. *Annals of Behavioral Medicine*, 27(1), 22–30. [https://doi.org/10.1207/s15324796abm2701\\_4](https://doi.org/10.1207/s15324796abm2701_4)
- Bryant, A. N., & Astin, H. S. (2008). The correlates of spiritual struggle during the college years. *Journal of Higher Education*, 79, 1–27. <https://doi.org/10.1353/jhe.2008.0000>
- Byles, J., Vo, K., Thomas, L., Mackenzie, L., Kendig, H. (2016). Partner status and mental and physical health of independently living men aged 70 years and older. *Australasian Journal on Ageing*, 35(2), 143–146. <https://doi.org/10.1111/ajag.12234>
- Český statistický úřad. (2021). Náboženská víra. <https://www.czso.cz/csu/scitani2021/nabozenska-vira>
- Cohen, S., & Janicki-Deverts, D. (2012). Who's stressed? Distributions of psychological stress in the United States in probability samples from 1983, 2006 and 2009. *Journal of Applied Social Psychology*, 42, 1320–1334. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00900.x>

- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the U.S. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The social psychology of health* (s. 31–67). Sage.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*, 385-396.
- Cohen, S., Kessler, R., & Underwood Gordon, L. (1995). *Measuring Stress: A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford University Press.
- Currier, J. M., Drescher, K. D., & Harris, J. I. (2014). Spiritual functioning among veterans seeking residential treatment for PTSD: A matched control group study. *Spirituality in Clinical Practice, 1*(1), 3–15. <https://doi.org/10.1037/scp0000004>
- Currier, J. M., Fadoir, N., Carroll, T. D., Kuhlman, S., Marie, L., Taylor, S. E., Smith, T., Isaak, S. L., & Sims, B. M. (2020). A cross-sectional investigation of divine struggles and suicide risk among men in early recovery from substance use disorders. *Psychology of Religion and Spirituality, 12*(3), 324–333. <https://doi.org/10.1037/rel0000286>
- Curtis, K. R., & Ellison, C. J. (2002). Religious Heterogamy and Marital Conflict. *Journal of Family Issues, 23*(4), 551–576. <https://doi.org/10.1177/0192513x02023004005>
- Davis, D. E., Worthington, E. L., Jr., Hook, J. N., & Van Tongeren, D. R. (2009). The Dedication to the Sacred (DS) Scale: Adapting a marriage measure to study relational spirituality. *Journal of Psychology and Theology, 37*(4), 265–275. <https://doi.org/10.1177/009164710903700403>
- Day, A. L., & Livingstone, H. A. (2003). Gender differences in perceptions of stressors and utilization of social support among university students. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement, 35*(2), 73–83. <https://doi.org/10.1037/h0087190>
- Dewe, P. J., O'Driscoll, M. P., & Cooper, C. L. (2010). *Coping with work stress: A review and critique*. Wiley-Blackwell.
- Ellison, C. G., Krause, N. M., Shepherd, B. C., & Chaves, M. A. (2009). Size, conflict, and opportunities for interaction: Congregational effects on members' anticipated support and negative interaction. *Journal for the Scientific Study of Religion, 48*, 1–15. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2009.01426.x>
- Ellison, C. G., Fang, Q., Flannelly, K. J., & Steckler, R. A. (2013). Spiritual struggles and mental health: exploring the moderating effects of religious identity. *International Journal for the Psychology of Religion, 23*(3), 214–229. <https://doi.org/10.1080/10508619.2012.759868>
- Exline, J. J. (Ed.). (2013). Religious and spiritual struggles. In K. I. Pargament, J. J. Exline, & J. W. Jones (Eds.), *APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Vol. 1): Context, theory, and research* (s. 459–475). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14045-025>
- Exline, J. J., Yali, A. M., & Sanderson, W. C. (2000). Guilt, discord, and alienation: The role of religious strain in depression and suicidality. *Journal of Clinical Psychology, 56*(1), 1481–1496. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(200012\)56:12<1481::AID-1>3.0.CO;2-A](https://doi.org/10.1002/1097-4679(200012)56:12<1481::AID-1>3.0.CO;2-A)
- Exline, J. J., & Rose, E. (2005). Religious and spiritual struggles. In R. F. Paloutzian, & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (315-330). Guilford.
- Exline, J. J., & Yali, A. Y. (2006). Heaven's gates and hell's flames: Afterlife beliefs of Catholic and Protestant undergraduates. *Research in the Social Scientific Study of Religion, 17*(1), 235–260. [https://doi.org/10.1163/9789047411413\\_015](https://doi.org/10.1163/9789047411413_015)

- Exline, J. J., Park, C. L., Smyth, J. M., & Carey, M. P. (2011). Anger toward God: Social-cognitive predictors, prevalence, and links with adjustment to bereavement and cancer. *Journal of Personality and Social Psychology, 100*(1), 129–148. <https://doi.org/10.1037/a0021716>
- Exline, J. J., Kaplan, K. J., & Grubbs, J. B. (2012). Anger, exit, and assertion: Do people see protest toward God as morally acceptable? *Psychology of Religion and Spirituality, 4*(4), 264–277. <https://doi.org/10.1037/a0027667>
- Exline, J. J., Pargament, K. I., Grubbs, J. B., & Yali, A. M. (2014). The Religious and Spiritual Struggles Scale: Development and initial validation. *Psychology of Religion and Spirituality, 6*(3), 208–222. <https://doi.org/10.1037/a0036465>
- Exline, J. J., Grubbs, J. B., & Homolka, S. J. (2015). Seeing God as cruel or distant: Links with divine struggles involving anger, doubt, and fear of God's disapproval. *The International Journal for the Psychology of Religion, 25*(1), 29–41. <https://doi.org/10.1080/10508619.2013.857255>
- Exline, J. J., Wilt, J. A., Stauner, N., Harriott, V. A., & Saritoprak, S. N. (2017). Self-forgiveness and religious/spiritual struggles. In L. Woodyatt, Jr. E. Worthington, M. Wenzel, & B. Griffin (Eds.), *Handbook of the Psychology of Self-Forgiveness*, (s. 131–145). [https://doi.org/10.1007/978-3-319-60573-9\\_10](https://doi.org/10.1007/978-3-319-60573-9_10)
- Exline, J. J., Pargament, K. I., Wilt, J. A., & Harriott, V. A. (2021). Mental illness, normal psychological processes, or attacks by the devil? Three lenses to frame demonic struggles in therapy. *Spirituality in Clinical Practice, 8*(3), 215–228. <https://doi.org/10.1037/scp0000268>
- Figalová, N. (2019). *Překlad a psychometrické vlastnosti české verze škály vnímaného stresu* [magisterská diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Folkman, S. (2010). Stress, coping, and hope. *Psycho-Oncology, 19*(9), 901–908. <https://doi.org/10.1002/pon.1836>
- Fowler, J. W. (2001). Faith development theory and the postmodern challenges. *The International Journal for the Psychology of Religion, 11*(3), 159–172. [https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1103\\_03](https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1103_03)
- Gall, T. L., & Grant, K. (2005). Spiritual disposition and understanding illness. *Pastoral Psychology, 53*(6), 515–533. <https://doi.org/10.1007/s11089-005-4818-y>
- Geyer, A. L., & Baumeister, R. F. (2005). Religion, morality, and self-control: Values, virtues, and vices. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (s. 412–432). The Guilford Press.
- Good, M., & Willoughby, T. (2008). Adolescence as a sensitive period for spiritual development. *Child Development Perspectives, 2*(1), 32–37. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2008.00038.x>
- Good, M., Willoughby, T., & Busseri, M. A. (2011). Stability and change in adolescent spirituality/religiosity: A person-centered approach. *Developmental Psychology, 47*(2), 538–550. <https://doi.org/10.1037/a0021270>
- Granqvist, P., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Religion as attachment: Normative processes and individual differences. *Personality and Social Psychology Review, 14*(1), 49–59. <https://doi.org/10.1177/1088868309348618>

- Hagger, M. S., Wood, C., Stiff, C., & Chatzisarantis, N. L. D. (2010). Ego depletion and the strength model of self-control: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136(4), 495–525. <https://doi.org/10.1037/a0019486>
- Halkitis, P. N., Mattis, J. S., Sahadath, J. K., Massie, D., Ladyzhenskaya, L., Pitrelli, K., Bonacci, M., & Cowie, S. a. E. (2009). The Meanings and Manifestations of Religion and Spirituality among Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Adults. *Journal of Adult Development*, 16(4), 250–262. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9071-1>
- Hamplová, D. (2013). *Náboženství v české společnosti na prahu 3. tisíciletí*. Karolinum.
- Hanwella, R., de Silva, V., Yoosuf, A., Karunaratne, S., & de Silva, P. (2012). Religious beliefs, possession states, and spirits: Three case studies from Sri Lanka. *Case Reports in Psychiatry*, 2012, 1–3. <https://doi.org/10.1155/2012/232740>
- Haugen, M. R. G. (2012). *Does trauma lead to religiousness? A longitudinal study of the effects of traumatic events on religiousness and spirituality during the first three years at university*. Bowling Green State University.
- Havlíček, J. (2021). *Imagining Religion in the Czech Republic: Anthropological perspectives*. LIT Verlag Münster.
- Hecker, T., Braitmayer, L., & Van Duijl, M. (2015). Global mental health and trauma exposure: the current evidence for the relationship between traumatic experiences and spirit possession. *European Journal of Psychotraumatology*, 6(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v6.29126>
- Heiderová, N. (2021). *Náboženský coping v interkulturní perspektivě* [bakalářská diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci. [https://theses.cz/id/qapz07/BcDP\\_Natalie\\_Heiderova.pdf](https://theses.cz/id/qapz07/BcDP_Natalie_Heiderova.pdf)
- Hill, P. C. (2005). Measurement in the psychology of religion and spirituality: Current status and evaluation. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (s. 43-61). Guilford Press.
- Hill, P. C., & Hood, R. W. (Eds.). (1999). *Measures of religiosity*. Religious Education Press.
- Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58(1), 64–74. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.64>
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). *Psychology of Religion: An Empirical Approach*. (4. vydání). Guilford Press.
- Horyna, B. (1994). *Úvod do religionistiky*. ISE.
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710-724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Hunsberger, B., Pratt, M., & Pancer, S. M. (2002). A longitudinal study of religious doubts in high school and beyond: relationships, stability, and searching for answers. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41(2), 255–266. <https://doi.org/10.1111/1468-5906.00115>
- Ironson, G., Kremer, H., & Lucette, A. (2016). Relationship between spiritual coping and survival in patients with HIV. *Journal of General Internal Medicine*, 31(9), 1068–1076. <https://doi.org/10.1007/s11606-016-3668-4>



- Janů, A., Maliňáková, K., Fürstová, J., & Tavel, P. (2018). Psychometrická analýza škály náboženských a duchovních zápasů (RSS) v českém prostředí. *Československá Psychologie*, 62, 2–18.
- Janů, A., Maliňáková, K., Kosárková, A., Fürstová, J., & Tavel, P. (2019) Psychometric Evaluation of the Negative Religious Coping (NRC) Scale of the Brief RCOPE in the Czech Environment. *Mental Health, Religion & Culture*, 22(6), 614–625, <https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1597033>
- Janů, A., Maliňáková, K., Kosárková, A., & Tavel, P. (2020). Associations of childhood trauma experiences with religious and spiritual struggles. *Journal of Health Psychology*, 1-13. <https://doi.org/10.1177/1359105320950793>
- Jung, J. H., Pargament, K. I., Joynt, S., De Kock, J. H., & Cowden, R. G. (2022). The pain and gain of religious/spiritual struggles: A longitudinal study of South African adults. *Mental Health, Religion & Culture*, 25(3), 305-319. <https://doi.org/10.1080/13674676.2021.2003312>
- Kent, B. V., Cowden, R. G., Counted, V., Davis, E. P., Rueger, S. Y., & Worthington, E. L. (2022). Do Religious/Spiritual Resources Moderate the Association Between Suffering and Religious/Spiritual Struggles? A Three-Wave Longitudinal Study of US Adults with Chronic Illness. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 61(3–4), 642–662. <https://doi.org/10.1111/jssr.12808>
- Kim, S. H., Martin, B. J., Nolty, A. T. (2016). The factor structure and measurement invariance of the Daily Spiritual Experiences Scale. *International Journal for the Psychology of Religion*, 26, 240-251. <https://doi.org/10.1080/10508619.2015.1029404>
- Koenig, H. G. (2008). Concerns about measuring “spirituality” in research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(5), 349-355. <https://doi.org/10.1097/nmd.0b013e31816ff796>
- Koenig, H. G., & Büssing, A. (2010). The Duke University Religion Index (DUREL): A five-item measure for use in epidemiological studies. *Religions*, 1(1), 78–85. <https://doi.org/10.3390/rel1010078>
- Krause, N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychology and Aging*, 22(3), 456–469. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.456>
- Krause, N., Ellison, C. G., Shaw, B. A., Marcum, J. P., & Boardman, J. D. (2001). Church-based social support and religious coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40(4), 637–656. <https://doi.org/10.1111/0021-8294.00082>
- Krause, N., & Wulff, K. N. (2004). Religious doubt and health: exploring the potential dark side of religion. *Sociology of Religion*, 65(1), 35-56. <https://doi.org/10.2307/3712506>
- Krause, N., & Ellison, C. J. (2009). The doubting process: A longitudinal study of the precipitants and consequences of religious doubt in older adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 48(2), 293–312. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2009.01448.x>
- Krause, N., Pargament, K. I., Hill, P. C., Wong, S., & Ironson, G. (2017). Exploring the relationships among age, spiritual struggles, and health. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 29(4), 266–285. <https://doi.org/10.1080/15528030.2017.1285844>
- Krause, N., Pargament, K. I., Ironson, G., & Hill, P. (2017). Religious involvement, financial strain, and poly-drug use: Exploring the moderating role of meaning in life. *Substance Use & Misuse*, 52(3), 286–293. <https://doi.org/10.1080/10826084.2016.1225096>
- Krívohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Portál.

- Krumrei, E. J., Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2011). Spiritual stress and coping model of divorce: A longitudinal study. *Journal of Family Psychology, 25*(6), 973–985. <https://doi.org/10.1037/a0025879>
- Laurin, K., Kay, A. C., & Moscovitch, D. A. (2008). On the belief in God: Towards an understanding of the emotional substrates of compensatory control. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*(6), 1559–1562. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2008.07.007>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer publishing company.
- Lockenhoof, C. E., Costa, P. T., & Lane, R. D. (2008). Age differences in descriptions of emotional experiences in oneself and others. *Journal of Gerontology, Series B, 63*(2), 92–99. <https://doi.org/10.1093/geronb/63.2.P92>
- Lucchetti, G., De Almeida, L. G. C., & Granero, A. L. (2010). Espiritualidade no paciente em diálise: o nefrologista deve abordar? *Brazilian Journal of Nephrology, 32*(1), 128–132. <https://doi.org/10.1590/s0101-28002010000100020>
- Mahoney, A., & Pargament, K. I. (2004). Sacred changes: Spiritual conversion and transformation. *Journal of Clinical Psychology, 60*(5), 481–492. <https://doi.org/10.1002/jclp.20007>
- Maliňáková, K., Trnka, R., Šar- níková, G., Smékal, V., Fürstová, J., Tavel, P. (2018). Psychometrická analýza Škály každodenní spirituální zkušenosti (DSES) v českém prostředí. *Československá psychologie, 62*(1), 100–113.
- Martinek, M. (2016). *Přehled křesťanských církví a jejich aktivit v ČR*. Portál.
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality, 73*(4), 985–1014. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00336.x>
- Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of Personality, 22*, 326– 347. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1954.tb01136.x>
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality & Individual Differences, 37*(7), 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- McConnell, K. M., Pargament, K. I., Ellison, C. G., & Flannelly, K. J. (2006). Examining the links between spiritual struggles and symptoms of psychopathology in a national sample. *Journal of Clinical Psychology, 62*(12), 1469–1484. <https://doi.org/10.1002/jclp.20325>
- Mikuláščík, M. (2015). *Manažerská psychologie*. Grada.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.
- Mroczek, D. K. (2001). Age and emotion in adulthood. *Current Directions in Psychological Science, 10*(3), 87–90. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00122>
- Murphy, P. E., Fitchett, G., & Emery-Tiburcio, E. E. (2016). Religious and spiritual struggle: Prevalence and correlates among older adults with depression in the BRIGHTEN Program. *Mental Health, Religion & Culture, 19*(7), 713–721. <https://doi.org/10.1080/13674676.2016.1244178>
- Nešpor, Z. R. (2009). Český spirituální trh jako předmět religionistického výzkumu. *Pantheon. Religionistický časopis, 2*(5), 7–33. [https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/publikace/1\\_-\\_nespor1.pdf](https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/publikace/1_-_nespor1.pdf)
- Newton, A. T., & McIntosh, D. N. (2009). Associations of general religiousness and specific religious beliefs with coping appraisals in response to hurricanes Katrina and Rita. *Mental Health, Religion and Culture, 12*(2), 129–146. <https://doi.org/10.1080/13674670802380400>

- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping*. Guilford Press.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9(1), 3–16. [https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901_2)
- Pargament, K. I. (2002): The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13(3), 168-181. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1303\\_02](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1303_02)
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710–724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Pargament, K. I., Cole, B., Vandecreek, L., Belavich, T., Brant, C., & Perez, L. (1999). The vigil: Religion and the search for control in the hospital waiting room. *Journal of Health Psychology*, 4(3), 327– 341. <https://doi.org/10.1177/135910539900400303>
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious Coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2001). Religious struggle as a predictor of mortality among medically ill elderly patients: A two- year longitudinal study. *Archives of Internal Medicine*, 161(15), 1881–1885. <https://doi.org/10.1001/archinte.161.15.1881>
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and conserving the sacred. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (s. 646–659). Oxford University Press.
- Pargament, K. I., Murray-Swank, N. A., Magyar, G. M., & Ano, G. G. (2005). Spiritual Struggle: A Phenomenon of Interest to Psychology and Religion. In W. R. Miller & H. D. Delaney (Eds.), *Judeo-Christian perspectives on psychology: Human nature, motivation, and change* (s. 245–268). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10859-013>
- Pargament, K. I., Murray-Swank, N., & Mahoney, A. (2008). Problem and solution: The spiritual dimension of clergy sexual abuse and its impact on survivors. *Journal of Child Sexual Abuse*, 17(3), 397–420. <https://doi.org/10.1080/10538710802330187>
- Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2021). *Working with spiritual struggles in psychotherapy: From research to practice*. Guilford Publications.
- Park, C. L. (2005). Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress. *Journal of Social Issues*, 61, 707–729. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00428.x>
- Park, C. L. (2013). Religion and meaning. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (s. 357–379). Guilford Press.
- Park, C. L., Edmondson, D., & Hale-Smith, A. (2013). Why religion? Meaning as motivation. In K. I. Pargament, J. J. Exline, & J. W. Jones (Eds.), *APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Vol. 1): Context, theory, and research* (s. 157–171). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14045-008>
- Paulík, K. (2012). *Psychologické aspekty zvládání zátěže muži a ženami*. Ostravská univerzita.
- Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti*. Grada.

- Pearlin, L. (2002). Some institutional and stress process perspectives on religion and health. *Psychological Inquiry*, 13(3), 217–220. <http://www.jstor.org/stable/1449335>
- Pietkiewicz, I. J., Kłosińska, U., & Tomalski, R. (2022) Polish catholics attribute trauma-related symptoms to possession: Qualitative analysis of two childhood sexual abuse survivors. *Journal of Child Sexual Abuse*, 31(4), 373-392. <https://doi.org/10.1080/10538712.2022.2067094>
- Raines, A. M., Macia, K. S., Currier, J., Compton, S. E., Ennis, C. R., Constans, J. I., & Franklin, C. L. (2022). Spiritual struggles and suicidal ideation in veterans seeking outpatient treatment: The mediating role of perceived burdensomeness. *Psychology of Religion and Spirituality*, 14(2), 229–236. <https://doi.org/10.1037/rel0000311>
- Ramirez, S. P., Macêdo, D. S., Sales, P. M. G., Figueiredo, S. M., De Francesco Daher, E., Araújo, S. M. H. A., Pargament, K. I., Hyphantis, T., & Carvalho, A. F. (2012). The relationship between religious coping, psychological distress and quality of life in hemodialysis patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 72(2), 129–135. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2011.11.012>
- Rosmarin, D. H., Malloy, M. C., & Forester, B. P. (2014). Spiritual struggle and affective symptoms among geriatric mood disordered patients. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 29(6), 653-660. <https://doi.org/10.1002/gps.4052>
- Rowatt, W. C., & Kirkpatrick, L. A. (2002). Two dimensions of attachment to God and their relation to affect, religiosity, and personality constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41(4), 637–651. <https://doi.org/10.1111/1468-5906.00143>
- Řičan, P. (2007). *Psychologie náboženství a spirituality*. Portál.
- Santiago, P. N., & Gall, T. L. (2016). Acceptance and commitment therapy as a spiritually integrated psychotherapy. *Counseling and Values*, 61(2), 239-254. <https://doi.org/10.1002/cvj.12040>
- Schreiber, V. (1992). *Lidský stres*. Academia.
- Sedlar, A. E., Stauner, N., Pargament, K. I., Exline, J. J., Grubbs, J. B., & Bradley, D. F. (2018). Spiritual struggles among atheists: Links to psychological distress and well-being. *Religions*, 9(8), 242. <https://doi.org/10.3390/rel9080242>
- Sharp, S. (2010). How does prayer help manage emotions? *Social Psychology Quarterly*, 73(4), 417–437. <https://doi.org/10.1177/0190272510389129>
- Sheldrake, P. (2007). *A Brief History of Spirituality*. Blackwell Publishing.
- Singh, R., Goyal, M., Tiwari, S., Ghildiyal, A., Nattu, S. M., & Das, S. (2012). Effect of examination stress on mood, performance and cortisol levels in medical students. *Indian Journal Of Physiology And Pharmacology*, 56(1), 48–55.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2016). *The development of coping: Stress, neurophysiology, social relationships, and resilience during childhood and adolescence*. Springer International Publishing AG. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-41740-0>
- Smith C., & Denton M. L. (2005). *Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers*. Oxford University Press.
- Smith, H. (1991). *The world's religions*. HarperCollins.

- Stauner, N., Exline, J. J., Kusina, J. R., & Pargament, K. I. (2019). Religious and spiritual struggles, religiousness, and alcohol problems among undergraduates. *Journal of prevention & intervention in the community*, 47(3), 243–258. <https://doi.org/10.1080/10852352.2019.1603678>
- Stauner, N., Exline, J. J., Pargament, K. I., Wilt, J. A., & Grubbs, J. B. (2019). Stressful life events and religiousness predict struggles about religion and spirituality. *Psychology of Religion and Spirituality*, 11(3), 291–296. <https://doi.org/10.1037/rel0000189>
- Steger, M. F. (2009). Meaning in Life. In S. J. Lopez (Ed.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (2. vydání, s. 679–687). Oxford University Press.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43–52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Sumner, R. C., & Gallagher, S. (2017). Unemployment as a chronic stressor: A systematic review of cortisol studies. *Psychology & Health*, 32(3), 289–311. <https://doi.org/10.1080/08870446.2016.1247841>
- Štampach, O. I. (2008). *Přehled religionistiky*. Portál.
- Taylor, S. E., Klein, L. C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A. R., & Updegraff, J. A. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: Tend-and-befriend, not fight-or-flight. *Psychological Review*, 107(3), 411–429. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.107.3.411>
- Turner, M. (2015). Can the effects of religion and spirituality on both physical and mental health be scientifically measured? An overview of the key sources, with particular reference to the teachings of said nursi. *Journal of Religion and Health*, 54(6), 2045–2051. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9894-3>
- Upenieks, L. (2022). Religious/spiritual struggles and suicidal ideation in the COVID-19 era: Does the belief in divine control and religious attendance matter? *Psychology of Religion and Spirituality*, 14(3), 338–350. <https://doi.org/10.1037/rel0000467>
- Václavík, D. (2010). *Náboženství a moderní česká společnost*. Grada.
- Verma, R., Balhara, Y. P. S., & Gupta, C. S. (2011). Gender differences in stress response: Role of developmental and biological determinants. *Industrial Psychiatry Journal*, 20(1), 4–10. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.98407>
- Voas, D. (2007). Surveys of behavior, beliefs and affiliation: Micro-quantitative. In J. A. Beckford & N. J. Demerath III (Eds.), *The SAGE handbook of the sociology of religion* (s. 144–166). Sage.
- Wayment, H. A., & Bauer, J. A. (Eds.). (2008). *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego*. American Psychological Association.
- Whitehead, B. R., & Bergeman, C. S. (2020). Daily religious coping buffers the stress–affect relationship and benefits overall metabolic health in older adults. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(4), 393–399. <https://doi.org/10.1037/rel0000251>
- Wilt, J. A., Grubbs, J. B., Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2017). Religious and spiritual struggles, past and present: Relations to the big five and well-being. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 27(1), 51–64. <https://doi.org/10.1080/10508619.2016.1183251>

- Wilt, J. A., Hall, T., Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2017). Trajectories of religious/spiritual struggles between years 1 and 2 of college: The predictive role of religious belief salience. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 27(4), 172-187. <https://doi.org/10.1080/10508619.2017.1362186>
- Wilt, J. A., Evans, W. R., Pargament, K. I., Exline, J. J., Fletcher, T. L., & Teng, E. J. (2019). Predictors of moral struggles among veterans. *Traumatology*, 25(4), 303–315. <https://doi.org/10.1037/trm0000186>
- Wilt, J. A., Stauner, N., Harriott, V. A., Exline, J. J., & Pargament, K. I. (2019). Partnering with God: Religious coping and perceptions of divine intervention predict spiritual transformation in response to religious–spiritual struggle. *Psychology of Religion and Spirituality*, 11(3), 278–290. <https://doi.org/10.1037/rel0000221>
- Winkelman, W. D., Lauderdale, K., Balboni, M. J., Phelps, A. C., Peteet, J. R., Block, S. D., Kachnic, L. A., VanderWeele, T. J., & Balboni, T. A. (2011). The relationship of spiritual concerns to the quality of life of advanced cancer patients: preliminary findings. *Journal of palliative medicine*, 14(9), 1022-1028. <https://doi.org/10.1089/jpm.2010.0536>
- Wong, P. T. P. (2014). Viktor Frankl’s meaning seeking model and positive psychology. In A. Batthyany & P. Russo-Netzer (Eds.), *Meaning in positive and existential psychology* (s. 149–184). Springer.
- Wong, S., & Pargament, K. I. (2019). Meaning, “maker,” and morality: Spiritual struggles as predictors of distress and growth in family caregivers. *International Journal of Existential Positive Psychology*, 8(2), 1-17.
- Wortmann, J. H., Park, C. L., & Edmondson, D. (2011). Trauma and PTSD symptoms: Does spiritual struggle mediate the link? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 3(4), 442–452. <https://doi.org/10.1037/a0021413>
- Zarzycka, B., & Zietek, P. (2018). Spiritual growth or decline and meaning-making as mediators of anxiety and satisfaction with life during religious struggle. *Journal of Religion and Health*, 58, 1072–1086. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0598-y>
- Zhang, H., Hook, J. N., Hodge, A. S., Coomes, S. P., Davis, C. W., Van Tongeren, D. R., Davis, D. E., & Aten, J. D. (2021). Religious and spiritual struggles and coping amidst the COVID-19 pandemic: A qualitative study. *Spirituality in Clinical Practice*, 8(4), 245–261. <https://doi.org/10.1037/scp0000272>
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (s. 21–42). The Guilford Press.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., Hipp, K. M., Scott, A. B., & Kadar, J. L. (2011). Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(4), 549–564. <https://doi.org/10.2307/1387689>
- Zwingmann, C., Müller, C., Körber, J., & Murken, S. (2008). Religious commitment, religious coping and anxiety: a study in German patients with breast cancer. *European Journal of Cancer Care*, 17(4), 361–370. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2354.2007.00867>

# PŘÍLOHY

Příloha 1: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce

Příloha 2: Česká verze Škály RSS

Příloha 3: Česká verze Škály PSS-14

Příloha 4: Český překlad CRS-10

## **Příloha 1: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce**

### **ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE**

**Název práce:** Náboženské a duchovní zápasy, religiozita a stres

**Autor práce:** Bc. Natálie Heiderová

**Vedoucí práce:** PhDr. Olga Pechová, Ph.D.

**Počet stran a znaků:** 86 stran, 172 000 znaků

**Počet příloh:** 4

**Počet titulů použité literatury:** 169

**Abstrakt:** Práce se zaměřuje na náboženské a duchovní (R/S) zápasy u věřících jedinců v českém prostředí. Cílem je prozkoumat prožívání R/S zápasů v souvislosti s výskytem stresujících událostí, vnímaným stresem a mírou religiozity jedince. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 392 respondentů (ve věku 15–83 let), hlásících se ke křesťanství. Sběr dat proběhl pomocí Škály R/S zápasů, Škály vnímaného stresu, dotazníku měřícího míru religiozity (CRS), sociodemografického dotazníku a screeningového dotazníku mapujícího stresující události. Výsledky potvrzují vyšší výskyt R/S zápasů u jedinců, kteří prošli stresujícími událostmi. Regresní analýza ukázala, že se R/S zápasy společně se stresujícími událostmi podílí na predikci skóre vnímaného stresu. Nebyl nalezen signifikantní vliv religiozity na tento vztah. Srovnáním jedinců s rozdílnou mírou religiozity jsme zjistili, že vysoce religiózní lidé dosahují nižších hodnot R/S zápasů – nacházíme rozdíly v prožívání konkrétních druhů R/S zápasů. V návaznosti na sociodemografické charakteristiky jsme zjistili, že lidé nižšího věku a žijící osaměle prožívají R/S zápasy ve větší míře. Při srovnávání skupin nebyl nalezen signifikantní rozdíl v souvislosti s pohlavím, afiliací k církvi a rolí v církvi.

**Klíčová slova:** náboženské a duchovní zápasy, religiozita, stres, Škála RSS.



## **ABSTRACT OF THESIS**

**Title:** Religious and spiritual struggles, religiousness and stress

**Author:** Bc. Natálie Heiderová

**Supervisor:** PhDr. Olga Pechová, Ph.D.

**Number of pages and characters:** 86 pages, 172 000 characters

**Number of appendices:** 4

**Number of references:** 169

**Abstract:** This thesis focuses on religious and spiritual (R/S) struggles among religious participants in the Czech environment. The aim of the research is to examine R/S struggles in the context of stressful events, perceived stress and importance of religion for an individual. A sample of 392 respondents (ages 15–83) who identify as Christians participated in a survey. As measuring instruments we used The R/S Struggles Scale, The Perceived Stress Scale, The Centrality of Religiosity Scale (CRS), sociodemographic questionnaire and a screening questionnaire capturing stressful events. Results confirm higher occurrence of R/S struggles in individuals who have experienced stressful events. Regression analysis showed that R/S struggles along with stressful events were predicted perceived stress score. No significant effect of religiousness was found. Comparing individuals with different levels of religiousness, we found that highly religious people score lower on R/S struggles – in this context we found differences in experiencing specific types of R/S struggles. In the context of sociodemographic characteristics, we found that people of lower age and living alone experience R/S struggles to a greater extent. When comparing groups, no significant difference was found in relation to gender, church affiliation, and role in the church.

**Key words:** religious and spiritual struggles, religiousness, stress, RSS Scale.

## **Příloha 2: Česká verze Škály RSS**

Plné znění použité metody je uvedeno v tištěné verzi magisterské diplomové práce.

### **Příloha 3: Česká verze Škály PSS-14**

Plné znění použité metody je uvedeno v tištěné verzi magisterské diplomové práce.

## **Příloha 4: Český překlad CRS-10**

Plné znění použité metody je uvedeno v tištěné verzi magisterské diplomové práce.