

SYLWIA JABŁOŃSKA

Gnieźnieńska Szkoła Wyższa Milenium

PEDAGOGICZNY KONTEKST KATEGORII SENSU ŻYCIA W OKRESIE ŚREDNIEJ DOROSŁOŚCI

ABSTRACT. Jabłońska Sylwia, *Pedagogiczny kontekst kategorii sensu życia w okresie średniej dorosłości* [Pedagogical Context for the Meaning of Life Category During Middle Adulthood]. Studia Edukacyjne nr 33, 2014, Poznań 2014, pp. 345-365. Adam Mickiewicz University Press. ISBN 978-83-232-2879-0. ISSN 1233-6688

It is widely believed that stability and permanence of values, purposes and attitudes are the attributes of adulthood. However, the physical and mental changes of middle adulthood as well as social challenges necessitate a search for answers to the emerging existential doubts concerning an overloaded routine of everyday life, a lack of understanding of one's role in the world, the values themselves, and the meaning of life.

This particular development period therefore requires an extra effort and support of the environment; here pedagogy should join as a discipline focused on the theoretical and practical creation of the Human Being of the Future.

Key words: meaning of life, middle adulthood, developmental change, pedagogy, values

*Takie życie – życie niepomne śmierci,
życie przeżywane jako sensowne i warte życia,
życie ożywiane jakimiś celami, a nie miażdżone
i obezwładnione bezcelowością
– jest wielkim ludzkim osiągnięciem.*

Zygmunt Bauman

Wprowadzenie

Sens życia stanowi jeden z ważniejszych dowodów na istnienie specyficznej natury ludzkiej. Sensowność przeciwstawia się bierności, sprzyja wytyczaniu nowych wyzwań i próbom ich realizacji, stymuluje aktywności

we wszystkich przestrzeniach, rozwój, chęć podnoszenia jakości życia, doświadczenia czasu, kontroli nad losem oraz co najważniejsze – odkrywania własnej roli w świecie. Nie pozostawia też wątpliwości fakt, że jego poczucie to czynnik niezbędny do osiągnięcia szczęścia i osobistej satysfakcji¹.

Zagadnienie to trudne – po pierwsze z racji swej głębi i rozległości, po drugie – z powodu powszechnego braku świadomości jego powagi, po trzecie – tożsamościowej dojrzałości niezbędnej do podejmowania tematu. Umiejętność porzucenia absurdu istnienia napotyka także wiele innych, zewnętrznych przeszkód, wynikających z globalnego zagubienia w rzeczywistości, wątpliwości rozbudzanych przez media i liczne ideologie, zagmatwania w świecie wartości, nacisków w stronę niezależności oraz egoistycznego indywidualizmu, a odzwierciedlających się w negatywnych zjawiskach zmiany społecznej.

Wbrew temu, jak zauważył Tadeusz Kotarbiński, towarzyszy nam pragnienie rozeznania między *Dobrem* i złem, a tym samym naprawy ładu społecznego², którego wewnętrzną równowagę stymuluje między innymi odnajdywanie sfer aksjologii, pozwalających szkicować człowieka zaspokajającego właściwe sobie potrzeby i wartości w zastanych współcześnie warunkach.

Obecność sensu (lub jego brak) dotyczy ludzi na różnych etapach rozwojowych, przy czym dużą rolę odgrywa tu przede wszystkim fakt doświadczenia nabieranego w zgodzie z *Czasem*, który podarowany jako horyzont implikuje poszukiwania celu, przeznaczenia oraz podejmowania o nie walki³. Wskazuje się też, że tego typu refleksja pojawia się przede wszystkim w sytuacjach przełomowych i kryzysowych. Predyspozycje te trafnie wpisują się w okres średniej dorosłości, który stawia przed jednostką ludzką wyzwanie realizacji zadań oraz akceptacji przeobrażeń życiowych, nie raz postrzeganych jako życiowo trudne.

Jeśli wziąć pod uwagę cele i główne założenia pedagogiki społecznej, odnoszące się do „upełnomocnienia świata ludzi w pełnym cyklu życia, z perspektywy tego, jaki świat być może, jakie życie jest pożądane, oczekiwane i bardziej wartościowe”⁴, a działania pedagogów do uzasadniania pożądanego „kształtu egzystencji, potrzeb, jakości życia i warunków ko-

¹ Część artykułu odnosi się do nieopublikowanych fragmentów pracy magisterskiej: S. Jabłońska, *Sens życia – między wegetacją a pełnią egzystencji*, pod kierunkiem prof. zw. dra hab. K. Przyszczykowskiego, Poznań 2011.

² T. Kotarbiński, *Medytacje o życiu godziwym*, Warszawa 1985, s. 11.

³ T. Frąckowiak, *O pedagogice nadziei. Fascynacje i asocjacje aksjologiczne*, Poznań 2007, s. 143.

⁴ Z. Kwieciński, *Miedzy patosem a dekadencją*, [w:] *Pedagogika u progu trzeciego tysiąclecia*, red. A. Nalaskowski, K. Rubacha, Toruń 2001, s. 28; S. Kawula, *Pedagogika społeczna dzisiaj i jutro*, Toruń 2012, s. 53-54.

rzystnych dla pomyślnego wzrostu, rozwoju i wychowania”⁵, które w zasadzie stanowią także idee pedagogiki w całości, kwestie ludzkiego *być* powinny znaleźć swoje miejsce w obszarach jej zainteresowań, skierowanych w praktyce na rozwijanie osobowości ludzkiej oraz kierujących człowieka w stronę jaskrawości życia – bogactwa egzystencji, która pomimo wielu przeciwności zawsze ma swój sens.

Średnia dorosłość jako okres wyzwań

Średnia dorosłość, spośród wszystkich faz rozwojowych, najrzadziej stanowi obiekt badawczy. Przedmiotem nauki dużo częściej zdają się być dzieci, młodzież i osoby w wieku starszym, a przecież to właśnie człowiek dorosły decyduje o wyglądzie świata oraz ponosi odpowiedzialność za całe społeczeństwo. Wszelkie zaniedbania w tym zakresie stanowią zagrożenie nie tylko dla jednostki, ale też pozostałych wspólnot⁶.

Oprócz tego, że jest to okres najdłuższy⁷, wyróżnia się spośród pozostałych ilością znaczących doświadczeń oraz podejmowanych wyzwań, determinujących wybory różnorodnych dróg życiowych, ról społecznych oraz przyczyniających się do budowania postaci i sposobów funkcjonowania, wyznaczających w perspektywie dalszy wzrost.

W związku z tym pojawia się przed osobami w fazie średniej dorosłości szereg zadań, które muszą podjąć, by sprostać rzeczywistości stojącej się ich udziałem. Precyzuje się je typami *ja dla innych* oraz *ja dla siebie i inni dla mnie*. Pierwsze skierowane są na odpowiedzialność za własne dzieci, wnuki, współpracowników, drugie zaś – na rozwój własny oraz zobowiązania wobec siebie samego: akceptację oraz realizację adekwatnych wiekowi dorosłemu zainteresowań, zmian fizjologicznych, czy stabilizację ścieżki zawodowej⁸. Ostatnie nawiązują do wszystkiego, co trafia do jednostki od ludzi ją otaczających.

⁵ S. Kawula, *Pedagogika społeczna*, s. 54.

⁶ W. Brezinka, *Wychowywać dzisiaj*, Kraków 2007, s. 170.

⁷ Według K. Appelt, okres średniej dorosłości rozciąga się pomiędzy 35. a 65. rokiem życia. A. Birch podaje natomiast za E. Eriksonem lata 40-64 oraz za Levinsonem 46-65 (w przybliżeniu). Pierwsze i ostatnie skrajne pięć lat traktowane jest zazwyczaj jako czas pełniący funkcję przystosowawczą w przejściu z jednego do kolejnego stadium. Zdaniem niektórych autorów, zaczyna się ona nieco później i/lub trwa krócej, ale też sprawą niezwykle ważną jest to, że jej dokładny początek i koniec pozostaje sprawą uzależnioną indywidualnie; K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości. Jak rozpoznać potencjał dojrzałych dorosłych?* [w:] *Psychologiczne portrety człowieka*, red. A.I. Brzezińska, Gdańsk 2005, s. 503; A. Birch, *Psychologia rozwojowa w zarysie*, Warszawa 2005, s. 224-227.

⁸ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 525.

Postęp opisywanego stadium zależy od trzech grup czynników. Karolina Appelt wymienia wśród nich genetyczne (warunkujące zmiany biologiczne); społeczne – związane z oczekiwaniami i postrzeganiem przez innych; oraz własną aktywność rozpatrywaną pod względem fizycznym, poznawczym, intelektualnym i innymi⁹. Autorka zaznacza przy tym, że to właśnie ostatnia (działalność własna) ma znaczenie fundamentalne w odniesieniu do jakości przeżywanej dorosłości. Uwidacznia się ona idąc dalej w prawidłowym rozwoju, którego właściwym przejawem jest zdrowie psychiczne manifestujące się „wewnętrznym okrzepnięciem, znalezieniem oparcia w sobie (a nie w czymś, co zewnętrzne, przypadkowe), świadomością i odczuciem wykrystalizowanego własnego *Ja*”¹⁰.

W tym okresie ludzkiego życia dochodzi do szeregu zmian w funkcjonowaniu organizmu dotyczących fizyczności, obniżających sprawność ogólną. Są one najbardziej zewnętrznie widoczne, jednak nie wyczerpują opisu pozostałych.

Według teorii rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona, średnią dorosłość określa konflikt *produktywność – stagnacja*. Oznacza to, że dorosły eksploruje odpowiadające jego potrzebom formy twórczości, a zarazem podejmuje działania przyczyniające się dla dobra społeczeństwa. Pomyślnym rozwiązaniem tego kryzysu jest szeroko zakrojona opieka, natomiast negatywnym „brak rozwoju, nuda i nadmierna troska o siebie samego”¹¹. Skoncentrowane dotąd na wychowaniu relacje ulegają przemianie – opierają się teraz na partnerstwie we wprowadzeniu młodszych pokoleń w samodzielne życie, a także wsparciu coraz starszych rodziców. Wiąże się to z wkroczeniem na poziomie osobowości w czas *generatywności*¹², która skupiona jest na pieczy, zainteresowaniu oraz zaangażowaniu w życie innych osób, ujawniając się zarówno w stosunku do najbliższych, jak i całej ludzkości.

W rozwoju poznawczym dominują strategie poszukiwania korzyści oraz unikania strat w odniesieniu do najbardziej produktywnych sposobów zdążania ku celom, dotyczącym zwłaszcza kwestii adaptacyjnych¹³, natomiast w rozumowaniu moralnym największe znaczenie zyskuje miłość, afiliacja, akceptacja społeczna, intymność, praca, sukces, szacunek i produktywność.

⁹ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 504.

¹⁰ M. Szyszkowa, *Filozofia zdrowia psychicznego*, [w:] *Zdrowie psychiczne*, red. K. Dąbrowski, Warszawa 1985, s. 372; S. Jabłońska, A. Hedrych-Stanisławska w: *Kryzys w sferze wartości. Konflikt z prawem jako komunikat kryzysu* – publikacja z Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Komunikacja – wychowanie – pomoc – interwencja”, Łądek Zdrój 2013.

¹¹ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 224.

¹² K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 517.

¹³ Tamże, s. 506.

ność¹⁴. Zygmunnd Freud zwraca uwagę na dominujące w tym czasie potrzeby kochania i pracowania (*Lieben und Arbeiten*), co potwierdza Abraham Maslow, podkreślając wagę miłości i przynależności, które w przypadku zaspokojenia rozwijają się w potrzeby sukcesu i szacunku. Erikson wskazuje podobnie na *intymność* i *produktywność*, inni teoretycy na potrzeby *osiągnięć* lub *kompetencji*¹⁵.

Do znaczących zmian należy zaliczyć klimakterium (menopauzę/ andropauzę), odbijające swe piętno na wszystkich trzech sferach funkcjonowania: biologiczno-fizycznej, psychicznej oraz społecznej. Najbardziej znaczący jest tu zanik menstruacji u kobiet oraz spadek seksualności u mężczyzn, a także podatność na depresje. W sferze społecznej uwydatnia się rozprężenie kontaktów z dziećmi, czy uświadomienie mniejszej w stosunku do powszechnego wzorca atrakcyjności¹⁶.

Przełomem dla osobowości może stać się kryzys środka życia – zjawisko charakterystyczne dla tego etapu. Wspomniana już Karolina Appelt podaje sześć czynników warunkujących jego zaistnienie. Zalicza do nich przeobrażenia: perspektywy czasowej (połowa życia należy już do przeszłości); fizyczne organizmu (zwłaszcza ubytek sił i sprawności, klimakterium); w relacjach z rodzicami (opieka lub pogodzenie się z ich utratą); w relacjach z dziećmi (przekształcenie roli rodzicielskiej, kryzys pustego gniazda); pogodzenie się z kultem młodości i zaaprobowanie własnych zmian, a także nasilenie refleksyjności dotyczącej celów oraz pytań o sens życia¹⁷. Pod kątem opisywanego tematu powinien więc być on rozpatrywany jako jeden z ważniejszych zwrotnych momentów życiowych.

Według badaczy, kryzys ten przypada między 40. a 50. rokiem życia. Towarzyszy mu świadomość pozostawienia za sobą młodości, optymistycznych i osnutych planami lat oraz zbliżającej się śmierci. Myśli takie powodują, że człowiek zaczyna zastanawiać się nad popełnionymi błędami i ich opłacalnością, ale też dostrzega stające się jego udziałem osiągnięcia.

Podobnie temat traktuje Levinson, kojarząc wiek średniej dorosłości z okresem, który przejawia się w postaci bilansu siebie samego. *Marzenie*, stanowiące ukształtowaną we wczesnej dorosłości wizję życia, poddawane jest ocenie, a następnie ewentualnemu przeformułowaniu, jeśli okazało się nietrafne. Akceptacja pojawiających się na tej drodze różnic i wrażenie niespełnienia świadczy o równowadze oraz kształtuje dojrzałe cechy¹⁸.

¹⁴ P.G. Zimbardo, *Psychologia i życie*, Warszawa 2004, s. 210-211.

¹⁵ Tamże, s. 203.

¹⁶ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 509.

¹⁷ Tamże, s. 535.

¹⁸ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 227.

Według Anny Birch, istnieją dwa podstawowe zadania tego okresu. Pierwszym jest samoocena i ewaluacja celów wytyczonych w poprzednim stadium życia, które pobudzają do pragnienia konstruktywnego wykorzystania czasu pozostałego, natomiast drugim – zaaprobowanie porażek i „położenie podwalin pod nową strukturę życia”, co wiąże się niekiedy z takimi drastycznymi zmianami, jak rozwód, zmiana partnera życiowego, poglądów, wartości, czy przekonań¹⁹.

Negatywnym efektem podsumowań jest brak zadowolenia z własnych dokonań oraz siebie samego, objawiające się przez stany depresyjne, utratę wiary we własne możliwości i inne zagrożenia prawidłowego rozwoju²⁰. Występująca w przypadku takiego rozstrzygnięcia postawa charakteryzuje się poczuciem goryczy, skrzywdzenia, izolacją, utratą motywacji, a w końcu rutyną i brakiem radości życia, jako efektem niezaspokojonej potrzeby znaczenia²¹.

Przy pozytywnym zakończeniu kryzysu wieku średniego człowiek zaczyna patrzeć na przyszłość pod innym niż dotychczas kątem: ma możliwość poświęcenia większej ilości czasu na osobiste potrzeby i pasje. Wskazuje się tu zwłaszcza na pogłębienie relacji małżeńskich, partnerskich, czy przyjacielskich, próbę realizowania siebie na gruncie nowych zainteresowań, działalności społecznej, wpływającej na kondycję fizyczną (zdrowy tryb życia), a także intelektualnej (podjęcie studiów, czytanie książek, systematyczne uczestnictwo w życiu kulturalnym)²². Bilans uznawany jest więc za korzystny, przy pragnieniu kontynuacji dalszego istnienia oraz zamierzeń tym samym sposobem, bez chęci zmiany dotychczasowego życia.

Warto jednak zaznaczyć, że kryzys jako rozprężenie kondycji, destabilizacja polityki życiowej, celów i poglądów, a dalej zaburzenie całego cyklu życia przy jednoczesnym deficycie zdolności sprostania czynnikom stresującym²³, zarówno wewnętrznym, jak i zewnętrznym, sprzyja stawianiu pytań odnośnie dalszego funkcjonowania, w tym pytań egzystencjalnych. Przeżycie *midd-life crisis* kończy się więc obraniem jednej z dwóch dróg dalszej życiowej wędrówki. Konflikt skutkuje negacją siebie i otaczającej rzeczywistości, ale może też w przypadku optymistycznej interpretacji przeobrazić się w chęć zmiany tego, co stoi na przeszkodzie pełni życia i umiejętnego korzystania z jego zasobów. Zależność ta warunkowana jest przede wszystkim

¹⁹ Tamże, s. 242.

²⁰ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 533.

²¹ Tamże, s. 556.

²² Tamże, s. 537.

²³ D. Kubacka-Jasiecka, *Interwencja kryzysowa. Pomoc w kryzysach psychologicznych*, Warszawa 2010, s. 28; S. Jabłońska, A. Hedrych-Stanisławska, w: *Kryzys w sferze wartości*.

pożądanym obrazem siebie samego, własnych wad i zalet oraz umiejętnością wykorzystania własnego potencjału²⁴.

Ważnym momentem granicznym w okresie średniej dorosłości jest też usamodzielnienie się potomstwa. Z tego powodu rodziców dotyka bardzo często *syndrom pustego gniazda*, wskazujący na nieumiejętność przystosowania się do nowej sytuacji, usamodzielnienia dziecka, opuszczenia domu rodzinnego i budowania własnego, dorosłego życia. Pomimo tego stosunek matki i/lub ojca do dziecka nie zmienia się, co przejawia się w próbach zachowania dotychczasowej bliskości, nie uwzględniających aktualnych potrzeb latorośli. Dzieje się tak zwłaszcza wtedy, gdy rodzicielstwo istniało jako najważniejsza życiowa misja i na niej opierało się całkowite zaangażowanie, spełnienie i wartościowanie. Zabezpieczeniem przed opisywanym zagrożeniem jest oparcie aktywności na pracy, działaniach społecznych²⁵, satysfakcjonującym spędzaniu czasu wolnego, czy dbałości o własny rozwój.

Człowiek w okresie średniej dorosłości zmuszony jest także dostosować się do świata ponowoczesnego – zostaje bowiem wrzucony w pewien kontekst społeczny, od którego uzależniony jest jego sposób spojrzenia na życie oraz styl przejścia przez nie²⁶. Istotne jest tutaj podkreślenie charakterystycznych cech współczesności, odznaczającej się dużym relatywizmem kulturowym, moralnym i etycznym, co utrudnia wybór autentycznie korzystnych postaw oraz celów. Podobnie rzecz ma się z obserwowanym pluralizmem norm i wartości, które naznaczają dominujące style życia różnorodnością i przedkładają ponad wszystko indywidualne preferencje²⁷.

W wyżej wymienionym kontekście następuje rezygnacja z wchodzenia w utrwalone historycznie wzory i role społeczne. Kobiety często skazane są na dokonywanie wyborów pomiędzy karierą a macierzyństwem – mogą w tym czasie po raz pierwszy zostać matkami, natomiast inne babciami²⁸. Decyzje te związane są także z pozostałymi obszarami życia. Osoby dorosłe pozostają na dotychczasowych stanowiskach lub kształcą się i próbują podejmować pracę w wymarzonym zawodzie; pielęgnują związki małżeńskie, ale też często rozwodzą się, poznają nowych partnerów lub zostają samotne z wyboru. Poglądy na ten temat zmieniły się diametralnie w ciągu ostatnich kilku lat i świadczą o olbrzymim zróżnicowaniu ścieżek rozwoju²⁹. Jedno-

²⁴ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 238.

²⁵ Tamże, s. 519.

²⁶ K. Kotlarski, *Wschodząca i zachodząca dorosłość – rozwój czy tylko zmiany*, [w:] *Bliskość i odalenie horyzontu racjonalności. Codzienność, nauka, edukacja. Próby i Szkice Humanistyczne*, t. 5, red. P. Frąckowiak, J. Spętana, Poznań 2011, s. 199.

²⁷ W. Wrzesień, *Jednostka – rodzina – pokolenie*, Poznań 2003, s. 78.

²⁸ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 504.

²⁹ Tamże, s. 504.

częście ciągle mieszanie się kultur, systemów i interakcji w procesie globalizacji powoduje dalsze przeobrażenia w nieznanych dotąd kierunkach. Istotny jest jednak fakt, że wymienione zjawiska stanowią dla opisywanej kategorii wiekowej swoistą próbę sił w odmiennych sytuacjach.

Średnia dorosłość może z pewnością stać się momentem przełomowym na drodze ku lepszemu. Nawet niekorzystna ocena pobudza predyktory do stworzenia nowej, wypełnionej konstruktywnymi aspiracjami przyszłości. Nie można zapominać, że osoba dorosła znajduje się przecież dopiero pośrodku tego, co przeszłe, a co jeszcze przed nią. Podstawowym więc wyzwaniem tej fazy rozwojowej będzie traktowanie jej w perspektywie aktywnie tworzonej szansy, zamiast biernego wyczekiwania na los³⁰.

Paradygmat sensu życia w perspektywie zadań okresu średniej dorosłości

Jak wynika z powyższych rozważań, powszechnym atrybutem średniej dorosłości, to jest życiowej równowadze i trwałości, towarzyszy często ponowne określenie planów na przyszłość, podsycone wewnętrznym konfliktem zachodzącym pomiędzy dążeniami, pragnieniami a fizycznością i normą społeczną, które wymagają znacznych umiejętności przystosowawczych i decydują o sposobie realizowanej drogi życia.

Tym samym, dominujące do tej pory preferencje w zakresie potrzeb, wartości i celów, pod wpływem doświadczeń przeszłych, ulegają przewartościowaniu i bardziej świadomie, niż to miało miejsce wcześniej, wybierane są w ich miejsce nowe. Kwestionowanie to przebiega podobnie jak w fazie adolescencji³¹, wpływając bezpośrednio na jakość życia (czyli poziom satysfakcji z zaspokajanych potrzeb), której głównymi wskaźnikami są teraz:

bezpieczeństwo, samorealizacja, samoakceptacja, komfort psychiczny, akceptacja oraz uznanie w strukturach odpowiedzialnych za przebieg procesów socjalizacji pierwotnej i socjalizacji wtórnej³².

Powiązane jest to z rozwojem inteligencji i dojrzałości, wynikającej z indywidualnych doświadczeń, za pomocą których osiąga się mądrość znaczącą tyle, co umiejętność określania pozytywnych, ale też niezwykle trudnych kwestii życiowych³³.

³⁰ P. Sztompka, *Socjologia zmian społecznych*, Kraków 2007, s. 59-60.

³¹ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 533.

³² W. Wrzesień, *Jednostka – rodzina – pokolenie*, s. 77.

³³ K. Appelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 512-513.

Pośród zadań pojawiających się w czasie średniej dorosłości podkreślane jest zwłaszcza znaczenie „podtrzymywania satysfakcjonującego obrazu samego siebie, rekonstrukcji celów życiowych oraz przygotowanie do niepewnej przyszłości i budzenie nadziei”³⁴. Odnosić się to jednak powinno nie tyle do *indywidualności*, co do *osobowości*³⁵, a dokładniej tej jej *sfery*, z której czerpane są wrażliwość i postawy społeczne, moralne oraz estetyczne³⁶, nasycone właściwościami najbardziej pozytywnymi, definiowanymi przez Kazimierza Dąbrowskiego jako zmierzająca do ideału umiejętność samouświadamiania, samowybierania, samopotwierdzania i samowychowywania³⁷.

Według Piotra K. Olesia, dorosłość polega na

rosnącej umiejętności tworzenia spójnej i zintegrowanej (choć wielowątkowej) historii życia, stabilnej tożsamości i na jasnym określeniu sensu życia. Dzięki rozwiniętej zdolności do refleksji i umiejętności przewidywania osoby dojrzałe potrafią wskazywać, jakie działania lub warunki życia sprzyjają pełnemu rozwojowi człowieka³⁸.

Postępując za słowami K. Warnera Schaiea, który określa stadium średniej dorosłości jako okres *odpowiedzialności*, zawężania celów i skierowania ich ku innym oraz *reintegracji*, czyli stylu ukierunkowanego na zrozumienie sensu³⁹, należałoby zwrócić uwagę na rosnącą w okresie średniej dorosłości potrzebę odnalezienia sensu życia, a może raczej jego redefinicji oraz przyczyn subiektywnego i obiektywnego ulokowania.

Wtórząca jej chęć odkrycia pojawiających się podczas egzystencjalnej wędrówki znaczeń ludzi, zdarzeń oraz siebie samego, ukrytych pod płaszczem przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, zdaje się być horyzontem własnych poszukiwań.

³⁴ Wyróżnione tutaj zadania autorka zalicza do związanych z wszelkimi kryzysami. Obok utrzymywania wewnętrznej równowagi emocjonalnej oraz podtrzymywania słabnących więzi z rodziną i przyjaciółmi, pozostałe trzy określa jako zadania stawiane przed jednostką przez chorobę, tj. zmaganie się z jej symptomami, ze stresem związanym z leczeniem i hospitalizacją oraz pozytywne relacje z personelem medycznym; B. Ziółkowska, *Środkowy okres dorosłości. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać?* [w:] *Psychologiczne portrety człowieka*, red. A.I. Brzezińska, Gdańsk 2005, s. 581.

³⁵ K. Dąbrowski, *Osobowość i jej kształtowanie poprzez dezynTEGRację pozytywną*, Warszawa 1975, s. 6-7.

³⁶ D. Jankowski, *Refleksje o edukacji i autoedukacji w obliczu zmiany społecznej*, [w:] *Edukacja – kultura – twórczy rozwój*, red. A. Knoćńska, Gniezno 2013, s. 69.

³⁷ K. Dąbrowski, *Osobowość i jej kształtowanie*, s. 43.

³⁸ P.K. Oleś, *Psychologia człowieka dorosłego*, Warszawa 2011, s. 248.

³⁹ P.G. Zimbardo, *Psychologia i życie*, s. 207-208.

Rozwój poczucia sensu życia – perspektywa temporalna. Prezentacja badań własnych

Liczne interpretacje tematu sensu życia wskazują na rosnącą wraz z wiekiem chęć jego odkrywania i uzasadniania.

Czy rzeczywiście nabiera on szczególnego znaczenia w okresie dorosłości?

W jaki sposób motywowany jest rozwój takiej potrzeby w trajektorii życia?

Przeprowadzone w 2011 roku przez autorkę niniejszego artykułu badania⁴⁰, których celem poznawczo-teoretycznym był opis elementów wpływających na analizowane poczucie sensu człowieka w warunkach jego funkcjonowania, pozwoliły na postawienie takich wniosków.

Co prawda, główne założenia penetracji empirycznej skoncentrowane były na *jakości* jego odczuwania, jednak w następstwie uzyskano także wskazania wzrostu oraz intensywności poszukiwań sensowności sprzężone z upływem lat życia.

W kontekście zadań teoretycznych współczesnej pedagogiki traktowane zagadnienie stanowi obszar wymagający poznania i rozumienia, zaś z praktycznego punktu widzenia – przestrzeń domagającą się wsparcia i wzmocnienia pozytywnej postawy oraz motywacji do działań w drodze ku pełni człowieczeństwa, a więc autentycznego uczestnictwa egzystencjalnego.

Tożsamość ludzka, ukazana poprzez opis biograficzny oraz głęboką nad nim refleksję, uwikłana jest oczywiście w odcień subiektywności, jednak nie można zapominać, iż kształtuje się najpierw przez identyfikację (upodabnianie), a dopiero później tworzenie własnej odrębności⁴¹. Dlatego też, główna koncepcja badawcza nie miała na celu uogólnienia, a raczej ukazanie określonego obrazu – odkrycie porządku istniejącego *w* obiekcie badań⁴² oraz wartości, jakie rzeczywiście *są*, a nie *być powinny* u jednostek ludzkich⁴³. Takie podejście nawiązywało do założeń podejmowanego tematu, głoszących, że sensu życia nie można nikomu nadać, ale należy go dostrzec w zależności od dotykających człowieka zdarzeń oraz systemów motywacyjnych, umożliwiających poznanie ocen, pragnień, przeżyć, jak również barier w jego definiowaniu. Ocena ta zasadza się więc w samym podmiocie i odczuwaniu przez nią sensowności istnienia.

⁴⁰ S. Jabłońska, *Sens życia*.

⁴¹ D.A. Rybczyńska, B. Olszak-Krzyżanowska, *Aksjologia pracy socjalnej – wybrane zagadnienia. Pracownik socjalny wobec problemów i kwestii społecznych*, Katowice 1999, s. 10.

⁴² http://resocjalizacja001.dle.interia.pl/konarzewski_jak%20uprawie%E6%20badania1.pdf, [dostęp: 03.03.2011].

⁴³ A.H. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, Poznań 2004, s. 211.

Przy analizie złożonych, indywidualnie uwarunkowanych procesów związanych z konfrontacją wymiarów wpisanych w życie, za cel główny postawiono analizę badanej rzeczywistości społecznej, a także człowieka jako jednostki nie tylko poznającej, ale przede wszystkim kształtującej swoją rzeczywistość. Umożliwiło to postawienie problemu, wyrażającego się w pytaniu: *jakie jest poczucie sensu życia współczesnego człowieka na przykładzie dorosłych mieszkańców miasta Gniezna?*

Ponieważ jednak *poczucie* jako problem badawczy pozostaje uwarunkowane osobowościowo, przeprowadzone badania jakościowe zostały oparte na metodzie indywidualnych przypadków wspartych obserwacją, z użyciem techniki wywiadu o charakterze nieskategoryzowanym, jawnym oraz indywidualnym, nie ograniczającego swobody wypowiedzi.

Wywiad przyjął formę wielowątkowych wypowiedzi odnoszących się zarówno do codziennych czynności badanych osób, jak i momentów przełomowych, co ujawniło proces nadawania sensu w naturalnych warunkach.

Przedmiot badań został utożsamiony z odczuwaniem porządku, możliwości kontrolowania życia oraz refleksyjnym odnoszeniem się do swojej biografii, natomiast brak takiej spójności nawiązywał do utraty poczucia wartości własnej i życia, doznawania bezcelowości i odwoływania się do minimum egzystencjalnego, z przeświadczeniem istniejącej w określony z góry sposób rzeczywistości, unikania odpowiedzialności za własne wybory i działania, czy zrzucania jej na przypadki losu.

Wskaźnikami do zmiennej zależnej (sensu życia) było przeżywanie istnienia jako monotonii/odczuwanie życia jako potencjału, natomiast w zmiennych niezależnych uwzględnione zostały doświadczenie życiowe, sytuacja rodzinna, status materialny, rodzaje aktywności pozazawodowych oraz motywacja. Zmienne pośredniczące zostały określone jako czynniki wewnętrzne modyfikujące wpływ warunków zewnętrznych na postrzeganie tematu, na przykład podejście do stereotypów, akceptacja własnej osoby, wrażliwość.

Sformułowane wcześniej tezy zakładały, że poczucie sensu życia wyraża się w celowości dążenia, swobodzie wyboru i realizacji zmierzania dokąds, refleksji odnoszącej się do tematu oraz umiejętności jego formułowania, dlatego badane osoby odnosiły się podczas wywiadu do szczegółowego przebiegu własnej drogi życiowej.

Badana czteroosobowa grupa składała się z dwóch kobiet oraz dwóch mężczyzn, którzy różnili się wiekiem (20, 35, 55 oraz 72 lata), pełnionymi rolami społecznymi, a ponadto stanem cywilnym oraz liczbą posiadanych dzieci. Podobny natomiast był status społeczny, ekonomiczny i wykształcenie. Cechowała ich duża samodzielność związana z aktywnością zawodową.

Respondenci byli mieszkańcami miasta Gniezna, którego średnia wielkość, uwarunkowania lokalne, społeczne i ekonomiczne można określić jako przeciętne.

Dobór próby badawczej był celowy, uzasadniony wiedzą o spełnieniu zakładanych kryteriów i właściwości – wybór padł na osoby doświadczone życiowo, które wielokrotnie zetknęły się nie tylko z sukcesami, ale też nie-szczęściami, chorobami, czy przypadkami złego losu. Patrząc na sposób ich funkcjonowania, można przypuszczać, że zaistniały czynniki, które pozwoliły poradzić sobie z przeciwnościami, przeobrażając je w sprzymierzeńców kształtowania sensu życia.

Ostateczne wyniki pozwoliły na podział respondentów na dwie grupy, charakteryzujące się odmiennymi poziomami badanego poczucia, różniące się odpowiedzialnością za siebie i innych, wykazywaniem różnorodności w zakresie wartości, potrzeb i zainteresowań, zadowoleniem z obecnej sytuacji życiowej, utożsamianiem się z własną historią oraz pozytywnym traktowaniem różnych form czasu.

Merytoryczna interpretacja czynników wpływających na określanie sensu życia przez poszczególne jednostki wykazała, że najistotniejszą zmienną były tutaj przeżyte sytuacje krytyczne, ale przede wszystkim zróżnicowany wiek.

Młodsza grupa badanych (20 i 35 lat – Dominika i Mariusz) pojmowała życie jako rutynę, w której każdy dzień wygląda podobnie i koncentruje się na wykonywaniu podobnych czynności. Działania ich warunkowane były głównie przez środowisko i ewentualne w nich braki, a cele życiowe stymulowane przez świat zewnętrzny.

Respondenci starsi (55 oraz 72 lata – Janusz i Ludwika) odbierali życie jako wymagający rozwinięcia potencjał. Samo w sobie stanowiło ono w ich przypadku źródło satysfakcji oraz działalność, którą należy wypełniać każdego dnia. Osoby te często zastanawiały się, kim są i po co istnieją, a rzeczywistość nie wyzwaliała w nich obaw. Zdolność do działania i aktywności życiowych można ocenić na poziomie wysokim. Cele życiowe formułowane były przez tych badanych jako już osiągnięte oraz te, do których chcą zmierzać w przyszłości. Uwidaczniała się także w ich przypadku potrzeba realizacji siebie, własnych zainteresowań i pasji.

Zauważalne było spore zróżnicowanie w kwestiach odczuwania kontroli nad własnym istnieniem. Zdaniem młodszych osób, każde zdarzenie miało losowy przebieg, automatycznie więc przyswoili obraz przyszłości nie zależącej od nich samych. Twierdzili, iż mają niewielki wpływ na to, jak układa się życie – zgodnie z tym maksyma o człowieku jako kowalu swojego losu nie do końca jest prawdziwa, najważniejsza zatem powinna być chwila te-

rażniejsza. Na takie postrzeganie wpłynęły sytuacje, które uniemożliwiały decydowanie o sobie oraz preferowane przez otoczenie schematy postaw konsumpcyjnych. Warto zaznaczyć, że nie uświadamiali sobie obrazu śmierci, przyznając, że nie czują się do niej przygotowani, a zagadnienie takie ich nie dotyczy.

Grupa druga natomiast deklarowała afirmację zarówno przeszłości, teraźniejszości, jak i przyszłości – każda z trzech form czasu miała znaczenie, gdyż ukształtowała ich jako jednostki ludzkie, posiadali także świadomość śmierci.

Osoby, z którymi przeprowadzałam wywiad wykazywały także różne poczucie wartości własnej i życia. Młodszy nie czuli się spełnieni, mieli problemy w wymienieniu osiągnięć. Nie przejawiali też podczas rozmowy większej refleksyjności wobec tematyki sensu życia; opis ich życia przyjął formę relacji. W wypowiedziach koncentrowali się na negatywnych momentach, które raczej poczucie sensu zaburzały.

Dominika stwierdziła, że „na co dzień nie myśli o sensie życia. Zdarza się to jedynie w chwilach trudnych”, jednak bardziej w kontekście zwątpienia, niż twórczych poszukiwań, co odbija się na różnych sferach życia niewiarą we własne możliwości. Podobnie rzecz wyglądała u Mariusza, według którego wchodzenie w tematykę sensu zdarzeń mogłoby go załamać. Żadne z nich nie rozmawiało na ten temat z innymi ludźmi.

Badani ze starszej grupy wiekowej oceniali życie jako wartość największą, bez której nic innego nie mogłoby istnieć. Zdawali sobie także sprawę z tego, iż sami są wartościowi, gdyż wiele udało się im osiągnąć, ale też wiele jeszcze mogą zdziałać. Sens życia dostrzegali zarówno w sytuacjach kryzysowych, jak i w odniesieniu do sukcesów.

W przypadku Janusza i Ludwiki odnoszenie się do własnego życia miało charakter refleksyjny, było raczej próbą ponownego zrozumienia wszystkiego, co się do tej pory wydarzyło.

Zdaniem Janusza, życie jest wartością, której nie da się przecenić: „Jest najważniejsze. Nie można go zmierzyć, ani zważyć. Bez niego nie byłoby przecież innych wartości, ani nawet tego wywiadu”.

Zdarzenia negatywne nie stanowiły dla nich porażki, a raczej źródło doświadczeń i drogowskaz na przyszłość. Czuli się szczęśliwi i spełnieni, choć nie zamierzali na tym poprzestawać, stawiając sobie nowe cele i zadania.

Dla Ludwiki życie jest największą wartością. Gdyby nie było życia nie byłoby niczego. Przyznała podobnie, że tematyka sensu życia jest potrzebna zwłaszcza w momentach, kiedy wydaje się, że najpiękniejsze chwile ma już człowiek za sobą. Stwierdziła też, że kiedy minęła młodość, przyszedł czas, kiedy *sens* zarówno dla niej, jak i jej przyjaciół stał się ważny. Stara się przy

tym cieszyć każdym dniem i czuć radość z codzienności: „Życie jest piękne” – powiedziała w trakcie wywiadu.

Jeżeli zaś chodzi o preferowane przez respondentów wartości, to ogólnie rzecz ujmując, koncentrowały się one wokół rodziny i jej szczęścia, choć młodszy obrane wartości i cele utożsamiali z potrzebami materialnymi.

Najważniejsze były tu miłość, dobrobyt, rodzina, zaufanie, uczciwość, dobroć i prawość – na nich właśnie zasadzał się sens życia postrzegany przez potrzeby i wartości zarówno niższe, jak i wyższe, odnoszące się do obszarów funkcjonowania zewnętrznych oraz wewnętrznych. Im szerszy ich wachlarz, tym większe poczucie sensowności.

Co istotne dla tematu (w perspektywie planowanych przez autorkę kolejnych badań), respondenci wskazywali na rosnącą wraz z wiekiem troskę związaną z odnalezieniem sensu życia. Im starszy wiek, a w związku z tym także doświadczenie życiowe – tym temat sensu życia bardziej uświadomiony oraz poruszany w codziennej aktywności i refleksji.

Badani, którzy deklarowali, że odczuwają go na co dzień, nie mieli problemów ani z jego określeniem, ani z odpowiedzią na pytanie: po co żyją.

Wszyscy wyrazili przekonanie, że brak poczucia sensu życia wpływa negatywnie na ludzkie funkcjonowanie, powodując poważną barierę w odnajdywaniu konstruktywnej wartości swojego życia i siebie samego.

Podsumowanie

Sens życia jako kategoria interpretacji egzystencji ludzkiej w okresie średniej dorosłości kojarzy się zazwyczaj z niepokojącymi pytaniami, które wymagają oceny siebie i swoich dotychczasowych działań. Jest to tym bardziej skomplikowane, że znajdujący się w opisywanej fazie rozwojowej ludzie stojąc na półmetku życiowej drogi, nie zawsze potrafią pogodzić się z rzeczywistością, której stali się współautorami, a jednocześnie z przyszłością rysującą przed nimi coraz mniejsze perspektywy.

Na takich też założeniach opierają się koncepcje Zygmunta Baumana, Viktora E. Frankla, czy Tadeusza Frąckowiaka⁴⁴, określające współczesnego

⁴⁴ Z. Bauman wyróżnia typy spacerowicza, włóczęgi, turysty oraz gracza, wtapiających się w globalną zbiorowość; V.E. Frankl pisze o postawie prowizorycznej i fatalistycznej, których rezultatem jest niedostrzeganie własnej roli w zmienianiu oraz kształtowaniu siebie i świata; T. Frąckowiak opisuje trzy grupy wędrowców o odmiennych postawach wobec życia (szczęścia spokoju, szczęścia przyjemności, szczęścia rozwoju-rośnięcia), których charakteryzuje przede wszystkim utrata nadziei, a z których tylko ostatnia poszukuje zadowolenia poprzez tworzenie wartościowej egzystencji; Z. Bauman, *Dwa szkice o moralności ponowoczesnej*, War-

człowieka jako istotę przepełnioną chaosem i nicością, konformizmem lub totalitaryzmem, który sam nie bardzo wie, jak chciałby żyć⁴⁵. Dzisiejszy *Homo viator* aspiruje do

miana wędrowca, którego życie po prostu *jest* – podczas gdy on sam nie ma na jego przebieg wpływu. Główny cel takiego funkcjonowania to przetrwanie każdego wydarzenia, swoista wegetacja⁴⁶.

Biorąc więc pod uwagę, że sens staje się podstawową potrzebą, należy wspierać budowanie jego konstrukcji każdego dnia, wzmacniając w ten sposób pozytywną postawę życiową, potwierdzając tezę postawioną przez Abrahama H. Masłowa, że życiu przepełnionemu powagą i głębią przeciwstawia się istnienie powierzchowne, płytkie, pomniejszone, polegające głównie na obronie przed problemami⁴⁷.

Świadomość sensu życia wydaje się więc być istotna zwłaszcza teraz: w dobie wszechogarniającego kryzysu wartości, a tym samym całej ludzkości. Wyzwaniem staje się przede wszystkim umiejętne kształtowanie własnej tożsamości, tak zwanego *Ja*, budowanie własnego obrazu w sposób świadomy i odpowiedzialny, a zarazem pozwalający spojrzeć na siebie z czystością sumienia i zadowoleniem z wyboru obranej ścieżki egzystencjalnej. Wobec powyższych, wyzwanie nadrzędne życiowej wędrówki stanowi pełnia egzystencji, znajdująca swoje odbicie przede wszystkim w rozwoju, poczuciu sprawstwa oraz wartości istnienia.

Pedagogiczne koncepcje wspierania poczucia sensu życia osób dorosłych

W wyszczególnionych obszarach niezbędna jest pomoc osobom dorosłym tak, aby potrafiły radzić sobie w spotykających je sytuacjach. Zdarzenia bowiem, które wydają się naturalne, a wpływają na bieg życia, to jest małżeństwo, macierzyństwo, utrata pracy, śmierć rodziców, żałoba oraz inne, mogą być uznawane jako krytyczne wydarzenia życiowe⁴⁸, a ich rozstrzygnięcie wymagające opieki.

szawa 1994, s. 31-36; V.E. Frankl, *Homo Patiens*, Warszawa 1984, s. 56-58; T. Frąckowiak, *O pedagogice nadziei*, s. 151.

⁴⁵ V.E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Warszawa 2010, s. 11.

⁴⁶ S. Jabłońska, *Homo viator wobec rzeczywistości zmiany społecznej*, [w:] *Nauki społeczne wobec kryzysu i nowych wyzwań. Teoria i praktyka*, red. Z. Dacko-Pikiewicz, I. Emmerová, Toruń 2013, s. 98.

⁴⁷ A.H. Masłowa, *W stronę psychologii istnienia*, s. 23.

⁴⁸ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 222.

W opisywanym zakresie proponowane wsparcie powinno odnosić się do kształcenia umiejętności świadomego godzenia się z upływającym czasem, a więc satysfakcji z *teraz* oraz dostrzeganiem potencjału przyszłości. Warto podkreślać, że wszystkie formy czasu odgrywają znaczną rolę w kształtowaniu jestestwa, łącznie ze świadomością własnej skończoności – takie *utrzymywanie dialogu z Czasem*, jak pisał A. Giddens, jest podstawowym warunkiem samorealizacji, satysfakcji i pełni życia⁴⁹. Użytkując go właściwie, zdobywa człowiek niezwykle doświadczenie, zwraca uwagę nie tylko na długość, ale też szerokość istnienia, wyznacza jakość, przestrzeń i styl trwania, co znacznie ułatwia eksplorację drogowskazów pokazujących dokąd i którędy zmierzać.

Składając się z przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, towarzyszy jako wielka tajemnica, kształtuje doświadczeniem, które minęło, świadomością tego, co jest i potencjałem wszystkiego, co będzie. Znaczna jest więc jego rola w kontekście aktualności trwania oraz przemijania, skłania do refleksji, czy dystans przebyty został właściwie.

Zdaniem M. Heideggera, istnieje jako klucz do uchwycenia *prawdy bycia* – niezwykle ważny jest więc wybór własnej dziejowości i zatapianie się we wszystkich trzech jego formach⁵⁰.

Świadomość umykającego czasu i ostatecznie śmierci jawi się tutaj jako perspektywa, w obliczu której człowiek pragnie korzystać z każdej chwili – myśl taka wypełnia obawą, ale z drugiej strony nadaje czasowi wartość, a egzystencję przekształca w czyn⁵¹. Według Kazimierza Obuchowskiego, w podążaniu ku człowieczeństwu udział swój muszą mieć zarówno smutki, depresje, wstyd i wina, jak i przeżywanie uczuć radości czy zadowolenia⁵², a wspomagaczem złych doświadczeń powinna stać się właściwa postawa.

Jednocześnie ważne jest uświadamianie, że życie nie jest przypadkiem, a jego indywidualna koncepcja zależy przede wszystkim ode mnie. Podstawowym zadaniem jest odnalezienie poczucia własnej wartości, czyli postawy sprzyjającej samoocenie. Podobne wartościowanie należy zastosować do samego zjawiska istnienia, które *egzystencją* staje się wówczas, kiedy człowiek zauważy w nim wartość najwyższą. Przekłada się to na wolność wyboru takich sposobów życia, które tworząc spójną politykę decyzji, celują w odpowiedź na pytanie: *jak powinniśmy żyć?*⁵³

⁴⁹ A. Giddens, *Nowoczesność i tożsamość*, Warszawa 2006, s. 107.

⁵⁰ J. Tischner, *Myślenie według wartości*, Kraków 2005, s. 118.

⁵¹ Z. Bauman, *Śmierć i nieśmiertelność. O wielości strategii życia*, Warszawa 1998, s. 43.

⁵² K. Dąbrowski, *Trud istnienia*, Warszawa 1986, s. 152.

⁵³ A. Giddens, *Nowoczesność i tożsamość*, s. 292.

Niezwykle istotne staje się więc w tym czasie pobudzenie mechanizmów przystosowawczych do okresu średniego wieku dojrzałego, obejmujących naukę oceniania mądrości w miejsce atrakcyjności, skupienie się przy tym na kategoriach indywidualnych i niepowtarzalnych cech osobowości, a także zdolność do elastyczności emocjonalnej, dzięki czemu zmienia się sposób zaangażowania względem ludzi, którzy odchodzą i aktywności, które są zbyt wymagające⁵⁴.

W tym miejscu rodzi się człowiek, który zdaje sobie sprawę, iż wszystko, co życie postawiło na jego drodze nadało nowe znaczenie i ukierunkowało dalsze postępowanie – taka *nadzieja* pozwala pokonywać bariery w sposób godny i konstruktywny oraz dostrzegać w przyszłości szansę na planowanie i spełnienie celów, przeciwdziałając zatrzymywaniu się przy oczywistościach i sprzyja kreśleniu wizji nowego siebie. Tadeusz Kotarbiński zwraca uwagę, by traktować cele pośrednie jako środek do osiągnięcia głównego tak, by nie wyczerpywać się w błahych przedsięwzięciach⁵⁵, warunkiem podstawowym samozadowolenia jest bowiem traktowanie jednych i drugich jako niezbędnych do osiągnięcia szczęścia.

Dojrzałość do życia to także racjonalne samopoznanie i autorefleksja. Człowiek kierujący własnym przeznaczeniem jest jednocześnie jego twórcą i realizatorem. Akceptacja życia to zrozumienie powodów, dla których znajduję się w tym, a nie innym miejscu, jestem osobą taką, jaką jestem – nie kimś innym.

J. Szczepański podkreśla w tym kontekście, że niewielu jest ludzi skupiających się na budowaniu dojrzałej biografii⁵⁶. Prawdziwą umiejętnością stać się powinno korzystanie z doświadczeń minionych, a jednocześnie otwieranie się na nowe wyzwania.

Duże znaczenie powinna mieć także zdolność przystosowania się do szybkich zmian społecznych i kryzysów poprzez wskazywanie systemów wzorców zgodnych z wysoką jakością egzystencjalną, a w ten sposób budowania sensu życiowego poprzez mądry wybór drogi życiowej w perspektywie osobistej i zawodowej, zainteresowania własnym wnętrzem, przetwarzania świata, zwalczania stagnacji⁵⁷.

Zadaniem człowieka jest dostrzeżenie w sobie i swoim życiu dobra immanentnego, a więc zarówno chęci do jego zachowania, jak i rozwinięcia. Tylko w ten sposób stanie się ono samoistnie ważne. Wybierając uczestnictwo pełne w miejsce ubogiego, przyjmuje za kryterium jego treść. Jest to

⁵⁴ A. Birch, *Psychologia rozwojowa*, s. 241-242.

⁵⁵ T. Kotarbiński, *Medytacje o życiu godziwym*, s. 21-22.

⁵⁶ J. Szczepański, *Sprawy ludzkie*, Warszawa 1984, s. 41-42.

⁵⁷ S. Jabłońska, *Homo viator*, s. 102.

jedynym ratunkiem przed spłyleniem człowieczeństwa obserwowanym we współczesnym świecie, gdzie ludzkość zapomina, że pełnia życia powinna być najważniejszą działalnością.

Objęcie swym zasięgiem osób w okresie średniej dorosłości to zadanie specyficzne, jednak konieczne dla jednostkowego *szczęścia* osobistego jako najwyższego z możliwych osiągnięć ludzkich, które z kolei warunkuje zdrowie psychiczne⁵⁸, tworzące podwaliny dobrej kondycji całej ludzkości.

Czy w tę rolę – propagatora zagadnienia sensu życia – powinna wejść pedagogika? Otóż tak, jeśli jej przesłaniem ma być nie tylko wychowywanie, ale też wspieranie w pozytywnym wartościowaniu, wyznaczaniu i realizacji życiowych celów oraz wskazywaniu dróg do pełni człowieczeństwa. Być może wtedy, po długich i krętych poszukiwaniach, trafi na obszar ważny, odpowiadający palącej potrzebie współczesnego człowieka dorosłego.

Jest na to szansa tym bardziej, że osoby w okresie średniej dorosłości coraz częściej decydują się na zdobywanie kolejnych szczebli edukacji, podejmując studia z przekonaniem, że wykształcenie jest dzisiaj ważnym krokiem do życiowego sukcesu i odnalezienia się w panujących realiach⁵⁹.

Potrzeba zainteresowania przez pedagogikę poruszonym tematem jest uzasadniona, jeśli rzeczywiście chce ona podjąć wyzwanie kroczenia z człowiekiem po krętych ścieżkach istnienia oraz wskazywać wartość ostatecznych egzystencjalnych zadań. Sens życia powinien być zatem aktualny w prowadzonych dyskursach, a także rozbudzany, wspierany i dopełniany w świadomości uczestników. Przyszłość nauk społecznych leży bowiem w szukaniu najlepszych ludzkich potencjałów⁶⁰ oraz misji umożliwienia wizji całego życia⁶¹.

Istnienie ludzkie jest nauką, także nauką poszukiwania sensu, którego obecność należy ukazać poprzez odpowiedź *jak żyć autentycznie*⁶², przez pobudzanie *twórczego indywidualnego istnienia w świecie*⁶³.

Wola wypełnienia sensem istnienia jest naturalna, jednak wymaga wyposażenia w umiejętność jego szukania w celu wskazania prawidłowej drogi

⁵⁸ Janusz Czapiński powołuje się na słowa Carol Ryff (1989), według której do miar szczęśliwego życia, a więc i zdrowia psychicznego zalicza się: samoakceptację, pozytywne relacje z innymi ludźmi, autonomię, zdolność do kształtowania swojego środowiska, poczucie sensu życia, celowości i wartości własnego życia oraz rozwój osobisty; J. Czapiński, *Spotkanie dwóch tradycji: hedonizmu i eudajmonizmu*, [w:] *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, red. J. Czapiński, Warszawa 2012, s. 14-15.

⁵⁹ K. Apelt, *Środkowy okres dorosłości*, s. 514.

⁶⁰ J. Czapiński, *Spotkanie dwóch tradycji*, s. 31.

⁶¹ J.Z. Górnikiewicz, *Subdyscypliny na miarę nowych wyzwań – o nowe obszary spraw warte wyodrębnienia*, [w:] *Nauki społeczne wobec kryzysu i nowych wyzwań*, s. 217.

⁶² J. Czapiński, *Spotkanie dwóch tradycji*, s. 17.

⁶³ D. Jankowski, *Refleksje o edukacji i autoedukacji*, s. 70.

rozwojowej⁶⁴, odpowiadającej na wątpliwości dotyczące tego „jaki świat być może, jakie życie jest pożądane, oczekiwane i bardziej wartościowe”⁶⁵, by zapobiegać przenikającej codzienność pustce i odczuwaniu społecznej nieprzydatności.

Takie wsparcie z zakresu pozytywnej budowy sensowności ma szansę wpłynąć na tworzenie bogatego osobowościowo oraz wielowymiarowego, dającego wiarę w lepszą przyszłość ludzkości *Człowieka*, który jest celem wszystkich dzisiejszych działań pedagogicznych.

Zakończenie

Jak widać, wyraźnie istotną rolę odgrywa w życiu człowieka wzięcie odpowiedzialności za wygląd własnego życia. Z jednej strony wybrać można zwyczajne *trwanie* – drogę prostą i lekką, z drugiej *bycie* – rozumiane jako świadoma, aktywna partycypacja w podążaniu za ambicjami, potrzebami, celami i wartościami.

Czas średniej dorosłości nie powinien być okresem wegetacji. Najważniejszym zadaniem współczesnego dorosłego jest przeobrażenie go w atrakcyjny etap życiowej wędrówki, obfitujący w realizację zamierzeń przyczyniających się do harmonii z sobą samym i światem, a jednocześnie roztaczający horyzont nowego.

W sytuacji dostrzeżenia wyżej postawionych problemów oraz przede wszystkim potrzeb osób dorosłych należy sobie uświadomić, że ich rozwój jest niezwykle istotny, gdyż to właśnie do tej grupy społecznej należy większość osób mających wpływ na kształt świata i ludzkości.

Poczucie sensu życia jest odbiciem wnętrza i aktywności ludzkich, powiększa się w wyniku rozwoju, projektowania i zdolności do samego jego opisywania. Można rzec, iż potencjał taki posiadają wszyscy ludzie, choć nie zawsze jest on wykorzystywany bądź pojawia się w nielicznych okolicznościach. Samodzielne jego określanie jest sporym wyzwaniem, lecz z pewnością zapobiega negatywnej ocenie działalności życiowej⁶⁶, co wpływa korzystnie na czynne przeobrażanie codzienności. Wszystko, co tworzy człowieka – natura, uczucia, ludzie, mijający czas, jest w tym przypadku ważne. Potrzeby i wartości służą spełnianiu i rozwijaniu siebie, a życie jest najważniejszym przedsięwzięciem i celem samym w sobie – *tu i teraz*. Dzięki temu osoba dorosła nie będzie odczuwać dokuczającej jej samotności, a samo przejście

⁶⁴ V.E. Frankl, *Wola sensu*, s. 12.

⁶⁵ Z. Kwieciński, *Miedzy patosem*; S. Kawula, *Pedagogika społeczna dzisiaj i jutro*, s. 53-54.

⁶⁶ K. Obuchowski, *Psychologia dążeń ludzkich*, Warszawa 1967, s. 232.

przez okres średniej dorosłości stanie się mniej odczuwalne i sprzyjać będzie pozytywnemu przygotowaniu do wejścia w kolejne stadium.

Kategoria sensowności daje wewnętrzną siłę na projektowanie życia otwierającego możliwości, ukierunkowanie na wyraźny cel oraz kształtowanie człowieka rozumiejącego własne istnienie, rozwijającego się we wszystkich możliwych kierunkach, wchodzącego na coraz to wyższe poziomy, wykorzystując przy tym umiejętności, kwalifikacje, wykształcenie, jak również siłę najbliższych oraz własną.

Aby przeciwstawiać się barierom, iść w kierunku przyszłości z nadzieją, że można jeszcze wiele osiągnąć i pozostawić po sobie trwałe ślady, trzeba konsekwentnie sensu szukać.

BIBLIOGRAFIA

- Appelt K., *Środkowy okres dorosłości. Jak rozpoznać potencjał dojrzałych dorosłych?* [w:] *Psychologiczne portrety człowieka*, red. A.I. Brzezińska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.
- Bauman Z., *Dwa szkice o moralności ponowoczesnej*, Instytut Kultury, Warszawa 1994.
- Bauman Z., *Śmierć i nieśmiertelność. O wielości strategii życia*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1998.
- Birch A., *Psychologia rozwojowa w zarysie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2005.
- Brezinka W., *Wychowywać dzisiaj*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2007.
- Czapiński J., *Spotkanie dwóch tradycji: hedonizmu i eudajmonizmu*, [w:] *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, red. J. Czapiński, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
- Dąbrowski K., *Osobowość i jej kształtowanie poprzez dezyntegrację pozytywną*, Polskie Towarzystwo Higieny Psychiczej, Warszawa 1975.
- Dąbrowski K., *Trud istnienia*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1986.
- Górniewicz J.Z., *Subdyscypliny na miarę nowych wyzwań – o nowe obszary spraw warte wyodrębnienia*, [w:] *Nauki społeczne wobec kryzysu i nowych wyzwań. Teoria i praktyka*, red. Z. Dacko-Pikiewicz, I. Emmerova, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, Toruń 2013.
- Frankl V.E., *Homo Patiens*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1984.
- Frankl V.E., *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2010.
- Frąckowiak T., *O pedagogice nadziei. Fascynacje i asocjacje aksjologiczne*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2007.
- Giddens A., *Nowoczesność i tożsamość*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
- Jabłońska S., *Sens życia – między wegetacją a pełnią egzystencji* – praca magisterska pod kierunkiem prof. zw. dra hab. K. Przyszczykowskiego, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Poznań 2011.
- Jabłońska S., *Homo viator wobec rzeczywistości zmiany społecznej*, [w:] *Nauki społeczne wobec kryzysu i nowych wyzwań. Teoria i praktyka*, red. Z. Dacko-Pikiewicz, I. Emmerova, Wydawnictwo Naukowe Akapit, Toruń 2013.

- Jabłońska S., Hedrych-Stanisławska A. w: *Kryzys w sferze wartości. Konflikt z prawem jako komunikat kryzysu* – publikacja z Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Komunikacja – wychowanie – pomoc – interwencja”, Łądek Zdrój 2013.
- Jankowski D., *Refleksje o edukacji i autoedukacji w obliczu zmiany społecznej*, [w:] *Edukacja – kultura – twórczy rozwój*, red. A. Knocińska, Gnieźnieńska Szkoła Wyższa Milenium, Gniezno 2013.
- Kawula S., *Pedagogika społeczna dzisiaj i jutro*, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, Toruń 2012.
- Kotarbiński T., *Medytacje o życiu godziwym*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1985.
- Kotlarski K., *Wschodząca i zachodząca dorosłość – rozwój czy tylko zmiany*, [w:] *Bliskość i oddalenie horyzontu racjonalności. Codzienność, nauka, edukacja*. Próby i Szkice Humanistyczne, t. 5, red. P. Frąckowiak, J. Spętana, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2011.
- Kubacka-Jasiecka D., *Interwencja kryzysowa. Pomoc w kryzysach psychologicznych*, Warszawa 2010.
- Kwieciński Z., *Między patosem a dekadencją*, [w:] *Pedagogika u progu trzeciego tysiąclecia*, red. A. Nałaskowski, K. Rubacha, Wydawnictwo Naukowe UMK, Toruń 2001.
- Maslow A.H., *W stronę psychologii istnienia*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2004.
- Obuchowski K., *Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1967.
- Oleś P.K., *Psychologia człowieka dorosłego*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.
- Rybczyńska D.A., Olszak-Krzyżanowska B., *Aksjologia pracy socjalnej – wybrane zagadnienia. Pracownik socjalny wobec problemów i kwestii społecznych*, Biblioteka Pracownika Socjalnego, Katowice 1999.
- Szczepański J., *Sprawy ludzkie*, Wydawnictwo Czytelnik, Warszawa 1984.
- Sztompka P., *Socjologia zmian społecznych*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2007.
- Szyszkowa M., *Filozofia zdrowia psychicznego*, [w:] *Zdrowie psychiczne*, red. K. Dąbrowski, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1985.
- Tischner J., *Myślenie według wartości*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2005.
- Wrzesień W., *Jednostka – rodzina – pokolenie*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2003.
- Zimbardo P.G., *Psychologia i życie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
- Ziółkowska B., *Środkowy okres dorosłości. Jak rozpoznać ryzyko i jak pomagać?* [w:] *Psychologiczne portrety człowieka*, red. A.I. Brzezińska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005.

http://resocjalizacja001.dle.interia.pl/konarzewski_jak%20uprawie%E6%20badania1.pdf, [dostęp: 03.03.2011].