

RYSZARD KLAMUT
Lublin

POTRZEBA SENSU ŻYCIA A OBRAZ SIEBIE*

I. POTRZEBA SENSU ŻYCIA

Człowiek już od najdawniejszych czasów zadawał sobie pytanie o swoje miejsce w świecie – kim jest i dokąd zmierza. Na to pytanie dawała odpowiedź filozofia i teologia, zwracając uwagę na różne cechy i własności ludzkiego bytu. Psychologia egzystencjalna przyczyniła się do tego, że problematyka sensu życia pojawiła się również w psychologii. Aktualnie sens życia jest przedmiotem wielu badań psychologicznych.

Autorem, który ma duże zasługi w określeniu wagi problematyki sensu życia dla prawidłowego funkcjonowania i rozwoju człowieka, jest Viktor Emil Frankl. Nowością w koncepcji Frankla jest dostrzeżenie i wyakcentowanie specyficznie ludzkiego wymiaru, jakim jest duchowość (noetyczność), oraz faktu, że za działanie i rozwój człowieka odpowiedzialna jest nie tyle dynamika psychiczna – oparta na homeostatycznym zaspokajaniu potrzeb – ile noodynamika, związana bezpośrednio z dążeniem człowieka do realizacji wartości i osiągnięcia celów dających poczucie sensu życia (Wolicki, 1986, s. 30).

Sens życia jest pojęciem filozoficznym. Dlatego niezbędne jest zoperacjonalizowanie jego znaczenia. Mówiąc o sensie egzystencji konkretnej osoby, istotne wydaje się odróżnienie jego dwóch aspektów: *statycznego* i *dynamicznego*.

Pierwszy aspekt można określić jako stan psychiczny pojawiający się w wyniku prawidłowo realizowanej noodynamiki, nazywany *poczuciem sensu życia*. Poczucia sensu życia nie można odnosić do egzystencji jako życia

* Artykuł powstał na bazie pracy magisterskiej, pisanej na seminarium z psychologii społecznej pod kierunkiem ks. prof. Władysława Prężyny.

w ogóle; jest to stan podmiotu, konkretnej osoby ludzkiej, wyrażający się dobrym samopoczuciem, zadowoleniem, związanym z pozytywną oceną działań i realizacją właściwych celów. By mogło zaistnieć, „muszą być spełnione [określone – R. K.] warunki wewnętrzne – podmiotowe, jak i przedmiotowe (przynajmniej do pewnego stopnia)” (Popielski, 1993, s. 46). Poczucie sensu życia nie może być raz osiągnięte. Podobnie jak np. szczęście czy samoaktualizacja jest skutkiem właściwego rozwoju jednostki. Wiąże się z nastawieniem człowieka na sens i wartości oraz z aktywnością w podejmowaniu i realizowaniu stawianych celów. Można więc określić poziom doświadczanego poczucia sensu życia. Jest on związany z:

a) wyborem określonych wartości (im wartość bardziej egzystencjalnie ważna – bliższa wartości bezwzględnej – tym poziom poczucia sensu życia wyższy);

b) zaangażowaniem w realizację wybranych przez jednostkę wartości (im jest mocniejsze, tym poziom poczucia sensu jest wyższy);

c) podejmowaniem nowych celów (z czasem stan osiągniętego poczucia sensu życia – będąc wynikiem określonego działania, osiągnięcia określonego celu – przy braku kolejnych działań maleje).

Obniżający się poziom poczucia sensu życia jest podstawą intensywniejszego ujawniania się dynamicznego aspektu sensu życia. W tym znaczeniu poczucie sensu życia może być czynnikiem motywującym (por. Popielski, 1993, s. 202).

Drugi aspekt sensu życia, *aspekt dynamiczny*, wynika z faktu pierwotnego nastawienia człowieka na sens i wartości. Prezentowany artykuł koncentruje się wokół dynamicznego aspektu sensu życia, który Frankl nazwał „dążeniem do sensu” czy też „wolą sensu” (Frankl, 1979; 1982). Określając wolę sensu jako podstawową siłę motywującą człowieka do działania, często podkreśla jej znaczenie w dynamice osobowości (por. Frankl, 1978; 1978a; 1979; 1982; 1984). Pokazuje, że jest ona bezpośrednio związana z otwarciem się człowieka na sens. „Byt ludzki jest zawsze bytem skierowanym ku sensowi, choćby go prawie nie znał. Mamy tu coś takiego, jak przedwiedza o sensie, a przeczucie sensu leży u podstaw woli sensu” (Frankl, 1978a, s. 80).

Wola sensu, ta jedynie ludzka właściwość, wiąże się bezpośrednio z typowo ludzką cechą, jaką jest autotranscendencja, definiowaną jako skierowanie bytu ludzkiego ku czemuś, co znajduje się poza nim samym. Ku czemuś, co jest różne od niego: ku jakiejś wartości do osiągnięcia lub osoby, którą można spotkać. Wola sensu natomiast ukierunkowuje i dynamizuje ludzką aktyw-

ność w realizacji podjętego wyboru. Można więc określić ją mianem potrzeby, a dokładniej – potrzeby rozwoju.

Sam Frankl unika tego terminu, by podkreślić fakt, że wola sensu nie ma charakteru biologicznego i nie sprowadza się do redukcji napięcia. Potrzeba jest jednak różnie definiowana. Allport (1988) i Maslow (1990) rozróżniają dwa rodzaje potrzeb: potrzeby braku oraz potrzeby rozwoju.

Potrzeby braku nastawione są na redukcję napięcia i przywrócenie równowagi. Potrzeby rozwoju natomiast „podtrzymują napięcie w interesie odległych i często nieosiągalnych celów” (Allport, 1988, s. 58). Różnicą między tymi rodzajami potrzeb jest nie aktywacja pojawiającej się energii w konkretnej sytuacji niedosytu, ale możliwość ich zaspokojenia. Potrzebę braku można zaspokoić, potrzebę wzrostu – nie. Może to być związane z przedmiotem potrzeby: potrzeby braku są nastawione na wartości niższe, których osiągnięcie jest możliwe, natomiast potrzeby wzrostu są nastawione na wartości wyższe, niemożliwe do osiągnięcia w pełni, stanowiące postać ideału. Według Allporta (1988, s. 58) to ideały są „motorem kształtowania się osobowości”. W teorii Frankla celami, na które jest nastawiona osoba, są wartości i sens, a podstawą ich realizacji, podstawową potrzebą rozwoju, jest właśnie wola sensu. Ona bowiem jest dynamicznym ukierunkowaniem na coś, co jest poza (ponad) samym organizmem – na wartości związane z twórczym działaniem, z doświadczaniem i przeżywaniem rzeczywistości lub z zajmowaniem postawy, zwłaszcza w sytuacjach trudnych (np. znoszenie cierpienia) (por. Frankl, 1978a, s. 95).

Na dynamikę osobowości wpływają dwa główne czynniki: potrzeby i wartości. W potrzebie sensu życia zbiegają się oba wyróżnione czynniki motywacyjne. Stanowią swoje dopełnienie, ponieważ wartość, będąc przedmiotem tej potrzeby, musi zaistnieć, by doszło do zaspokojenia potrzeby. Bez siły popychającej do działania wartość nigdy nie zostałaby osiągnięta. Realizacja tej potrzeby nie jest łatwa. Związana z nieustannym znoszeniem napięcia noodynamiki, poziomem rozwoju psycho-fizycznego, często przeciwstawianiem się naciskom społecznym, trudnością w rozpoznawaniu własnej drogi życia oraz trudnością w wyborze i byciu wiernym wybranym przez siebie wartościom. Dlatego mogą pojawiać się trudności lub brak realizacji tej podstawowej ludzkiej potrzeby. Wówczas napięcie powstałe w wyniku frustracji woli sensu jest tak duże, że człowiek nie umiejąc go rozładować w sposób przyczyniający się do rozwoju osobowego, próbuje neurotycznych sposobów wyjścia z zaistniałej sytuacji. W konsekwencji może pojawiać się pustka, nuda, ucie-

czka w nałogi, dążenie do osiągnięcia przyjemności lub znaczenia wśród innych ludzi (Frankl, 1978).

Pozytywna realizacja potrzeby sensu życia jest bezpośrednio związana z zaangażowaniem w podjęte przez jednostkę działanie. Zaangażowanie zawsze łączy się z rozpoznaniem znaczenia celu. Frankl niejednokrotnie wskazuje, że mocne pragnienie osiągnięcia określonego celu pozwala pokonać wiele przeszkód, a silna wiara w wartość obranego celu daje siłę w przeżywaniu różnych kryzysów (por. 1978; 1984).

W niniejszym artykule autor podjął się próby zbadania związku pomiędzy potrzebą sensu życia a obrazem siebie, jaki ludzie mają. Rozwój człowieka zależy bowiem w dużej mierze od tego, jak człowiek ocenia siebie, co chce osiągnąć, jak ocenia się realnie i jaki jest idealny obraz siebie. Potrzeba sensu życia może być właściwie realizowana wtedy, gdy osoba jest otwarta na siebie i na świat, jest zdolna rozpoznać i realizować wartości obiektywne, egzystencjalnie ważne. Każde więc izolowanie się, koncentrowanie na sobie wiąże się z niezrealizowaną potrzebą sensu życia. Obraz siebie daje z jednej strony osobowościowe możliwości zaspokajania omawianej potrzeby, z drugiej strony potrzeba ta ze swej natury jest elementem bardziej podstawowym i wcześniejszym w rozwoju od obrazu siebie (por. Prężyna, 1981, s. 37; Popielski, 1993, s. 210). Jej sposób realizacji wpływa więc na kształtowanie się obrazu siebie.

II. ZWIĄZEK POTRZEBY SENSU ŻYCIA Z OBRAZEM SIEBIE

„Obraz siebie” ma bogatą bibliografię i jest pojęciem już dosyć dobrze opisanym tak teoretycznie, jak i empirycznie. W niniejszej pracy do opisu obrazu siebie została przyjęta definicja podana przez Combsa i Snygga. Obraz siebie „jest organizacją tych wszystkich właściwości, które jednostka nazywa swoimi lub sobą” (cyt. za: Bielecki, Nowicki, 1991, s. 69). Koziński (1986) wskazuje na trzy podstawowe elementy składające się na całość obrazu, jaki jednostka tworzy na swój temat. Są to:

1. Element opisowy – dotyczy wiedzy o sobie samym: jakie cechy fizyczne, możliwości, cechy psychiczne, zdolności itp. ma jednostka. Jest to charakterystyka osoby (samoopis).

2. Element wartościujący (samoocena) jest związany z oceną własnych cech i działań. Dotyczy specyficznych cech człowieka. W zależności od dojrzałości można mówić o samoocenie: a) stabilnej – stałej, mocno ugruntowa-

nej; b) niestabilnej – zmiennej, zależnej od sytuacji zewnętrznej. Samoocena stabilna natomiast może być adekwatna lub nieadekwatna. Samoocena adekwatna jest podstawą rozwoju i zdrowia psychicznego (Niebrzydowski, 1976, s. 44-50)¹.

3. Element normatywny – łączy się z wytworzonym ideałem własnej osoby i chęcią jego realizacji. Związany jest z pragnieniami, aspiracjami dotyczącymi stanu pożądanego. Stan pożądaný jest subiektywnie bardziej cenny niż stan aktualny, motywuje więc jednostkę do działania. Może sobie ona wytworzyć zbyt odległe lub bliskie cele albo też kilka pragnień dotyczących jednego przedmiotu.

Dwa pierwsze elementy składowe obrazu siebie, tzn. wiedza o sobie i samoocena, dotyczą stanu aktualnego i określa się je jako obraz siebie realny czy też inaczej „ja” realne. Element normatywny stanowi obraz siebie idealny – „ja” idealne (por. Rogers, 1991; Niebrzydowski, 1976; Reykowski, Kochańska, 1980). Pomiędzy obrazem realnym a idealnym występuje pewna rozbieżność. Wynika ona z faktu, że stan aktualny nie jest stanem realizacji wszystkich dążeń jednostki. Pewien stopień napięcia jest czynnikiem motywującym do rozwoju, niezbędnym w prawidłowym funkcjonowaniu człowieka. Jest istotną cechą noodynamiki (Frankl, 1967, s. 42-43). Właściwa relacja „ja” realnego do „ja” idealnego jest określana terminem „samoakceptacja”. Powołując się na wielu autorów, Januszewski (1988, s. 54) wskazuje, że jest ona znaczącym czynnikiem zdrowia psychicznego. Daje zaufanie do siebie i pozytywne nastawienie do życia. Brak akceptacji siebie pojawia się przy zbyt małym lub zbyt dużym napięciu między obrazem idealnym a realnym.

Dotychczasowe badania problematyki sensu życia koncentrowały się w głównej mierze na poczuciu sensu życia i jego związku z osobowością². Badanie aspektu dynamicznego sensu życia stanowi większy problem, ponieważ z natury swojej jest on trudno dostępny ludzkiemu poznaniu (Dyck, 1987, s. 446). Jego znaczenie dla zrozumienia funkcjonowania człowieka wydaje się jednak tak ważne, że mimo trudności teoretycznych ciągle podejmuje się próby operacjonalizacji potrzeby sensu życia. Dotychczasowe prace dotyczące dynamicznego aspektu sensu życia przedstawiały jego związek

¹ Analogicznie przedstawia się zróżnicowanie całego obrazu siebie (Siek, 1984, s. 212).

² Szczegółowo zakres badań dotyczących sensu życia prowadzonych w KUL przedstawił Popielski (1987b, s. 59-60). O osobowościowych korelatach poczucia sensu życia pisze również Juros (1984).

z wiekiem, płcią, typem wykształcenia, jak również z określonymi cechami osobowości. Badania prowadzone przez Rekerę, Peacocka i Wonga (1987) wykazały istotne znaczenie potrzeby sensu życia we wszystkich badanych grupach wieku, co potwierdza Frankl uznając, że wola sensu jest podstawowym i uniwersalnym motywem ludzkiego działania (Frankl, 1979). Jeśli chodzi o płeć, u kobiet widoczne jest większe nasilenie tej potrzeby we wszystkich okresach życia w porównaniu z mężczyznami, istotne zaś statystycznie – w wieku 30-49 i 65-74 lat. Różnice te są interpretowane poprzez wskazanie na niezadowolenie z tradycyjnej roli kobiety i doświadczanie pustki związanej z opuszczaniem domu przez dorastające dzieci. Te czynniki mogą stanowić podstawę do szukania sensu w nowych rolach. Badania te zostały przeprowadzone skalą LAP (*Life Attitude Profil*) opartą na teorii Frankla, złożoną z ośmiu podskal, z których jedna mierzyła wolę sensu.

Badania młodzieży dotyczące związku między typem szkół a potrzebą i poczuciem sensu życia (Tarasińska, Wojciechowska, 1994) wykazały istotne różnice w przejawianiu potrzeby sensu życia u uczniów liceum, technikum i szkoły zawodowej. Największe jednak nasilenie tej potrzeby występuje u uczniów liceum, co może świadczyć o stosunkowo największej niepewności co do przyszłości.

Interesujące wyniki przedstawił również Dyck (1994). Starał się on określić czynniki opisujące różnice indywidualne, wykorzystując szeroki zestaw testów. Wyniki w teście SONG korelowały z czynnikiem neurotyzmu, nie korelowały natomiast z ekstrawersją, psychotyzmem, skalą kłamstwa i z czynnikiem zdefiniowanym jako dążenie do wytkniętego celu. Potwierdzają one teoretyczne założenia woli sensu. Brak korelacji z dążeniem do wytkniętego celu potwierdza fakt, że potrzeba sensu życia ujawnia się szczególnie właśnie w braku realizacji celów i taka sytuacja wiąże się z występowaniem cech neurotycznych.

Potrzeba sensu życia jako wrodzona cecha każdej ludzkiej osoby domaga się realizacji. To, w jaki sposób będzie realizowana zależy od czynników zewnętrznych i wewnętrznych. Niesprzyjające środowisko, brak możliwości czy niezdolność zaspokajania tej potrzeby może być czynnikiem powodującym sytuację stresową. Taka sytuacja sprzyja wytworzeniu neurotycznego obrazu siebie.

Na podstawie założeń teoretycznych i przedstawionych wyników badań można postawić pytanie dotyczące związku ujawnianej potrzeby sensu życia i obrazu własnej osoby, jaki ma jednostka. Czy istnieje, a jeśli tak, to czym

się charakteryzuje związek między nasileniem potrzeby sensu życia a obrazem siebie? Przyjęto do weryfikacji następujące hipotezy:

a) istnieje zróżnicowanie obrazu siebie u osób z różnym nasileniem potrzeby sensu życia;

b) nasilenie potrzeby sensu życia ma związek z wytworzoną postawą obronną jednostki oraz bardziej negatywną oceną siebie i otoczenia;

c) niski poziom ujawnianej potrzeby sensu życia łączy się z bardziej pozytywną oceną siebie i innych.

Metody statystyczne, zastosowane do analizy wyników przeprowadzonych badań (analiza różnicowa), pozwolą na określenie istotności związku między prezentowanymi zmiennymi bez możliwości określenia kierunku zależności.

III. BADANIA EMPIRYCZNE (METODY, BADANE OSOBY, PROCEDURA BADAŃ)

W badaniach zostały wykorzystane dwie metody testowe: SONG i ACL.

Skala poszukiwania celów noetycznych (SONG) pozwala badać dynamiczny aspekt sensu życia. Została ona opracowana przez J. C. Crumbaugh'a i wydana w 1977 r. Polskiego tłumaczenia dokonał Popielski (1982). Test SONG został stworzony w celu pełniejszego zbadania problematyki sensu życia jako metoda uzupełniająca test poczucia sensu życia (PIL). Określa on potrzebę osiągnięcia sensu życia w sytuacji, gdy go utracono (por. Popielski, 1987a, s. 247). Jest skonstruowany w taki sposób, że wysokie wyniki uzyskane w tym teście wskazują na utratę sensu życia i nasilenie potrzeby jego osiągnięcia. Niskie wyniki natomiast występują u osób dobrze realizujących własne cele i wartości zgodnie z założeniem: „jeżeli człowiek znalazł sens w życiu, to nie będzie ujawniał natężenia potrzeby jego znalezienia” (tamże).

Skala SONG składa się z 20 twierdzeń. Odpowiedzi umieszczone są na 7-stopniowej skali Likerta. Wynik jest sumą zaznaczonych odpowiedzi na poszczególne twierdzenia i może wynosić od 20 do 140 punktów. Obliczono średni wynik dla pacjentów nerwicowych i osób zdrowych. Dla pierwszej grupy osób średnia wynosiła $M = 85,11$, przy $s = 15,43$, dla drugiej natomiast $M = 73,38$, $s = 14,20$. Wynik graniczny, odróżniający osoby zdrowe od nerwicowych, ustalono na 79 punktów (Popielski, 1982, s. 82).

Test przymiotnikowy (ACL) jest popularną metodą badania obrazu siebie. Został opracowany przez Gough'a i Heilbruna w 1952 r. i był wielokrotnie zmieniany i modernizowany. Aktualna wersja z 1980 r. opiera się na liście

300 przymiotników, dzięki którym dokonuje się opisu własnej osoby. Opis dotyczy samych wybranych przymiotników oraz 37 skal tematycznych, dających ogólną informację o osobie badanej, jej postawie do badań, która obejmuje 4 skale: Całkowita liczba wybranych przymiotników (Nck), Liczba wybranych przymiotników pozytywnych (Fav), Liczba wybranych przymiotników negatywnych (Ufv) i Skala typowości (Com); 15 skal informujących o potrzebach w ujęciu Murraya: Potrzeba osiągnięć (Ach), Dominacji (Dom), Wytrwałości (End), Porządku (Ord), Potrzeba rozumienia siebie i innych (Int), Opiekowania się (Nur), Afiliacji (Aff), Kontaktów heteroseksualnych (Het), Ujawniania się (Exh), Wsparcia ze strony innych (Suc), Autonomii (Aut), Agresji (Agg), Zmiany (Cha), Poniżania siebie (Aba), Podporządkowania się (Def) oraz skala Gotowości na poradę i pomoc innych ludzi (Crs); 9 skal mówiących o postawie w stosunku do siebie: Samokontroli (Scn), Zaufania do siebie (S-cf), Przystosowania osobistego (P-adj), Idealnego obrazu siebie (Iss), Osobowości twórczej (Cps), Zdolności przywódczych (Mls), Męskości (Mas) i Kobięcości (Fem); 5 skal odnoszących się do analizy transakcyjnej: Rodzic krytyczny (CP), Rodzic opiekuńczy (NP), Dorosły (A), Dziecko wolne (FC) i Dziecko adaptowane (AC) oraz 4 skale przedstawiające kombinacje związane z wysokim i niskim natężeniem dwóch wymiarów osobowości: oryginalności i inteligencji w koncepcji osobowości Welsha (A-1, A-2, A-3, A-4) (Wolińska, Drwal, 1989).

Obraz siebie może być badany w różnych aspektach i w różny sposób. W niniejszym artykule interesować nas będzie obraz realny, idealny oraz stosunek wymienionych obrazów do siebie – samoakceptacja.

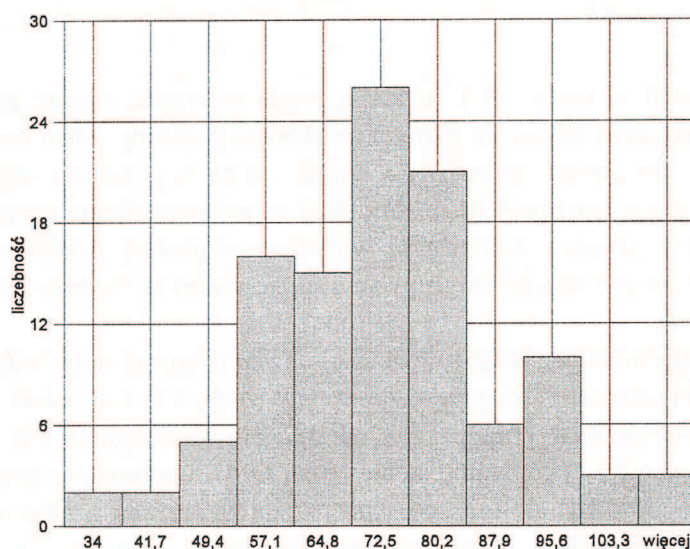
Badania empiryczne zostały przeprowadzone na grupie 118 osób mieszkających w Krośnie, Lublinie i Słupsku oraz w okolicach tych miast w okresie od sierpnia 1994 do lutego 1995 r. Choć przebadano 118 osób, ostatecznie do analiz statystycznych przyjęto wyniki 107 osób. Osoby badane miały od 24 do 40 lat, w przeważającej liczbie założone własne rodziny (89% osób badanych) i były pracujące (88% osób badanych). Przyjęte granice wiekowe opierają się na wyróżnionych przez Żebrowską (1986) i przyjętych w polskiej psychologii okresach rozwoju człowieka oraz na wyróżnionym przez psychologów kryzysie połowy życia. Żebrowska uznaje 24. rok życia za zakończenie okresu młodzieńczego, w którym następuje przejście od postawy dziecka do postawy człowieka dorosłego. Dwudziesty czwarty rok życia jest więc umownym początkiem dorosłego funkcjonowania w życiu osobistym i społecznym. Górna granica wieku przyjęta w badaniach wiąże się z opisywanymi przez psychologów zmianami w dynamice wewnętrznej osób w wieku około 40 lat.

Ten fakt podkreślają Jung i Frankl. Jak pisze Gałdowa (1992, s. 160) „obserwacje wskazują [...], że jest to okres, w którym ludzie, nie zorientowani wcześniej na wyższe wartości duchowe, przeżywają poważne wewnętrzne kryzysy”.

W badaniach uczestniczyło nieznacznie więcej kobiet niż mężczyzn. Proporcja ta wynosiła od 51% do 49%. Średnia wieku badanych wynosi 30,7. Najwięcej osób znajduje się w przedziale wiekowym 24-29 lat (52%), mniej w wieku 30-34 (35%), najmniej w wieku 35-40 (13%). Postulat badania osób mających własne rodziny i pracujących wynikał z założenia, że osoby te, mając ustabilizowane życie osobiste, mniej będą zależne od sytuacyjnych zmian środowiska, co uwiarygodni badania. Postulat ten udało się zrealizować w 89% odnośnie do stanu cywilnego i w 88% odnośnie do zatrudnienia.

IV. ANALIZA WYNIKÓW BADAŃ

Potrzeba sensu życia była badana testem SONG. Ogólny wynik ($M = 69,35$; $\sigma = 15,36$) jest niższy od podanego przez Popielskiego (1987a, s. 249) dla grupy osób normalnych ($M = 73,38$; $\sigma = 14,20$), co świadczy o ogólnie dobrym realizowaniu potrzeby. Rozkład uzyskanych danych przedstawia histogram.



Rozkład wyników uzyskanych w teście SONG

Rozkład wyników uzyskanych w teście SONG jest lekko lewoskośny, zbliżony do normalnego. W stosunku natomiast do rozkładu wynikającego z konstrukcji skali otrzymany rozkład jest przesunięty w lewo, w stronę wyników świadczących o dobrym funkcjonowaniu grupy badanej w zakresie realizacji tej potrzeby. Wyniki rozkładają się od 34 do 111 punktów. Opierając się na odchyleniu ćwiartkowym, do dalszych analiz wyodrębniono trzy grupy po 27 osób. Pierwsza grupa obejmuje wyniki najniższe, druga – najbardziej zbliżone do średniej, trzecia – najwyższe. Odpowiada to najniższemu, średniemu i najwyższemu nasileniu potrzeby sensu życia. Zmienna „płeć” w wyróżnionych grupach jest przedstawiona w tab. 1.

Pod względem płci grupy są wyrównane. Wyjątek stanowi grupa III, w której nie ma równowagi między kobietami a mężczyznami. Może to wskazywać na większe nasilenie potrzeby sensu życia u kobiet w porównaniu z mężczyznami i silniejsze pragnienie osiągnięcia sensu życia.

Tab. 1. Rozkład osób ze względu na płeć w grupach

	K	%	M	%	S
I grupa	14	52	13	48	27
II grupa	13	48	14	52	27
III grupa	17	63	10	37	27

Wyniki badań w teście ACL ukazują wiele istotnych różnic pomiędzy grupami charakteryzującymi się różnym nasileniem potrzeby sensu życia (zob. tab. 2, 3). Na tej podstawie można wskazać cechy typowe dla osób z poszczególnych grup, mających małe, średnie i wysokie nasilenie tej potrzeby. Różnice między grupami bardziej są widoczne w postaci profili wyników uzyskanych przez poszczególne grupy w obrazie realnym (wykres 1) i idealnym (wykres 2).

Osoby mające niski poziom potrzeby sensu życia oceniają siebie najbardziej pozytywnie. Są taktowne i respektujące zasady (Nck, Ufv). O wiele bardziej niż osoby z pozostałych grup pragną opierać się na racjonalnym osądzie, cenią umiarkowanie i opanowanie siebie (End, Ord). Cechują się dużą samokontrolą. Wolą kierować się tym, co sami uznają za słuszne i takie działanie daje im satysfakcję (Scn). Mają zadowolający je poziom dyscypliny wewnętrznej, pewności siebie i zdecydowania w działaniu. Są zdolne osiągać

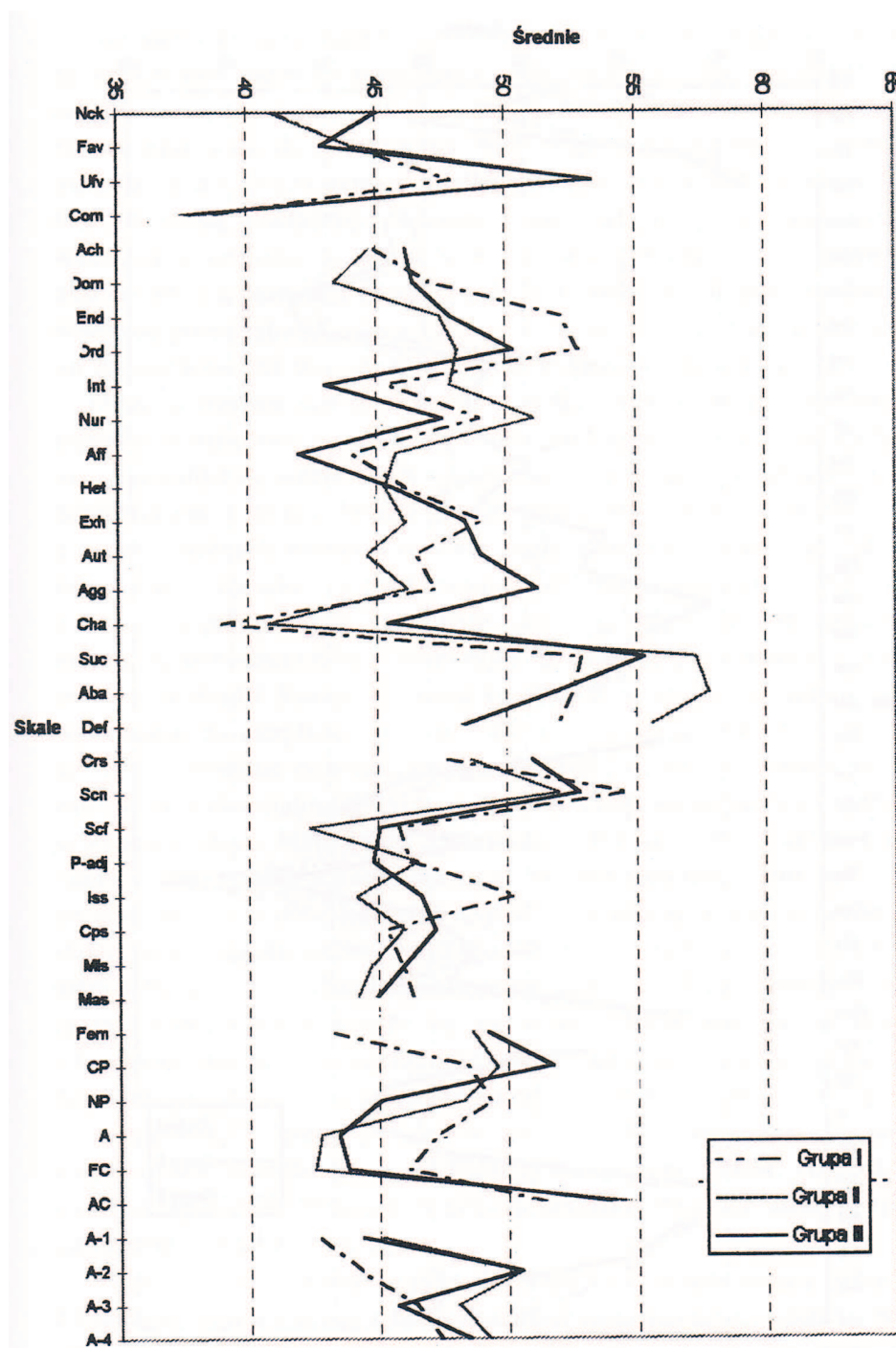
stawiane sobie cele, ważne nie tyle ze względu na możliwość zdobycia aprobaty społecznej, ile z powodu cenionych przez siebie wartości (P-adj, Iss).

Tab. 2. Wyniki uzyskane w badaniach testem ACL w obrazie realnym w zakresie skal zawierających istotne różnice międzygrupowe, mierzone testem *t-Studenta*

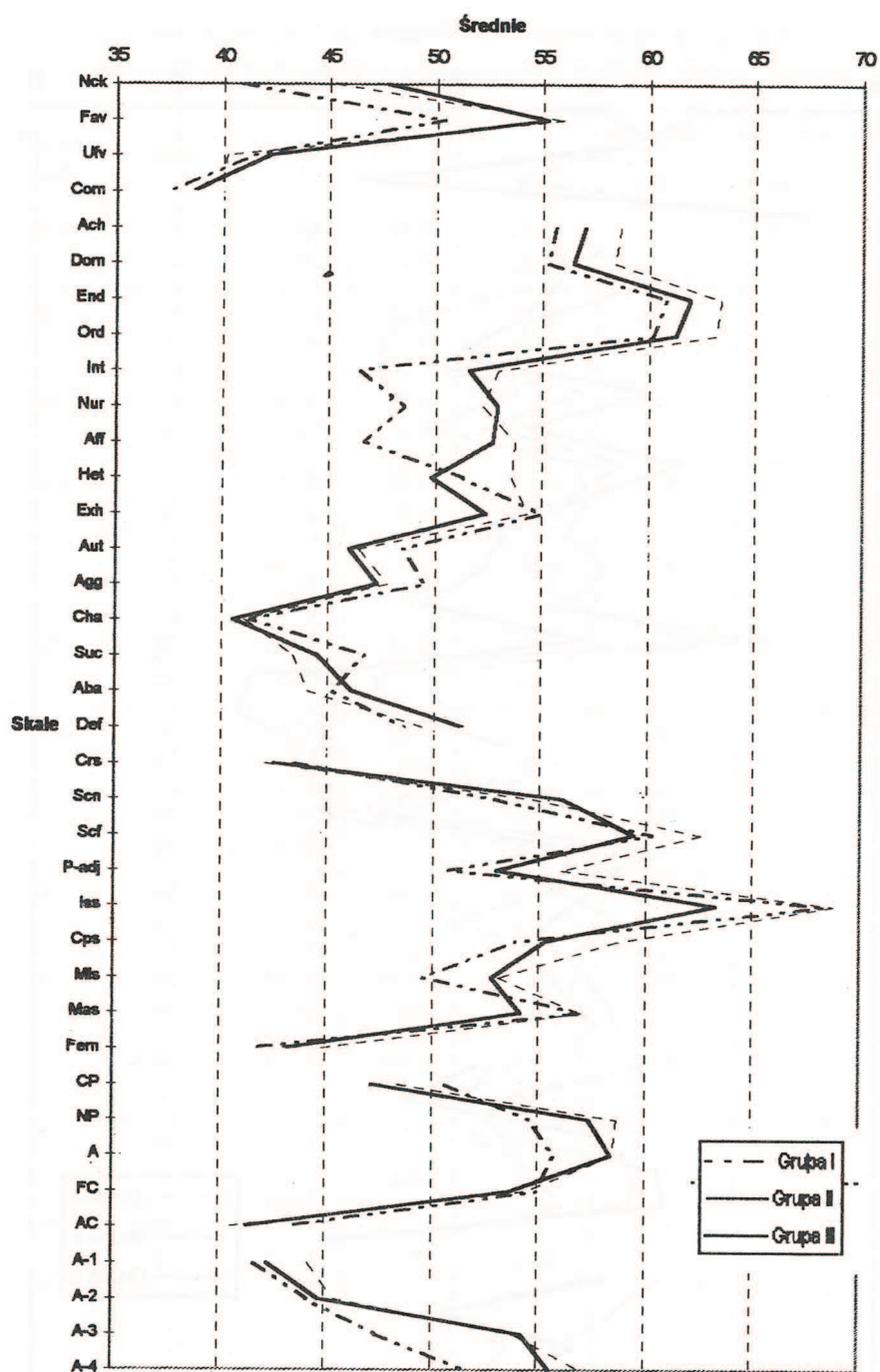
Nazwa skali	Dane	Grupy			Istotność różnic między grupami		
		I	II	III	I-II	I-III	II-III
Ufv	M	47,89	53,22	53,33	0,05	0,05	
	σ	7,69	10,3	10,88			
Int	M	45,44	47,85	43,03			0,05
	σ	8,23	8,29	8,92			
Aut	M	46,52	44,67	49			0,05
	σ	7,89	5,64	6,55			
Agg	M	47,26	46,15	51,19			0,05
	σ	10,21	8,2	8,85			
Cha	M	39	40,81	45,44		0,05	
	σ	9,83	8,6	11,17			
Aba	M	52,56	57,78	51,96			0,05
	σ	10,47	10,62	9,46			
Def	M	51,96	55,56	48,22			0,001
	σ	10,67	8,75	6,53			
Iss	M	50,26	44,19	46,67	0,05		
	σ	8,02	10,04	9,08			
Fem	M	43,26	48,59	49,19	0,05	0,05	
	σ	8,29	8,71	8,56			
A	M	47,33	42,78	43,44	0,05		
	σ	8,26	7,21	8,21			
A-2	M	44,3	50,48	50,48	0,01	0,01	
	σ	8,32	6,12	7,85			

Tab. 3. Wyniki testu ACL w obrazie idealnym w zakresie skal zawierających istotne różnice międzygrupowe, mierzone testem *t-Studenta*

Nazwa skali	Dane	Grupy			Istotność różnic między grupami		
		I	II	III	I-II	I-III	II-III
Nck	M σ	40,89 11,34	45,3 9,63	47,7 10,44		0,05	
Fav	M σ	50,33 7,79	55,93 7,92	55,22 10,12	0,05		
Ach	M σ	55,63 4,29	58,67 6,1	57 7,11	0,05		
Dom	M σ	55,26 5,53	58,41 5,58	56,44 4,52	0,05		
Int	M σ	46,49 7,11	52,93 6,93	51,59 11,35	0,001		
Aff	M σ	46,67 8,79	53,74 7,52	52,7 8,69	0,01	0,05	
P-adj	M σ	50,74 7,95	56,04 7,62	53 9,48	0,05		
Cps	M σ	53,89 7,83	58,67 7,83	55,3 6,44	0,05		
NP	M σ	54,59 7,89	58,7 7,09	57,37 8,46	0,05		
A	M σ	55,78 5,06	58,52 4,45	58,44 6,62	0,05		
AC	M σ	43,22 4,47	40,48 4,07	41,22 6,6	0,05		
A-3	M σ	47,37 8,4	53,93 8,64	54,26 9,28	0,01	0,01	
A-4	M σ	51,59 8,28	57 6,36	55,6 8,88	0,01		



Wykres 1. Obraz realny uzyskany przez poszczególne grupy w teście ACL



Wykres 2. Obraz idealny uzyskany przez poszczególne grupy w teście ACL

Nie zależy im na szerokich zainteresowaniach i nie przywiązują dużej wagi do pogłębiania zdolności rozumienia siebie i innych. Chcą żyć prosto, zwyczajnie, w wąskim kręgu najbliższych (Int, Aff). Poszukują stałości, są sceptycznie nastawieni do innych ludzi. Wolą większą niezależność, a nawet samotność. Przez innych mogą być odbierane jako krytykanckie i uparte (Cha, Fem, A-3). Są praktyczne, związane z rzeczywistością. Nie mają wielkich wymagań w stosunku do siebie. Swe cele tworzą, biorąc pod uwagę własne możliwości ich realizacji (P-adj, A, A-2). Chodzi im głównie o rozwijanie własnych potencjalności. Chcą żyć i cieszyć się z życia. Taka postawa daje im zadowolenie. Ze wszystkich grup oni najbardziej akceptują siebie.

Osoby o średnim nasileniu potrzeby sensu życia oceniają siebie bardziej negatywnie niż osoby z niskim nasileniem tej potrzeby. Mają duże oczekiwania w stosunku do siebie. Chcą osiągać większe sukcesy w działaniu i mieć dobre relacje z innymi ludźmi (Fav). Można stwierdzić, że zależy im na dobrych i licznych kontaktach. Chcą lepiej rozumieć siebie i innych (Int, Fem). Zależy im także na realizowaniu społecznych standardów (NP). Chcą być cenione przez innych. Same łatwo przystosowują się do zmiennych wymagań. Są konwencjonalne i submisyjne. Szukają bezpieczeństwa w tym, co znane (Aut, P-adj). Starają się unikać konfliktów, a innym stawiają niewielkie wymagania. Są cierpliwe i wyrozumiałe w stosunku do innych, w stosunku do siebie natomiast są samokrytyczne. Uważają się za osoby słabe, o wiele bardziej od siebie ceniące innych (Agg, Aba). Czują się niepewnie i potrzebują wsparcia (Suc). Mają cechy ułatwiające dobre kontakty z innymi ludźmi i chcą z nimi współpracować, pomagać, być dla nich (Fem, Nur, Aff). Taka postawa daje im zadowolenie. Ich niepokój jest związany z nieumiejętnością stawiania i osiągania celów (Iss, Cps). Osoby te widzą siebie jako bardziej nieporadne niż osoby charakteryzujące się niskim nasileniem potrzeby sensu życia i stawiają sobie wyższe od nich cele. Pragną umieć zdecydowanie i konsekwentnie pokonywać trudności, mieć silną wolę i pewność siebie (Cps, A). Bardziej zależy im na osiągnięciu niezależności, niezawodności i odporności psychicznej. Potrzebują sukcesów (AC, A-3). Chcą być mniej skomplikowane, jeszcze bardziej otwarte i bardziej zadowolone z tego, co posiadają i kim są (A-2, A-3). Mają niższy poziom samoakceptacji niż osoby z niskim nasileniem potrzeby sensu życia.

Osoby o wysokim nasileniu potrzeby sensu życia przedstawiają siebie bardziej negatywnie niż osoby z niskim nasileniem tej potrzeby, podobnie jednak jak osoby z jej średnim nasileniem. Przyszłość widzą raczej pesymistycznie. Brak im wiary w siebie, co może prowadzić do uczucia wrogości w stosunku

do innych osób, których sukces uznają za niezasłużony (Nck, Ufv). Są wrażliwe i urażliwe. Mogą być przesądne. Z wysiłkiem pokonują trudności, są bowiem mało odporne na stres (Int). Potrzebują wsparcia ze strony innych, ze swej strony wobec uczuć innych mogą być jednak obojętne i raczej nie biorą pod uwagę wartości i oczekiwań społecznych (Aut). Brak im opanowania, są dość impulsywne, a nawet agresywne. Wolą pokonywać niż przekonywać. Żądają więcej dla siebie (Agg). Bardziej niż inne osoby potrzebują zmian, ryzyka, nowych doświadczeń (Cha). Potrafią dostrzegać własne wady, lecz nie brak im pewności siebie, zwłaszcza związanej z uporem i chęcią postawienia na swoim (Aba, Def). Mają umiejętność emocjonalnego rozumienia innych, jednak koncentrując się na własnych zyskach są obojętne, a nawet wrogie wobec ludzi. Nie mają osiągnąć. Są niezadowolone z siebie, chcą być otwarte, cierpliwe, mniej skomplikowane i bardziej usatysfakcjonowane sobą i własnymi osiągnięciami (A-2, A-3). Poziom samoakceptacji jest u nich istotnie niższy niż u osób mających niski poziom nasilenia potrzeby sensu życia.

V. WNIOSKI KOŃCOWE

Przeprowadzone badania dynamicznego aspektu sensu życia są – jak dotąd – jednymi z nielicznych w Polsce. Wychodząc z założenia, że potrzeba sensu życia jest ważną i dotyczącą każdego człowieka potrzebą rozwoju, starano się określić związek między poziomem realizacji tej potrzeby a osobowością badanych osób w zakresie obrazu siebie, jaki te osoby mają.

W celu weryfikacji hipotez w badaniach wyodrębniono trzy grupy osób ze względu na stopień nasilenia potrzeby sensu życia i szukano różnic w obrazie siebie między osobami z wyróżnionych grup. Otrzymane wyniki są potwierdzeniem teoretycznych założeń o zależności między opisywanymi zmiennymi. Każda grupa charakteryzuje się swoistym zakresem posiadanych cech. Ciekawe jest to, że więcej różnic, tak w zakresie obrazu realnego, jak i idealnego, występuje między osobami o najniższym i średnim nasileniu potrzeby.

Odpowiedzią na taki stan rzeczy mogą być sposoby reagowania tych osób w sytuacji stresowej. Powstała nie rozwiązana sytuacja stresowa może prowadzić do kryzysu osobowości (Płużek, 1991, s. 99-100), który jest też czynnikiem mobilizującym siły jednostki do pokonania trudności. Podejmuje więc ona różne zadania, szuka nowych sposobów wyjścia z trudnej sytuacji. Gdy osoba nie jest w stanie znaleźć rozwiązania, pojawia się wyczerpanie, zaprze-

stanie podejmowania działań, nastawienie obronne, co może prowadzić do reakcji nerwicowej. Osobami badanymi były osoby zdrowe, prowadzące normalne życie, wydawałoby się więc, że sytuacja nerwicowa ich nie dotyczy. Jednak wyniki badań wskazują, że jest inaczej. Osoby z małym nasileniem potrzeby sensu życia realizują właściwie swe potrzeby. Są zadowolone, kierują się własnym, wewnętrznym systemem wartości, a nie standardami społecznymi. Cenią bardziej siebie niż innych ludzi. Sytuacja stresowa u osób tej grupy nie istnieje. Natomiast osoby ze średnimi wynikami, odczuwając nasilenie potrzeby sensu życia, wydają się być najbardziej zmobilizowane do jej zaspokajania, przy czym nie brak im umiejętności realnego określenia własnego stanu. Najsilniej chcą zmienić własną sytuację przez realizację wyznaczonych celów, zwłaszcza przez kontakt z innymi ludźmi i wsparcie z ich strony. Podkreślają jednak własną nieumiejętność stawiania i osiągania celów. Najbardziej dostrzegają rozdzźwięk między sytuacją aktualną a wyobrażoną (obrazem realnym a idealnym). Osoby z wysokim nasileniem potrzeby sensu życia przejawiają nastawienie obronne, nie podejmują twórczych działań. Widoczny jest największy u nich (w porównaniu z innymi osobami) dystans między osiągnięciami a pragnieniami. Dlatego są nastawione na obronę tego, co mają – własnej osoby. Wobec innych ludzi przejawiają zachowania korzystne dla nich samych, mogą być nawet wrogie.

Charakteryzując grupy w kategoriach społecznych można zauważyć, że zachowania osób z małym i dużym nasileniem potrzeby sensu życia w pewnym stopniu są podobne. Dla jednych i drugich istotniejsza jest koncentracja na sobie niż na innych ludziach. Inna jest jednak motywacja podejmowanych działań. W pierwszym wypadku – realizacja własnych, osobistych celów, w drugim – chęć obrony *status quo*.

Przedstawiona charakterystyka badanych grup nasuwa przypuszczenie o istnieniu zależności między etapami rozwoju jednostki a poziomem realizacji potrzeby sensu życia. E. Erickson wyróżnia osiem etapów rozwojowych w ciągu całego życia i łączy je ze specyficznymi na danym poziomie rozwoju kryzysami (Hall, Lindzey, 1990, s. 91-100). Charakterystyczne cechy wyróżnionych w badaniach grup korespondują z okresami dorastania, wczesnodorostym i dorosłym. Tym okresom odpowiadają kolejno kryzysy: tożsamości i poszukiwania własnej drogi życiowej, określania dobrych związków z ludźmi i łączenia swej tożsamości z innymi oraz zainteresowania tym, co się tworzy. Wyższy poziom przejawianej potrzeby sensu życia może wskazywać więc na nierozwiązanie kryzysu wcześniejszych etapów rozwojowych i zatrzymanie się na pewnym etapie rozwoju. Dodatkowo odczuwana presja wpływa-

jącego czasu może wpływać na pojawianie się reakcji nerwicowych, zwłaszcza u osób najbardziej zagubionych w procesie rozwoju.

Interesujące wydają się nasuwające się podobieństwa pomiędzy charakterystyką osób z poszczególnych grup, wyróżnionych ze względu na stopień realizacji potrzeby sensu życia, a grupami podmiotowców, podmiotowców akceptujących przedmiotowość i przedmiotowców, wyróżnionych i opisywanych przez Uchnasta (1983, s. 218-223). Podobieństwo nie dotyczy jednak prostoliniowego nasilenia obu zmiennych. Podmiotowcy charakteryzują się podobnymi cechami w zachowaniu i postawie, do osób z wysokim nasileniem potrzeby sensu życia, przedmiotowcy są podobni do osób ze średnim nasileniem tej potrzeby, natomiast podmiotowcy akceptujący przedmiotowość – do osób o dobrej jej realizacji. Jednak odpowiedź na pytanie, czy analogie te są powierzchowne, czy też można traktować je jako prawomocne wnioski, mogą przynieść nowe badania dotyczące określenia związku między poziomem realizacji potrzeby sensu życia a poczuciem podmiotowości.

W odpowiedzi na postawione pytanie o rodzaj związku między potrzebą sensu życia a prezentowanym przez osoby badane obrazem siebie okazało się, że należy uwzględnić również grupy, która charakteryzuje się średnim poziomem realizacji tej potrzeby. Występują bowiem jakościowe różnice w zakresie podstawowych odniesień reprezentowanych przez osoby należące do poszczególnych grup. Osoby z małym nasileniem potrzeby sensu życia określają i realizują własne standardy zachowań, osoby ze średnim jej nasileniem oceniają siebie jako słabe i nie potrafiące osiągać sukcesów, lecz nastawione są na życie wśród innych ludzi. Potrzebują wsparcia, ale same również chcą pomagać innym. Wykazują zachowania prospołeczne. Osoby mające wysoki poziom ujawnianej potrzeby sensu życia przedstawiają najbardziej negatywny obraz siebie z takimi cechami, jak chęć postawienia na swoim, walka, impulsywność, a nawet wrogość. Bardziej podkreślają swoje niepowodzenia niż sukcesy. Osoby najlepiej realizujące potrzebę sensu życia oceniają siebie najbardziej pozytywnie.

Istnieje również związek między poziomem realizacji potrzeby sensu życia a samoakceptacją. Osoby charakteryzujące się małym nasileniem tej potrzeby mają najwyższy poziom samoakceptacji. (Potwierdza ten fakt również uzyskana korelacja między wynikami uzyskanymi w badaniach testem SONG, a wskaźnikiem D: $r = 0,21$; $p = 0,05$).

W analizach empirycznych nie brano pod uwagę płci badanych osób. Uzyskane dane pozwalają jednak na postawienie hipotezy, że kobiety charakteryzują się wyższym nasileniem potrzeby sensu życia. Badania Requera, Peacocka

i Wonga (1987) wskazują na podobną zależność, chociaż w innych przedziałach wiekowych. Widoczna jest więc potrzeba przeprowadzenia dalszych badań w celu określenia związku między płcią a nasileniem potrzeby sensu.

Pomimo trudności w operacjonalizacji dynamicznego aspektu sensu życia, co zostało wyrażone w krytycznej ocenie skal wyrosłych na gruncie koncepcji człowieka sformułowanej przez Frankla (zob. Dyck, 1987), uzyskane wyniki można uznać za wiarygodne. Potwierdzają one założenia teoretyczne skali SONG (rozkład zbliżony do normalnego, osoby nie realizujące własnych wartości, celów odczuwają większe nasilenie omawianej potrzeby). Jednocześnie ukazują różnice osobowościowe między osobami ujawniającymi różny poziom realizacji potrzeby sensu życia. Dalsze badania powinny więc wносить pełniejsze dookreślenie empiryczne, czym jest i jakie znaczenie dla człowieka ma dynamiczny aspekt sensu życia. Interesujące wydaje się też zbadanie miejsca potrzeby sensu życia w układzie innych potrzeb ludzkich, określenie związku między realizacją tej potrzeby a stawianymi przez jednostkę celami i określeniem się jednostki w czasie czy znalezienie odpowiedzi na pytanie o kierunek zależności między cechami osobowości a stopniem realizacji badanej potrzeby.

BIBLIOGRAFIA

- Allport G. W. (1988). *Osobowość i religia*. Warszawa: IW PAX.
- Bielecki J., Nowicki W. (1991). *Badania nad zmianami osobowości młodzieży męskiej poddawanej intensywnemu oddziaływaniu katolickiej formacji religijnej*. Warszawa: ATK.
- Crumbaugh J. C. (1977). The Seeking of Noetic Goals Test (SONG): A complementary scale to the Purpose in Life Test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33, 900-907.
- Dyck M. J. (1987). Assessing logotherapeutic constructs: conceptual and psychometric status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals Tests. *Clinical Psychology Review*, 7, 439-447.
- Dyck M. J. (1994). What does the proposed purposefulness superfactor really describe? *Personal Individual Differences*, 16(3), 411-415.
- Frankl V. E. (1967). Siła do życia. *Znak*, 151, 40-50.
- Frankl V. E. (1978). *Psychoterapia dla każdego*. Warszawa: IW PAX.
- Frankl V. E. (1978a). *Nieuświadomiony Bóg*. Warszawa: IW PAX.
- Frankl V. E. (1979). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*. München-Zürich.
- Frankl V. E. (1982). *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie*. Bern-Stuttgart-Wien: Verlag Hans Huber.
- Frankl V. E. (1984). *Homo patiens*. Warszawa: IW PAX.

- Gąłdowa A. (1992). *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*. Kraków: Wydawnictwo Platan.
- Hall C. S., Lindzey G. (1990). *Teorie osobowości*. Warszawa: PWN.
- Januszewski A. (1988). *Niektóre uwarunkowania zdolności poznawania samego siebie i drugiej osoby*. Lublin: RW KUL.
- Juros A. (1984). Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia. *Roczniki Filozoficzne*, 32(4), 97-112.
- Kozielecki J. (1986). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: PWN.
- Maslow A. H. (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: IW PAX.
- Niebrzydowski L. (1976). *O poznawaniu i ocenie samego siebie*. Warszawa: Nasza Księgarnia.
- Plużek Z. (1991). *Psychologia pastoralna*. Kraków.
- Popielski K. (1982). Metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej stosowane w logoterapii. *Zdrowie Psychiczne*, 1-2, 72-91.
- Popielski K. (1987a). Testy egzystencjalne: metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, s. 237-263.
- Popielski K. (1987b). Logoteoria i logoterapia w kontekście psychologii współczesnej. W: Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, s. 27-66.
- Popielski K. (1993). *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia*. Lublin: RW KUL.
- Prężyna W. (1981). *Funkcja postawy religijnej w osobowości człowieka*. Lublin: RW KUL.
- Reker G. T., Peacock E. J., Wong P. T. (1987). Meaning and Purpose in Life and Well-Being: A Life-Span Perspective. *Journal of Gerontology*, 42, 44-49.
- Reykowski J., Kochańska G. (1980). *Szkice z teorii osobowości*. Warszawa.
- Rogers C. R. (1991). *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*. Wrocław: Thesaurus-Press, Juniorzy Gospodarki.
- Siek S. (1984). *Rozwój potrzeb psychicznych, mechanizmów obronnych i obrazu siebie*. Warszawa: KAW.
- Tarasińska A., Wojciechowska B. (1994). *Analiza sensu życia u młodzieży szkół średnich – aspekt pedagogiczny. Wykład wygłoszony na Sympozjum Środkowo-Wschodnio Europejskim Analizy Egzystencjalno-Poznawczej i Logoterapii, KUL, 28-29 XI 1994 (wykład nie publikowany)*.
- Uchnast Z. (1983). *Humanistyczna orientacja w psychologii osobowości*. Lublin: RW KUL.
- Wolicki M. (1986). *Człowiek w analizie egzystencjalnej Viktora Emila Frankla*. Przemyśl.
- Wolińska J., Drwal R. Ł. (1989). Test przymiotnikowy ACL H. G. Gougha i A. B. Heilbruna w badaniach samooceny i percepcji społecznej. W: R. Ł. Drwal (red.), *Techniki kwestionariuszowe w diagnostyce psychologicznej*. Lublin: UMCS, s. 96-120.
- Żebrowska M. (1986). *Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*. Warszawa: PWN.

THE NEED FOR SENSE OF LIFE VERSUS SELF-CONCEPT

S u m m a r y

The paper attempts to show the relationship between the need for sense of life versus self-concept. Following Frankl, the need for sense of life is understood as the basic power motivating man for action, for openness to sense and to carry out values. Now self-concept is a group of traits which an individual calls their own or themselves.

Two test were used in the study: SONG and ACL. Crumbaugh's scale, SONG, defines the need to reach the sense of life in the situation when it is missing. High scores in the test point out that the sense of life has been lost and the need to reach it has increased. Now low scores show a proper way in which to satisfy the need under discussion. ACL was used to test self-concept and the level of self-acceptance.

A group of 107 subjects was examined (51% men and 49% women), all of them having their own families and working, aged 24 to 40.

The results confirmed a hypothesis that there are differences as to self-concept in people characterized by various levels of the need for the sense of life. The subjects with a low need define themselves in most positive terms, and are able to carry out independently their own goals and values. The subjects with a mean level of the need tend to contact other people, thus carrying into effect their sense of life. The subjects with a high level of the need tend to defend their status quo.

Translated by Jan Klos