

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

Vliv chůze po žhavých uhlících na sebeúctu a naději



Bakalářská diplomová práce

Autor: **Zuzana Vojtová**

Vedoucí práce: **Mgr. Martin Kupka, Ph.D.**

Olomouc

2015

Děkuji Mgr. Martinu Kupkovi, Ph.D., za laskavé a trpělivé vedení práce.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „Vliv chůze přes žhavé uhlíky na sebeúctu a naději“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci 24. března 2015

.....

Obsah

1	Úvod.....	5
2	Firewalking.....	7
2.1	Kontext Firewalkingu.....	7
2.2	Historie firewalkingu.....	9
2.3	Přechodový rituál.....	10
2.4	Moderní hnutí firewalkingu.....	12
3	Sebehodnocení.....	15
3.1	Jáské procesy.....	15
3.2	Globální vztah k sobě.....	16
3.3	Specifika self-esteem.....	17
3.4	Výzkum sebehodnocení.....	19
4	Naděje.....	20
4.1	Teorie naděje.....	20
4.2	Agency and Pathways Thinking : složky naděje.....	22
5	Firewalking a věda.....	24
6	Výzkumný problém.....	27
7	Cíl práce.....	28
7.1	Hypotézy.....	28
8	Popis zvoleného metodologického rámce a metod.....	31
8.1	Zvolený typ výzkumu.....	31
8.2	Etické aspekty výzkumu.....	32
8.3	Metody získávání dat.....	33
8.3.1	NEO pětifaktorový osobostní inventář (NEO Five–Factory Inventory).....	33
8.3.2	Rosenbergova škála sebehodnocení.....	35
8.3.3	Snyderova škála naděje.....	36
9	Analýzy dat.....	37
10	Soubor.....	38
10.1	Charakteristika výzkumného souboru:.....	38
11	Výsledky.....	41
11.1	Porovnání celého základního souboru s celým výběrovým souborem – Celý soubor.....	41
11.2	Naděje.....	44
11.3	Sebehodnocení.....	47

11.4	Moje osobní zkušenost s firewalkingem.....	49
11.5	Testování hypotéz.....	53
11.5.1	Souhrn zamítnutí nebo přijetí nulové hypotézy o osobnostních charakteristikách.....	53
11.5.2	Výsledek porovnání změn rozdílů na Rosenbergově škále sebehodnocení před přechodem a po přechodu žhavého uhlí	55
11.5.3	Výsledek porovnání změn rozdílů na Snyderově škále naděje před přechodem a po přechodu žhavého uhlí.....	56
12	Diskuze	57
13	Závěr.....	60
	Souhrn	61

1 Úvod

Žijeme v krásné a v mnohém překvapující době. Možnosti, které naše civilizace má jsou často ohromující. Věda každým rokem odhaluje mnohá tajemství, která nám do nedávna připadala nepochopitelná. Vývoj postupuje vpřed tak rychle, že už mu téměř sami nestačíme. Objevuje se nová tendence jakéhosi návratu k přírodě - k jednoduchosti - k sobě. S tím přichází i znovuobjevování věcí, které byly za starých časů základní součástí života jako například přirozená úcta k žvlům, Duchu, k Zemi, ale i k vlastnímu bytí.

Firewalking, tedy chůze po žhavých uhlících bosýma nohama, v sobě snoubí vše výše jmenované. Tisíce let starý fenomén dostává ve 21. století svoji novou podobu, která je přístupná pro běžného člověka euroamerické společnosti. Stává se vyhledávanou zkušeností na cestě, pro kterou se ujalo označení cesta osobního rozvoje. Lidé touží po větší životní jistotě a zároveň pocitu vlastní kompetence a moci nad svým životem.

Není pochyb, že mnohým se firewalking může zdát tématem kontroverzním. Již samotný fakt, že stále větší množství lidí potvrzuje schopnost lidského organismu odolat teplotě 650 stupňů Celsia nabádá k přehodnocení toho, co jsme si doposud mohli o fyzikálních zákonech myslet. Otvírají se nám nové možnosti a úžasné obzory, které si s otevřenou myslí pomalu začínáme uvědomovat. Objevujeme potenciál, který se skrývá nejen ve vědě a vnějším světě, ale zejména v nás samých.

Mým úkolem v této práci není firewalking obhajovat či přinášet vědecká vysvětlení jevu. Ráda bych tento fenomén představila a zaměřila se především na užitek, jež z něj mají lidé, kteří se rozhodnou touto ceremonií projít.

Rituál firewalkingu již dávno není spojen pouze s jedním konkrétním náboženstvím, přestože se dozajista jedná o prožitek velmi spirituální. Fascinující je právě to, jakým elegantním způsobem zapadá firewalking do života moderních lidí. Firewalking vyhledává stále více a více vysoce postavených lidí, manažerů a lídrů velikých společností. Vznikl dokonce nový pojem: korporátní firewalking, který je určen právě pro zaměstnance velikých firem. Zkušenosti a vzrůstající obliba firewalkingu na celém světě nasvědčují, že lidé z prožití tohoto rituálu

mají jistě nějaký užitek. Ti, se kterými jsem se bavila já, často hovořili o tom, že se cítí sebejistější, lépe zvládají náročné životní situace a celkově si více věří. Zatím nebylo publikováno mnoho výzkumů, které by se zabývaly tématem firewalkingu v souvislosti se změnami sebepojetí. Některé nové výzkumy dalších, v současné společnosti celkem populárních aktivit osobního seberozvoje jako například techniky omezené zevní stimulace potvrzují předpoklad, že u probandů dochází k statisticky významnému zvýšení sebehodnocení vlastní osoby měřeného pomocí Rosenbergovy škály sebehodnocení (Kupka, Malůš, Dostál, 2014).

Může mít jednorázová zkušenost a prožitek vlastní kompetence a životní síly opravdu dopad na další život člověka? Změní se pohled člověka na sebe samého? Jaká je vlastně síla tohoto novodobého přechodového rituálu, kterým firewalking ve své moderní podobě je? Jak taková ceremonie vypadá a jsou lidé, kteří se rozhodnou přes žhavé uhlíky přejít nějak specifičtí v porovnání s normální populací? To jsou otázky, které mne vedly k výběru tohoto tématu pro psaní mé bakalářské práce.

2 Firewalking

V této kapitole se zmíním a pro přehled ujasním několik základních pojmů. Nejprve Vás uvedu do kontextu a seznámím s tím, co konkrétního si pod pojmem firewalking představit, poté Vás provedu malou exkurzí historie firewalkingu a jeho významem v různých kulturách.

2.1 Kontext Firewalkingu

Firewalking je akt, při kterém člověk přechází bosýma nohama přes vrstvu žhavých uhlíků a popele. Tento fenomén provází lidstvo již tisíce let a je součástí mnoha světových kultur. Většinou je vnímán jako přechodový rituál, počín síly a odvahy či v náboženské tradici jako zkouška pevnosti víry (Vilenskaya, Steffy, 1991). Objev ohně lidskou bytostí, jeho využití v náš prospěch, zároveň poznání jeho ničivé síly a vztah, který jsme si k ohni vyvinuli značí, veliký krok v naší evoluci. Oheň vytvořil lepší podmínky pro život lidí na naší planetě. Změnil náš způsob výživy. Byl na počátku naší kreativní práce s kovy a to od těch nejzákladnějších nástrojů po nejnovější mikročipy. Poskytl nám sílu v době industriální postindustriální. Je životní krví našich automobilů či letadel, našich měst a továren, raket, které jsme vyslali na Měsíc.

Země je ohnivým světem. Pro člověka oheň vytvořil podmínky pro specifickou podobu našeho vztahu se Zemí. Lidé a oheň prochází evolucí společně jako spojené šroubovice molekuly DNA. Výskyt člověka na Zemi je velmi spjat se schopností kontroly ohně, jeho distribucí a charakterem využití. Člověk a oheň se stali nedílnou a nepostradatelnou součástí jeden druhého. Není překvapující, že mezi lidskými kulturami na celé Zemi je uchována v nějaké podobě víra v život tvořící a v život ničící oheň a tato víra je téměř univerzální. Od norského Ragnaroku k aztéckému Novému Ohni, přes Velké Ohně stoiků ke křesťanské Apokalypse, stejně tak od Prométhea až k Aborigincům, od sirky k nukleární bombě- osud člověka a osud ohně je propojen (Pyne, 1997).

Dokonce v teplých oblastech tropického klimatu, kde oheň nebyl podmínkou pro vaření a výrobu nástrojů nebo paliva pro dopravu, lidé vždy věděli, že jejich životy závisí na „slunečním ohni“. Zakládali proto ohně jako malé odnože Velkého ohně. Všechny primitivní kultury vyvinuly své specifické rituály, které oheň zahrnovaly. Proto se můžeme na objev ohně lidmi dívat jako na jeden z nejdůležitějších momentů lidské historie (Sky, 2011).

Během času lidé začali využívat oheň pro teplo svého domova, pro uvaření svého jídla a dalších základních věcí. Naučili jsme se oheň kontrolovat a zkrotit jeho sílu a energii k svému užitku. V každém okamžiku je ale oheň základním živlem, jehož síla se může obrátit i proti nám. To byla vždy esenciální pravda a přirozenost: Oheň pálí, možná je to pro nás dobře, možná špatně, ale vždy bude pálit. V dětství jsme zasvěcováni do přirozenosti ohně. Když se dotkneme horkých kamen, svítící svíce nebo zapálené cigarety, v mžiku si uvědomíme cennou zkušenost: „Jé, to pálí!“ Ve svém životě pak dostáváme znovu a znovu potvrzení tohoto zjištění. Velikou výjimkou v tomto ohledu je firewalking.

Objevuje se důležitá otázka: Proč vlastně chodit po ohni? Vždy, když člověk úspěšně přijde do kontaktu svými bosýma nohama s extrémně žhavými uhlíky a nespálí se, demonstruje tak svoji schopnost zvrátit, pozastavit nebo nejméně pozměnit naprosto konkrétní a nesporný zákon přírody. Fakt, že oheň pálí postavený vedle faktu úspěšného firewalkingu, dává podnět k zamyšlení se nad rolí, kterou hraje lidská bytost v utváření své fyzické reality. A co více, měli bychom se pozastavit i nad možnostmi podobné flexibility dalších přírodních zákonů. To vysvětluje krásu firewalkingu a úžasnou sílu: že my, jako lidé hrajeme svou roli v kreativní tvorbě našeho světa. Lidé přechází přes žhavé uhlí a demonstrují tak svoji aktivní účast v životě.

To ale neznamená, že tvoříme změnu pouze svými činy, ale ke změně přispíváme také skrze speciální medium: lidské vědomí. Naše myšlenky, pocity, slova i činy jsou důležité. Stejně tak podstatné jsou naše postoje, názory, víra, aspirace či sny. Naše jedinečné lidské uvědomění působí ve světě fyzickém. Náš vnitřní svět ovlivňuje manifestaci vnější reality. Člověk, tančící v žhavých uhlících sděluje: Jak myslím, je podstatné, jak se cítím, je důležité a záleží i na mých přesvědčeních a touhách (Sky, 2011).

Přecházející osoba si uvědomuje, že dalších pár kroků v jejím životě se vyvine podle jejího jedinečného způsobu bytí ve světě. Domnívám se, že to zda oheň bude pálit nebo nebude, záleží většinou na osobní odezvě na život a na individuálním stavu vědomí. Ke konkrétnímu závěru a vysvětlení však věda zatím nedochází.

2.2 Historie firewalkingu

Oheň je s lidstvem neodmyslitelně spojen od pradávna. Nejstarší písemný záznam o přechodu žhavého uhlí pochází z Indie a je přibližně 4000 let starý. Vypráví se v něm o dvou Brahmáních, kteří spolu soutěžili, kdo dojde po žhavých uhlících dál. Rituál firewalkingu byl ve své specifické formě praktikován i na Fidži kmenem Sawau. Zde rituál nesl název vilavilairevo (Pigliasco, 2007). Ale firewalking byl pravděpodobně součástí léčivých rituálů afrických kmenů už mnohem dříve. Antropolog Laurence van der Post se zabýval africkými kmeny a nejen jejich uměním firewalkingu ve své knize *The Lost World of Kalahari* z roku 1958. Zmiňuje svá pozorování příslušníků kmene Kung, žijících v poušti Kalahari. Místní zde přes uhlíky nechodí, ale jsou schopni dlouhé chvíle na žhavých uhlících tančit. Svůj zážitek z jednoho ceremoniálu popisuje van der Post takto: *“Zdálo se, že tanečníci vstoupili do reality mimo mé chápání. Muži byli tak posedlí hledáním ohně, že byli přitahováni stále blíž a blíž k plamenům. Najednou se dav tanečníků rozdělil na polovinu a oni tančili s bosýma nohama přímo uprostřed plamenů.”* (Weber, 1982, 71)

Psycholog Richard Katz, který byl fascinován mnoha zvláštnostmi života kmene Kungů, mimo jiné též popisuje ohromující zážitky, kdy lidé z tohoto kmene při svých rituálních obřadech tančili po žhavých uhlících. Své postřehy shrnuje v knize *Boiling Energy: Community Healing Among the Kalahari Kung* (1982).

Například na Bali to nejsou muži, kdo tančí na žhavých uhlících, ale jedná se o mladé dívky. Zmínky o přechodu nalezneme i v hinduistické ceremonii zvané Agni Hotra, kde je oheň používán pro očištění fyzické a spirituální atmosféry. Ze 17. století pochází dopis jednoho z jezuitských kněží. Otec Le Jeune, píše svému nadřízenému vyprávění o tom, jak byl svědkem léčebného ceremoniálu severoamerických indiánů. Nemocná žena prý prošla přes žhavé uhlíky až dvěstěkrát bosýma nohama bez popálení (Sternfield, 1992.)

O nějakých 30 let později, se zmiňuje otec Marquette o podobných ceremoniích firewalkingu mezi Ottawskými Indiány. Jonathan Carver píše ve své knize *Travels in North America* z roku 1802 - jedním z nejvíce ohromujících zážitků bylo vidět přehlídku bojovníků, kteří chodí bosí přes oheň se zjevnou odolností a imunitou vůči popálení. Je známo mnoho kmenů severoamerických indiánů, kteří využívají při svých ceremoniích nějakou formu firewalkingu (Sternfield, 1992).

Anastenaria je další velmi významnou tradicí, kde se uplatňuje firewalking. Jedná se o tradiční rituál pěstovaný v některých vesnicích severního Řecka a jižního Bulharska. Komunity, které slaví tento rituál, jsou potomky uprchlíků, kteří přišli do Řecka z východní Thrákie po balkánských válkách (1911- 1912), kdy došlo k výměně obyvatelstva mezi Řeckem a Tureckem v roce 1923 (Xygalatas, 2011).

Loring Danforth se zabývá Anastenarií ve své knize *Firewalking and Religious Healing: The Anastenaria of Greece and the American Firewalking Movement*. Lidé, kteří praktikují Anastenariu jsou ortodoxní křesťané, kteří dodržují specifický rituální cyklus. Ústředními postavami této tradice jsou svatý Konstantin a svatá Helena. Během roku se konají dvě významné události v podobě dvou velikých festivalů. Jeden se slaví v lednu a druhý v květnu. Každý z festivalů trvá tři dny a zahrnuje různé průvody, hudbu a tanec. Vrcholem festivalu je rituál firewalkingu, kdy účastníci nesoucí ikony Svatého Konstantina a Heleny nejdříve v extázi tančí několik hodin a poté vstoupí naboso do ohně a přecházejí přes žhavé uhlíky, aniž by se jakkoliv popálili (Danforth, 1989).

Na našem malém světě lidé od pradávna spoléhají na duchovní spřízněnost s tímto dynamickým prvkem a snaží se přiblížit k jeho skutečné povaze. Kultyry všech koutů světa uctívají oheň, jako jeden ze základních živlů a prvků, které nás tvoří. Prostřednictvím dotyku oheň obnovuje sílu ducha a uzdravuje. A lidé to od pradávna přirozeně věděli.

2.3 Přejchodový rituál

Nepochybuji o tom, že jedním z důvodů proč firewalking nabírá na své popularitě je to, že svojí přirozeností se stává důležitým milníkem v osobním životě přecházejícího člověka. Zdá se, že naše moderní společnost a stále rychlejší svět začali obecně zapomínat na důležitost, jakou mají rituály v našem životě. Osobně vnímám rituály jako symbolické zvědomění důležitých rozhodnutí a pojmenování etap života, se kterými se můžeme loučit nebo je vítat. Věřím, že hluboká moudrost některých přírodních národů, v jejichž životě měly rituály zásadní a jasné místo, by nás mohla v lecčem obohatit.

I přes to, že se s rituály setkáváme v každé době a každé kultuře je univerzální vymezení pojmu rituál nesnadné. „*Neexistuje jediný typ činnosti nazývané rituál, který by byl okamžitě a univerzálně rozpoznatelný, jsou však určité formy chování, spadající do kategorie, kterou*

jako takovou rozlišují západní pozorovatelé“ (Bowie, 2008, 150). Srovnáváním rituálů lze nalézt některé shodné rysy a objevováním paralel v různých kulturách postihnout jejich význam (funkci) a popsat některé znaky. Rituál můžeme vnímat i jako odkaz předků, kteří nám předávají určitou moudrost a hodnotu. Rituál měl pro ně velmi důležitou úlohu, protože díky němu se zbavovali existenčního strachu (například si zajišťovali přízeň živlů, duchů, přírody) nebo měl dokonce funkci léčitelem. Obecnými znaky rituálu se Fiona Bowie zabývá ve své skvělé knize Antropologie náboženství. Na straně 147 píše: „rituál není univerzální, transkulturní jev, nýbrž specifický pohled na svět a jeho organizaci, který vypovídá stejnou měrou o antropologovi a jeho referenčním rámci i o lidech a jejich chování, jež jsou předmětem zkoumání.“

Tématem přechodových rituálů se zabýval zejména francouzský antropolog Anrold van Gennep. Jeho dílo Přechodové rituály, které bylo v originále vydáno roku 1909, považuji za stěžejní dodnes. Pokusil se utřídit jednotlivé znaky a popisy rituálů a vysvětlit, jak je možné, že se v mnoha kulturách rituály podobají. Upozorňuje na důležitá stadia přechodových rituálů, kdy člověk stojí mezi dvěma světy, což může znamenat, že se nachází mezi dvěma stavy společnosti nebo například na prahu nové identity. Rituál pomáhá vykročit, vstoupit. V případě firewalkingu mi symbolika přijde úplně dokonalá. Vykročení a přejítí žhavých uhlíků je naprosto jasným materiálním vyjádřením symbolické roviny rituálu.

Gennep nabízí dělení přechodových rituálů. Označuje tři typy, které ač ohraničené se velmi prolínají: *rituály odluky, rituály pomezí a rituály slučovací*. Též je nazývá *preliminální, liminální a postliminální*. To vychází z latinského limen tj. práh. Překládáme tedy jako: *předprahové, prahové, poprahové*. Toto dělení vystihuje podstatu přechodového rituálu, kdy jde o to, odloučit se od původní skupiny, překonat pomyslný práh pomocí obřadu a začlenit se do skupiny nové.

Firewalkingem z pohledu přechodového rituálu se zabývá bakalářská práce z roku 2014. Autor shledává, že přestože firewalking není v naší kultuře zakořeněným zvykem, z jistého úhlu pohledu můžeme bez obav mluvit o firewalkingu jako o přechodovém rituálu (Solfronk, 2014).

2.4 Moderní hnutí firewalkignu

Firewalking byl nově objevený ve Spojených státech a začleněný do New Age hnutí jako jedna z cest, jak realizovat projekt sebe-posílení. Jádrem New Age mytologie je tvrzení, že je vyšší, pravé Já, které existuje mimo v současné době projevující se já, které v individuální zkušenosti prožíváme jako realitu. New Age hnutí se zabývá překročením zjevné hranice lidských schopností skrze rozmanité spektrum metod pro osobnostní růst a transformaci. Jedním ze společných rysů New Age kvazi-naboženských terapií (Greil, Robbins, 1994) je, že novodobé rituály jsou prostředkem ke zvýšení pocitu individuální moci a kontroly nad životem. Wagner (1994) tvrdí, že transformace lidského já v moderní době může být paralelou dvou procesů: liberalizace a disciplíny. Hnutí New Age přináší řešení této kontraindikace mezi totální svobodou a totální disciplínou. Danforth (1990, 259) píše, že New Age hnutí nabízí svým následovníkům široký úhel pohledu, který je schopen integrovat ideologie mainstreamu americké kultury a dalších kultur. Už zde nemusí být dále těžká volba mezi tím být úspěšný a být sám sebou. Ve skutečnosti klíč k úspěchu spočívá právě v tom být sám sebou. Objev firewalkingu poskytuje zvláště přesvědčivý způsob, jak demonstrovat, že limity, které zažíváme v našem životě, můžeme mít pod kontrolou a můžeme je též transformovat. To, co je velmi podobné u všech teorií firewalkingu, je použití ohně jako metafory. Naše limity jsou posouvány a dochází k transformování ohně ze zdroje strachu a nebezpečí v nástroj, který nám pomáhá nalézt svoji sílu a celistvost. To, že lidé prožijí transformaci svého postoje k ohni, tedy, že ze zdroje nebezpečí se stane léčivá síla, může být natolik motivující, že lidé získají odvahu měnit tyto své limity i v dalších oblastech svého života.

Moderní hnutí a popularita firewalkingu na cestě osobnostního rozvoje je jednoznačně spojena se jménem Tolly Burkan. Osobní historie Tollyho Burkana je spojena se suicidálními pokusy v mládí. Tyto tendence překonal a postupně se dostal k práci s lidmi a k vedení workshopů. V té době sám onemocněl rakovinou a tvrdí, že dokázal sám sebe vyléčit. Tím nastalo období, kdy pomáhal najít sílu k uzdravení i k řešení složitých životních otázek i jiným lidem. Tolly Burken popisuje svůj první přechod takto: „ *Sundal jsem si ponožky z nohou a směřoval k dráze ze žhavých uhlíků. Pálili! Pálili opravdu hodně! Přestože má mysl křičela a bouřila se, jaké šílenství to dělám, moje srdce cítilo nadšení a nevázanost. Mé tělo se chvělo radostí a já jsem věděl, opravdu věděl, že mé nohy se nepopálí. Napůl jsem se smál a napůl křičel, když jsem přechod dokončil. Ještě před tím než má mysl měla možnost požadovat, abych*

zkontroloval svá chodidla, udělal jsem všelem vzad a znovu vykročil na uhlíky. V ten okamžik část mne umřela a další část se narodila. To, co zemřelo, byl škrtící systém víry. To, co se zrodilo, byl smysl pro nekonečné možnosti života.“ (Sternfield, 1992, 43).

V roce 1978 vznikla první oficiální možnost, jak se naučit umění přechodu přes žhavé uhlí. Tolly Burken sám přiznává, že v té době bylo vše opravdu v počátcích a teprve vznikala vhodná forma a hlavně bezpečná technika, kterou je vhodné předávat dál (TollyBurkan, 2015).

Ani v 80. letech nebyla prakticky dostupná žádná literatura, která by se více věnovala firewalkingu. Nebyla definována žádná teorie pro tento fenomenon. Případné publikované teorie vyvracely jedna druhou. Nikdo v podstatě do současné doby nedokáže úplně vysvětlit, jak je možné, že lidé přejdou bosou nohou naprosto bez popálení uhlíky, které mají teplotu kolem 640 stupňů Celsia.

Další osobou, která přispěla k masivnímu zájmu médií o firewalking je Anthony Robbins. Sám přešel poprvé v roce 1983 a od té doby firewalking velmi zpopularizoval a doprovodil tisíce lidí. Známé jsou jeho motivační věty: *„Nyní, já neříkám, že až odtud odejdete, nebudete už nikdy cítit strach, ale tvrdím, že strach vás už nezastaví. Získáváte nástroj, který vám umožní prožít strach a pak projít přímo skrze něj“.* (Sternfield, 1992, 46).

V roce 1989 Michal Sky napsal knihu *Dancing with the Fire*. První publikace, která se věnovala čistě firewalkingu. Nedlouho poté Princeton University vydala knihu *Firewalking and Religious Healing*. To byli první průkopníci. Dnes je na světě zhruba něco kolem 50 knih, které hovoří o hnutí firewalkingu a efektu, který přechod žhavého uhlí může přinést (TollyBurkan, 2015).

V souvislosti s rozvíjející se ekonomikou na počátku 90 let v Americe, připoutal firewalking pozornost manažerů a firem. Objevili tak způsob, jak inspirovat kreativitu zaměstnanců a posílit své vize k vyšším horizontům. Firmy tak rozmanité jako Microsoft, Coca-cola, American Express nebo Pierce- Waterhouse se účastnili firewalkingových workshopů s velkým úspěchem. Zprvu ojedinělý zážitek firewalkingu se stal dokonce vyhledávanou zkušeností známých osobností. Prezident Spojených států přešel přes žhavé uhlí v roce 1993. Armáda spojených států projevila dokonce zájem zařadit firewalking do svého základního výcviku (TollyBurkan, 2015).

V české republice nastal velký boom v 90. letech minulého století. V současnosti nabízí prožití tohoto rituálu několik lektorů a společností. Semináře jsou organizovány, jak pro širokou veřejnost, tak i pro velké korporátní organizace.

Firewalking přichází jako nástroj, který se dotýká nové kultury. Zabývají se jím, jak malé duchovní skupiny, tak i velké skupiny na firemních konferencích. Firewalking se znovu zrodil pro osobní posílení společenství na západě.

3 Sebehodnocení

Vzhledem k tomu, že v případě firewalkingu hraje obrovskou roli to, zda k němu přistupujeme z pozice velkého strachu nebo stabilní, ukotvené víry ve svoji schopnost přejít, ráda bych věnovala tuto kapitolu důležitosti našeho vlastního sebehodnocení. Firewalking může být ukázkovým příkladem toho, jak naše vnitřní nastavení ovlivňuje naše fyzické bytí. Tolly Burkan tvrdí, že je to strach, který způsobí, že se člověk při přechodu popálí (Danforth, 1990). S tímto názorem se shodují. Uvědomuji si však, že strach může mít mnoho podob.

Je důležité zmínit to, že pojem self-esteem se může do češtiny překládat jako: sebeúcta, sebehodnocení, hrdost, vlastní ocenění nebo dokonce ješitnost. Konceptu self-esteem, tak jak jej vnímám já, se nejvíce blíží pojmy sebeúcta a sebehodnocení. V mé práci se proto budou objevovat tyto dva pojmy.

Sebehodnocení je v nejširším smyslu chápáno *“jako percepce sebe samého, přičemž tyto percepce jsou formovány prostřednictvím zkušenosti s prostředím... a jsou ovlivněny obzvláště posílením z prostředí.”*(Shavelson, Hubner, Stanton, 1976, 411). Domnívám se, že to jakým způsobem na sebe nahlížíme, se dozajista odráží na našem celkovém vnímání života, naší spokojenosti a emočním vztahu, jaký máme sami k sobě. Souhlasím s názory, které uvádí Louise Hay ve svém světovém bestselleru *Heal Your Body* (1984). Její základní myšlenkou je, že to jak hodnotíme vlastní osobu, čili to, jak se máme nebo nemáme rádi, se odráží úplně v každé další oblasti našeho života. Louise Hay ve své knize i ve svých dalších publikacích uvádí mnoho konkrétních případů lidí, kteří změnili celý svůj postoj k životu tím, že změnili postoj k sobě. Naše vlastní sebehodnocení je podle mne významným ukazatelem na cestě každého z nás.

3.1 Jáské procesy

Významu jáských procesů věnovaly pozornost všechny přední psychologické směry 20. století. Psychologické koncepty Já jsou důležité zejména v tom, že vnější vlivy působí většinou na fungování člověka právě prostřednictvím Jáských procesů a struktur než přímo (Blatný, 2000). V 60. a 70. letech minulého století během velkého rozvoje kognitivní vědy byla do psychologie osobnosti včleněna řada nových proměnných vztahených k Já: sebezpojetí (self-concept, Wylie, 1974), schéma Já (self-schema, Markus, 1977), sebehodnocení (self-

esteem, Rosenberg, 1979), sebemonitorování (self-monitoring, Snyder, 1989), seberegulace (self-regulation, Carver, Scheier, 1981).

Jednotlivé reprezentace Já se mohou lišit v tom, jestli zobrazují skutečně reálné osobnostní charakteristiky či se týkají představy toho, kým by se člověk mohl stát nebo kým by mohl být. Markusová a Nurisová (1986) takové reprezentace Já označily jako možná Já (possible selves) a popisují je jako osobní představu toho, kým by člověk rád byl, kým by se mohl stát a naopak, kým by se stát nechtěl. Možná Já jsou odvozena z minulé osobní zkušenosti a mají v sobě představu o své budoucnosti. Význam možných Já spatřují autorky v tom, že plní funkci pohnutek chování směrem do budoucnosti a poskytují hodnotící kontext pro současný pohled na vlastní Já.

Významné postavení v psychologii zaujímá také tzv. ideální Já, tedy specifické možné já. Mimo jiné se jím zabýval i Rosenberg (1979) a zdůraznil, že často se přehlíží fakt, že velmi záleží na míře v jaké je ideální představa sebe realizována.

Sebehodnocení lze tedy vnímat tzv. multifacetově, to znamená, že je tvořeno řadou dílčích reprezentací Já. Multifacetové, či multidimenzionální modely však nevyklučují ani neodmítají existenci velmi obecných úrovní vztahu k sobě, jako je globální sebehodnocení - self-esteem.

3.2 Globální vztah k sobě

Globální sebehodnocení bylo tradičně pro výzkum v psychologii bráno jako jednodimenzionální konstrukt, vyjadřující generalizovanou a relativně stálou percepci hodnoty vlastního já. Úrovní globálního vztahu k sobě se zabýval Rosenbeg (1965). Rosenberg (1979) tvrdí, že globální sebehodnocení a další složky sebepojetí jsou odlišné entity a měly by být studovány specificky dle své podstaty. Upozorňuje také na to, že emoční procesy ve vztahu k lidskému Já plní jinou úlohu než procesy kognitivní (Rosenberg, 1982). Doplňuje, že emotivita se vztahuje spíše ke globálnímu pohledu na sebe. Podobně se vyjadřuje o sebevědomí a sebedůvěře i Papica (1985), který poukazuje na jejich globalitu, pod kterou chápe relativně stálou percepci celkové kompetence. Emoce dodávají psychice rozměr prožívání, které prostřednictvím sebevědomění vytváří specifickou kvalitu emočního vztahu k sobě.

Sebehodnocení tak není pouhým souhrnem představ o sobě samém. Je zde vyjádřen i vztah k sobě, který je charakterizován emocionálními prožitky Já. Ty se realizují v rámci základní dimenze hodnocení, tedy positivity a negativity. Tento aspekt já je ukotven v pojmech označujících takové dimenze jako jsou sebeúcta, sebehodnocení, sebevědomí, sebedůvěra, tedy self-esteem (Blatný, 2010)

Prosazuje se také pohled, podle něhož je globální sebehodnocení složeno ze dvou aspektů, reprezentujících mínění o sobě jednak z hlediska vlastní kompetence, jednak z pohledu sociálně definované hodnoty. Tím se ve svých studiích zabývali například Frans, Marolla (1976), Gecas (1971) nebo Harter (1985). Tafarodi a Swann (1995) rozlišují tyto komponenty jako kompetentnost (self-competence) a sebekřijetí (self-liking). Kompetentnost je reprezentací toho, jak hodnotíme svoji schopnost dosahovat žádaných výsledků a zahrnuje i názory ohledně vlastních schopností, kvalifikace, platnosti či efektivity. Sebekřijetí můžeme brát jako internalizovaný citový vztah druhých k naší osobě a vyjadřuje tak vztah z hlediska sociální žádoucnosti a hodnoty. Další výzkumy (Bosson, Swann, 1999 nebo Tafarodi, 1998) naznačují, že obě složky spolu úzce souvisejí. Vykazují však kvalitativně odlišné dimenze sebehodnocení. Zajímavý je výzkum Tafarodi a Vu (1997, in Blatný, 2003), kteří zjistili, že po selhání a neúspěchu rezignovali na další úsilí pouze osoby s nízkou mírou sebekřijetí, nikoliv osoby s nízkou mírou kompetentnosti.

3.3 Specifika self-esteem

Již v úvodu kapitoly jsem upozorňovala na to, že v minulosti byly pojmy sebehodnocení, sebekřijetí a sebeúcta používány synonymně. Blatný (2010) se přiklání k tomu, že rozlišování pojmů sebekřijetí a sebehodnocení má své opodstatnění a souhlasí s názory autorů, kteří považují sebehodnocení pouze za aspekt sebekřijetí. Sebehodnocení za součást sebekřijetí brali i Kihlstrom a Cantor (1984) nebo McGuire a McGuireová (1981). Sebekřijetí je výsledkem sociálního učení procesu interakce osoba - svět. Sebehodnocení je jednou ze složek sebekřijetí a je chápáno jako výsledek sebeuposuzování na základě pozorování vlastní činnosti (Markus, Wurf, 1987). Self-esteem tak můžeme popsat jako vědomí vlastní hodnoty, tedy sebehodnocení. Míra i stabilita je u tohoto konceptu velmi důležitá, neboť vysoká míra vlastní hodnoty přispívá ke zdraví a duševní pohodě a často bývá spojována se štěstím (Lightsey, Burke et al., 2006).

Pro mě a pro můj výzkum je velmi důležitý fakt, že stejně jako osobnost, tak i self-esteem se v čase může měnit, jak dokládá Steiger, Allemand et al. (2014). Sebepojetí je dynamické, jak v čase, tak v situacích. Watkins a Dhawan (1989) provedli transkulturní výzkumy, kde bylo zjištěno, že v odlišných kulturách se objevují odlišná kritéria pro hodnocení vlastní osoby, tedy i vlastní sebeúcty. Jisté je a Albert Bandura (1999) to dokládá, že faktory sebepojetí i sebehodnocení mají vliv na regulaci procesů pozornosti, schematické zpracování zkušeností, emoční aktivaci i na psychologické fungování člověka a jeho kognitivní a behaviorální kompetence v každodenním životě.

Z toho důvodu se mi jeví jako moudré snažit se najít možnosti či způsoby, jak své self-esteem, svoji sebeúctu zvyšovat a upevňovat. Studium negativních důsledků nízké sebeúcty bylo věnováno mnoho, avšak ukazuje se, že i vysoké sebehodnocení může mít negativní konsekvence. Baumeister, Heatheron a Tice (1993) píší, že lidé s vysokým míněním o sobě mohou mít tendenci vytvářet si nadhodnocené či přemrštěné závěry o svých možnostech, což v důsledku může vést k selhání. Ukazuje se však, že pro výkon a reakci na interpersonální zpětnou vazbu je více klíčová stabilita sebehodnocení než to, jestli je sebehodnocení vysoké nebo nízké. Tím se zabývali Kernis, Granneman a Barclay (1992), Kernis et al. (1993) a Marsh (1993). Jejich práce rozhodně stojí za povšimnutí. Nestabilní sebehodnocení je spojeno s příznivější reakcí na pozitivní zpětnou vazbu a více defenzivní odpovědí na negativní zpětnou vazbu. To je navíc spojeno i s nízkou vnitřní motivací, se kterou se Já zapojuje do každodenních aktivit.

V souvislosti s výzkumy, které potvrzují důležitost, jakou hraje úroveň našeho sebehodnocení se zdá, že firewalking může hrát roli velmi dobrého ukazatele zdravé míry našeho úsudku o sobě samém. Člověk, který sám sobě nevěří, že je schopen přejít bez poranění pravděpodobně žhavé uhlíky, nepřejde. Druhý, jemuž chybí to, co bych lidově nazvala pokorou, bude mít ten stejný problém. Oheň dál nepustí ani jednoho z nich. Zde si dovolím malé zamyšlení: domnívám se, že zdravé sebeúcty a sebpřijetí nemůže být příliš. Kladu si otázku, zda se u lidí, kteří překypují pozitivním hodnocením své osoby a kteří tak o sobě vypovídají i na sebeuposuzovacích škálách, nejedná pouze o jiný způsob vyjádření velkého strachu. To se už však dotýkám tématu věrohodnosti sebeuposuzovacích metod, kterým se zabývám v následující kapitole.

3.4 Výzkum sebehodnocení

Další otázkou je do jaké míry jsme schopni reflektovat své skutečné osobní charakteristiky. Toho se týká adekvátnost našich reprezentací Já. Sebehodnocení je většinou konstruováno externálně, je utvářeno na základě zpětných vazeb z prostředí a teprve osobní zkušenost dává člověku náhled a možnost nepodložené představy změnit nebo korigovat. Například úspěšným přechodem přes žhavé uhlíky můžeme zjistit, že nejsme tak neschopní, jak jsme slýchávali třeba v některých okamžicích ve škole. A naopak neúspěchem ve firewalkingu dostávám šanci k náhledu na sebe, že patrně naše koncentrace není tak dobrá, jak jsme předpokládali.

Pozitivní zkresení mohou plnit adaptační funkce. Percepce též ovlivňuje i úroveň pozitivní či negativní afektivity, respektive temperamentové dimenze extraverte a neuroticismu. Příznivěji se hodnotí extraverti a emočně stabilní osoby. Jasnost sebepojetí je mírou, v jaké je sebepojetí jasně definováno, jak je konzistentní a vnitřně stabilní. Je spojena s dobrým sebepoznáním a ve svém důsledku vede k sebejistotě a celkově kladnějšímu emočnímu postoji k sobě (Blatný, 2010).

Za metody výzkumu sebehodnocení lze tradičně brát třídící techniky a sebesuzovací škály, metody volné výpovědi, sledování reakčního času na podnětová slova a strukturované dotazníky (Kihlstrom, Cantor, 1984). Specifické metody výzkumu sebepojetí představují strukturované dotazníky. Existují výhrady některých autorů vůči těmto metodám, protože je diskutabilní, do jaké míry jsou schopny postihnout opravdové sebehodnocení respondenta. Jelikož to je omezeno zvolenými výroky, ale i oblastmi, které se k otázkám vztahují (Blatný, 2010).

K dotazníkům můžeme zařadit i sebehodnotící škály, které zjišťují míru globálního vztahu k sobě. K nim patří například Rosenbergova škála sebehodnocení (Rosenberg, 1965), hojně používaná i v našem prostředí. Byla původně vyvinuta pro adolescenty, ale postupem času našla své místo i u dalších vzorků populace. Pro účely svého výzkumu jsem si ji vybrala i já. Skládá se z 10 položek, které jsou respondenty hodnoceny na škále o čtyřech bodech “nesouhlasím – souhlasím”, přičemž celková úroveň sebehodnocení je vyjádřena součtem skóre (Blatný a Osecká, 1994).

4 Naděje

S pojmem naděje se dotýkáme velmi emotivního místa lidských dějin i každého z nás. Naše historie je protkána okamžiky, kdy lidé velmi silně prožívali ztrátu racionální kontroly nad životem. Myslím, že vzít lide naději, se může rovnat smrtelné ráně. Také se však domnívám, že krása, která patří k naději, je v tom, že nám ji nikdo zvenčí vzít nemůže. Je to něco uvnitř nás, co může být velmi neoblomné. Historie nabízí příklady lidí, kteří byli mimořádní tím, že si naději vzít nenechali. Téma naděje je z mého pohledu stále aktuální.

4.1 Teorie naděje

Obvyklou definici naděje, která vysvětluje tento ne tak jednoduchý jev, zcela prostě uvádí Hartl a Hartlová. Tvrdí, že se jedná o: „*emoční postoj charakteristický očekáváním něčeho příznivého*“ (Hartl, Hartlová, 2004, 338).

Přestože v minulých letech bylo prezentováno mnoho konceptů, jak vnímat naději, jako jeden z nejslibnějších a nejkompexnějších se jeví ten, který představil Snyder se svými kolegy (Snyder et al., 1991). Na základě jeho teorie jsou lidé vedeni k úsilí za účelem dosažení určitých cílů. Jako obecná dispozice zapojovat se do vědomého dosahování cílů v sobě naděje může skrývat mnoho psychologických benefitů. V tomto ohledu mnohé studie přinášejí obecnou podporu Snyderovu konceptu (1994). Tvrdí, že naděje představuje adaptivní osobnostní konstrukt (Chang, DeSimone, 2001).

I když další osobnostní konstrukty jako například optimismus a sebevědomí jsou také spojovány s pozitivními výsledky, Snyder a kolegové poukazují na význam koncepčních rozdílů a na to, že naděje je ve své podstatě jedinečná (Snyder, Sympton et al, 2001).

Ve své publikaci z roku 1991 Snyder a jeho kolegové Irving a Anderson navrhnou nové definice naděje. Překlad z angličtiny první z nich by mohl znít: naděje je pozitivní motivační stav, který je založen na interaktivně odvozeném pocitu úspěšné snahy (na cíl zaměřená energie) a - pathways thinking (plánování, jak se setkat se svými cíly). Další definicí může být: naděje je kognitivní soubor, který je založen na recipročně-odvozeném smyslu snahy, která je směřována na cíl a cesty, které k cíli vedou.

Snyder et al. (1991) vyvinuli a zvalidovali specifický index nazývaný škála naděje. Vyšší skóry na této škále souvisejí spolehlivě s vynikajícími výsledky v akademické obci, sportu, zdraví i psychoterapii (Snyder, 2002). Jako obecný proces v psychoterapii naděje zvýrazňuje vnímanou schopnost klienta růst a měnit se (Snyder, Pareuteau, Shorey, 2002).

Během desetiletí výzkumů (viz. Snyder, 2002) se tedy naděje postupně více a více dává do spojitosti s vyšší šancí na úspěšné dosažení cílů. Například vyšší úroveň naděje predikovala mnohem lepší výkonnost mezi atlety jak individuální tak i týmovou. S nadějí souvisejí i lepší výsledky v testech u žáků základních škol i studentů univerzit. Podle naděje naměřené při vstupu nových studentů na univerzitu je možné dokonce predikovat průměrné známky studentů v průběhu studia (Curry, Snyder, Cook et al., 1997). Dalším zjištěním bylo, že víra v pozitivní budoucnost s sebou nese nižší hladiny psychologického distressu, menší úzkostnost a depresivitu a vyšší subjektivně vnímanou pohodu ve formě životní spokojenosti a obecného pozitivního naladění (Snyder et al. 1991).

V roce 2007 provedli Bailey a Snyder další výzkumy napříč různými věkovými skupinami a rodinnými stavy. Vyšlo najevo, že naděje byla specificky nižší u starší kohorty (54 až 65 let) a u těch, kteří byli osamoceni, rozvedeni nebo ovdovělí. Již dřívější výzkumy neprokázaly žádné rozpoznatelné rozdíly mezi pohlavím a etnicitou (Snyder, 1994).

V poslední době, v návaznosti na Snyderovu teorii naděje a transakční rámec zvládání problémů Lazaruse a Folkmanové (1984), Chang a DeSimone (2001) navrhli a přišli s podporou pro model, který zahrnuje aktivní coping jako mediátor vztahu mezi nadějí a psychologickým nastavením. Tuto studii prováděli na vzorku mladých dospělých.

Podle Snyderova et al. (2001) je prožívání pozitivního emočního nastavení ve smyslu naděje formou aktivního copingu. Nadějí tedy řadí ke strategiím, jak zvládat zátěžové situace. Toto přesvědčení podporují další studie, které ukazují, že naděje (bráno jako výsledný skóre Snyderovy škály) je pozitivně spojena s copingovým chováním (Chang, 1998). Je předpokládáno, že pozitivní spojitost bude zejména se specifickou úlohou myšlení na cesty k cíli tzv. pathways thinking, toto tvrzení je třeba ještě přímo prozkoumat a zhodnotit (Snyder et al., 2001).

Nesčetné množství faktorů může přispívat k tomu, zda jedinci vnímají, že jsou spokojeni se svým životem. Například Pavot a Diener (1993) identifikoval dvě složky, emoční a kognitivní. Bailey a Snyder (2010) zjistili, že naděje je jedinečný prediktor jednotlivce v jeho životní spokojenosti. Výzkumy rovněž nachází významný vztah mezi prožíváním subjektivní pohody (well being), tedy spokojenosti se životem a rodinným stavem. Nicméně bylo zatím publikováno malé množství studií, které by se zabývaly demografickými charakteristikami a nadějí.

4.2 Agency and Pathways Thinking : složky naděje

Se Snyderovou definicí naděje jsou spojeny tyto pojmy: goals= cíle, agency= snaha, pathways = cesty k cíli.

Tuto trilogii: goals- agency- pathways- popisuje Snyder ve své knize Handbook of Hope (2000). „Agency“ - „pathways“ jsou centrálními pojmy v definici naděje. Podle Snydera naděje zahrnuje to, že je zde nějaký cíl (goal), který má pro člověka osobní hodnotu. Dále je důležitá vnímaná schopnost vytvořit strategii - najít cesty k dosažení cíle (pathways thinking) a nakonec je zde motivace aplikovat tyto strategie přímo v procesu, mluvíme tedy o snaze (agency thinking). Naději můžeme definovat také jako vzor myšlení, v němž člověk má jak kapacitu najít cesty k zadaným cílům (pathways thinking), tak motivaci tyto trasy využít (agency thinking).

Lidé, kteří často prožívají stav, který nazýváme nadějí, mívají v životě vynikající výkony protože: jsou schopni jasně si definovat své cíle, identifikují mnoho cest, které vedou k těmto cílům a použijí alternativní strategii v případě, že aktuálně používaný přístup selže, mívají mnohem menší známky anxiety a udržují si více pozitivní přístup i v případě případného neúspěchu než lidé, kteří naději neprožívají (Onwuegbuzie, Snyder, 2000 a Snyder, 1999).

Schopnost udržet si snahu - zůstat kognitivně i behaviorálně angažovaný v procesu pohybu ve směru cíle - zvyšuje pravděpodobnost, že vybrané cesty k cíli budou úspěšné. Pokud je úspěchu jednou dosaženo, výsledná pozitivní emoční zpětná vazba dále energizuje do dalšího na cíl zaměřeného procesu (Snyder, 2002).

Podle Snydera a kolegů (1991) jsou dva komponenty naděje: agency a pathways thinking, reciproční, aditivní a pozitivně spolu související ačkoliv nejsou synonymní. Snyder

a kolegyně uvádějí příklad, že koncepčně je rozdíl podobný jako pojetí účinnosti očekávání (efficacy expectancies) a výsledného očekávání (outcome expectancies) u Bandury (1977). Snyder se domnívá, že je důležité vzít v úvahu oba typy (agency, pathways) tak, jak se vztahují k predikci chování i k výsledku. Proto je důležitým momentem Snyderovy (1994) teorie naděje to, že je zde dosažení cíle obecně spojeno jak s vyšší úrovní snahy (agency thinking), tak i s myšlením, které definuje cesty k cíli (pathways thinking). To má za následek to, že jednotlivé složky naděje jsou spojeny s pozitivnějším psychologickým nastavením, ze kterého vyplývá větší životní spokojenost a méně distressu.

Nejvýznamnější překážkou ve studiu naděje jako jednotného konstruktů může být to, že je téměř nemožné rozeznat jedinečné působení snahy a schopnosti definovat cesty k výsledku. To je důvodem velmi obtížného testování, ověřování a vylepšování Snyderovi teorie naděje. Vezměme si například spolehlivé zjištění, že vyšší skóre ve Snyderově škále naděje je spojen s menší dysforií a prožíváním méně negativní afektivity (Chang, DeSimone, 2001). I když tato zjištění jsou v souladu s očekáváním, že nižší skórování na Snyderově škále je spojeno s větší zkušeností negativní afektivity, nepostkytují spolehlivé objasnění toho, jak snaha a definování cest k cíli k tomuto výsledku přispívají. To znamená, že zůstává zatím nejasné, jakým způsobem jednotlivé složky naděje působí.

Kromě zjevné nutnosti určit, jak každá složka naděje ovlivňuje konečný výsledný skóre na Snyderově škále, je také nutné poznamenat a připomenout, že mnoho toho, co bylo napsáno o Snyderově konceptu naděje, bylo do značné míry omezeno na chápání naděje u dětí a mladistvých. Není proto překvapující, že většina publikovaných studií věnovaná Snyderově teorii naděje byla založena na těchto dvou populacích.

Celý koncept naděje, který Snyder s kolegy vytvořil, se jeví jako logický. Není pochyb o tom, že lidé, kteří mají ten dar udržovat v sobě naději žijou navzdory vnějším okolnostem, jsou ve výhodě a mají našlápnuto k větší životní spokojenosti. Neobjevila jsem žádnou studii, která by se zabývala vztahem přechodového rituálu firewalkingu a nadějí.

5 Firewalking a věda

Sdílím pohled, který nabízí Sky (2011) ve své knize *Dancing with the Fire*, kde nepopírá věrohodnost nebo validitu vědy, ale spíše říká, že věda až doposud udělala skvělou práci v popisu světa. Stále je však co objevovat a kam rozšiřovat své obzory. Pokud se podíváme například do doby Newtonovské fyziky, všechny zákony kvantové fyziky platily stejně jako dnes. Kvantová fyzika nepopírá Newtonovskou mechaniku. Pouze ji zahrnuje a jde dál. Nápodobně úspěšný vývoj kvantové fyziky nyní nabízí nový pohled na vědu- takovou, která úspěšně mísí subjektivní a objektivní vesmíry a popisuje roli lidské bytosti. Einsteinova teorie relativity z roku 1905 vrhla nové světlo na pochopení Newtonovského a Descartovského světa, s jejich odděleně definovanými objekty a jasně danými příčinami a důsledky vztahů. Změna pohledu na fyziku, kterou přinesl Einstein pravděpodobně přispěla k velkému otřesu v základech vědeckého světa, jelikož hlavní páteř vědeckého bádání a experimentování: totální objektivita, se ukázala jako fundamentálně nemožná (Capra, 1975, in Sky 2011).

Chůze po žhavém uhlí ukazuje, že náš vnější svět je neustále ovlivňován naším vnitřním světem, že naše myšlenky a pocity mají kreativní sílu. Mnoho lidí zjišťuje, že i pouhý pohled na firewalking může rozšiřovat vizi lidského potenciálu. Novodobý firewalking slouží jako praktický nástroj pro ty, kteří chtějí vědomě pěstovat a podporovat svůj vývoj a růst. Každá cesta skrze oheň je okamžitou lekcí v základním spojení mysli, těla a prostředí.

Michal Sky (2011) věří, že firewalking přichází do srdce vědeckého zkoumání nyní v období velkých změn právě díky tomu, že může sloužit jako most mezi starým a novým pohledem. Velkou zprávou firewalkingu je to, že jako lidské bytosti hrajeme nezbytnou roli v procesu života. Michal Sky to nazývá „co-creative process“.

Co mně osobně na firewalkingu přijde úžasné je to, s jakou pravdivostí nás informuje o stavu našeho světa uvnitř. Nezáleží na tom, co člověk říká, jak se tváří, co má na sobě. Rozhodující se jeví zřejmě stav jeho mysli. A žhavé uhlíky poskytují jasnou zprávu: přešel nebo nepřešel bez bolesti a puchýřů.

Rozdíl mezi osobou, která projde skrz žhavé uhlíky bez sebemenší známky popálení nebo bolesti a člověkem, který při prvním kroku zažívá pronikavý žár a vážné bolesti, má co dělat

jen velmi málo se strukturou kůže, rychlostí chůze, teplotou uhlíků, množstvím mazu na nohou nebo s dalšími jinými vnějšími proměnnými. S takovým uvážením přicházíme s výsledkem, že úspěch či neúspěch během firewalkingu vychází z individuálních vnitřních procesů přecházející osoby nebo chceme-li to nazvat jinak- z aktuálního stavu vědomí. Které můžeme brát jako sumu myšlenek, pocitů, přesvědčení, názorů a očekávání.

Většina lidí si myslí, že firewalking je spojen s hypnózou nebo nějakým trikem. Ale podle psychologa Ronalda J. Pekala, Ph.D. (1993), tehdejšího ředitele Mid-Atlantic Education Institutu Wenchester v Pensylvanii to nemá s hypnózou mnoho společného. Jde spíše o zaměření se na jeden bod. Tvrdí, že se jedná o změnu pozornosti, ne o změnu vědomí.

Pekala provedl výzkum, kdy 71 lidí bez zkušenosti firewalkingu prošlo šesti hodinovým intenzivním tréninkem, ve kterém se probandi učili koncentraci tak, že se zaměřovali na jeden obraz- měkký studený mech. Poté následoval přechod přes 12 stop dlouhý a 4 stopy široký pruh žhavého uhlí. Zadáním bylo se celou svojí myslí soustředit na studený mech. Všichni účastníci bezpečně prošli. Po 10 dnech byli přecházející zhypnotizováni. V dotazníku porovnávajícím vnímání subjekty uváděly větší radost, vzrušení a sebeuvědomění během firewalkingu než během hypnózy. Cítili větší kontrolu nad situací a velmi jasně si pamatovali své zážitky. Všichni připisovali svůj úspěch při přechodu totálnímu zaujetí a koncentraci. Pekala dále tvrdí, že firewalking může být nástrojem nejen pro cvičení koncentrace, ale i pro překonávání strachu a nalezení své síly.

Na výzkum Ronalda Pekaly navázaly Justine A. Hilligová and Jean Holroydová (1998). Po přechodu žhavého uhlí vyplnilo 23 účastníků výzkumu retrospektivní dotazníky, které zjišťovaly subjektivní prožívání během chůze po žhavém uhlí. Výsledky dvanácti z nich byly porovnány s vlastními zkušenostmi i během počátečního stavu před přechodem. Data naznačují, že během firewalkingu je pozornost podstatně více „jednobodová“ než při výchozích podmínkách. Chůze po žhavém uhlí je dále charakterizována trendem, který ukazuje na změněný stav vědomí. Účastníci, u kterých bylo nalezeno větší množství puchýřů, vykazovali významně větší míru zhyponotizování než ti, kteří puchýřů měli málo, a nebo je neměli vůbec.

Prozatím není vědecky objasněno, jak tento fenomén funguje. Líbí se mi to, jakým způsobem k tomu přistupuje jeden z významných lektorů firewalkingu v Čechách Ivo Janeček. Na otázku, jak to tedy funguje, otevřeně odpovídá: „Nevím, ale umím vás připravit tak, abyste se nepopálili.“(osobní sdělení, 27. května 2014).

Samozřejmě, že nemusíme přejít přes žhavé uhlí, abychom zažili naši spolutvořivou životní sílu. Musíme však vstoupit do této možnosti. Takový krok může být zpočátku ustrašený, jelikož kráčíme do neznámých míst s velikou odpovědností sami za sebe. Každopádně, jestliže se chceme v našem životě pohnout, musíme udělat první krok... a ten může snadno vést k tanci.

6 Výzkumný problém

Ohněm jsem se cítila vždy fascinovaná. Slýchala jsem příběhy, které mne inspirovaly k tomu, že jsem se rozhodla, že také toužím po tom něco podobného absolvovat. Zejména mne zaujalo vyprávění několika blízkých lidí, kteří tvrdili, že jim firewalking úplně změnil pohled na život a na sebe. Vyprávěli o tom, jak jim prožitek vlastní síly dodal odvahy učinit důležité životní kroky k naplnění vlastní spokojenosti a větší osobní svobody. To, co popisovali, mi z psychologického hlediska přišlo jako změna sebepojetí, sebehodnocení či sebeúcty. Oni sami to nazývali tak, že si více věří. Proto jsem se rozhodla vytvořit výzkum na toto téma. Přivedlo mne to k otázce, do jaké míry může překonání obtížné situace, kterou firewalking představuje, sytit tolik vyhledávaný pocit kompetence.

Rozhodla jsem se zjistit, zda se díky zkušenosti firewalkingu může změnit self-esteem. Výzkumům, které dokládají důležitost a dopad, jaký má charakter našeho sebehodnocení na různé oblasti našeho života, jsem se věnovala v předchozím textu. S Rosenbergovým globálním sebehodnocením koreluje i Snyderův koncept naděje. Zajímavá je tedy i myšlenka podívat se na to, zda firewalking může změnit přístup člověka k životu v oblasti naděje. Lidí, kteří subjektivně dosvědčují, že se cítí obecně lépe, mají pozitivnější pohled na svět a větší víru v sebe, jsem potkala mnoho. Jelikož oba koncepty - sebehodnocení i naděje velmi souvisí s vědomím vlastní kompetence v životě, rozhodla jsem se použít je současně. Je pro mne zajímavá úvaha, jestli je možné, že lidé vyhledávají záměrně výzvy, aby si tak mohli lépe potvrdit svůj sebeobraz. Jistě přínosný by byl výzkum zabývající se motivací účastníků.

Další důležitou otázkou, kterou jsem si pokládala, ještě před tím než jsem se rozhodla sama přejít žhavé uhlíky, bylo, jaký typ lidí vlastně tyto akce přitahují. Jsou více otevření vyhledávat v životě dobrodružství? Chybí jim snad adrenalin? Jsou tyto lidé něčím specifičtí? Ideálním nástrojem, pro který jsem se rozhodla, byla zkrácená verze dotazníku NEO.

7 Cíl práce

Cílem mé práce je zjistit, zda má vzrůstající obliba firewalkingu mimo jiné své opodstatnění v tom, že u lidí, kteří se rozhodnou tímto rituálem projít, dochází ke změně v jejich sebehodnocení a v prožívání jejich životní naděje. Zajímá mne, jestli je v tomto smyslu firewalking užitečnou zkušeností. Dále se pokusím stručně popsat charakteristiku lidí, kteří jsou firewalkingem přitahováni. Konkrétně budu porovnávat osobnostní charakteristiky těch, kteří přešli přes žhavé uhlí se známými hodnotami charakteristik základního souboru. Přidám též svoji osobní zkušenost s firewalkingem, kterou jsem prožila v rámci svého zúčastněného pozorování.

Cílem mé práce je najít odpovědi na tyto otázky:

- 1) Odhalí použití testu NEO- FFI odlišnost v osobní charakteristice mezi výběrovým souborem respondentů a základním standardním souborem?
- 2) Dojde u účastníků přechodového rituálu firewalkingu ke změně naměřené úrovně sebeúcty pomocí Rosenbergovy škály sebehodnocení?
- 3) Dojde u účastníků přechodového rituálu firewalkingu ke změně naměřené hodnoty naděje na Snyderově škále naděje?
- 4) Jaká bude moje osobní zkušenost firewalkingu z pohledu zúčastněného pozorování?

7.1 Hypotézy

Nejprve jsem se rozhodla zjistit základní charakteristiky výběrového souboru a porovnat je se známými hodnotami souboru základního. Zvolenou testovou metodou se stal Studentův t- test rozdílu průměru výběrového souboru a známého průměru základního souboru. Stanovuji tedy následující nulové hypotézy a ověřím jejich platnost.

Hypotéza č. 1:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti neuroticismu.

Hypotéza č. 2:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti extraverze.

Hypotéza č. 3:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti otevřenosti.

Hypotéza č. 4:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti přívětivosti.

Hypotéza č. 5:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti svědomitosti.

Dále jsem využila párového Studentova t- testu, který mi pomohl zjistit, jestli došlo v rámci pretestu a posttestu ke změně průměrných naměřených skóreů na Rosenbergově škále sebehodnocení. Sebehodnocení se týká tato alternativní hypotéza:

Hypotéza č. 6:

Úroveň sebehodnocení po přechodu žhavých uhlíků je u výběrového souboru statisticky vyšší než před přechodem žhavých uhlíků.

K ověření, zda došlo v rámci pretestu a posttestu k signifikantní změně průměrných naměřených hodnot na Snyderově škále naděje, jsem použila opět párového Studentova t- testu. K tomuto vztahující se hypotéza zní:

Hypotéza č. 7:

Úroveň naděje po přechodu žhavých uhlíků je u výběrového souboru statisticky vyšší než před přechodem žhavých uhlíků.

8 Popis zvoleného metodologického rámce a metod

8.1 Zvolený typ výzkumu

Pro výzkum a účely mé bakalářské práce jsem se rozhodla použít kvantitativního i kvalitativního přístupu.

Kvantitativní způsob jsem zvolila k ověření platností výše uvedených hypotéz, tedy pro zodpovězení mých otázek, které se týkají: 1) změny sebehodnocení, 2) naděje a 3) porovnání charakteristik výběrového souboru se základním souborem. Nespornou výhodou tohoto přístupu je, že lze pracovat s velkým počtem respondentů a výsledky jsou relativně nezávislé na výzkumníkovi. Dalším přínosem je to, že při kvantitativním výzkumu získáváme přesná číselná data a metodologie je založena na dedukci a ověřování hypotéz, přičemž vše je postaveno na pevné teoretické základně. Nevýhodou může být přílišné zaměření se na konkrétní aspekty zkoumaného jevu a velká míra abstraktnosti. To může komplikovat aplikaci zjištěných skutečností na terénní podmínky (Hendl, 2005). Typem výzkumu je experiment, který sleduje příčinné vztahy mezi proměnnými. V této studii to znamená, že experiment pomůže získat informace, zda má firewalking efekt na sebehodnocení člověka a naději. Za výhody můžeme považovat to, že je možné aktivně ovlivňovat experimentální podmínky a experiment zopakovat (Ferjenčík, 2000).

Další část mé studie je zpracována formou kvalitativního výzkumu, jelikož jsem se rituálu sama účastnila a získala jsem svoji jedinečnou zkušenost s firewalkingem. V sociálních vědách pojem kvalitativní výzkum označuje výzkum, který se zaměřuje na to, jak jednotlivci a skupiny nahlízejí, chápou a interpretují svět. Podle jiných kritérií může být jako kvalitativní výzkum označován takový výzkum, který nevyužívá statistických metod a technik. Objevuje se v něm i osobnost výzkumníka, který zrcadlí svoji osobu, motivovanost atd. (Miovský, 2006). Jako pozorovatel jsem se přímo pohybovala v prostoru, kde se jev vyskytoval. Ferjenčík (2000) popisuje dvě základní strategie pozorování: izomorfní a reduktivní deskripci. Izomorfní můžeme vnímat jako otevřené pozorování, kde se snažíme zaznamenávat vše, co jsme schopni vnímat. Taková podoba je výsledku volnější a blízká narativním útvarům. Je sice dáno, že bychom se měli snažit omezit jakékoliv hodnotící soudy a interpretace, pravdou však zůstává, že proces pozorování od interpretace zcela oddělit nemůžeme. Ke zkreslení, které je námi způsobené, tak dochází vždy (Spinelli, 1989, in Miovský, 2006).

V mé práci jsem využila metody otevřeného zúčastněného pozorování. Byla jsem jedním z přímých aktérů přechodového rituálu firewalkingu a další účastníci věděli o tom, že provádím výzkum. Mezi námi docházelo k přímé interakci. Výhodou otevřeného zúčastněného pozorování je, že výzkumník má možnost dostat se k bezprostřední zkušenosti. Zapojuje se do interakcí s účastníky a může tak lépe pochopit zkoumaný jev. Nabízí se příležitosti získat kvalitní vhled do celé zkoumané situace. Ten by pro vnějšího pozorovatele mohl zůstat nedostupný. Výhodou je i etická korektnost. Účastníci se však mohou z důvodu, že jsou pozorováni chovat jinak, než kdyby o této skutečnosti nevěděli (Miovský, 2006).

8.2 Etické aspekty výzkumu

Etika výzkumu je stěžejním tématem. Během výzkumu byl tedy kladen velký důraz na tyto etické problémy:

1) souhlas s účastí ve výzkumu

Účastníci obdrželi email, ve kterém jsem se představila a s textem, který je obeznamoval s povahou výzkumu. I samotné stránky věnované online testové baterii byly uvedené opět textem, který s výzkumem seznamoval. Probandi si tedy byli vědomi všech rizik i výhod, které z výzkumu plynou. Účast ve výzkumu byla samozřejmě dobrovolná a na nikoho nebyl vyvíjen tlak.

2) ochrana soukromí a osobních údajů účastníků výzkumu

Výzkum byl anonymní povahy, tudíž byli zajištěny takové podmínky pro ochranu osobních údajů, které upravuje zákon č. 101/2000 Sb.. Probandi udávali své datum narození, pohlaví a dosažené vzdělání. Na základě těchto údajů byla spárována data pretestu a posttestu.

3) poškození nebo újma účastníků výzkumu

V důsledku výzkumu nedošlo k jakékoliv duševní, hmotné nebo jiné újmě účastníků výzkumu.

8.3 Metody získávání dat

Pro získání respondentů jsem nejdříve prostřednictvím internetu vyhledala několik předních lektorů firewalkingu v České republice. Rozeslala jsem asi deset emailů s představením svého záměru a žádostí o spolupráci. Tři z nich mi kladně odpověděli a nabídli pomoc. Ta spočívala zejména v přeposílání emailů s odkazem na moji baterii dotazníků lidem, kteří se u nich k rituálu přechodu přes žhavé uhlí přihlásili. Zjišťování, zda je vůbec reálné získat dostatek respondentů potřebných pro kvantitativní přístup, se odehrávalo v průběhu března až dubna 2014.

Během dubna 2014 jsem vytvořila online odkaz na svoji baterii dotazníků, jež se skládala v případě pretestu z Rosenbergovy škály sebehodnocení, Snyderovy škály naděje a osobnostního inventáře NEO FFI a v případě postestu pouze ze škály sebehodnocení a škály naděje. Součástí formuláře bylo i krátké vysvětlení mého záměru napsat bakalářskou práci o firewalkingu a nabídka pro ty, kteří se zúčastní mého výzkumu v podobě vyhodnocení individuálního osobnostního profilu jako poděkování.

Tento odkaz s doprovodným textem rozeslali lektori na rituál přihlášeným lidem. Data jsem začala shromažďovat od konce dubna 2014, což bylo z hlediska časového plánu ideální, protože firewalking má svoji „sezonu“ zejména během jarních a letních měsíců, kdy je potřebné počasí. Data jsem sbírala až do října 2014.

Pretestu se zúčastnilo 100 lidí, postest vyplnilo o něco méně. Oba dotazníky před i po přechodu žhavého uhlí vyplnilo v případě Rosenbergovy škály sebehodnocení 70 lidí a ve škále naděje zadrželo odpovědi 71 respondentů. NEO FFI vyplnilo 100 lidí.

8.3.1 NEO pětifaktorový osobostní inventář (NEO Five–Factory Inventory)

Jména spojená se vznikem NEO inventáře jsou Paul Costa a Robert McCraem, kteří analyzovali data z Cattellova šestnáctifaktorového dotazníku a na základě Cattellových primárních faktorů určili tři skupiny škál. Jednalo se o Neuroticismus, Extraverzi a Otevřenost vůči zkušenostem. Tyto tři rysy se staly základem pro vytvoření NEO inventáře, který nese název právě podle prvních písmen názvů škál: N(euroticism), E(xtraversion), O(penness)-

(Costa, McCrae, 1985). Později pomocí faktorové analýzy doplnili další dvě dimenze: Přívětivost a Svědomitost (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Pro účely své práce jsem použila verzi NEO Five Factor Inventory (NEO - FFI), v češtině pětifaktorový osobnostní inventář, který je zkrácenou verzí NEO Personality Inventory (NEO-PI). Každá z pěti škál NEO – FFI je vytvořena 12 - ti položkami, které nejlépe vystihují jednotlivé škály v analýze NEO- PI. To znamená, že všechny položky inventáře NEO- PI jsou obsaženy rovněž v inventáři NEO- PI (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Jednotlivé položky inventáře respondent hodnotí pomocí pětibodové škály, která je vymezena: 0 = daný výrok respondenta vůbec nevystihuje, 1= daný výrok respondenta spíše nevystihuje, 2= respondent vnímá daný výrok jako neutrální, 3= daný výrok respondenta spíše vystihuje, 4= daný výrok respondenta úplně vystihuje.

Popis jednotlivých škál

Neuroticismus (N): škála zjišťuje individuální rozdíly v emocionální stabilitě a emocionální labilitě. Zabývá se tím, jak jsou prožívány negativní emoce jako například strach, sklíčenost, rozpaky. Ti, kteří dosahují vysokého skóre na škále Neuroticismu, se jeví jako psychicky nevyrovnaní a nestabilní. Jejich psychická rovnováha je snadno narušitelná. Prožívají úzkost, strach, hanbu, smutek a obavy. Na rozdíl od nich stabilní jedinci takové problémy nemají. Působí klidně a vyrovnaně, ani stresující situace je nevyvedou z míry (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Extraverze (E): zjišťuje kvalitu a kvantitu interpersonálních interakcí, úroveň aktivace, potřebu stimulace. Jedinci s vysokým skóre na této škále jsou společenší, popisují se jako sebejistí, aktivní, hovorní, energičtí, veselí a optimističtí. Mají rádi vzrušení a udržují si veselou mysl. Nízké skóre charakterizuje introverty, na které je nahlíženo jako na spíše zdrženlivé, nezávislé a mající často touhu zůstat o samotě (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Otevřenost vůči zkušenosti (O): škála postihuje zájmy a míru zaujetí pro nové zkušenosti, prožitky a dojmy. Osoby dosahující vysokého skóre na této škále udávají bohatou fantazii, výrazné vnímání emocí a často se chovají nekonvenčním způsobem. Dále můžeme uvažovat

o vědychtivosti, intelektuálních a uměleckých zájmech, ochotě experimentovat a zaujímat kritická stanoviska. Osoby s nízkým skóre dávají přednost známému a osvědčenému a jejich emoční reakce jsou často utlumeny (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Přívětivost (P): stejně tak jako Extraverze i Přívětivost charakterizuje interpersonální chování. Výraznou charakteristikou osob dosahujících vysokého skóre na této škále je altruismus. Takoví lidé mají pochopení pro druhé, projevují jim přízeň, chovají se k nim laskavě a vlídně. Mají sklon důvěřovat lidem a upřednostňují spolupráci. Naproti tomu osoby s nízkým skórem mohou být nepřátelské, egocentrické, mají tendenci znevažovat záměry druhých lidí. Spíše soutěží než spolupracují. Je třeba připomenout, že zdravá míra skepse vůči názorům druhých není na škodu (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

Svědomitost (S): osoby dosahující vysokého skóru na této škále se popisují jako cílevědomé, ctízádnivé, pilné, vytrvalé, systematické, s pevnou vůlí, spolehlivé, přesné a pořádné. Tyto žádané charakteristiky mají však i svoji negativní stránku a mohou se projevit jako přehnaná pořádkumilovnost, pedantičnost nebo workoholismus. Osoby s nízkým skóre jsou nedbalé, lhostejné, nestálé a své cíle naplňují jen s malým zaujetím (Hřebíčková, Urbánek, 2001).

8.3.2 Rosenbergova škála sebehodnocení

Jako druhou metodu jsem použila pro účely své bakalářské práce Rosenbergovu škálu sebehodnocení. Rosenberg's self-esteem scale, SES (Rosenberg, 1965) je subjektivní desetipoložková škála, která měří globální sebehodnocení. Tato škála byla původně vytvořena pro adolescenty a obsahovala deset položek, z toho pět formulovaných pozitivně a pět negativně. Respondenti vyjadřovali míru souhlasu na pětibodové škále. Na základě Guttman scale byla koncipována jako jednodimenziální.

Další empirické výzkumy prokázaly, že Guttman scale nemusí poskytovat nutně unidimensionální škálu (Gullahorn a Gullahorn, 1968). V tom, jestli je tedy Rosenbergova škála sebehodnocení skutečně jednodimenziální se objevily neshody. Bylo však potvrzeno, že pro věkovou skupinu dospívajících, pro které byla původní škála vytvořena, se jedná skutečně o jednodimenziální škálu. Výzkumy nasvědčují, že škála je stabilní v čase a vnitřně konzistentní (Silber, Tippet, 1965). Skóry navíc pozitivně korelují s dalšími měřícími

nástroji pro sebehodnocení a to například s Lernovou škálou sebehodnocení (The Lerner Self-esteem Scale) a negativně korelují s úzkostí a depresí (Flemming, Courtney, 1984). Analýzou Rosenbergovy škály, která je hojně používána i v českém prostředí, se zabývali Blatný a Osecká (1994). V současné podobě obsahuje škála deset položek, které respondenti hodnotí na škále Lickertova typu o čtyřech bodech. 1= výrazně souhlasím, 2= spíše souhlasím, 3= spíše nesouhlasím a 4= výrazně nesouhlasím. Zde je rozdíl oproti původní pětibodové škále). Celkové skóre se může pohybovat od 10 do 40 bodů. Součtové skóre nám udává celkovou úroveň sebehodnocení.

8.3.3 Snyderova škála naděje

Snyderova škála naděje SHS (Snyder et al. 1991) měří naději ve smyslu dvoufaktorové teorie naděje postulované autorem. V této teorii je naděje chápána jako kognitivní zaměření založené na vzájemně odvozeném vnímání úspěšné snahy (na cíl zaměřeného odhodlání) a cesty (plánování způsobů na dosažení cíle). Tento dotazník je vhodný pro měření probandů od 15 let. Své uplatnění nalézá ve sféře výzkumu, poradenství nebo v rámci psychoterapie (Snyder, 2000).

Škála má 12 položek, které se hodnotí na osmibodové Likertově škále. Čtyři položky slouží pouze k účelu odvedení pozornosti. Osm položek se započítává do celkového skóre. Proband posuzuje míru svého souhlasu s jednotlivými tvrzeními na škále od 1= naprosto nepravdivé po 8= naprosto pravdivé. Pro širší populaci bylo zjištěné průměrné skóre 48. Vyšší skóre znamená vyšší míru naděje. Další psychometrické studie dokládají, že tato škála je kvalitním nástrojem. Potvrzená byla její faktorová struktura i reliabilita ve smyslu vnitřní konzistence (Snyder, 2000).

9 Analýzy dat

Data, která se mi prostřednictvím aplikace Google formuláře ukládala do tabulky, byla převedena do programu Microsoft Excel. V případě Rosenbergovy škály sebehodnocení a Snyderovy škály naděje bylo nutné příslušné odpovědi pretestu a posttestu za pomoci uvedeného data narození a pohlaví spárovat. Poté následovalo zpracování dat v programu Statistica za použití Studentova párového t-testu.

Pro zhodnocení výsledků inventáře NEO- FFI bylo použito statistické metody Studentova t-testu rozdílu výběrového průměru a známého průměru základního souboru. Celý inventář byl rozdělen na příslušné škály (Neuroticismus, Extraverze, Otevřenost, Přívětivost, Svědomitost) a prostřednictvím t-testu byly průměrné hrubé skóry uvedených skupin porovnány s průměrnými hrubými skóry základního souboru. Na hladině významnosti 5 % byla určena míra statistické významnosti rozdílu mezi oběma skupinami (Reiterová, 2004). Výběrové směrodatné odchylky byly zjištěny za pomoci aplikace Microsoft Excel.

Kvalitativní data jsou zpracována narativní formou v podobě popisu mé osobní zkušenosti s firewalkingem.

10 Soubor

Celkem se výzkumu zúčastnilo rovných 100 lidí v pretestu, kdy se testová baterie skládala z NEO- FFI, Rosenbergovy škály sebehodnocení a Snyderovy škály naděje. Druhého vyplňování, potřebného již pouze pro Rosenbergovu škálu sebehodnocení a Snyderovu škálu naděje, se však účastnilo už jen 71 lidí. Pro přehlednost jsem se rozhodla rozdělit soubor na dva výběrové soubory a uvést jednotlivé charakteristiky zvlášť. Uvádím tedy zvlášť charakteristiku souboru, vyplňujícího NEO – FFI a souboru, který odpovídal na škálách sebehodnocení a naděje.

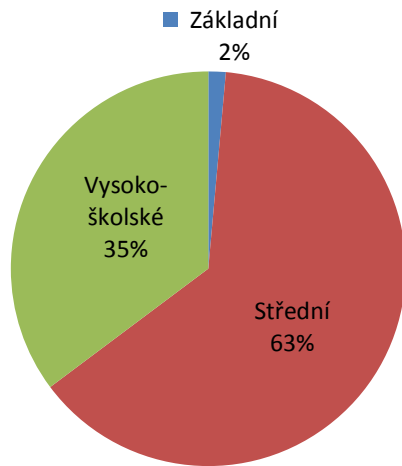
10.1 Charakteristika výzkumného souboru:

Výzkumné soubory tvoří lidé, kteří se přihlásili na rituál firewalkingu a poté se rituálu zúčastnili a přešli přes žhavé uhlí. Jedná se nejen o občany České republiky, ale i Slovenské republiky.

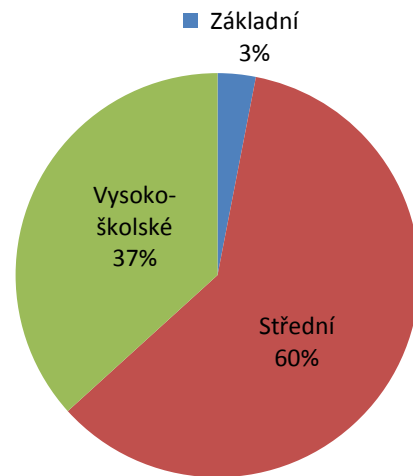
Soubor, u kterého porovnávám naměřené hodnoty sebehodnocení a naděje v pretestu a posttestu je o velikosti 71 respondentů, přičemž 3 respondenti nepodali úplné odpovědi na škále sebehodnocení a jejich údaje nemohly být zařazeny do výzkumu. Celkem jde tedy o vzorek 68 lidí, kteří poskytli své údaje pro vyhodnocení škály sebeúcty a 71 lidí, kteří vyplnili Snyderovu škálu naděje.

Výzkumný soubor určený pro zjištění osobnostních charakteristik pomocí inventáře NEO-FFI je o počtu 100 respondentů. Údaje dvou probandů z důvodu mnoha chybějících odpovědí nemohly být zahrnuty do výzkumu.

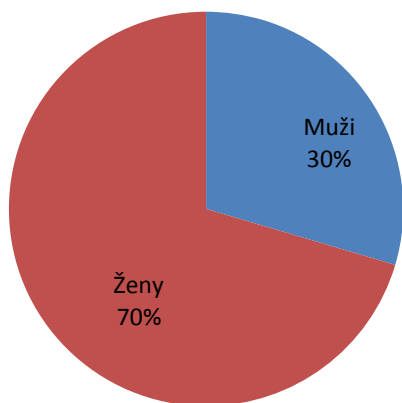
Graf č.1: nejvyšší dosažené vzdělání - škála naděje a sebehodnocení



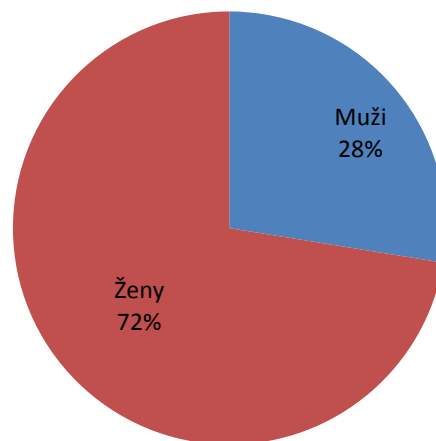
Graf č.2: nejvyšší dosažené vzdělání NEO-FFI



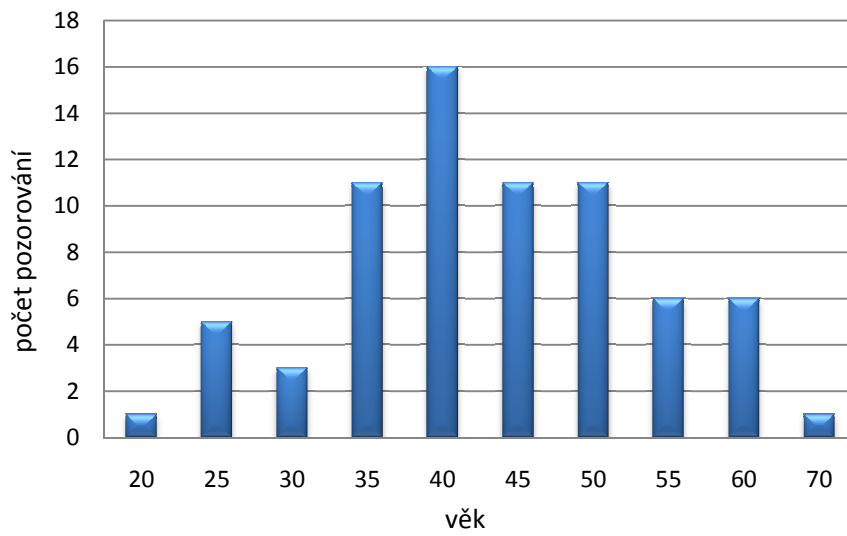
Graf č.3: zastoupení pohlaví - škála naděje a sebehodnocení



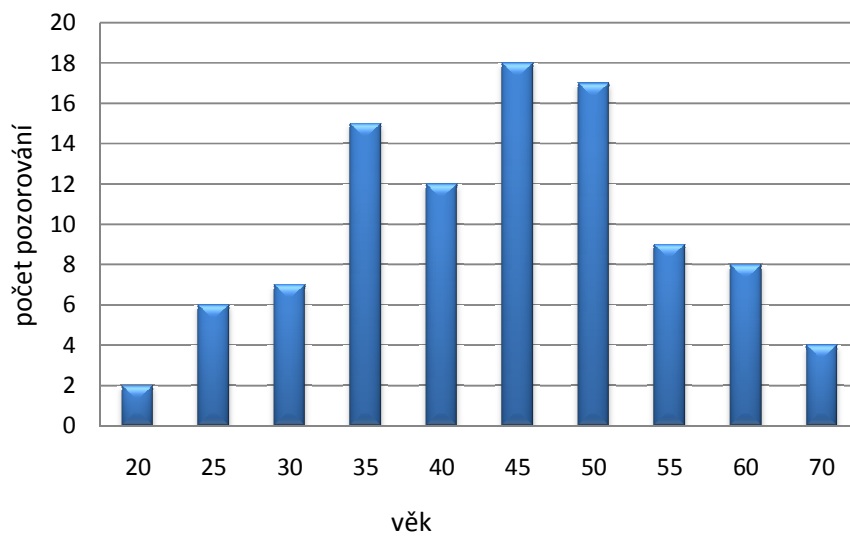
Graf č.4: zastoupení pohlaví NEO-FFI



Graf č.5: věková pásma respondentů škály naděje a sebehodnocení



Graf č.6: věková pásma respondentů škály naděje a sebehodnocení



11 Výsledky

11.1 Porovnání celého základního souboru s celým výběrovým souborem – Celý soubor

Tabulka 1: Porovnání výběrového souboru s normami NEO FFI

Škály	Průměr základního souboru	Průměr výběrového souboru N(98)	Směrodatná odchylka jednotlivých škál výběrového souboru = s
	Celý soubor (muži, ženy 22 – 75 let) = μ	Celý soubor (muži, ženy) = \bar{x}	
Neuroticismus	20,53	16,93	8,34
Extraverze	31,48	34,58	7,38
Otevřenost	27,67	33,18	5,62
Přívětivost	33,39	32,83	5,72
Svědomitost	32,54	34,20	6,40

$$\text{Testové kritérium: } t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s}$$

Neuroticismus:

$$t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s} = \frac{|16,93 - 20,53| \cdot \sqrt{98}}{8,34} = \frac{3,6 \cdot 9,89949}{8,34} = 4,273$$

Počet stupňů volnosti: $\nu = n - 1 = 98 - 1 = 97$

Tabulková hodnota t_{α} je $t_{0,05}(97) = 1,98$

Při porovnání vypočtené hodnoty t s tabulkovou hodnotou $t_{\alpha}(v)$ dojdeme k závěru:

$$t = 4,27 > t_{\alpha}(v) = 1,98$$

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Přívětivosti byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

U výběrového souboru můžeme mluvit o nižší míře neurotismu v porovnání se základním souborem.

Extraverze:

$$t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s} = \frac{|34,58 - 31,48| \cdot \sqrt{98}}{7,38} = \frac{3,1 \cdot 9,89949}{7,38} = 4,158$$

Počet stupňů volnosti: $v = n - 1 = 98 - 1 = 97$

Tabulková hodnota t_{α} je $t_{0,05}(97) = 1,98$

Při porovnání vypočtené hodnoty t s tabulkovou hodnotou $t_{\alpha}(v)$ dojdeme k závěru:

$$t = 4,16 > t_{\alpha}(v) = 1,98$$

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti extraverze byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

U výběrového souboru můžeme mluvit o vyšší míře extraverze v porovnání se základním souborem.

Otevřenost

$$t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s} = \frac{|33,18 - 27,67| \cdot \sqrt{98}}{5,62} = \frac{5,51 \cdot 9,89949}{5,62} = 9,705$$

Počet stupňů volnosti: $\nu = n - 1 = 98 - 1 = 97$

Tabulková hodnota t_α je $t_{0,05}(97) = 1,98$

Při porovnání vypočtené hodnoty t s tabulkovou hodnotou $t_\alpha(\nu)$ dojdeme k závěru:

$$t = 9,7 > t_\alpha(\nu) = 1,98$$

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Otevřenosti byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

V porovnání se základním souborem se výběrový soubor jeví jako více otevřený novým zkušenostem.

Přívětivost

$$t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s} = \frac{|32,83 - 33,39| \cdot \sqrt{98}}{5,72} = \frac{0,56 \cdot 9,89949}{5,72} = 0,969$$

Počet stupňů volnosti: $\nu = n - 1 = 98 - 1 = 97$

Tabulková hodnota t_α je $t_{0,05}(97) = 1,98$

Při porovnání vypočtené hodnoty t s tabulkovou hodnotou $t_\alpha(\nu)$ dojdeme k závěru:

$$t = 0,97 < t_\alpha(\nu) = 1,98$$

Můžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Přívětivosti nebyl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Svědomitost

$$t = \frac{|\bar{x} - \mu| \cdot \sqrt{n}}{s} = \frac{|34,2 - 32,54| \cdot \sqrt{98}}{6,4} = \frac{1,66 \cdot 9,89949}{6,4} = 2,567$$

Počet stupňů volnosti: $v = n - 1 = 98 - 1 = 97$

Tabulková hodnota t_α je $t_{0,05}(97) = 1,98$

Při porovnání vypočtené hodnoty t s tabulkovou hodnotou $t_\alpha(v)$ dojdeme k závěru:

$$t = 2,57 > t_\alpha(v) = 1,98$$

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$, V oblasti Svědomitosti byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Výběrový soubor prokazuje v porovnání se základním souborem vyšší uroveň svědomitosti.

11.2 Naděje

Zde uvádím zjištěná data na základě Snyderovy škály naděje, kterou vyplňovali respondenti celkem dvakrát ve formě pretest- posttest:

Tabulka 2: vyhodnocení dat - Škála naděje

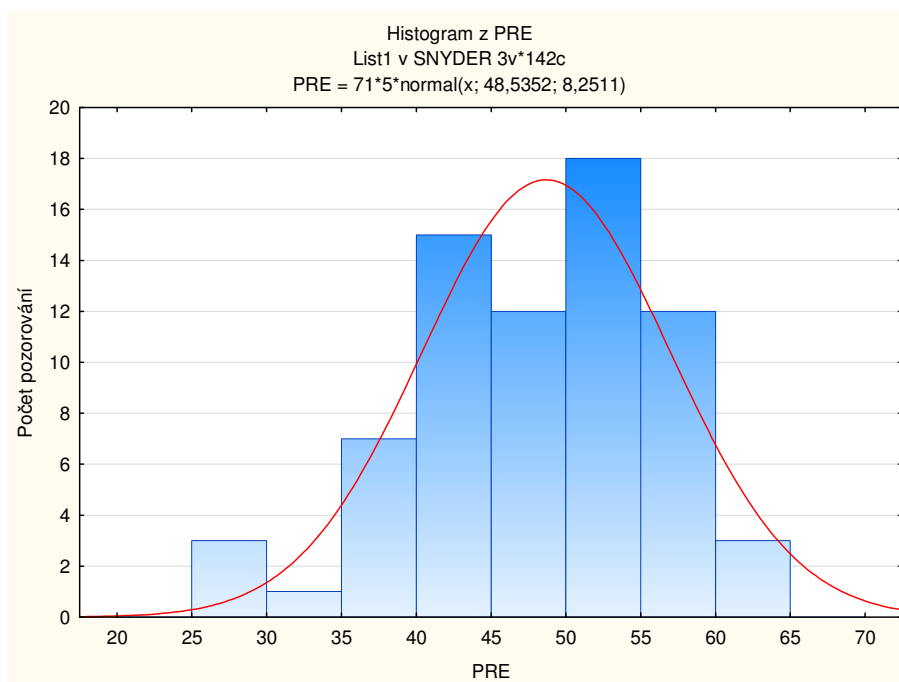
Proměnná	t-test pro závislé vzorky (List1 v škála naděje data)									
	Označené rozdíly jsou významné na hladině $p < ,05000$									
	Průměr	Sm. odch	N	Rozdíl	Sm.odch rozdílu	t	sv	p	Int. spolehl. -95,000%	Int. spolehl. +95,000%
PRE	48,53	8,25								
POST	51,87	6,83	71	-3,33	9,30	-3,02	70	0,00	-5,54	-1,13

Na základě zjištěných dat můžeme usoudit, že mezi měřeními před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu je signifikantně významný rozdíl.

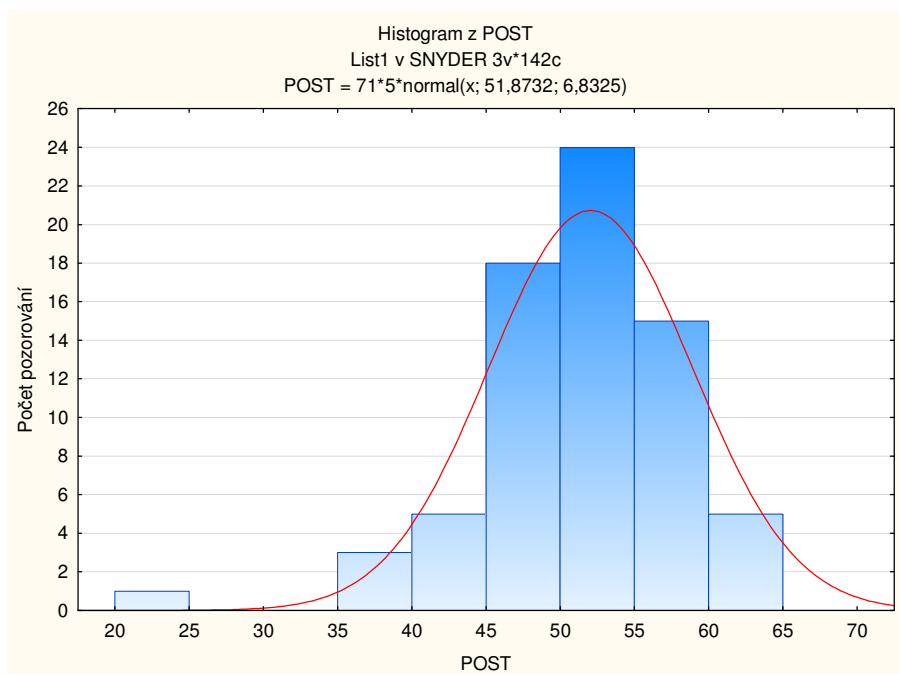
V programu Statistica bylo též ověřeno, že vybraný soubor má normální rozložení.

Přikládám histogramy, které informují o normálním rozložení vybraného souboru:

Graf 7: normální rozložení vybraného souboru – Pretest

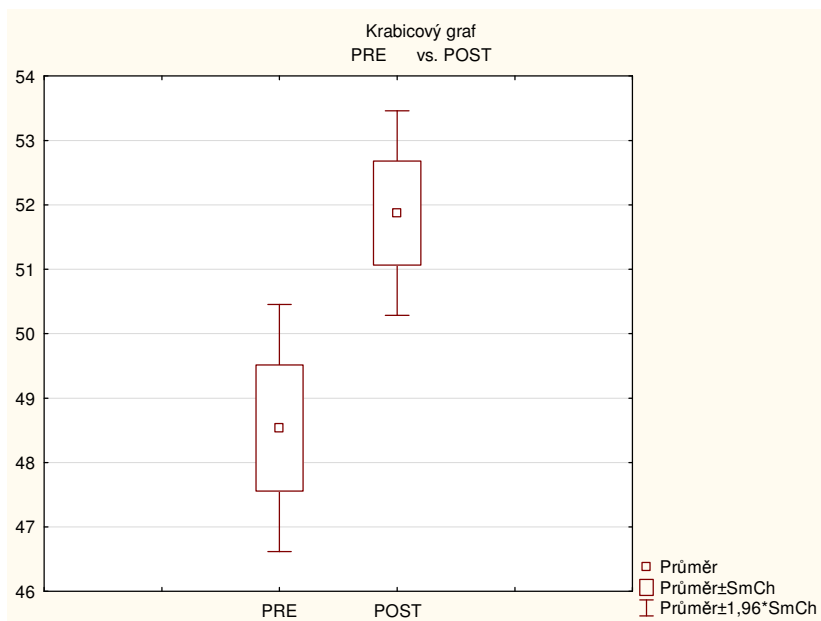


Graf 8: normální rozložení vybraného souboru – Posttest



A dále uvádím krabicový graf, kde je jasně viditelný posun probandů, kteří se přechodu přes žhavé uhlíky zúčastnili:

Graf 9: posun probandů na Škále naděje



11.3 Sebehodnocení

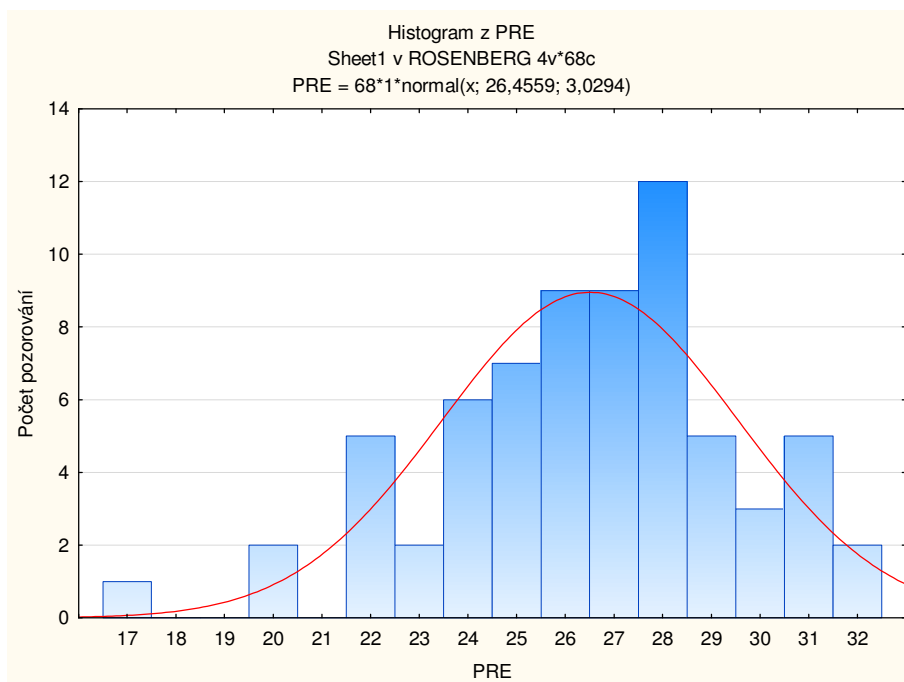
Použitá Rosenbergova škála sebehodnocení odhalila, že rozdíl mezi měřeními před a po přechodu žhavých uhlíků nemůžeme považovat za statisticky signifikantní.

Tabulka 3: vyhodnocení dat - Škála sebehodnocení

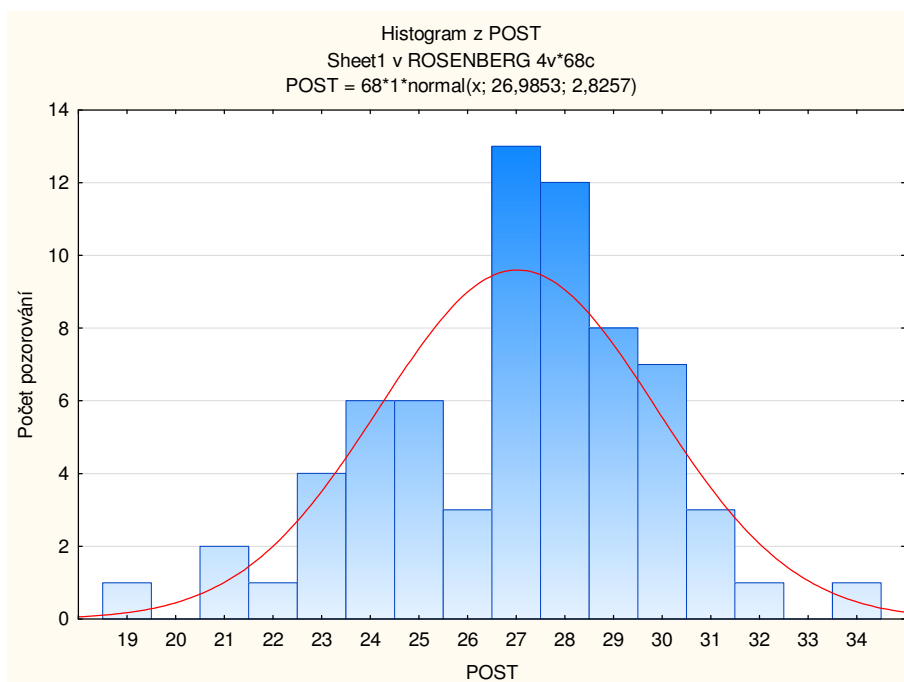
Proměnná	t-test pro závislé vzorky (List 1 v ROSENBERG)									
	Průměr	Sm. odch	N	Rozdíl	Sm.odch rozdílů	t	sv	p	Int. spolehl. -95,000%	Int. spolehl. +95,000%
PRE	26,45	3,02								
POST	26,98	2,82	68	-0,52	3,49	-1,25	67	0,21	-1,37	0,31

Opět přikládám histogramy, které ukazují, že výzkumný soubor byl normálního rozložení:

Graf 10: normální rozložení vybraného souboru - Pretest

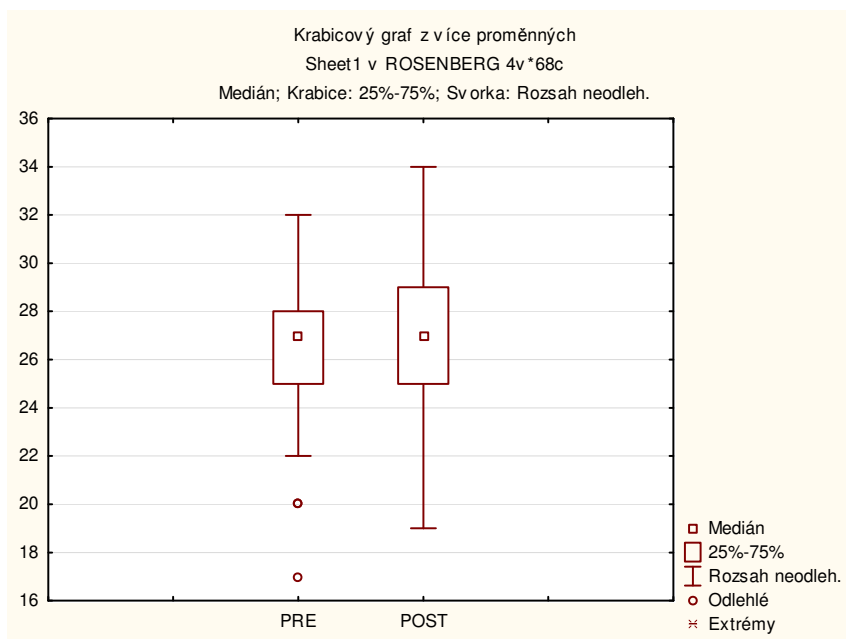


Graf 11: normální rozložení vybraného souboru – Posttest



A krabicový graf, který neukazuje na přílišnou změnu sebehodnocení po přechodu žhavých uhlíků:

Graf 12: posunu probandů na Škále sebehodnocení



11.4 Moje osobní zkušenost s firewalkingem

Pouze zpětně si nyní uvědomuji, že myšlenka projít tímto rituálem se ve mně rodila už mnohem dříve, než jsem vůbec předpokládala to, že by firewalking mohl být tématem mé bakalářské práce. Vědomé rozhodnutí přišlo však až v březnu 2014, kdy jsem již věděla, že chci firewalking nejen zkoumat, ale i vytvořit si svoji vlastní zkušenost.

Myslím si, že rozhodnutí projít iniciací, kterou firewalking představuje, v člověku uzrává velmi dlouho. Na rituálech je úžasné to, že pracují na mnoha rovinách, které ani zdaleka nemůže naše vědomá mysl uchopit. I já jsem tedy až přímo na akci, možná, že spíše až s delším odstupem začala pomalu chápat, co to pro mne vlastně znamenalo a jaká byla skutečná

motivace se k přechodu přihlásit. Výzkum, který by se zabýval více motivací účastníků a důvodem, proč se rozhodli firewalking vyhledat, by byl jistě velmi přínosný.

V půlce března 2014 jsem vyplnila online formulář, umístěný na internetových stránkách, jež jsou věnované firewalkingu, který slouží jako přihláška. Nutností pro jistou rezervaci místa bylo i zaplacení zálohy. Již při odesílání příslušné nevratné částky se člověk konfrontuje se svým strachem a znovu přemítá nad svým rozhodnutím. Lektori firewalkingu zastávají jednoduché obecné pravidlo, že přechodový rituál je uveden do chodu již v momentu uhrazení nevratné zálohy.

Program začínal v pátek 20. června 2014 odpoledne. Na místo dorazilo 20 účastníků včetně mne. Každé volné ruce se hodily při přípravě dřeva, stavbě teepee a organizace polní kuchyně.

Již v průběhu těchto prací docházelo k seznamování mezi účastníky. Jsem toho názoru, že energie skupiny je v těchto záležitostech velice významná a je třeba s ní pracovat. To se našemu lektorovi velmi dařilo. Oficiálním začátkem se stal kruh naší skupiny. Každý se představil a řekl o sobě pár vět. Už v tuto chvíli skupina začala vytvářet jedinečnou atmosféru pro rituál. Prvnímu večeru byla věnovaná meditace s účelem navázání vztahu s totemovým zvířetem. Náš průvodce rituálem využíval šamanský buben. Síla těchto nástrojů je obrovská. Po meditaci následovala možnost využití indiánské sauny. Všichni jsme šli celkem brzy spát. Ráno se vstávalo časně a vítali jsme nový den pomocí súfijského cvičení. Jedná se o cvičení, které je zaměřené do čtyř světových stran a kde se klade velký důraz na správné dýchání. Následovala snídaně, která byla, jako i další pokrmy, vegetariánská. Poté začala další fáze fyzických příprav dřeva, o kterou se starali zejména muži, a my ženy jsme se podílely na přípravě oběda. Ale ještě před obědem jsme prožili asi pro mě nejnáročnější aktivitu, a to jednu z forem tzv. dynamické meditace. Uvolňuje se při ní tělo a člověk by se měl dostat do stavu, kdy může prožívat jakousi katarzi. Je to velice důležitá část příprav na přechod, protože je nutné uvolnit fyzické tělo a psychické napětí.

Po obědě následoval program, ve kterém jsme se zabývali zpěvem manter a zkoušeli hrdelní zpěv. Zpívat v sepětí skupiny v kruhu je velmi posilujícím zážitkem. Následovala další dynamická meditace, při které je ideální se uvolnit do spontánního tance a dechu. V tu dobu už

jsme všichni moc dobře vnímali obrovskou hořící vatru, jelikož Oheň se zapaluje brzy. Je třeba, aby vznikly ty správné uhlíky.

Dalším bodem v přípravě bylo setkání se se svým strachem a jeho znázornění. Účastníci nejčastěji volili kresbu. Poté jsme v malých skupinkách povídali a svěřovali se s největšími životními strachy. Opět chci upozornit na obrovskou sílu toho, že ač se setkávají lidé, kteří se vidí poprvé v životě, vzniká mezi nimi velmi hluboký a mimořádný vztah. Alespoň po dobu rituálu.

Co se týče praktických instrukcí, které jsme dostali ohledně samotného přechodu, těch bylo minimum. Není třeba nic zvláštního než zhluboka dýchat a při přechodu hledět dopředu před sebe, nikoliv na nohy. K nácvičku sloužilo červené plátno rozložené na louce. Trénovali jsme dech a přímý pohled. To bylo pro mne celkem zajímavé, protože z různých fotografií firewalkingu by mohl vzniknout pocit, že se přecházející osoba nachází v transu. Není tomu tak, pohled musí být soustředěný přímo před sebe z důvodu ukotvení mysli.

Nadešel čas namalovat si svoji rituální masku. Člověk se proměňuje a strach jej v masce nepoznává. Stáváme se někým jiným a přece jsme to stále jen my sami. V tuto chvíli jsem velmi intenzivně pociťovala jakési kulturní propojení například s přírodními národy, které masky při svých rituálech využívají naprosto běžně. Pravda je taková, že je to velmi výrazný symbol, který má v rituálu zajisté své opodstatněné místo. S modrozlatými barvami na obličeji jsem cítila, že nadcházející okamžiky budou opravdu sváteční.

Zvláštní atmosféra nabírala na obrátkách. Ve mně samé se mísil strach s postupně přicházejícím hlubokým klidem. Účastníci projevovali svoji nervozitu různě. Někdo si pomáhal humorem, jiní spíše mlčeli a přemýšleli. V průběhu asi hodinového zpívání ochranné mantry jsme se však všichni nějakým způsobem uklidnili a byli více v kontaktu sami se sebou. Po dozpívání mantry jsme se v maskách a se šamanskými bubny pustili do divokého tance kolem ohně. Za zpěvu a bubnování se odehrávalo něco, co si představuji, že patří k životu přírodních národů. Oslava života a hlavně společná tvorba.

Náhle lektor vyzval účastníky ke ztišení a začal s velikou vážností a za absolutního ticha rozmísťovat na trávu koberec žhavých uhlíků. To v průběhu přechodu udělal několikrát, aby nedocházelo k obavám účastníků, že uhlíky stydnou a nejsou dostatečně žhavé. Lektor přešel

jako první a pak už byla řada na nás. Spontánně jsme začali bubnovat, a kdo pocítil, že přišla jeho chvíle, připravil se a vykročil. Téměř všichni přešli bez úhony. Už při posledním kroku se dostavoval pocit štěstí a naplněnosti, vědomí vlastní síly a vděčnosti k životu. Propojení s tou velikou tvořivou silou bylo obrovské. Lidé to popisují jako stav, kdy cítí nekonečnou podporu samotného Vesmíru. Někteří se rozhodli pokračovat v koncentraci a přešli ještě dvakrát, třikrát. To už je daleko náročnější, protože člověk ani při dalších pokusech nesmí zlehkovážnět, jinak mu oheň ihned ukáže svoji sílu. Ne všem se přechod úplně vydařil, někteří si uvědomovali své puchýře na chodidlech.

Po rituálním přechodu žhavých uhlíků následovala oslava života a sdílení radosti. Indiánská sauna a společný zpěv pomáhali očistit tělo, mysl i ducha. Ráno v neděli se vstávalo opět brzy na ranní cvičení a tanec. Dopoledne jsme ve společném kruhu nechali doběhnout některé procesy, sdíleli pocity a zážitky. Opět chci zdůraznit, jak mocný a důležitý je uzavřený kruh a společenství lidí, kteří ač se spolu neznají, mohou mít k sobě velmi blízko. Krásným rituálem nastalo po poledni a obědě rozloučení beze slov, pouze dotykem a pohledem do očí každý s každým. Uklidili jsme skautskou základnu, připravili nové dřevo a odjeli s pocitem naplnění domů.

Zajímavé byly postřehy a dojmy většiny účastníků, když popisovali to, že samotný přechod přes žhavé uhlíky byl něčím jako vyvrcholením rituálu, nicméně ne úplně tou nejdůležitější částí. Objevovalo se přirovnání, že přechod byl pouhou „třešničkou na dortu“ celého víkendu. Tato tvrzení pro mne byla velmi důležitým postřehem, protože rituál firewalkingu není pouze záležitostí samotného přechodu přes uhlíky, který může sám o sobě trvat pár vteřin. Velmi podstatnou roli hraje příprava, která je pro úspěšný přechod nezbytná i celkové uzavření a dokončení rituálu. I já osobně jsem patřila do skupiny, která spojovala své hlavní momenty rituálu například s blízkým setkáním a společnými okamžiky v kruhu spíše než se samotným přechodem.

Ještě chci věnovat pár slov mé úcty lidem, kteří jsou lektory firewalkingu a organizují akce tohoto typu. I když přes žhavé uhlíky samozřejmě přecházíme my sami, role člověka, řekněme novodobého šamana, který procesem provádí je naprosto zásadní. Zajišťuje rámec rituálu a hlavně bezpečí všech. A to nemám na mysli pouze bezpečí fyzické. Rituál nás často zavede do jiných světů a dobrý průvodce je podmínkou bezpečné cesty tam i zpět.

11.5 Testování hypotéz

V této kapitole jsou znovu shrnuty závěry studie. Celkem bylo stanoveno 7 hypotéz ve třech tematických oddílech. Výsledky každého testovaného fenoménu popisují zvlášť s příslušnými statistickými daty. Úvaze nad zjištěnými skutečnostmi je vyhrazena kapitola Diskuze.

11.5.1 Souhrn zamítnutí nebo přijetí nulové hypotézy o osobnostních charakteristikách

Tabulka 4: vyhodnocení dat - NEO FFI

	průměr	Populační průměr	směrodatná odch.	rozdíl	t	míra účinku	p-hodnota
Neuroticismus	16,93	20,53	8,34	-3,6	-4,27	-0,43	0,00
Extraverze	34,58	31,58	7,38	3,1	4,16	0,42	0,00
Otevřenost	33,18	27,67	5,62	5,51	9,71	0,98	0,00
Přívětivost	32,82	33,39	5,72	-0,56	-0,98	-0,1	0,33
Svědomitost	34,2	32,54	6,4	1,66	0,01	0,26	0,01

Hypotéza č. 1:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti neuroticismu.

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Neurotismu byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Hypotéza č. 2:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti extraverze.

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Extraverze byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Hypotéza č. 3:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti otevřenosti.

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Otevřenosti byl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Hypotéza č. 4:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti přívětivosti

Můžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Přívětivosti nebyl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

Hypotéza č. 5:

Mezi základním a výběrovým souborem není statisticky významný rozdíl v oblasti svědomitosti.

Nemůžeme přijmout nulovou hypotézu $H_0: \bar{x} = \mu$. V oblasti Svědomitosti nebyl výpočtem na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ prokázán statisticky významný rozdíl mezi výběrovým průměrem a průměrem základního souboru.

11.5.2 Výsledek porovnání změn rozdílu na Rosenbergově škále sebehodnocení před přechodem a po přechodu žhavých uhlíků

Hypotéza č. 6:

Úroveň sebehodnocení po přechodu žhavých uhlíků je u výběrového souboru statisticky vyšší než před přechodem žhavých uhlíků.

Tabulka 5: vyhodnocení dat - Škála sebehodnocení

Proměnná	t-test pro závislé vzorky (Sheet1 v ROSENBERG)									
	Označené rozdíly jsou významné na hladině. $p < ,05000$									
	Průměr	Sm. odch.	N	Rozdíl	Sm.odch. rozdílu	t	sv	p	Int. spolehl. -95,000%	Int. spolehl. +95,000%
PRE	26,46	3,03								
POST	26,99	2,83	68	-0,53	3,49	-1,25	67	0,22	-1,37	0,32

V této šesté hypotéze byl očekáván posun sebehodnocení. Naměřená hodnota p a její porovnání s kritickou hodnotou ukazují, že výsledek není signifikantní na zvolené hladině statistické významnosti 0.05.

Hodnota $p = 0,21554 > 0,05$

Hypotézu č. 6 zamítáme. Nebyl zjištěn signifikantní rozdíl v naměřené úrovni sebehodnocení před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků.

11.5.3 Výsledek porovnání změn rozdílů na Snyderově škále naděje před přechodem a po přechodu žhavých uhlíků

Hypotéza č. 7:

Úroveň naděje po přechodu žhavých uhlíků je u výběrového souboru statisticky vyšší než před přechodem žhavých uhlíků.

Tabulka 6: vyhodnocení dat - Škála naděje

Proměnná	t-test pro závislé vzorky (List1 v škála naděje data)									
	Označené rozdíly jsou významné na hladině $p < ,05000$									
	Průměr	Sm. odch.	N	Rozdíl	Sm.odch. rozdílu	t	Sv	p	Int. spolehl. -95,000%	Int. spolehl. +95,000%
PRE	48,53	8,25								
POST	51,87	6,83	71	-3,33	9,30	-3,02	70	0,00	-5,54	-1,13

Sedmá hypotéza předpokládala změnu úrovně naděje. V tomto případě je výsledek signifikantní na zvolené hladině statistické významnosti 0,05.

Hodnota p 0,003511 $<$ 0,05

Hypotézu č. 7 přijímáme. Byl zjištěn signifikantní rozdíl v naměřené úrovni naděje před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků.

12 Diskuze

Úvaha nad výsledky výzkumu vytvořeného nejen pro účely bakalářské studie mne přivádí k zamyšlení nad smyslem celé mé práce. Pro vysvětlení ještě uvedu, že díky spolupráci s lektory firewalkingu jsem se rozhodla, že mým záměrem je svoji práci poskytnout jim i širší veřejnosti. Myslím, že některé části by mohly být zajímavým čtením pro ty, kteří jsou „voláni“ si tímto rituálem též projít. Věřím, že mé úsilí má smysl a přesah do praktického života. Přiznávám svoji osobní angažovanost v celém projektu. Uvědomuji si případná rizika z toho vyplývající. Možná, že pro kvantitativní přístup v části výzkumu jsem se rozhodla záměrně kvůli mírným obavám z přílišné zainteresovanosti v celém procesu.

Cílem této bakalářská práce bylo najít odpovědi na otázky týkající se možného efektu firewalkingu na změny sebehodnocení a naděje. Výsledky se ukazují jako zajímavé a možná i mírně překvapující. Zejména nesignifikantní rozdíl na Rosenbergově škále sebehodnocení. Z mých osobních zážitků z rozhovorů s lidmi jednoznačně nějaký posun v sebehodnocení vyplývá. Statistická analýza však toto nepotvrdila. Naopak odpovědi na Snyderově škále naděje zaznamenaly po přechodu žhavých uhlíků veliký posun. Obě škály by přitom mezi sebou měly korelovat. To mě přivádí k mé osobní úvaze, která pochází z mé zkušenosti přechodu i pozorování. Pozorování totiž jasně ukazují na to, že lidé, kteří se subjektivně v rozhovorech hodnotí jako velice sebevědomí tj. mají vysoké sebehodnocení, v konečném výsledku mají s přechodem žhavých uhlíků problém. Domnívám se, že existuje sebehodnocení, které dokáže naměřit škála např. Rosenbergova, ale to ještě neznamena, že se jedná o tu skutečně hlubokou stabilní mírumilovnou sílu, která je důkladně prověřována právě při firewalkingu. Možná proto je firewalking stále oblíbenějším nástrojem osobního růstu: je totiž pravdivý. Oheň se těžko oklamává, dotazník lehce. Mohlo by se také zdát, že firewalking bude vyhledávaným právě lidmi, kteří si chtějí „něco dokázat“ a mají zkušenosti i s jinými adrenalinovými zážitky. Při firewalkingu je však zásadní stav uvolnění těla a jakýsi vnitřní klid a ponoření, které v adrenalinových sportech příliš nenacházíme.

Ještě bych se pozastavila nad svou další domněnkou, že mnoho účastníků firewalkingu na nějaké úrovni souzní s filozofií hnutí New Age, o které se zmiňuji v teoretické části. Podstatou New Age je můžeme říci jakési uvědomění si, že jako lidé jsme součástí něčeho většího, ať už

to nazýváme Bohem nebo Vesmírnou inteligencí. Může to tedy být i tak, že lidé, kteří přejdou žhavé uhlíky a prožijí si tuto „jednotu“ s obrovskou silou, která je v nás a zároveň je to ta samá síla, co tvoří život, přestanou sebehodnocení vnímat tak osobně a z pozice ega. Proto se může jevit pojem změna naděje, pod kterou rozumím i příklon k životnímu optimismu jako mnohem výstižnější pro popis toho, co se s účastníky odehrává. Mnohem častěji lidé po přejití uhlíků cítí spojení s obrovskou silou Stvoření, velikou radost a úctu než heroický pocit „Vládce světa“. Možná se to zdá jako jemná niance, ale prožitek výhry ega a moci je subjektivně obrovsky rozdílný od zmíněného stavu uvědomění si Velkého propojení. To, co New Age nazývá Velkým propojením, nepopírá osobní moc jedince, pouze je vyžadován soulad mezi jím a tím něčím Vyším.

Zúčastněné pozorování s sebou přineslo další poznatek. Jak shrnuji v popisu svého pozorování, účastníci opakovaně sdělovali svůj dojem, že samotný přechod přes uhlíky pro ně nebyl tak významným momentem jako další aktivity v průběhu celého víkendu. Velmi často se opakovalo, že nejhlubším zážitkem byly okamžiky opravdových setkání a zážitek propojenosti účastníků v kruhu. To přivádí k mnoha dalším otázkám. Například k tomu, jaká je role společenství, v němž se účastník po celou dobu přechodového rituálu nachází a jaké je postavení lektora, který celou akci zaštiťuje. To jsou další proměnné, které na rámeček celého rituálu mají jistě nesporný vliv.

Další otázka, na kterou tato práce odpovídá, se týká osobnostních charakteristik lidí, kteří se rozhodnout prožít přechodový rituál firewalkingu. Nezdá se být velikým překvapením, když NEO-FFI ukázal, že lidé, kteří se účastnili firewalkingu mají významně nižší míru Neuroticismu než základní soubor. To jen potvrzuje zkušenost, že firewalking vyhledávají spíše vyrovnaní a stabilní jedinci. Také by to mohlo vysvětlovat, proč nedošlo k významnému posunu sebehodnocení. Čím stabilnější jedinci totiž jsou, tím méně proměnlivá je změna sebehodnocení na základě vnější zkušenosti. Totéž bychom mohli však říci i o naději, která se však zvýšila významně.

Dalším nepřekvapujícím zjištěním je vyšší míra Extraverze. Rituál firewalkingu je významnou společenskou událostí a bytí s druhými lidmi je samozřejmé. Mimo jiné je to jistě i síla společenství, která dává rituálu tu správnou atmosféru a smysl.

Otevřenost vůči zkušenosti vyšla téměř o jednu směrodatnou odchylku vyšší než průměr základního souboru. Lze předpokládat, že akce podobného typu nevyhledávají jedinci uzavření a konformní.

Signifikantně vyšel i rozdíl mezi účastníky firewalkingu a základním souborem ve Svědomitosti. K tomu dokládám informaci, že není výjimkou velké množství vysoce postavených manažerů mezi účastníky firewalkingu a nejen ve světě, ale i v Čechách je mnoho korporací, které mají velký zájem o tyto zážitkové team-buildingové akce pro své pracovníky.

Téma firewalkingu vstupuje do popředí všeobecného zájmu a myslím, že je to tak přirozené. Moderní člověk má velikou touhu objevovat nové a vysvětlovat staré. Vysvětlování jevu nepopálených chodidel je přenecháno kvantovým fyzikům. Věřím, že brzy se objeví nějaká vědecky podložená teorie, která bude uspokojující. Pravdou zůstává, že možná ta trocha tajemství dodává celému rituálu ten specifický rozměr a některé věci je lépe prožít než jim rozumět. Každopádně firewalking si již získal své nové místo v naší moderní společnosti a zcela evidentně lidem něco významného přináší, což ukazuje na jeho stále vzrůstající popularitu.

13 Závěr

Z výzkumu, který srovnával osobní charakteristiku účastníků firewalkingu s osobní charakteristikou základního standardního souboru a který se dále věnoval srovnání rozdílů úrovně naděje a sebehodnocení před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků a popisu průběhu rituálu, vyplývá následující:

1. Použití testové metody NEO-FFI prokázalo statisticky významný rozdíl v osobnostní charakteristice respondentů tak, že na škále Neuroticismu dosahují probandi nižšího skóre a na škály Extraverze, Otevřenosti a Svědomitosti prokazují vyšší hodnoty v porovnání se základním standardním souborem. Na škále Přívětivosti není pozorován signifikantní rozdíl v naměřených hodnotách výzkumného souboru od souboru základního.
2. Získaná data za Snyderovy škály naděje ukázala statisticky významný rozdíl naměřených hodnot před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků.
3. Rosenbergova škála sebehodnocení poskytla údaje, ze kterých nemůžeme usuzovat o signifikantním rozdílu naměřených hodnot před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků.
4. Metodou zúčastněného pozorování jsem získala vlastní zkušenost s firewalkingem a popsala průběh celého rituálu. Z pozorování vyplývají některé další souvislosti a náměty pro další výzkum.

Souhrn

Bakalářská práce se věnuje tématu přechodového rituálu firewalkingu, tedy přechodu přes žhavé uhlíky a jeho efektu na změnu sebehodnocení a naděje účastníků. Teoretická část nabízí specifikaci firewalkingu, s ním spojené výzkumy a jeho uvedení do kontextu moderní doby. Dále se práce věnuje historickému pozadí daného fenoménu a čtenáře seznamuje též s pojmem přechodového rituálu. V dalších kapitolách jsou zmiňovány pojmy sebehodnocení a naděje a jejich teoretická ukotvení se současnými výzkumy. Empirická část práce se zaměřuje na porovnání osobnostní charakteristiky účastníků firewalkingu se základním standardním souborem. K tomuto účelu slouží osobnostní inventář NEO-FFI. Dále je zkoumán rozdíl naměřených hodnot na Rosenbergově škále sebehodnocení před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků a rozdíl úrovně naděje naměřené na Snyderově škále před přechodem a po přechodu žhavých uhlíků. V práci je použito smíšeného designu výzkumu, kdy vedle statistických metod je uvedena i osobní zkušenost s firewalkingem získaná metodou zúčastněného pozorování. Výzkumný soubor pro porovnávání osobnostních charakteristik tvořilo rovných 100 účastníků přechodového rituálu. Pro účely porovnávání rozdílů na škálách sebehodnocení a naděje byl použit soubor o velikosti 71 lidí. Data byla sesbírána prostřednictvím online testové baterie.

Ze studie vyplývá závěr, že u probandů došlo k navýšení úrovně jejich naděje po rituálním přechodu žhavých uhlíků. Toto se však neprokázalo na škále sebehodnocení. Z hlediska osobnostních charakteristik jsou lidé vyhledávající firewalking oproti základnímu standardnímu souboru méně neurotičtí, více extrovertní, svědomití a zejména otevření vůči zkušenosti. V případě přívětivosti nebyl zjištěn signifikantní rozdíl.

Prozatím nebylo na tomto poli provedeno mnoho výzkumů a je to zřejmě první práce svého druhu v České republice, nicméně jsem přesvědčena, že spolu se vzrůstající oblibou firewalkingu bude přibývat i vědeckých prací na toto téma.

Seznam použité literatury:

- 1) Bailey, T. C., Snyder, C. R. (2010). Satisfaction with life and hope: A look at age and marital status. *The Psychological Record*, 57(2), 5.
- 2) Bandura, A. (1999). Social Cognitive Theory of Personality. In New York: *The Guilford Press*, 185-241.
- 3) Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological Review*, 84(2), 191-214.
- 4) Blatný, M. (2000). *Sebepojetí v osobnostním kontextu*. Brno: Psychologický ústav AV ČR a Vydavatelství Masarykovy univerzity.
- 5) Blatný, M. at al. (2010). *Psychologie osobnosti, hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada
- 6) Blatný, M., Osecká, L. (1994). Rosenbergova škála sebehodnocení: struktura globálního vztahu k sobě. *Československá psychologie*, 38, 481 – 488
- 7) Bosson, J. K., Swann, W. B. (1999). Self-liking, self-competence, and the quest for self-verification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 1230-1241.
- 8) Bowie, F. (2008). *Antropologie náboženství*. Praha: Portál.
- 9) Carver, C. S., Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A Control theory approach to human behavior*. New York: Springer-Verlag.
- 10) Costa, P. T., McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and individual differences*, 13(6), 653-665.
- 11) Curry, E. C., Snyder, C. R., Cook, D. L., Ruby, B. C., Rehm, M. (1997). The role of hope in academic and sport achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*. 73, 1257- 1267.
- 12) Feldman, D. B., Rand, K. L., Kahle-Wroblewski, K. (2009). Hope and goal attainment: testing a basic prediction of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(4), 479-497.
- 13) Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do psychologického výzkumu*. Praha: Portál
- 14) Firewalking: Fighting fire with focus. (1993). *Psychology Today*, 26, 15. Získáno 21. listopadu 2014 z <http://search.proquest.com/docview/214461544?accountid=16730>

- 15) Flemming, J., S., Courtney, B., E. (1984). The dimensionality of self-esteem: hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 404 – 421
- 16) Franks, D. D., Marolla, J. (1976). Efficacious action and social approval as interacting dimensions of self-esteem: A tentative formulation through construct validation. *Sociometry*, 39, 324-341.
- 17) Gecas, V. (1971). Parental behavior and dimensions of adolescent self-evaluation. *Sociometry*, 34, 466-482.
- 18) Genep, A. V. (1996). *Přechodové rituály*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.
- 19) Gullahorn, J., E., Gullahorn, J., T. (1968). The utility of applying both Guttman and factor analysis to survey data. *Sonometry*, 31, 213 – 218
- 20) Harter, S. (1985). Competence as a dimension of self-evaluation: Toward a comprehensive model of self-worth. *The development of the self*. New York: Academic Press, s. 55-181
- 21) Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál
- 22) Hay, L. L. (1984). *Heal your body*. Hay House, Inc.
- 23) Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál
- 24) Hillig, J.A., Holroyd, J. (1997). Consciousness, attention, and hypnoidal effects during firewalking. *Imagination, Cognition, & Personality*, 17(2), 153-163.
- 25) Hřebíčková, M., Urbánek, T. (2001). *NEO pětifaktorový osobnostní inventář (podle NEO Five-Factor Inventory PT Costy a RR McCrae)*. Praha: Testcentrum.
- 26) Burkan, T. (nedat.). *Firewalking History*. Získáno dne 2. ledna 2015 z <http://tollyburkan.com/firewalkinghistory.htm>
- 27) Chang, E. C. (2003). A critical appraisal and extension of hope theory in middle-aged men and women. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22, 121-143.
- 28) Chang, E. C., DeSimone, S. L. (2001). The influence of hope on appraisals, coping and dysphoria: A test of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20, 117-129.
- 29) Chang, E. C., DeSimone, S. L. (2001). The influence of hope on appraisals, coping, and dysphoria: A test of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(2), 117-129.
- 30) Chang, E. C. (1998). Hope, problem-solving ability, and coping in college student population: Some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 54, 953-962.

- 31) Katz, R. (1982). *Boiling Energy: Community Healing Among the Kalahari Kung*. Cambridge: Harvard University Press.
- 32) Kelly, W. E. (2014). The relationship between nonpathological worry and narcissism: A path analytic study investigating the effects of self-esteem and anxiety. *Individual Differences Research*, 12(4-B), 209-218.
- 33) Kernis, M. H., Grannemann, B. D., Barclay, L. C. (1992). Stability of self-esteem : Assessment, correlates, and excuse making. *Journal of Personality*, 60, 621-644.
- 34) Kernis, M. H., Cornell, D. P., Chien-Ru, S. Berry, A. Harlow, T. (1993). There is more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1190-1204.
- 35) Kihlstrom, J. F., Cantor, N. (2000). Social intelligence. *Hand-book of intelligence*. Cambridge: Cambridge University Press, 359-379.
- 36) Konvalinka, I., Xygalatas, D., Bulbulia, J., Schjødt, U., Jegindø, E. M., Wallot, S., ... Roepstorff, A. (2011). Synchronized arousal between performers and related spectators in a fire-walking ritual. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(20), 8514-8519.
- 37) Kupka, M., Dostál, D., Malůš, M. (2014). *Technika omezené zevní stimulace: terapeutické a osobní růstové možnosti*. Osamělost mezi lidmi: V. ročník česko – slovenské konference o logoterapii. Univerzita Palackého: Olomouc
- 38) Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress. Appraisal, and coping*, 725.
- 39) Markus, H. (1977). Self-schemata and processing informatik about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- 40) Markus, H., Nuris, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, s. 953-969.
- 41) Markus, H., Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: Social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-269.
- 42) Marsh, H. W. (1993). Self-esteem stability and responses to the stability of self scale. *Journal of Research in Personality*, 27, 253-269.
- 43) McGuire, W. J., McGuire, C. V. (1981). The spontaneous self-concept as affected by personal distinctiveness.: *Self-concept. Advances in theory and research*. Cambridge: Ballinger Publishing Company, 147-171.
- 44) Mioviský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada Publishing.
- 45) Onwuegbuzie, A. J., Snyder, C. R. (2000). Relations between hope and graduate students' studying and test taking strategies. *Psychological Reports*, 86, 803-806.

- 46) Papica, J. (1985). Sebepojetí, jeho struktura a funkce. *Autoregulační mechanismy osobnosti*. Psychologické zprávy ČSAV, č. 4, 16-27.
- 47) Pavot, W., Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological assessment*, 5(2), 164.
- 48) Pigliasco, G. C. (2007). The Custodians of the Gift: Intangible Cultural Property and Commodification of the Fijian Firewalking Ceremony. PhD dissertation, University of Hawaii.
- 49) Post, L. V. D. (1958). *The lost world of the Kalahari*. New York.
- 50) Pyne, J. S. (1997). *World Fire: the culture of fire on Earth*. University of Washington Press.
- 51) Raiterová, E. (2009). *Základy statistiky pro studenty psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- 52) Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, N. J.: Princeton University Press
- 53) Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- 54) Rosenberg, M. (1982). Introduction. In M. Rosenberg-H. B. Kaplan (eds.): *Social psychology of the self-concept*. Arlington: Harlan Davidson, 1-11.
- 55) Shavelson, R. J., Hubner, J. J., Stanton, G. C. (1976). Self concept: validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, s. 407-441.
- 56) Shorey, H. S. (2003). Theories of intelligence, academic hope, and effort exerted after a failure experience. Master's Thesis, University of Kansas, Lawrence.
- 57) Silber, E. Tippett, J. S. (1965). Self – esteem: Clinical Assessment and Measurement Validation Monograph Supplement 4-V16. *Psychological reports*, 16(3c), 1017-1071.
- 58) Sky, M. (2011). *Dancing with the Fire. Why People Walk on Fire and What We've Learned*. Získáno 12. září 2014 z <http://www.dancingwiththefire.com/book.php>
- 59) Snyder, M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, s. 526- 537.
- 60) Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R. Holleran, S. A., Irving, L.M., Sigman, S.T., et al. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*. 60, 570-585.
- 61) Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there for here*. New York: Free Press.

- 62) Snyder, C. R. (1999). Hope, goal blocking thoughts, and test-related anxieties. *Psychological Reports*, 84, 206-208.
- 63) Snyder, C. R., (2000). Handbook of Hope. Theory, Measure, and Applications. *Academic Press*. California.
- 64) Snyder, C. R., Simpson, S. C., Michael, S. T., Cheavens, J. (2001). Optimism and hope constructs: Variants on a positive expectancy theme.
- 65) Snyder, C. R. (2002) Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13, 249-275.
- 66) Snyder, C. R., Parnateau, S., Shorey, H. S., Kahle, K. E. Berg, C. (2002). Hope as the underlying process in gestalt and other psychotherapy approaches. *International Gestalt Therapy Journal*. 25, 11-29.
- 67) Sofronk, J. (2014). Firewalking – přechodový rituál v současném světě pohledem aktérů. (Nepublikovaná bakalářská práce) Univerzita Karlova. Fakulta humanitních studií.
- 68) Sternfield, J. (1992). *Firewalk: The psychology of physical immunity*. Berkshire House.
- 69) Tafarodi, R. W., Swann, W. B. (1995). Self-liking and self competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65, 322- 342.
- 70) Tafarodi, R. W. (1998). Paradoxical self-esteem and selectivity in the processing of social information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1181- 1196.
- 71) Tafarodi, R. W., Vu, C. (1997). Two dimensional self-esteem and reactions to Access and failure. *Personality and Social Bulletin*, 23, 626-635.
- 72) Vilenskaya, L., Steffy, J. (1991). *Firewalking: A New Look at an Old Enigma*. Falls Village, Conn: The Bramble Company
- 73) Watkins, D., Dhawan, N. (1989). Do we need to distinguish the construct of self-concept and self-esteem? *Journal of Social Behavior and Personality*, 4, s. 555-562.
- 74) Weber, S. (1982). Sacred Flames. *Science Digest*
- 75) Wylie, R. C. (1974-1979). *The self-concept*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- 76) Xygalatas, D. (2011). Ethnography, Historiography, and the Making of History in the Tradition of the Anastenaria. *History and Anthropology*, 22(1), 57-74.

Seznam příloh:

Příloha č. 1: Seznam grafů a tabulek

Příloha č. 2: Formulář zadání diplomové práce

Příloha č. 3: Český abstrakt diplomové práce

Příloha č. 4: Anglický abstrakt diplomové práce

Seznam grafů a tabulek:

Graf č. 1: Nejvyšší dosažené vzdělání – škála Naděje a Sebehodnocení

Graf č. 2: Nejvyšší dosažené vzdělání – NEO-FFI

Graf č. 3: Zastoupení pohlaví – škále Naděje a Sebehodnocení

Graf č. 4: Zastoupení pohlaví – NEO-FFI

Graf č. 5: Věková pásma respondentů – škála Naděje a Sebehodnocení

Graf č. 6: Věková pásma respondentů – NEO-FFI

Graf č. 7: Normální rozložení vybraného souboru – škála Naděje Pretest

Graf č. 8: Normální rozložení vybraného souboru – škála Naděje Posttest

Graf č. 9: Krabicový graf posunu probandů – škála Naděje

Graf č. 10: Normální rozložení vybraného souboru – škála Sebehodnocení Pretest

Graf č. 11: Normální rozložení vybraného souboru – škála Sebehodnocení Posttest

Graf č. 12: Krabicový graf posunu probandů – škála Sebehodnocení

Tabulka č. 1: Porovnání výběrového souboru s normami NEO-FFI

Tabulka č. 2: Vyhodnocení dat – škála Naděje

Tabulka č. 3: Vyhodnocení dat – škála Sebehodnocení

Tabulka č. 4: Vyhodnocení dat – NEO-FFI

Tabulka č. 5: Vyhodnocení dat – škála Sebehodnocení

Tabulka č. 6: Vyhodnocení dat – škála Naděje

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2013/2014

Studijní program: Psychologie
Forma: Prezenční
Obor/komb.: Psychologie (PCH)

Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
VOJTOVÁ Zuzana	Kijevská 14, Svitavy	F12612

TÉMA ČESKY:

Vliv chůze po žhavých uhlících na sebeúctu a naději

NÁZEV ANGLICKY:

The Effect of Firewalking to Self-esteem and Hope

VEDOUcí PRÁCE:

Mgr. Martin Kupka, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

- 1) Rešerše a studium odborné literatury z oblasti firewalkingu
- 2) Formulace výzkumných hypotéz
- 3) Určení výzkumného vzorku
- 4) Příprava kvantitativních metod sběru dat
- 5) Realizace sběru dat dle vypracovaného výzkumného plánu za dodržení etických zásad psychologického výzkumu
- 6) Statistické zpracování výsledků
- 7) Sepsání teoretické části práce s ohledem na zásady citování odborných zdrojů a za využití nejnovějších poznatků
- 8) Kritická diskuse teoretických východisek, použitých metod a výsledků výzkumu

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Adams, D. (1991, Aug 19). FIREWALKING PROMOTED AS WAY TO 'CHANGE REALITY'. Sun Sentinel. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/389031524?accountid=16730>

Brave 'the ultimate' firewalking experience'. (2012, Oct 03). The Drogheda Independent. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/1095335398?accountid=16>

Danford, M. (1989). Firewalking and Religious Healing: The Anastenaria of Greece and the American Firewalking Movement. Princeton. Princeton University Press

Genep, A. van (1997). Přechodové rituály. Praha. Lidové noviny

Sky, M. (1989). Dancing with the Fire: Why People Walk on Fire and What We've Learned. United States. Lulu.com.

Sternfield, J. (1992). Firewalk: The Psychology of Physical Immunity. Berkshire House Publishers. Berkshire

Podpis studenta:

Datum:

Podpis vedoucího práce:

Datum:

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Vliv chůze po žhavých uhlících na sebeúctu a naději

Autor práce: Zuzana Vojtová

Vedoucí práce: Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

Počet stran a znaků: 66, 76 894

Počet příloh: 3

Počet titulů použité literatury: 76

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá možným efektem, který může mít prožití rituálu přechodu přes žhavé uhlíky na sebeúctu a naději účastníků. V první části je popsán kontext firewalkingu s naším moderním světem, historie tohoto tisíciletí starého rituálu a výzkumy, které byly na téma firewalkingu provedeny. Dále je rozebírána moderní podoba přechodu přes žhavé uhlíky z hlediska New Age hnutí a osobnostního rozvoje a význam přechodového rituálu v dnešní společnosti. Teoretická část se také zabývá sebeúctou a nadějí. Tyto pojmy jsou zde definovány a je zde snaha nalézat souvislosti mezi sebeúctou, nadějí a firewalkingem. Praktická část je věnována ověřování hypotéz, které se týkají rozdílů naměřených hodnot na škálách sebehodnocení a naděje před přechodem žhavých uhlíků a po přechodu žhavých uhlíků. Pro tyto účely použitými metodami jsou Rosenbergova škála sebehodnocení a Snyderova škála naděje. Na základě výsledků výzkumu můžeme tvrdit, že prožití rituálu firewalkingu může pozitivním způsobem ovlivňovat naději účastníků. Dále byly zjištěny pomocí NEO-FFI rozdíly mezi osobnostními charakteristikami lidí, kteří vyhledávají firewalking a základním souborem.

Klíčová slova: firewalking, chůze přes žhavé uhlíky, naděje, sebeúcta, sebehodnocení

ABSTRACT OF THESIS

Title: The Effect of Firewalking to Self- esteem and Hope

Author: Zuzana Vojtová

Supervisor: Mgr. Martin Kupka, Ph. D.

Number of pages and characters: 66, 76 894

Number of appendices: 3

Number of references: 76

Abstract: Bachelor thesis deals with the possible effect that may have the experiencing a rite of passage of firewalking on self-esteem and hope. The first part describes the context of firewalking in our modern world, the history of this millennium ancient ritual and new researches that have been conducted on the topic of firewalking. The theoretical part also deals with an introduction of Hope and Self-esteem. There are mentioned number of researches. Practical part is devoted to the testing of hypotheses concerning the differences between the measured values on scales of Self-esteem and Hope before and after firewalking and comparison of personality characteristics on sample and basic set. For these purpose Rosenberg's Self-esteem Scale and Snyder's Hope Scale and NEO-FFI were used. Based on the research results, we can claim that experience of firewalking ritual can positively influence participants' hope. Differences between personality traits of those who seek firewalking and basic set were also detected using NEO-FFI.

Key words: firewalking, self-esteem, hope