



# Logoprofilaktyka wobec kryzysu wieku dorastania

## Logophylaxis in the face of crisis of adolescence

Piotr Szczukiewicz<sup>a</sup>, Roman Solecki<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Dr Piotr Szczukiewicz, <https://orcid.org/0000-0001-6220-682X>, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach

<sup>b</sup> Dr Roman Solecki, <https://orcid.org/0000-0002-9424-0675> Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

**Abstrakt:** Niniejsze opracowanie podejmuje problem kryzysu wieku dorastania z perspektywy logoprofilaktyki czyli działań profilaktycznych odwołujących się do logoterapii i analizy egzystencjalnej V. E. Frankla. Koncepcja tego wiedeńskiego badacza i lekarza, ze względu na zakotwiczenie w filozofii oraz ze względu na traumatyczne doświadczenia samego Frankla, znajduje dziś zastosowanie do rozumienia różnych zjawisk ludzkiego życia czy kryzysów współczesnej kultury. Autorzy – odwołując się do logoterapii – dowodzą, że wiek dorastania ma z reguły przebieg kryzysowy i jest to zjawisko charakterystyczne dla każdego systemu rodzinnego i środowiska wychowawczego, ale że kryzys ten ma także związek ze społecznym potencjałem wartości i ideałów wyrażającym się na przykład przez religię czy kulturę. Stanowi to wyzwanie dla wychowawców, pedagogów czy psychologów pracujących z młodzieżą, gdyż wiele problemów wychowawczych oraz zaburzeń ma związek z kryzysowym charakterem wieku dorastania, a co za tym idzie z kulturowymi sposobami transmisji wartości. Omówiono rozumienie kryzysu w ujęciu logoterapii, ze szczególnym uwzględnieniem roli frustracji egzystencjalnej. Autorzy argumentują, że kryzys wieku dorastania może być rozumiany także jako swego rodzaju kryzys egzystencjalny. A zatem kryzys odnoszący się do problemów dotyczących celów życiowych, konfliktów wartości, dokonywanych wyborów, czy przeżywania sensu życia. Uzasadniono, że logoprofilaktyka dostarcza dobrego aparatu pojęciowego do rozumienia tego typu kryzysów i może wykorzystywać jeden z głównych czynników chroniących przed niekorzystnym przebiegiem kryzysu wieku dorastania – poczucie sensu. Wykazano zastosowanie logoprofilaktyki do problemów wieku dorastania, jako okresu rozwojowego związanego z poszukiwaniem rozstrzygnięć światopoglądowych i określeniem osobistych wartości. Jako przykład strategii logoprofilaktycznych zaprezentowano strategię polegającą na dostarczaniu doświadczeń egzystencjalnie znaczących. W artykule przedstawiono też argumenty za tym, że działania logoprofilaktyczne mogą wspierać proces wychowania, gdyż kryzys w życiu nastolatka zazwyczaj jest związany z problemowym przeżywaniem sensu życia i może odzwierciedlać dezorientację w sferze wartości jaka występuje w społeczeństwie.

**Słowa kluczowe:** kryzys wieku dorastania, logoprofilaktyka, logoterapia, frustracja egzystencjalna, doświadczenie egzystencjalnie znaczące.

**Abstract:** This study addresses the problem of the adolescent crisis from the perspective of logophylaxis, i.e. preventive actions referring to logotherapy and existential analysis of V. E. Frankl. The concept of this Viennese researcher and physician, due to its anchoring in philosophy and due to Frankl's own traumatic experiences, is nowadays applied to the understanding of various phenomena of human life or crises of contemporary culture. The authors – referring to logotherapy – argue that adolescence generally has a crisis course and that this is a phenomenon characteristic of every family system and upbringing environment, but that this crisis is also related to the social potential of values and ideals expressed, for example, through religion or culture. This poses a challenge for educators, pedagogues or psychologists working with young people, as many educational problems and disorders are linked to the crisis nature of adolescence and thus to the social ways in which values are transmitted. An understanding of crisis in logotherapy terms is discussed, with a particular focus on the role of existential frustration. The authors argue that adolescent crisis can also be understood as a kind of existential crisis. Thus, a crisis relating to problems concerning life goals, value conflicts, choices made, or experiencing the meaning of life. It has been reasoned that logophylaxis provides a good conceptual apparatus for understanding this type of crisis and can make use of one of the main protective factors against the adverse course of an adolescent crisis – a sense of meaning. The application of logophylaxis to problems of adolescence has been demonstrated, as a developmental period associated with the search for worldview resolution and the definition of personal values. The strategy of providing existentially meaningful experiences was presented as an example of logophylactic strategies. The article also argues that logophylactic measures can support the process of upbringing, since a crisis in the life of an adolescent is usually associated with problematic experiences of the meaning of life and disorientation in the sphere of values.

**Keywords:** Adolescent crisis, logophylaxis, logotherapy, existential frustration, existentially meaningful experience.

## Wprowadzenie

Wiek dorastania ma charakter kryzysowy i jest to zjawisko znamienne dla każdego systemu rodzinnego i środowiska wychowawczego. Nastolatek w tym czasie aspiruje do bycia dorosłym i coraz mniejszą

rolę w jego rozwoju odgrywają identyfikacje, które osiągał w dzieciństwie (Erikson, 2004; Jankowska, 2017; Witkowski, 2015). Stanowi to wyzwanie dla wychowawców, pedagogów czy psychologów pracu-

jących z młodzieżą. Większość typowych problemów wychowawczych typu: niechęć do nauki, unikanie szkoły, bunt wobec rodziców, nieposłuszeństwo, może stanowić symptomy kryzysu u nastolatka (Elliott, Place, 2010). Taki kryzys może mieć zarówno charakter rozwojowy – związany z naturalnymi procesami uzyskiwania autonomii i budowania własnej tożsamości, jak też sytuacyjny – wynikający z reakcji na trudną sytuację w systemie rodzinnym czy szkole (Szczukiewicz, 2015).

Naturalne procesy rozwojowe mogą w tym wieku rodzić wiele konfliktów wewnętrznych oraz trudnych sytuacji w relacjach z dorosłymi. Czasem będzie to wyraźnie zaburzać funkcjonowanie nastolatka oraz realizowanie przez niego zadań rozwojowych. W niniejszym artykule kryzysowy charakter wieku dorastania jest oceniany z perspektywy analizy egzystencjalnej i logoterapii Viktora E. Frankla. Ten okres rozwojowy jest bowiem związany nieodłącznie z poszukiwaniem rozstrzygnięć światopoglądowych i określaniem osobistych wartości. Ma też nieraz charakter buntowniczy i gwałtowny, a przy tym kryzys w życiu nastolatka zazwyczaj jest związany z problemowym przeżywaniem sensu życia i dezorientacją w sferze wartości. Dlatego rozważania na temat przeżywania kryzysu i pomagania w kryzysie młodemu człowiekowi wymagają odwołania się do pojęcia sensu życia i uwzględnienia zjawiska tzw. frustracji egzystencjalnej (Frankl, 1998, 2010).

Koncepcja Viktora Frankla może być użyteczna do zrozumienia kryzysu wieku dorastania ze względu na szeroką perspektywę jaką jej autor przyjmuje wobec problemów indywidualnych i społecznych. Analiza egzystencjalna i logoterapia patrzy na trudności indywidualne, nie tylko przez pryzmat psychopatologii i psychoterapii, ale także z perspektywy antropologii filozoficznej i „ducha czasu”. Między innymi za tę szeroką refleksję nad kondycją współczesnego człowieka logoterapia jest tak ceniona na świecie (por. Costello, 2019; Guttman, 2008; Maddox, 2002). Powstają też ciągle nowe publikacje z zakresu jej zastosowania w szeroko pojętym zaburzeniu zdrowia psychicznego (Lukas, Schönfeld, 2021). Dlatego kryzys wieku dorastania widziany z perspektywy logoterapii nie jest zjawiskiem, na które wystarczy spojrzeć przez pryzmat psychologii rozwojowej, ale

jest odzwierciedleniem ważnych procesów społeczno-kulturowych, które stoją u podstaw wyborów dokonywanych przez młodych ludzi.

Działania profilaktyczne odwołujące się do koncepcji V. E. Frankla i ukierunkowane na problemy o tego typu etiologii, zostały określone mianem logoprofilaktyki (Solecki, 2022). Logoprofilaktyka opiera się o wielowymiarową, integralną i personalistyczną wizję człowieka i przeciwstawia się różnym redukcjonizmom obecnym w naukach o człowieku (np. psychologizmowi czy nihilizmowi). Osoba ludzka nie jest zdeterminowana przez popędy, ale ukierunkowana na sens, posiada niezbywalną godność, a przy tym może siebie zrozumieć tylko z poziomu transcendencji (Frankl, 2017). Najistotniejszym czynnikiem w podejściu logoprofilaktycznym jest poczucie sensu życia, które chroni człowieka przed takimi zjawiskami jak depresja, myśli samobójcze, zachowania autodestrukcyjne, uzależnienia czy pustka egzystencjalna (Kmieciak-Jusięga, 2022; Solecki, Hreciński, 2022).

## 1. Typologia kryzysów a kryzys wieku dorastania

Terminologia dotycząca zjawisk kryzysowych jest bardzo zróżnicowana. W tym kontekście funkcjonują takie terminy związane z pojęciem kryzysu jak: uraz psychiczny, doświadczenie urazowe, stres pourazowy, stres traumatyczny, trauma, zdarzenie urazowe, kryzys emocjonalny, kryzys psychiczny, krytyczne wydarzenie życiowe, kryzys osobowościowy, kryzys egzystencjalny, kryzys normatywny, kryzys rozwojowy, kryzys tożsamości (Bronowski i in. 2019; Jacyniak, Płużek, 1998; Kubacka-Jasiecka, 2010, 2016; Oleś, 1992; Szczukiewicz, 1998). Część wspomnianych określeń ma charakter bliskoznaczny, jednak część różni się znacznie co do zakresu zastosowania. Poniżej zostaną uwzględnione niektóre ze wspomnianych pojęć przy założeniu, że generalnie problematykę kryzysów psychicznych da się uporządkować przyjmując podział na ich dwie podstawowe kategorie: kryzysy rozwojowe i urazowe (Szczukiewicz, 2015).

Kryzysy rozwojowe (naturalne, normatywne) to kryzysy związane z okresami rozwojowymi, zwłaszcza z przełomami występującymi w rozwoju. Ich wystąpie-

nie można przewidywać, zwłaszcza co do czasu wystąpienia, jak i charakteru lub natury kryzysu. Kryzysy rozwojowe wiążą się z procesami rozwoju, a więc np. przekształceń w systemie potrzeb, procesach wartościowania, itp. Z reguły kryzys wykazuje silną polaryzację czy też biegunowość, co wiąże się z ewentualnym pozytywnym lub negatywnym jego rozwiązaniem. Jednym z najbardziej znanych kryzysów rozwojowych jest kryzys tożsamości typowy dla wieku dorastania (Erikson, 1997; Szczukiewicz, 1998).

Kryzysy urazowe (kryzysy sytuacyjne, zdarzenia traumatyczne, krytyczne zdarzenia życiowe) występują losowo i raczej niespodziewanie, obejmują tzw. sytuacje trudne. Z reguły są one niemożliwe do przewidzenia i przygotowania się na ich przyjęcie, przeżycie ich czy zastosowanie odpowiednich środków zaradczych (np. śmierć bliskiej osoby, ciężka choroba, kalectwo, utrata majątku, rozwód). W czasie trwania kryzysów urazowych normalna aktywność jednostki i jej społeczne interakcje są zakłócone lub nawet całkiem przerwane. Występują bardzo silne negatywne emocje związane z niemożnością zredukowania sytuacji traumatycznej do rutynowych sposobów zachowania, ani nawykowych sposobów przystosowania. Takie sytuacje, jeśli chodzi o problemy młodzieży szkolnej, prowadzą do tzw. zaburzeń adaptacyjnych, które w wieku dorastania stanowią najczęstsze rozpoznanie diagnostyczne. Dotyczą one bardzo często problemów związanych z nowym etapem nauki, wysokimi wymaganiami w nowym środowisku szkolnym lub też gwałtownymi przemianami w systemie rodzinnym (np. rozwód) (Szczukiewicz, 2015).

Często przyjmuje się, że kryzysy psychiczne mają charakter dwuwartościowy, dwoisty – z jednej strony zawierają ryzyko, możliwość patologizacji jednostki, z drugiej zaś strony przynoszą szansę dalszego rozwoju i wzrostu, a co za tym idzie pozytywnego przejścia kryzysu (Kubacka-Jasiecka, 2016). Potencjał pozytywny kryzysu (pojawienie się pozytywnych skutków w wyniku jego przezwyciężenia) jest o wiele większe w kryzysach rozwojowych. Siła i zakres wpływu kryzysów sytuacyjnych na zdrowie i funkcjonowanie psychiki są bardzo zróżnicowane, ale z reguły stwarzają one większe zagrożenie, niż kryzysy rozwojowe. Cechą wspólną kryzysów urazowych i rozwojowych

jest wymaganie od jednostki zwiększonego wysiłku adaptacyjnego. W obu wypadkach można mówić o zakłóceniu dotychczasowej linii życiowej, choć z reguły zdarzenia traumatyczne bardziej zakłócająco wpływają na jej bieg. Ponadto w obu wypadkach będziemy mogli też mówić np. o zagrożeniu dla wewnętrznej integracji, dużych zmianach w przestrzeni życiowej i poczuciu osobistej tożsamości (Erikson, 1997; Kubacka-Jasiecka, 2016).

W świetle powyższych spostrzeżeń kryzys wieku dorastania, jako związany z procesami rozwoju, ma przede wszystkim charakter normatywny i rozwojowy, to znaczy stanowi normę rozwojową i zawiera pozytywny potencjał. Rozwiązanie takiego kryzysu otwiera nowe możliwości przed młodą osobą i prowadzi do większej dojrzałości. Należy jednak pamiętać o kryzysach psychicznych nastolatków, które nie mają charakteru rozwojowego, ale związane są z trudnymi sytuacjami życiowymi, urazami psychicznymi lub chorobami. Tego typu kryzysy stanowią podstawę do rozpoznawania zaburzeń w życiu psychicznym (np. zaburzenia adaptacyjne) i wymagają innego rodzaju pomocy, niż kryzysy rozwojowe (Elliot, Place, 2010; Szczukiewicz, 2015).

## **2. Kryzys z perspektywy logoterapii V.E. Frankla**

Logoterapia dostarcza podstaw teoretycznych i pojęć pozwalających lepiej zrozumieć istotę doświadczeń kryzysowych w wieku dorastania. Do najbardziej charakterystycznych dla tego nurtu należą takie terminy jak „sens życia”, „frustracja egzystencjalna” czy „pustka egzystencjalna”. Znaczenie sensu życia dla dojrzałości i zdrowia psychicznego zostało w psychologii dostrzeżone bardzo wcześnie, za sprawą A. Adlera, wiedeńskiego lekarza i psychoterapeuty oraz teoretyka osobowości, twórcy psychologii indywidualnej (Adler, 1986; Campbell, Hall, Lindzey, 2023). Jednak dopiero ukształtowanie się nurtu egzystencjalno-humanistycznego w psychologii, a zwłaszcza logoterapii Viktora E. Frankla sprawiło, że pojęcie sensu życia zostało rozwinięte i potraktowane jako wiodąca idea działań terapeutycznych (por. Frankl, 1978, 1998, 2010).

Viktor Frankl, wiedeński neurolog i psychiatra oraz psychoterapeuta, był twórcą trzeciej wiedeńskiej szkoły psychoterapii, po Z. Freudzie i A. Adlerze (Szykuła, 2022). Ten myśliciel inspirował się w młodości poglądami Adlera i psychoterapią egzystencjalną, lecz w krótkim czasie stworzył własną spójną teorię funkcjonowania człowieka i psychoterapii określaną mianem analizy egzystencjalnej i logoterapii. Frankl rozróżniał „analizę egzystencjalną” jako podstawę teoretyczną, fundament antropologiczny dla swojego myślenia i „logoterapię” jako podejście psychoterapeutyczne, które wyprowadza z analizy egzystencjalnej (Szykuła, 2022). Jako skrót myślowy sam Frankl i jego uczniowie stosują często określenie „logoterapia” łącznie, zarówno do antropologii filozoficznej jak i samej szkoły psychoterapii. Nazwa „logoterapia” stanowi połączenie greckich słów *logos* (słowo, sens, wyjaśnienie) i *therapeo* (troszczę się, leczę, dbam) i ma wyrażać istotę tej szkoły psychoterapii jako: dbanie o sens i wyjaśnianie życia oraz leczenie poprzez pomoc w odnalezieniu sensu (Frankl, 1998, 2010).

V.E. Frankl odwoływał się w swojej koncepcji do specyficznie ludzkich właściwości istnienia i akcentował wielowymiarowość ludzkiej egzystencji. Dlatego tak wiele uwagi poświęcił sferze duchowej, przeżywaniu wartości i odkrywaniu sensu życia (por. 1998). Podkreślał on, że determinizm istnieje w wymiarze somatycznym i psychicznym naszego istnienia, ale wymiar duchowy charakteryzuje się wolnością. Ta wolność decyduje o zdolności człowieka do przewyższania własnych ograniczeń – określanej przez Frankla zdolnością do autotranscendencji (por. 1978). „Dążenie do sensu” stanowi dla tego badacza podstawową właściwość istnienia człowieka, tak jak dla Freuda „dążenie do przyjemności”, a dla Adlera „dążenie do mocy”. Przy czym odkrycie sensu swego istnienia zawsze dla człowieka oznacza, przynajmniej częściowe, wychodzenie poza własne „ja” i poza potrzeby biologiczne i psychiczne. „Był ludzki rzeczywiście zawsze wykracza poza siebie, zawsze wskazuje pewien sens. W tym sensie człowiekowi w jego bytowaniu nie chodzi o przyjemność ani moc, ale też nie o samourzeczywistnienie. Chodzi mu raczej o wypełnienie sensu. W logoterapii mówimy tu o *woli sensu*” (Frankl, 1978, s. 80).

Do zrozumienia natury kryzysu wieku dorastania istotne są pojęcia pustki i frustracji egzystencjalnej. Do psychologii wprowadził je właśnie twórca logoterapii (Frankl, 1978, 2010). Uważał on, że jeżeli dążenie człowieka do sensu zostaje w jakiś sposób udaremnione lub ten rodzaj dążeń zostaje wyparty ze świadomości (np. wskutek procesu wyparcia, gdy człowiek jest zbyt pochłonięty dążeniem do przyjemności), to można mówić o stanie frustracji woli sensu. Tym mianem określa się w logoterapii niemożność zaspokojenia potrzeby sensu życia, co oznacza pewien rodzaj egzystencjalnej pustki. Taki stan patologizuje funkcjonowanie człowieka i prowadzi do nerwicy, którą z racji na swą genezę Frankl nazwał nerwicą noogenną (gr *nous* – umysł, duch). Poczucie sensu życia jest więc nie tylko sygnałem kondycji egzystencjalnej człowieka, ale nabiera znaczenia jako wskaźnik zdrowia psychicznego. Frustracja egzystencjalna powstaje wówczas, gdy człowiek traci poczucie sensu swego istnienia, nie może go odkryć i realizować. Do frustracji egzystencjalnej dochodzi w sytuacjach przesytu, braku, wymagań, zobowiązań i stresu (Frankl, 2010). Pojawiają się wówczas objawy nudy, niezadowolenia, pustki i poczucia bezsensu. W konsekwencji człowiek zaczyna szukać innych sposobów na zapełnienie odczuwanej pustki. Należą do nich szukanie rozrywki i zabawy, pogrążanie się w wirze obowiązków, a także zachowania, które prowadzą do nałogów.

Sytuacja egzystencjalnej pustki, a co za tym idzie frustracji, może być ważną składową wieku dorastania, gdyż ten okres rozwojowy jest nacechowany wieloma aktami samoświadomości młodego człowieka – zwłaszcza poszukiwaniem rozstrzygnięć światopoglądowych i określaniem osobistych wartości (Szczukiewicz, 2015). Sam Frankl napisał, że to właśnie „przywilejem młodości jest nie przyjmowanie z góry, że istnieje ustalony sens życia, lecz śmiałe rzucanie mu wyzwań” (Frankl, 1978, s.169). Jednak Frankl na tym samym miejscu zauważa, że młodym ludziom, przy owej odwadze brakuje cierpliwości. Podkreśla, że aby wcześniej czy później odnaleźć sens, trzeba czekać, być cierpliwym. I właśnie to powinni czynić ludzie, a nie odbierać sobie życie czy szukać zapomnienia w różnego typu używkach czy lekach (Frankl, 1978). Niecierpliwie szukanie roz-

wiązania, szukanie sensu „na skróty”, wynika czasem z tego, co Frankl nazywa dążeniem do przyjemności i co przeciwstawia dążeniu do sensu. Uznaje on, że w chwilach frustracji egzystencjalnej, gdy dążenie do sensu zostaje zablokowane, a sens przestaje być realizowany, górę bierze dążenie do przyjemności. Daje ono człowiekowi uludę sensowności, służy do zagłuszania jego życiowego niespełnienia, a nieświadomość człowieka ukrywa to niespełnienie przed jego sumieniem. U osób neurotycznych pierwotne dążenie – dążenie do sensu – zamienia się w bezpośrednie dążenie do szczęścia, do przyjemności. Staje się tak, że radość i szczęście są celem wysiłonej intencji człowieka, celem jego życia i to właśnie jest patologiczne. Ponieważ stany te powinny być raczej skutkiem ubocznym nadanego życiu sensu, a nie sensem samym w sobie (Frankl, 1978).

### **3. Logoprofilaktyka jako dostarczanie doświadczeń egzystencjalnie znaczących**

Wobec powyższych ustaleń kryzys wieku dorastania może być rozumiany także jako pewnego rodzaju kryzys egzystencjalny. Kryzysy egzystencjalne nie są typowe tylko dla wieku dorastania. Mogą pojawiać się w każdym okresie życia. Odnoszą się do konfliktów i lęków towarzyszących problemom znaczącym dla jakości istnienia, zwłaszcza wymiaru duchowego naszego życia (Szczukiewicz, 2015). Dotyczą celów życiowych, konfliktów wartości, dokonywanych wyborów, ponoszenia odpowiedzialności, przeżywania sensu życia. Wiążą się z poczuciem nieodwracalnej zmiany, utraty czasu lub życiowych możliwości oraz frustracji egzystencjalnej. Towarzyszą im pytania typu: *po co żyć? jak teraz żyć? co dalej ze mną? jaki to ma sens?* Kryzys egzystencjalny wynika z konfrontacji człowieka z podstawowymi trudami ludzkiego istnienia, takimi jak śmiertelność człowieka, samotność, poszukiwanie sensu życia, podejmowanie nieodwołalnych wyborów, itp. Specyfika wieku dorastania sprawia, że dla młodego człowieka stopniowo coraz wyraźniejszą prawidłowością rozwoju staje się poszukiwanie sensu własnego istnienia i refleksja nad wartościami, dla których „warto żyć” (por. Chłopkiewicz, 1987; Obuchowska, 2000;

Szymański, 2000; Wojciechowska, 2018). Im starszy nastolatek, tym bardziej w jego rozwój wpisane są odniesienia światopoglądowe i określanie własnej hierarchii wartości. Są one ściśle powiązane z poszukiwaniem autonomii psychicznej i formowaniem indywidualnej tożsamości.

Logoprofilaktyka – wychodząc z założeń logoterapii – dostarcza strategii postępowania mających na celu przewycięzanie frustracji egzystencjalnej. Jedną ze strategii jest tworzenie młodym ludziom tzw. doświadczeń egzystencjalnie znaczących. W analizie egzystencjalnej i logoterapii oznacza to stan, kiedy człowiek doświadcza najsilniej swego istnienia i najmocniej przeżywa samą istotę własnej egzystencji (por. Szczukiewicz, 2011). Chodzi tu o doświadczenie typowo ludzkich atrybutów istnienia, takich jak np. podmiotowość, samoświadomość, tragiczność, wolność czy odpowiedzialność. Doświadczenie egzystencjalnie znaczące można ująć jako takie doświadczenie czegoś, kogoś oraz siebie, które pozwala człowiekowi określać i projektować własną egzystencję. Doświadczenie egzystencjalnie znaczące to najczęściej mało refleksyjne, ale głębokie przeżycie sensu w konkretnej sytuacji. Dzięki tego rodzaju doświadczeniom młody człowiek może nadawać znaczenie swojemu istnieniu i funkcjonować w świecie, który „ma sens”.

Wychowawca czy profilaktyk będzie aranżował aktywność grupy i kierował dyskusją, aby uwzględnić dwie ważne tendencje u młodzieży: potrzebę dobrych doświadczeń oraz pierwsze zainteresowania światopoglądowe. Chodzi o to, aby uczeń powiązał we własnym życiu ważne ludzkie wartości z doznaniem sensu i poczuciem znaczenia. Nastolatek jest wtedy w stanie rozważać, co to znaczy „wartościowe życie” i może mieć poczucie, że ma szansę na takie życie. Dobre doświadczenie egzystencjalnie znaczące wiąże się nie tylko z przeżywaniem sensu życia, ale też z możliwością hierarchizacji wartości. Dzięki doświadczeniu egzystencjalnie znaczącemu, wartości hedonistyczne mogą zostać podporządkowane wartościom wyższym. Poszukiwanie takich doświadczeń może być związane z sytuacją lub zdarzeniem zaaranżowanym w trakcie pracy profilaktycznej. Można wykorzystać już istniejącą sytuację lub tworzyć nową. Młody człowiek może np. zaangażować się jako wolontariusz w Domu Pomocy Społecznej, świetlicy

środowiskowej, czy też może organizować szkolne koło Caritas lub włączyć się w zbiórkę rzeczy dla ofiar wojny czy uchodźców. Profilaktyczne znaczenie takich sytuacji jako „egzystencjalnie znaczących” pomoże wydobyc osoba dorosła moderująca daną sytuację, np. poprzez wymianę myśli i uczuć między osobami, które podjęły jakąś aktywność pomocową. W tym celu logoprofilaktyk będzie stawiał pytania o zabarwieniu filozoficznym ukierunkowane na refleksję nad sensem podjętych działań. Szczególnie cenne byłoby zastosowanie tej strategii logoprofilaktycznej do programowanych działań profilaktycznych. Szkolne programy profilaktyki mogą stanowić bazę do tego typu strategii (Poleszak, 2004). Wymaga to jednak przemyślanych działań, zwłaszcza popartych diagnozą problemów i potrzeb w konkretnym środowisku oraz refleksją aksjologiczną realizatorów. Przykładem wdrażania takich rozwiązań jest pierwszy w Polsce program logoprofilaktyczny „Żyj z sensem” (Gubała, 2022). Ma on na celu wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności z zakresu radzenia sobie w kryzysach rozwojowych i sytuacyjnych, aby młodzi ludzie patrzyli na trudne sytuacje jak na wyzwania oraz szansę do zmiany swoich dotychczasowych postaw czy zachowań. Poza tym, celem programu jest uruchomienie w młodzieży refleksji na temat potencjału duchowo-moralnego człowieka.

#### 4. Znaczenie logoprofilaktyki dla wychowania – pedagogika sensu

Działania tworzące doświadczenia egzystencjalnie znaczące mają nie tylko potencjał profilaktyczny, ale wpisują się w szeroko rozumiane procesy wychowawcze. Wspierają bowiem wychowawcze funkcje osób dorosłych odpowiedzialnych za wychowanie i rozwój młodzieży. Jest to zgodne z rozumieniem profilaktyki jako specjalistycznych i profesjonalnych działań wspierających wychowanie (Gaś, 2006; Grzelak i in., 2015). Strategie logoprofilaktyczne mogą ponadto pełnić funkcję kompensacyjną wobec wychowawczych zadań osób dorosłych. Dotyczy to sytuacji, gdy niektórzy dorośli powołani w pierwszej kolejności do dawania dziecku szans na „sensotwórczą” aktywność, nie zawsze potrafią dostarczyć takich

przeżyć, doznań i refleksji, bo sami nie troszczą się już o nie (pochłonięci np. dążeniem do sukcesu) albo też wprost rezygnują ze swoich możliwości (np. uzasadniając to modelem liberalnego wychowania).

Z perspektywy logoprofilaktyki łatwo zrozumieć, że młody człowiek poszukuje własnej drogi życiowej, ale odnosi się to nie tylko do wyboru zawodu, czy do pełnienia ról społecznych. Chodzi tu też o otwartość na poszukiwanie i określanie wartości porządkujących ludzkie życie. W tym czasie do młodych przemawia ideowy potencjał społeczeństwa. Zaangażowanie ideowe może mieć bardzo różny charakter, zależnie np. od środowiska i poziomu intelektualnego dorastającego chłopaka czy dziewczyny. Filozofie życiowe zbudowane w oparciu o dostępne w społeczeństwie wartości będą miały czasem bardzo prosty charakter, np. ideologia punków czy skinheadów lub jakiegoś gatunku muzyki, innym razem mogą wyrażać pełną głębię filozoficznych i religijnych poszukiwań. Jeśli społeczny potencjał wartości i ideałów jest zbyt słaby lub też zawodzi pokoleniowa transmisja wartości, to młodzieżowe *światopoglądy będą bardzo proste i powierzchowne* (Erikson, 1997).

Refleksja z perspektywy logoprofilaktyki pozwala stwierdzić, że niestety „ideowy potencjał społeczeństwa” coraz częściej nie jest dostatecznie reprezentowany przez osoby znaczące i autorytety, czerpiące z ponadczasowych i uniwersalnych wartości. Zamiast tego mamy raczej do czynienia z „ideologią pop-kultury”, to znaczy masowym produktem ideowym, dającym młodzieży złudzenie obcowania z prawdziwymi wartościami, a tak naprawdę będący raczej „towarem” medialnym. Jeśli życiowe idee młodzieży zbudowane są np. tylko wokół muzyki jakiejś słucha dana grupa, albo kilku haseł, które próbuje się zastosować do wszelkich życiowych sytuacji (np.: „wolność wyboru”, „luz”, „tolerancja”, „bycie sobą”), możemy niepokoić się, że pokoleniowa ciągłość wartości zostaje poważnie naruszona (Szczukiewicz, 2019). Młodzież tym trudniej asymiluje pozytywne wzorce kultury, im bardziej zachwiane są relacje osobowe w różnych obszarach życia społecznego (np. rodziny, szkoły, lokalnej społeczności) (Wojcieszek, 2005).

Mając świadomość powyższych zależności oraz typowych prawidłowości rozwojowych wieku dorastania, logoprofilaktyka postuluje działania z perspek-

tywy „pedagogiki sensu” (Solecki, 2022). Taka pedagogika czyni jednym z głównych celów działalności wychowawczej i psychoprofilaktycznej wykorzystanie potencjału wartości istniejących w życiu społecznym i indywidualnym, aby umożliwić młodemu człowiekowi przeżycie sensu życia. Jednocześnie opiera się na podstawach antropologicznych, które zapewniają nieredukcyjną wizję człowieka, a zwłaszcza określonych przez logoterapię V. Frankla, czy filozofię personalistyczną (por. Kraśniewska, 2021, 2022). Pedagogika sensu postuluje, aby osoby odpowiedzialne za wychowanie i rozwój tworzyły młodzieży przestrzeń na doświadczenie sensu i na aktywność „sensotwórczą”. To nauczyciele i wychowawcy swoją postawą, umiejętnościami i osobowością tworzą w szkole odpowiednie warunki do pełnego rozwoju nastolatków (Gaś, 2006). Dlatego szkolne programy wychowawczo-profilaktyczne powinny dawać szansę młodym ludziom na spotkanie ze społecznym potencjałem wartości, a co za tym idzie powinny umożliwiać przeżycie sensu życia i złagodzenie kryzysowego charakteru wieku dorastania.

## Wnioski

Przedstawione w niniejszym artykule spojrzenie na kryzys wieku dorastania z perspektywy logoprofilaktyki pozwala na sformułowanie kilku uwag końcowych. Autorzy uważają, że analiza egzystencjalna i logoterapia Viktora Frankla pomaga sformułować odpowiedź profilaktyczną wobec zjawiska frustracji

egzystencjalnej, która może być istotnym składnikiem kryzysu wieku młodzieńczego. Przedstawiono argumenty za tym, że logoprofilaktyka – rozumiana jako profilaktyka oparta na teorii i praktyce logoterapii – ma potencjał, aby stanowić istotny wkład w przeciwdziałanie niekorzystnym zjawiskom wieku dorastania. Zaproponowana strategia logoprofilaktyczna dostarczania doświadczeń egzystencjalnie znaczących, może inspirować osoby zawodowo zajmujące się wspieraniem rozwoju młodzieży do tworzenia odpowiednich sytuacji oraz budowania programów profilaktycznych. Doświadczenia egzystencjalnie znaczące mogą wspierać rozwój osobowy uczniów i wychowanków, odpowiadając na rozwojowe potrzeby wieku dorastania – poszukiwanie sensu i własnego miejsca w życiu, określanie osobistej tożsamości. Trzeba podkreślić, że możliwość tworzenia sytuacji, które umożliwiają przeżycie egzystencjalnie znaczące, zależy nie tylko od inwencji i kreatywności wychowawcy, ale także od jego walorów jako osoby (w tym osobistej refleksji nad sensem i wartościami). Refleksja aksjologiczna powinna zatem poprzedzać projektowanie działań profilaktycznych opartych na tworzeniu tego typu doświadczeń. Logoprofilaktyka ma na celu wspieranie młodych ludzi w budowaniu dojrzałego świata wartości i realizacji ich potrzeb egzystencjalnych, pragnień, marzeń i celów życiowych, odpowiedzialnego korzystania z wolności, dostrzegania sensu życia oraz szczęścia rozumianego jako wynik czynienia dobra i realizowania wartości, które mają potencjał sensotwórczy.

## Bibliografia

- Adler, A. (1986). *Sens życia*. Warszawa: W.N. PWN.
- Bronowski, P., Kaszyński, H., Maciejewska, O. (2019). *Kryzys psychiczny*. Warszawa: Difin.
- Campbell, J.B., Hall, C.S., Lindzey, G. (2013). *Teorie osobowości*. Warszawa: PWN.
- Chłopkiewicz, M. (1987). *Osobowość dzieci i młodzieży*. Warszawa: WSiP.
- Costello, S.J. (2019). *Applied Logotherapy: Viktor Frankl's Philosophical Psychology*. Cambridge Scholars Publishing.
- Elliot, J., Place, M. (2000). *Dzieci i młodzież w kłopotach*. Warszawa: WSiP.
- Erikson, E.H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Rebis.
- Erikson, E.H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Wyd. Zysk i S-ka.
- Frankl, V.E. (1978). *Nieświadomy Bóg*. Warszawa: I.W. PAX.
- Frankl, V.E. (1998). *Homo patiens*. Warszawa: I.W. PAX. (I wyd. 1976).
- Frankl, V.F. (2010). *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*. Warszawa: Czarna Owca.
- Gaś, Z.B. (2006). *Profilaktyka w szkole*. Warszawa: WSiP.
- Gubała, T. (2022). Zaproszenie do programu logoprofilaktycznego „Żyj z sensem”. (Za:) <https://www.zyjsensem.pl/index.php/opis-programu> (dostęp: 09.10.2023).
- Guttman, D. (2008). *Finding Meaning in Life, at Midlife and Beyond: Wisdom and Spirit from Logotherapy*. Bloomsbury Publishing.
- Grzelak, Sz., Sala, M., Czarnik, Sz., Paż, B., Balcerzak, A., Gwóźdź, J. (2015). *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.

- Jacyniak, A., Płużek, Z. (1996). *Świat ludzkich kryzysów*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Jankowska, M. (2017). Sposoby rozwiązywania kryzysów w teorii psychospołecznego rozwoju E.H. Eriksona w aspekcie rozwoju człowieka i zdrowia psychicznego oraz zaburzeń w rozwoju. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 32(4), 45-64.
- Kmieciak-Jusięga, K.W. (2022). Logoprofilaktyka. Nowa koncepcja zapobiegania zachowaniom ryzykownym dzieci i młodzieży oparta o założenia logoterapii Viktora E. Frankla. *Studia Paedagogica Ignatiana*, 25(4), 19-32. <https://doi.org/10.12775/SPI.2022.4.001>
- Kraśniewska, J. (2021). Re-personalizacja podstawą resocjalizacji. (W:) B. Majerek, A. Domagała-Kręciach (red.), *Kategorie (nie)obecne w edukacji*, 46-59. Kraków: Impuls.
- Kraśniewska, J. (2022). Logoterapia jako edukacja z sensem. *Wychowawca*, 7-8(349), 5-10.
- Kubacka-Jasiecka, D. (2010). *Interwencja kryzysowa. Pomoc w kryzysach psychologicznych*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Kubacka-Jasiecka, D. (2016). Kryzys emocjonalny i trauma szansą na rozwój i potęgowanie zdrowia. Wątpliwości i pytania. *Rocznik Filozoficzny Ignatianum*, 22(1), 51-89. <https://doi.org/10.5281/zenodo.57556>
- Lukas, E., Schönfeld H. (2021). *Psychotherapy with dignity. Logotherapy in Action*. Hamburg: Elisabeth Lukas Archive.
- Maddox, C.G. (2002). Individual Psychology and Logotherapy: Facing the Challenge of the 21st Century, *Self & Society*, 30(5), 28-38. <https://doi.org/10.1080/03060497.2002.1086174>
- Obuchowska, I. (2000). Adolescencja. (W:) B. Harwas-Napirała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, 163-201. Warszawa: PWN.
- Oleś, P. (1992). Zjawisko kryzysu psychicznego. (W:) A. Januszewski, P. Oleś, T. Witkowski (red.) *Wykłady z psychologii w KUL*, 6, 397-422, Lublin: TN KUL.
- Poleszak, W. (2004). Szkolny Program Profilaktyki. (W:) K. Kmieciak-Baran (red.), *Zaburzenia zachowania dzieci i młodzieży*. Warszawa: Verlag Dashofer.
- Solecki, R. (2019). Profilaktyka zachowań ryzykownych młodzieży. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia De Cultura*, 4(10), 51-63. <https://doi.org/10.24917/20837275.10.4.5>
- Solecki, R. (2022). Logoprofilaktyka. *Wychowawca*, 7-8 (349), 11-13.
- Solecki, R., Hreciński, P. (2022). Analiza relacji pomiędzy trudnościami pandemii SARS-CoV-2, funkcjonowaniem w rodzinie, depresją a uzależnieniem od Internetu wśród młodzieży w wieku 11-16 lat. *Resocjalizacja Polska*, 24, 347-366.
- Szczukiewicz, P. (1998). *Rozwój psychospołeczny a tożsamość*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Szczukiewicz, P. (2011). Psychologia egzystencjalna a działania profilaktyczne. (W:) Z.B. Gaś (red.), *Profesjonalna profilaktyka w szkole*, 33-40. Lublin: Wyd. Naukowe Innovatio Press WSEI.
- Szczukiewicz, P. (2015). Kryzysy psychiczne młodzieży a frustracja egzystencjalna. (W:) P. Szczukiewicz, G. Soszyńska (red.), *Między zdrowiem a chorobą – problemy zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży*, 169-189. Lublin: Urząd Miasta Lublin.
- Szczukiewicz, P. (2019). Profilaktyka problemowych zachowań młodzieży w Polsce – wybrane problemy, obserwacje i postulaty. (W:) E. Nycz, W. Poleszak (red.), *W drodze do samodzielności społecznej i zawodowej młodzieży ochotniczych hufców pracy*, 183-195. Warszawa-Opole: Wydawnictwo Instytut Śląski oraz Komenda Główna OHP.
- Szykuła, R. (2022). *Logoterapia i analiza egzystencjalna. Teoria i praktyka*. Warszawa: Eneteia.
- Szymański, M.J. (2000). *Młodzież wobec wartości. Próba diagnoz*. Warszawa: Wydawnictwo IBE.
- Witkowski, L. (2015). *VERSUS. O dwoistości strukturalnej faz rozwoju w ekologii cyklu życia psychodynamicznego modelu Erika H. Eriksona*. Kraków: Impuls.
- Wojciechowska, M. (2018). *Wartości młodzieży i jej rodziców. W kręgu refleksji nad edukacją*. Kielce: Wydawnictwo UJK.
- Wojcieszek, K. (2005). *Na początku była rozpacz*. Kraków: Rubikon.