

3 KVALITA ŽIVOTA

3.1 Vymedzenie základných pojmov kvality života

Pojem kvalita života sa začína v spoločenských vedách používať v 2. polovici 20. storočia. Za prvého autora, ktorý použil v roku 1958 pojem kvalita života, sa považuje americký ekonóm a sociológ J. K. Galbraith (Tokárová a kol., 2002). V Európe pojem kvalita života má svoj pôvod v teoreticko-pojmovom vyjadrení humanistických iniciatív Rímskeho klubu, ktorý bol založený v roku 1968 a ako nevládna organizácia bol registrovaný vo Švajčiarsku. Pre aktivity Rímskeho klubu je charakteristické, že sa vyznačovali programovaním zvýšenia životnej úrovne ľudí a ich kvality života v kontexte skúmania a riešenia globálnych problémov v snahe o záchranu životného prostredia. Od založenia Rímskeho klubu sa začína používať termín kvalita života v rôznych spoločenských vedách (Halečka, 2001).

3.1.1 Vymedzenie pojmu kvalita vo vzťahu ku kvalite života

Kvalita života (Quality of Life – QoL) sa popisuje v širokom spektre rôznych spoločenských vied. Odhliadnuc od veľkého počtu uvádzaných charakteristík venujeme priestor vymedzeniu samotnému pojmu kvalita vo vzťahu ku kvalite života. V latinčine pojem kvalita znamená nielen akosť, ale aj vlastnosť, ba aj hodnotu. Hodnoty majú nezastupiteľnú formačnú úlohu v živote každého človeka a radia sa k základným aspektom kvality života (Kováč a kol., 2006). Aj podľa Kováča (2004) je slovo kvalita odvodené od latinského základu „qualitas“ – kvalita – či „qualis“ – aký? Kvalita teda znamená akosť, hodnotu (všeobecne napr. dobrá až prvotriedna alebo naopak zlá hodnota), t.j. charakteristická črta, ktorou sa daný jav odlišuje ako celok od iného celku, napr. kvalita života jedného človeka od kvality života druhého človeka. Švehlíková, Heretik (2008) uvádzajú, že spojením slov kvalita a život by sa na základe uvedeného mala kvalita života označovať ako akosť jestvovania, bytia, či jednotlivých prejavov živej bytosti, pričom, ak uvažujeme o tejto akosti/kvalite, uvažujeme o ich odlišnosti, poprípade charakteristickej vlastnosti, ktorá ich odlišuje od iných javov.

Podľa Veenhovenena (2000) kvalita sa chápe ako relatívny pojem, vyjadruje sa kvalitatívnymi a kvantitatívnymi indikátormi. Kvalitatívne vychádzajú z hodnotového systému toho, kto ju posudzuje a kvantitatívne sú objektívne a merateľné ukazovatele kvality.

Pokiaľ chceme vymedziť, na aký druh hodnotenia je kvalita zameraná, musíme určiť jeho predmet a zároveň normu, s ktorou je predmet porovnávaný. V prípade kvality života je cieľom a predmetom hodnotenia sám život (Gurková, 2011).

3.1.2 Vymedzenie pojmu kvalita života

Doposiaľ neexistuje úplná zhoda na definíciu kvality života, hoci existuje významná zhoda odborníkov v tom, že zahrňuje pri pocite zdravia aj psychickú a sociálnu kvalitu života (Derzsiová, 2010). Kvalitu života výstižne definuje Ondrejko (2003) „*ako celkovú spokojnosť so životom a všeobecný pocit osobnej pohody, duševnej harmónie, životnej spokojnosti. Kvalita života je mnohorozmerná, má svoje aspekty biologické, filozofické, sociologické, psychologické, ekonomické i politické. Súvisí s integritou a vyspelosťou osobnosti, vzdelaním a inteligenciou, s otázkami zdravia, hodnotového systému jednotlivca a spoločnosti*“ (Liba, 2010 s. 14).

Kvalitu života možno chápať ako stupeň, v ktorom prežívanie života uspokojuje individuálne psychologické a fyzické prania a hodnoty jednotlivca. V kvalite života sa premieta úroveň osobnej pohody, schopnosti ovplyvňovať vývoj vlastného života a schopnosť uspokojovať svoje individuálne potreby (Kebza, 2005). Pre kvalitu života súčasného človeka nestačí uspokojiť len jeho primárne potreby. V jej pozadí stojí množstvo determinantov, ktoré dospelý človek je schopný ovplyvniť vlastnými silami. Do hry vstupujú aj individuálne psychologické danosti jedinca, ako sú jeho osobnostné vlastnosti, schopnosti, kognitívne procesy, sociálna akceptácia, sebarealizácia, tvorivosť a zdravie, ako aj ekonomická a environmentálna oblasť, teda všetky aspekty a okolnosti, ktoré každodenne ovplyvňujú život človeka (Kováč a kol., 2006). Z uvedeného vyplýva, že problematika kvality života má široký rozmer, a preto sa chápe ako multidimenzionálny konštrukt alebo ako mnohorozmerný pojem, ktorý podľa (Ondrejku, a kol., 2000) pozostáva z piatich základných oblastí charakterizovaných subjektívnymi a objektívnymi parametrami:

1. Fyzický stav.
2. Psychický stav.
3. Funkčný stav umožňujúci adaptáciu na fyzickú a psychickú záťaž.
4. Oblasť sociálnych vzťahov, ktorá je definovaná schopnosťou jedinca zaradiť sa do širšieho spoločenstva života.
5. Ekonomicko-finančná oblasť.

3.2 Dimenzie kvality života

Mnohé štúdie, ktoré sa zaoberajú konceptom kvality života, ju vymedzujú v rámci jej dimenzie v dvoch základných rovinách a to subjektívnej a objektívnej. V tejto súvislosti Vymětal (2003) objektívnu a subjektívnu dimenziu kvality života považuje za základné prístupy ku kvalite života a vymedzil ich nasledovne:

1. Objektívna dimenzia kvality života sleduje materiálne zabezpečenie, sociálne podmienky života, sociálny status a fyzické zdravie. Vymedzuje sa ako súhrn ekonomických, sociálnych, zdravotných a environmentálnych podmienok prostredia, ktoré ovplyvňujú život človeka. Hodnotenie objektívnej kvality života je možné vidieť ako mieru, v ktorej jedinec využíva možnosti svojho života.
2. Subjektívna dimenzia kvality života sa týka všeobecnej spokojnosti so životom, ako jedinec vníma svoje postavenie v spoločnosti v kontexte kultúry a hodnotového systému. Výsledná spokojnosť so životom je závislá na jeho osobných cieľoch, očakávaniach a záujmoch (Jandásková, 2009).

Premetom subjektívnej dimenzie kvality života sa zaoberali aj Levin a Chatters (1988). Vo svojej práci uvádzajú jej štyri komponenty: sebaúctu (self-esteem), osobné zvládanie (personal control, mastery) životných situácií, sebauplatnenie (self-efficacy) vo všetkých dôležitých oblastiach života a psychickú osobnú pohodu, ktorá je odrazom prežívaných pocitov pozitívnej a negatívnej efektivity, životnej spokojnosti, šťastia, nálady a zhodou medzi očakávaniami a dosiahnutými cieľmi (Kebza, 2005).

3.3 Potreby a kvalita života

Vo všeobecnosti možno potrebu označiť ako niečo, čo je potrebné, užitočné a nevyhnutné pre kvalitu života s rôznou mierou naliehavosti, poukazuje na optimálne fungovanie jednotlivca ako celku (Derňarová, Rybárová 2008). Každodenné uspokojovanie primárnych potrieb je pre kvalitu života súčasného človeka nevyhnutné, ale nepostačujúce. Spokojnosť so životom sa dosahuje uspokojovaním rôznych potrieb, ktoré majú pre človeka rôznu hodnotu a dospelý človek je schopný ich ovplyvniť vlastnými silami (Kováč a kol., 2006). Podľa Bubáka (2004) je hodnota vlastnosť vzťahu skutočnosti k našim potrebám. Skutočnosť z hľadiska toho, či môže uspokojovať a hlavne v akej miere a kvalite uspokojuje naše potreby. Hodnoty označil ako motívy uspokojovania potrieb, pričom poukazuje na to, že sú časovo premenlivé a významne ovplyvňujú kvalitu života (Bubák, 2004).

Takto ponímaná kvalita života je porovnateľná s Maslowovou teóriou potrieb všeobecne známou a akceptovanou. Svoju teóriu autor postavil na hierarchickom a motivačnom základe, pričom tieto potreby sú individuálne a ich dôležitosť je pre každého jednotlivca odlišne odstupňovaná. Základom teórie sú fyziologické a psychologické potreby, ktoré podľa ich významu súvisia s prežitím. Podľa Maslowa uspokojovanie potrieb na nižšej úrovni je motivačným prvkom k uspokojovaniu potrieb na vyššiu úroveň. Základnú hierarchiu tvoria potreby: fyziologické, bezpečie a istota, láska a pocit príslušnosti, sebaúcta, sebarealizácia. Vrcholom je realizácia vlastnej individuality, svojich schopností, naplňovania cieľov a zámerov, čo úzko súvisí s kvalitou života (Farkašová a kol., 2005).

Maslow neskôr predložil aj komplex motívov vyjadrených v pojme Metapotreby a označil ich ako vývinovo najvyššie potreby, ktoré sú menej dôležité pre prežitie. Tento systém vyjadril pojmom sebaaktualizácia. Vyjadruje túžbu človeka po dokonalosti, osobnom raste a duchovnej pohode. Maslow verí, že by sme mali skúmať a rozvíjať vrcholové zážitky (krátke a zriedkavé momenty inšpirácie, extázy, uvoľnenia tvorivej energie) ako cestu k dosahovaniu osobného rastu a naplnenia. Jednotlivci s najväčšími predpokladmi k dosahovaniu vrcholových zážitkov sú sebaaktualizovaní, zrelí, zdraví a sebanaplnení, čím dosahujú vyššiu kvalitu života (Hanzlíková, 2002).

Hierarchické uspokojovanie potrieb je možné vidieť aj v rámci rozvoja životnej úrovne jednotlivých spoločností. Americký psychológ a sociológ Sirgy v roku 1986 vo svojej práci poukazuje na fakt, že jednotlivci žijúci v rozvinutých krajinách túžia a snažia sa viac o uspokojovanie potrieb na vyššej úrovni, ako sú napr. sebarealizácia a sebaaktualizácia. Naproti tomu v menej rozvinutých krajinách je prioritou uspokojovanie primárnych potrieb a potreba istoty a bezpečia. Kvalitu života definuje v rámci hierarchickej úrovne uspokojenia potrieb väčšiny členov danej spoločnosti, čím vyšší je stupeň uspokojených potrieb, tým vyššia je úroveň kvality života danej spoločnosti (Sirgy, 1986).

3.4 Metódy merania kvality života

Za podstatné znaky kvality života sa považuje komplexnosť, subjektivita a merateľnosť. V tomto poňatí je teda kvalita života metodologickým konštruktom, ktorý prevádza subjektívne a kvalitatívne vlastnosti do podoby merateľnej. Začiatky výskumu kvality života sa sústredili na ľudí chronicky chorých a handicapovaných vzhľadom k tomu, že samotná symptomatológia ako aj liečba v mnohých prípadoch negatívne ovplyvňujú kvalitu života pacienta ako aj život jeho rodiny.

V súčasnosti existuje veľa metód na meranie kvality života od rôznych autorov, predkladáme ich rozdelenie podľa Křivohlavého (2002), ktorý ich výstižne rozdelil na tri základné skupiny:

1. Metódy merania kvality života, keď kvalitu života hodnotí druhá osoba.
2. Metódy merania kvality života, keď kvalitu života hodnotí daná osoba sama.
3. Metódy merania kvality života – zmiešané, ktoré vznikli kombináciou I. a II. typu (Křivohlavý, 2002, s. 165).