

Posudok na habilitačnú prácu
Mgr. Lucie Záhorcovej, PhD.

**Odpustenie ako psychologický fenomén:
Konceptualizácia a súvislosti s duševným zdravím,
medziľudskými vzťahmi a sebareguláciou**

Mgr. Lucia Záhorcová, PhD. predkladá habilitačnú prácu s názvom "**Odpustenie ako psychologický fenomén: Konceptualizácia a súvislosti s duševným zdravím, medziľudskými vzťahmi a sebareguláciou**" v odbore Psychológia na Filozofickej fakulte Trnavskej univerzity v Trnave.

V centre pozornosti autorky a jej habilitačnej práce je psychológia odpustenia ako multidimenzionálny intrapsychický proces, a to odpustenia v rôznych životných kontextoch. Ako to deklaruje autorka hneď v úvode, primárnym cieľom práce bolo prispieť k riešeniu problematiky odpustenia ako psychologického fenoménu v kontexte rodinných, manželských, partnerských vzťahoch, a čo je rovnako dôležité aj v kontexte odpustenia sebe samému využitím výskumných zistení viacerých slovenských a zahraničných odborníkov. Pochopiteľne dôraz kladie na vlastné autorské a spoluautorské výsledky výskumov kvantitatívneho aj kvalitatívneho dizajnu publikované v našich a zahraničných renomovaných odborných časopisoch.

Habilitačná práca je takto súborom dvanástich výskumných štúdií autorky vypracovaných v spolupráci so spoluautormi, v ktorých sa odpustenie rieši v interpersonálnej, intrapersonálnej, aj spirituálno-existenciálnej rovine s významným dopadom na duševné zdravie človeka.

Je všeobecne známe, že len v tomto storočí, konkrétne v roku 2005 až 52 členských štátov WHO - Európsky región podporilo Akčný plán pre duševné zdravie, čím deklarovalo podporu pozitívnemu duševnému zdraviu občanov. A následne v tom istom roku Európska komisia vypracovala materiál Green Paper/Zelená kniha (2005), určený na podnetenie diskusie o možnom európskom prístupe k duševnému zdraviu svojich občanov. V materiáli sa prezentuje súčasná situácia v duševnom zdraví občanov v štátoch EÚ, ktorá nie je dobrá (tretina dospelých Európanom má najmenej jeden druh duševného ochorenia, dominuje depresia a úzkostné poruchy, rastie stres, šikanovanie, mobbing a suicidálne pokusy dospelých aj mládeže) a hľadajú sa viaceré riešenia na efektívnu prevenciu a intervenciu v oblasti duševného zdravia. A odpustenie možno považovať za jedno z nich.

Preto takto koncipovanú habilitačnú prácu a jej ciele hodnotím vysoko pozitívne. Súhlasím s autorkou, že k účinnej prevencii duševného zdravia patrí aj odpúšťanie a odpustenie, ktoré, keď sa dlhodobo nezrealizuje, môže spôsobovať narušenie psychického a fyzického zdravia jedincov, ich zníženú práceschopnosť a výkonnosť, zvýšenú chorobnosť, a sekundárne môže ovplyvniť aj kvalitu ich života a psychologický wellbeing.

Celkove konštatujem, že habilitačná práca prináša mnoho dôležitých výsledkov pre vedu, výskum aj prax, a kladie zároveň viacero závažných metodologických otázok pre ďalšie skúmanie predmetnej problematiky v budúcich výskumných projektoch.

Formálna úroveň dizertácie

Predkladaná habilitačná práca má 291 strán včítane literatúry a člení sa do 6 kapitol s 2 až 4 podkapitolami (Konceptualizácia odpustenia, Odpustenie v kontexte smútenia a duševného zdravia

u rodičov po strate dieťaťa, Psychologické aspekty odpustenia vo vzťahoch, Odpustenie seba v kontexte sebaregulácie a osobnej záťaže, Psychometrické nástroje merania odpustenia : slovenská validácia 2 nástrojov EFI-30 a TRIM-18).

Autorka sa pre spracovanie problematiky oprela takmer o 400 prameňov psychologickej literatúry, z toho väčšina je zahraničných, mimo českých.

Odborná úroveň habilitačnej práce

Autorka v habilitačnej práci prináša veľa poznatkov získaných k procesu odpúšťania a odpustenia analýzou výskumných zistení z mnohých štúdií.

V prvej kapitole habilitačnej práce autorka konceptualizuje odpustenie na základe kvalitatívnych analýz odborníkov aj laikov, a zdôrazňuje, že pri odpustení ide o proces pozostávajúci z viacerých fáz končiacich zmenou postoja. Práve odborníci podčiarkujú pri práci s klientmi pri odpúšťaní dôraz na prácu s emóciami a s rozvíjaním empatie a súcitu.

V druhej kapitole práce autorka sleduje odpustenie v kontexte smútenia a duševného zdravia u rodičov po strate dieťaťa, a to vo viacerých štúdiách a hovorí v tomto prípade o veľmi komplikovanom a pretrvávajúcom smútení. Tu najvýznamnejšiu úlohu zohráva odpustenie sebe samému, čo má za následok zlepšenie duševného zdravia.

Tretia kapitola je zameraná na odpustenie v partnerských a rodinných vzťahoch. Výskumné zistenia v publikovaných štúdiách potvrdzujú, ako autorka poznamenáva, že odpustenie rodičom a partnerom podporuje komunikáciu a vzťahovú spokojnosť, kľúčovú rolu tu hrá empatia a uvedomovanie si svojich silných stránok a limitov. Dokonca, ako ďalej zdôrazňuje, odpustenie rodičom následne umožňuje vytvoriť si aj zdravší partnerský vzťah.

Štvrtá kapitola práce sa sústreďuje na odpustenie seba samému. Autorka v oboch svojich štúdiách potvrdila význam odpustenia seba ako jedného z kľúčových psychologických mechanizmov pre adaptáciu v rôznych záťažových situáciách.

Oceňujem, že autorka prináša v 5.kapitole habilitačnej práci aj výsledky adaptácie a psychomerického overenia dvoch základných meracích nástrojov v oblasti odpustenia – EFI-30 Enright Forgiveness Inventory a TRIM-18 Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory, keďže, ako je známe, na Slovensku nemáme vhodné metódy na meranie tohto psychologického fenoménu.

Výsledky výskumu umožnili autorke práce konštatovať, že tieto nástroje merania majú veľmi dobré psychometrické vlastnosti a že odpustenie vystupuje, ako potvrdila faktorová analýza, ako jednotný konštrukt. Obe metódy sa ukázali byť cennými nástrojmi merania odpustenia, vzájomne sa dopĺňajú a sú vhodné na výskumné aj praktické využitie, najmä v poradenskej a psychoterapeutickej praxi.

Otázky do diskusie

1/Kde autorka vidí možnosti multidisciplinárnej spolupráce pri riešení otázky odpustenia v kontexte duševného zdravia?

2/Keďže autorka na s. 55 zdôrazňuje potrebu začleniť proces odpustenia do preventívnych programov, kladiem otázku: „Ako by mohol byť obsahovo koncipovaný a štruktúrovaný preventívny program odpustenia u generácie Alfa v školách?

Záver

Starostlivé preštudovanie, posúdenie a zhodnotenie habilitačnej práce Mgr. Lucie Záhorcovej, PhD. "**Odpustenie ako psychologický fenomén: Konceptualizácia a súvislosti s duševným zdravím, medzifudskými vzťahmi a sebareguláciou**" ma vedie k týmto záverom:

Habilitačná práca:

- nadväzuje na práce zahraničných aj slovenských odborníkov zaoberajúcich sa predmetnou problematikou a obohacuje slovenskú psychológiu o nové aspekty a nové rozmery
- obsahuje autorkine tvorivé poznatky a skúsenosti v danej oblasti, ktoré potvrdzujú jej teoreticko-metodologickú ako aj odbornou-praktickú spôsobilosť v odbore
- má výraznú vedecko-výskumnú, ale aj aplikačnú hodnotu.

Konštatujem, že uchádzačka o titul „docenta“ má na svojom konte celý rad výskumných projektov – a to zahraničných aj domácich a jej aktivity na tomto medzinárodnom poli psychológie sú významné a intenzívne. Autorka publikovala mnoho odborných prác, ktoré majú nesporný prínos pre slovenskú psychológiu, a ktoré by mohli v blízkej budúcnosti vyústiť do monografie, napr. s názvom „Odpustenie v kontexte duševného zdravia“

Konštatujem, že Mgr. Lucia Záhorcová, PhD. smeruje k zrelej vedeckej a pedagogickej osobnosti s vynikajúcim renomé doma i v zahraničí a spĺňa požadované kritéria na získanie vedecko-pedagogického titulu „docent“ na Filozofickej fakulte Trnavskej univerzity v Trnave.

Odporúčam, aby bol Mgr. Lucie Záhorcovej, PhD.

po úspešnom habilitačnom konaní

a splnení všetkých vysokoškolskou legislatívou predpísaných podmienok udelený akademický titul docent v študijnom odbore Psychológia.

V Bratislave, 16.2.2026

Prof. PhDr. Eva Gajdošová, PhD.
oponent