

RYSZARD KLAMUT

## TYPY STRUKTURY SENSU ŻYCIA A TREŚCI CELÓW WYBIERANYCH DO REALIZACJI

Artykuł dotyczy zależności pomiędzy typami sensu życia a treściami celów podejmowanych do realizacji. Jest próbą łączenia perspektywy psychologii egzystencjalnej z poznawczą. Sens życia jest opisany przez cztery typy, określone przy jednoczesnym uwzględnieniu potrzeby i poczucia sensu. W analizie treści celów przyjęto siedem kategorii treści. Badania empiryczne przeprowadzone zostały na grupie 143 dorosłych osób. Sens życia badany był dwoma testami, opartymi na teorii Frankla – PIL Crumbaugha i Maholicka oraz SONG Crumbaugh; treści celów wskazywali badani samodzielnie, wypełniając ankietę. Zastosowano test  $\chi^2$ , który pozwolił określić różnice w liczebnościach celów o różnych treściach wybieranych przez osoby należące do poszczególnych typów doświadczania sensu. Wyniki badań wskazują, że osoby należące do odrębnych typów sensu życia wybierają do realizacji cele o odrębnych treściach.

**Słowa kluczowe:** sens życia, typy sensu życia, treści celów, perspektywa poznawcza, psychologia egzystencjalna.

W perspektywie egzystencjalnej aktywność życiowa opisywana jest w kategoriach sensu życia (Frankl, 1978, 1984; Popielski, 1993, 2008; Reker, Chamberlain, 2000). Odgrywa on rolę w procesie motywacyjnym. Człowiek podejmuje takie działania, które mają powodować doświadczanie sensu. Sens życia nie jest jednak kategorią jednorodną. W psychologicznej analizie doświadczania sensu wyróżnia się dwa jego aspekty: dynamiczny i statyczny (Klamut, 2002; Prężyna, 1996). Aspekt dynamiczny przedstawiany jest jako potrzeba sensu życia powodująca podejmowanie działań nastawionych na jego doświadczanie i wyraża się w napięciu wynikającym z braku realizacji takich działań (por. m.in.

Frankl, 1978, 1982; Klamut, 2004; Popielski, 1993). Aspekt statyczny zaś jest określany jako poczucie sensu życia, a więc jako przekonanie, że własne życie ma znaczenie, oraz jako stan satysfakcji będący wynikiem ogólnej pozytywnej oceny własnych działań i odniesień (postaw) (Frankl, 1978, 1984; Juros, 1984).

W procesie motywacyjnym potrzeba sensu domaga się zaspokojenia i powoduje podejmowanie aktywności nastawionych na doświadczanie sensu, zaś poczucie sensu jest ważnym efektem takich aktywności, związanym z poczuciem sukcesu, satysfakcji oraz przekonaniem o wartości własnego życia (Frankl, 1978; 1980; 1984; Klamut, 2002).

Oba fenomeny były dotychczas najczęściej traktowane osobno (tak teoretycznie, jak i empirycznie). Większość badań dotyczących doświadczania sensu odnosiła się do stanu doświadczania ogólnej satysfakcji z życia. Najczęściej badany jest poziom poczucia sensu osób wyróżnionych ze względu na odrębne kryteria, jak np. uwarunkowania osobowościowe (Juros, 1984), stan niepełnosprawności (Konarska, 1994), zmaganie się z chorobami nowotworowymi (Pinquart, Silbereisen, Fröhlich, 2009). Potrzeba sensu natomiast była przedstawiana jako główna/podstawowa siła motywująca człowieka do działania (wola sensu) (Frankl, 1982) lub jako jedna z potrzeb w szerokim modelu potrzeb, ukierunkowana na rozumienie świata i własnej egzystencji (por. np. Koziński, 1996; Obuchowski, 1995). W obu perspektywach potrzeba sensu jest przedstawiana jednak podobnie, jako istotny czynnik popychający człowieka do działania intencjonalnego, nastawionego na wartości i przyczyniającego się do doświadczania sensu. Jak dotąd była głównie dostrzegana w analizach klinicznych (Frankl, 1982; Obuchowski, 1995; Popielski, 1987).

Psychologowie kliniczni właśnie, pracujący głównie w paradygmacie egzystencjalnym, dostrzegli znaczenie potrzeby sensu życia w procesie leczenia oraz ważność jednoczesnego uwzględnienia obu aspektów sensu – dynamicznego i statycznego. Jednakże w opisywaniu zależności pomiędzy oboma aspektami ograniczano się do określania poziomu motywacji do podejmowania działań nastawionych na doświadczanie sensu (poziomu potrzeby) w sytuacji, gdy pacjenci utracili sens życia, czyli przy niskim poziomie poczucia sensu (Crumbaugh, 1977; Popielski, 1987). Wychodząc poza perspektywę kliniczną, widoczne są także inne zależności między potrzebą i poczuciem. Przyjmując potrzebę i poczucie sensu jako dwa odrębne wymiary definiujące doświadczenie sensu życia, Klamut (2002) wyróżnił i scharakteryzował cztery typy struktury sensu życia. Punktem wyjścia w wyróżnieniu typów było określenie czteropolowej matrycy, utworzonej przez niski i wysoki poziom poczucia oraz niski i wysoki poziom potrzeby sensu.

Typ A charakteryzuje osoby mające niski poziom poczucia sensu życia oraz niski poziom realizacji potrzeby sensu. Z różnych przyczyn perspektywa sensu jest dla nich nieistotna. Żyją one na poziomie konkretnym. Podejmują działania, realizują własne zamierzenia, zaspokajają własne potrzeby, ale swych osiągnięć nie przenoszą na poziom ogólnej satysfakcji z życia. Żyją raczej z dnia na dzień, w krótkiej perspektywie czasu. To typ charakterystyczny dla osób żyjących poza sensem. Typ B obejmuje osoby mające wysoki poziom poczucia sensu życia i słabe natężenie potrzeby, ponieważ dobrze ją zaspokajają, tzn. nie ujawniają napięcia w zakresie realizacji potrzeby sensu. Charakterystyczny jest dla osób, które dobrze odnajdują się w podejmowanej aktywności i potrafią właściwie zaspokajać sens życia. To typ osób doświadczających sensu własnego życia. Typ C opisuje osoby posiadające poczucie sensu życia na niskim poziomie, ale charakteryzujące się wysokim poziomem motywacji do podejmowania działań nastawionych na doświadczanie sensu. Pomimo przeżywania kryzysu egzystencjalnego, osoby te rokują dużą skuteczność terapii egzystencjalnej (Popielski, 1987). Są nastawione na zmianę, mają energię do działania, choć brak im umiejętności właściwego ukierunkowania napięcia motywacyjnego. To typ osób przeżywających kryzys egzystencjalny. Typ D natomiast charakteryzuje osoby mające wysoki poziom poczucia sensu i wysokie nasilenie nie realizowanej potrzeby sensu. Występuje więc u nich nadal duże pragnienie działania ukierunkowanego na doświadczanie sensu, mimo że mają już wysoki poziom satysfakcji życiowej. Ten typ nie jest oczywisty psychologicznie i może sprawiać pewne trudności interpretacyjne, gdyż charakteryzuje się sprzecznymi tendencjami motywacyjnymi. Jednakże dotychczasowe wyniki badań potwierdzają zasadność jego wyróżnienia (Klamut, 2002, 2010). Należą do niego osoby charakteryzujące się najwyższym z wszystkich typów poziomem doświadczania osobowego sensu, rozumianego jako przekonanie o posiadaniu dobrze określonych celów w życiu i oceny własnego życia w kategoriach uporządkowania i spójności (Reker, 1992). Są to osoby, które w największym stopniu nastawione są na łamanie rutyny życia, poszukiwanie nowych wyzwań i czerpanie z życia więcej niż dotychczas, a jednocześnie charakteryzują się najwyższym przekonaniem o możliwości kontrolowania własnego życia (Klamut, 2010).

Doświadczanie sensu może być różne w zależności od opisanych typów, ale ludzka aktywność z natury nakierowana jest na poszukiwanie sensu (por. Frankl, 1978, 1980, 1984; Popielski, 2008; Reker, Chamberlain, 2000). Jednakże w tworzeniu doświadczenia sensu niezbędne jest realizowanie celów i odnoszenie się do konkretnych doświadczeń życiowych (Frankl, 1984; Klamut, 2002, 2010;

Zaleski, 1990). Jak pisał Frankl (1980), życie ludzkie bez celów do zrealizowania jest życiem bez znaczenia, bez sensu.

Istotną więc kategorią, która pozwala budować doświadczanie sensu życia, jest cel, definiowany jako możliwy do osiągnięcia, mający wartość i siłę regulacyjną przyszły stan rzeczy, który człowiek osiąga przez działanie (Zaleski, 1991). Nie każdy jednak cel jest znaczący w perspektywie doświadczania sensu. Dolińska-Zygmunt (1990) wskazuje, że optymalne dla doświadczania sensu życia jest podejmowanie celów życiowych dających odpowiedzi na podstawowe pytania, opartych na refleksji filozoficznej i rozbudowanych w postaci naczelnej wartości. Mariański (1990, 1996) pisze, że cel i sens życia są z sobą ściśle związane i wskazuje, że na podstawie celów, jakie sobie człowiek stawia (również, a może przede wszystkim, w obszarze treści), można określić poziom doświadczanego sensu. Ważne jest więc nie tyle to, by wybrać *jakiś* cel, ale to, *jaki* cel jest wybierany. To stwierdzenie dotyczy ważności celu, subiektywnej oceny możliwości jego realizacji czy też innych cech formalnych, ale również odnosi się do *treści* podejmowanego do realizacji celu. Różne bowiem cele stanowią różną wartość dla podmiotu.

Najbardziej znaczące dla jednostki są cele osobowe i konkretne (Frankl, 1980; Zaleski, 1990, 1991). Osobowe, czyli w istotny sposób związane z systemem wartości człowieka, konkretne, czyli dające się w prosty sposób przełożyć na określony plan postępowania zmierzający do osiągnięcia zamierzonego efektu. Locke (1994) wskazuje, że bardziej pozytywnie wartościowane i mają większą siłę regulacyjną te cele, które są osobiście określone przez podmiot i przyjęte do realizacji, niż cele do zrealizowania narzucone z zewnątrz. Istotne więc znaczenie w systemie motywacyjnym ma ważność celów.

Perspektywa motywacji nastawionej na budowanie sensu życia, a związanej ze stawianiem i realizowaniem celów, łączy z sobą dwa kierunki psychologiczne. Psychologia egzystencjalna podkreśla znaczenie, jakie ma dla człowieka doświadczanie sensu życia, natomiast psychologia poznawcza wychodzi naprzeciw możliwości określenia kategorii celów najbardziej istotnych dla prawidłowego funkcjonowania i rozwoju, a mówiąc językiem psychologii egzystencjalnej, najbardziej powiązanych z sensem. Autorzy jednego, jak i drugiego podejścia teoretycznego podkreślają istnienie zależności między sensem życia a celami (por. Frankl, 1980; Gałdowa, 1992; Oleś, 1995; Popielski, 1993; Reker, Chamberlain, 2000; Zaleski, 1990, 1991).

Zależności pomiędzy typami doświadczania sensu życia a celami były dotąd badane w obszarze cech formalnych celów w aspekcie ich stawiania (ważność, szansa osiągnięcia i konflikt międzycelowy) oraz w aspekcie ich podejmowania

do realizacji (wysiłek, wytrwałość oraz zadowolenie) (Klamut, 2002). Przedstawiają się one następująco: typ A – charakteryzuje się niskim nasileniem cech w aspekcie stawiania celu oraz podejmowania do realizacji; dla typu B istotniejsze są cechy związane z zaangażowaniem w działanie niż w planowanie; typ C, podobnie jak typ A, określa cele o niskim poziomie badanych cech (nieumiejętność określania odpowiednich celów i sposobów ich realizacji); typ D zaś charakteryzuje się wysokim poziomem nasilenia cech w aspekcie stawiania celów (wysoka ważność i szansa osiągnięcia celu przy jednoczesnym wysokim konflikcie międzycelowym) oraz ich realizacji (wysoki wysiłek wkładany w aktywność, wysoka wytrwałość i zadowolenie z działania na rzecz realizowanego celu).

Cele można charakteryzować na poziomie formalnym oraz na poziomie treściowym, wskazując na kategorie wartości określające kierunek dążeń. Stąd często treść celu odnosi się wprost do wartości, na którą dany cel jest zorientowany. Gurycka (1991), analizując światopogląd młodzieży, wskazuje, że dla tej grupy wiekowej najbardziej wartościowe jest wykształcenie (57% respondentów wskazywało ten cel), następnie zawód, praca (40%), rodzina (24%), *ja* jako wartość (22%), życie jako wartość (20%), wyjazd za granicę (12%), uczucia wyższe (12%), kraj, świat (4%).

Badania przytoczone przez Mądrzyckiego (1996), przeprowadzone na grupie studentów, przedstawiają podobną do powyższej hierarchię celów: najwięcej celów edukacyjnych (24%), następnie cele rodzinne (22%), cele zawodowe (18%) oraz cele ekonomiczne (14%). W dalszej kolejności znajdują się podróże, życie towarzyskie, wartości ogólne, zainteresowania, rozwój osobowości, wypoczynek.

W raporcie *Diagnoza społeczna 2009* (Czapiński, Panek, 2009) przedstawiona została hierarchia wartości w społeczeństwie dorosłych Polaków. Osoby badane miały wybrać z listy trzynastu podanych wartości trzy takie, które stanowią najważniejsze warunki udanego, szczęśliwego życia. Najczęściej wskazywane były: zdrowie (67,8% wyborów), udane małżeństwo (56,6% wyborów), dzieci (48,8%), praca (31,9%) oraz pieniądze (30,3%). Podobne wyniki otrzymano na przestrzeni kilkunastu lat w porównywalnych badaniach (Czapiński, Panek, 2009). Inna klasyfikacja celów została przyjęta w badaniu *Cele i dążenia życiowe Polaków* (2010), w którym finanse, praca i rodzina uzyskały podobny poziom wyborów (odpowiednio: 41%, 41% oraz 40%). W dalszej kolejności pojawiły się plany dotyczące własnej osoby (25% wyborów) oraz zdrowie (16% wyborów).

Zaprezentowane wyniki wskazują na hierarchię ważności celów czy też wartości kryjących się za stawianymi do realizacji celami. Warto postawić pytanie o związek treści celów z doświadczanym sensem życia.

Wcześniejsze badania dotyczące zależności treści celów i sensu życia odnosiły się do zależności między potrzebą sensu a treściami celów w grupie osób zdrowych (Klamut, 1995) oraz między poczuciem sensu a treściami celów w grupie osób cierpiących na chorobę nowotworową (Pinquart, Silbereisen, Fröhlich, 2009). Osoby zaspokajające potrzebę sensu życia charakteryzują się konkretnym nastawieniem życiowym i stawiają cele dotyczące rodziny, pracy, jaką wykonują, czy funkcjonowania własnego domu. Natomiast osoby niezaspokajające potrzeby sensu swe pragnienia i cele koncentrują wokół spraw odległych od konkretnego życia; chcą zrobić coś niezwykłego, osiągnąć zbawienie (Klamut, 1995). W szczególnej sytuacji choroby nowotworowej wyższy poziom poczucia sensu życia łączył się z wyższym znaczeniem celów społecznych, psychologicznych i dotyczących zdrowia, a posiadanie celów społecznych było także czynnikiem powodującym wzrost poczucia sensu w czasie (dwukrotne badanie przed chemioterapią i po dziewięciu miesiącach po niej). Natomiast większe znaczenie celów materialnych łączyło się z niższym poziomem poczucia sensu oraz jego spadkiem w czasie (Pinquart, Silbereisen, Fröhlich, 2009).

Przedstawione wyniki wskazują na istnienie zależności pomiędzy treściami celów a każdym z wyróżnionych wymiarów sensu życia (potrzebą oraz poczuciem). Interesujące wydaje się również określenie relacji między typami doświadczenia sensu, zbudowanymi jednocześnie z obu wymiarów sensu, a treściami celów.

W artykule postawiono następujące pytanie badawcze: czy – a jeśli tak, to w jaki sposób – osoby różniące się sposobem doświadczenia sensu życia (należące do różnych typów doświadczenia sensu) różnią się między sobą w zakresie treści celów wybieranych do realizacji. W przyjętej procedurze badań różnicowych typy struktury stanowią zmienną wyjaśniającą, kategorie treści celów – zmienną wyjaśnianą. Ponadto istotne znaczenie w zakładanej relacji: typy sensu życia–treści celów ma także subiektywna ważność celów, która stanowi zmienną pośredniczącą.

Przyjęto do weryfikacji następujące hipotezy:

1. Poszczególne typy doświadczenia sensu życia różnią się istotnie między sobą w zakresie celów o różnej treści.

2. Każdy typ doświadczenia sensu życia charakteryzuje się odrębną hierarchią celów w zakresie ich treści.

Uwzględnienie zmiennej pośredniczącej, jaką jest subiektywna ważność celów, pozwoliło na postawienie jeszcze jednej hipotezy:

3. Subiektywna ważność celów modyfikuje relację zachodzącą pomiędzy typami sensu życia a treściami celów.

## I. PROCEDURA BADAWCZA

Osobami badanymi byli mieszkańcy różnych regionów Polski. Przebadana została grupa 143 osób (85 kobiet i 58 mężczyzn) w wieku od 21 do 52 lat. Średnia wieku wynosi 30,7 roku,  $SD = 7,2$ . Zdecydowana większość badanych to osoby między 23 a 40 rokiem życia, a więc między początkiem dorosłego funkcjonowania w życiu osobistym i społecznym (Przetacznik-Gierowska, Tyszkowa, 2004) a potencjalnym kryzysem połowy życia (Gałdowa, 1992; Oleś, 1995).

Najliczniej badaną grupę reprezentują osoby z wykształceniem średnim (58%), mniej jest osób z wykształceniem wyższym (40,6%), pozostałe osoby (1,4%) mają wykształcenie na poziomie podstawowym. Większość badanych stanowią osoby pracujące, aktywne zawodowo – to prawie 4/5 badanej próby (78,3%) (21,7% stanowią osoby niepracujące). Ze względu na stan cywilny badani znaleźli się w dwóch podobnie reprezentowanych grupach: 53,8% populacji ma własne rodziny, nieco mniej osób badanych, bo 46,2%, jest stanu wolnego. Osoby badane wywodzą się głównie z miast (ponad 80% badanych).

### 1. Narzędzia badawcze

W badaniu zastosowano trzy narzędzia badawcze. Do badania zmiennej wyjaśniającej – typów doświadczenia sensu życia – wykorzystano dwa testy: SONG i PIL. Test PIL (Purpose in Life Test), autorstwa J. C. Crumbaugh i L. T. Maholicka (1981), jest znaną i najczęściej stosowaną metodą badania problematyki sensu życia w ramach teorii V. E. Frankla. Daje możliwość ilościowego określenia poziomu poczucia sensu życia. Polską wersję testu opracowała Z. Płużek (Popielski, 1987). PIL powstał jako test kliniczny, mający zastosowanie w pracy terapeutycznej, ale szybko okazało się, że przynosi również interesujące wyniki w obszarze badania różnic indywidualnych. Pełna wersja testu składa się z trzech części: ilościowej (część A) i dwóch jakościowych (część B to zestaw trzynastu zdań niedokończonych, w części C osoba badana ma za zadanie napisać kilka zdań na temat swoich ambicji, dążeń i celów w formie wolnej wypowiedzi). Do badań porównawczych wykorzystywana jest skala ilościowa (część A). Składa się ona z 20 twierdzeń, do których osoba badana odnosi się na siedmiostopniowej skali Likerta. Skala ocen zawiera się w granicach od 20 do 140 punktów. Pomimo pewnych zastrzeżeń statystycznych, PIL, przy odwołaniu się do rozkładu empirycznego, stanowi dobre narzędzie różnicujące grupy ze względu na poziom poczucia sensu życia. Współczynnik  $\alpha$  Cronbacha w przeprowadzanych badaniach wynosi 0,91.

Test SONG (Seeking of Noetic Goals) J. C. Crumbaugh pozwala badać dynamiczny aspekt sensu życia (Crumbaugh, 1977). Polskiego tłumaczenia dokonał Popielski (1987). SONG opracowany został jako uzupełnienie testu PIL w badaniu problematyki sensu życia. Określa potrzebę poszukiwania sensu życia w sytuacji, gdy go utracono. Jest skonstruowany w taki sposób, że wysokie wyniki świadczą o braku realizacji potrzeby sensu, a więc o jej wysokim nasileniu. Niskie wyniki występują natomiast u osób dobrze realizujących potrzebę sensu. SONG składa się z 20 twierdzeń, do których osoby badane ustosunkowują się na siedmiostopniowej skali Likerta. Wynik jest sumą odpowiedzi na poszczególne pytania i mieści się, jak w teście PIL, w przedziale od 20 do 140 punktów. Współczynnik  $\alpha$  Cronbacha w przeprowadzanych badaniach wynosi 0,80.

Pozostałe zmienne, wyjaśniana (treści celów) i pośrednicząca (subiektywna ważność celów), były badane za pomocą ankiety, opartej na pytaniach stosowanych w badaniach Zaleskiego (1991). Osoby badane miały w niej za zadanie zapisać treść stawianych sobie do realizacji celów, a następnie uporządkować wybrane cele według ich subiektywnej ważności, zgodnie z instrukcją: „Zapisz kilka ważnych dla siebie celów, jakie stawiasz sobie do realizacji”. I dalej, po zapisaniu celów: „Określ ważność tych celów (według skali 1, 2, 3, gdzie 1 – oznacza cel najważniejszy)”. W ten sposób uzyskano informacje dotyczące treści celów podejmowanych do realizacji (zmienna wyjaśniana), a także tego, jakie treści są charakterystyczne dla celu najważniejszego, drugiego i trzeciego w subiektywnej hierarchii ważności (zmienna pośrednicząca).

Badania były przeprowadzane indywidualnie, każda osoba badana otrzymała zestaw metod z instrukcją i miała zwrócić wypełnione kwestionariusze po kilku dniach. Wybór osób do badanej grupy był incydentalny.

## 2. Wyniki badań

W zastosowanej procedurze badawczej utworzenie poszczególnych typów struktury sensu oparto na formalnej (ale opartej na teoretycznych rozważaniach) kombinacji dwóch ciągów danych. Do analiz przyjęto wyniki skrajne w obu jednowymiarowych testach SONG i PIL. Wyniki niskie (SONG-, PIL-) mieszczą się poniżej 40 percentyla, wyniki wysokie (SONG+, PIL+) natomiast – powyżej 60 percentyla. Na takich zasadach wyróżnione zostały typy opisywane dalej jako: typ A, typ B, typ C oraz typ D. Takie kryterium podziału pozwoliło na przyjęcie do poszczególnych typów sensu większej liczby osób, jednak taki podział skutkuje większym podobieństwem wyników uzyskiwanych przez osoby należące do różnych typów. Został on przyjęty ze świadomością, że różnice



między badanymi zmiennymi mogą być mniej istotne niż między grupami bardziej odległymi w zakresie badanych zmiennych.

Typ A tworzą osoby, które uzyskały w obu testach wyniki niskie (SONG-, PIL-), do typu B należą osoby uzyskujące niskie wyniki w teście badającym potrzebę sensu życia i wysokie wyniki w teście badającym poczucie sensu (SONG-, PIL+), typ C jest charakteryzowany przez wysoki poziom potrzeby sensu i niski poziom poczucia sensu (SONG+, PIL-), natomiast typ D opisują wyniki wysokie zarówno w zakresie potrzeby, jak i poczucia sensu (SONG+, PIL+) (por. Klamut, 2002).

Stosując wskazane kryteria, osoby badane przydzielono do poszczególnych typów struktury. Liczbę osób w poszczególnych typach, średnie i odchylenia standardowe przedstawia tabela 1.

Tab. 1. Wyróżnienie typów struktury sensu

Typy struktury sensu	Liczebność	% <sup>a</sup>	Potrzeba sensu		Poczucie sensu	
			<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Typ A	18	12,6	72,33	10,39	97,00	17,68
Typ B	31	21,7	70,06	9,66	124,35	6,94
Typ C	34	23,8	105,56	10,09	93,18	17,17
Typ D	17	11,9	103,35	9,59	124,65	6,65
Razem	100	70 <sup>b</sup>				

<sup>a</sup> % odnosi się do całej grupy badanej ( $N = 143$ ), <sup>b</sup> pozostałe osoby nie zostały zakwalifikowane do żadnego z typów

W badaniach dotyczących treści celów istnieje wiele różnych kategoryzacji. Przyjęta poniżej klasyfikacja zawiera kategorie często powtarzające się w badaniach. Do nich została dodana kategoria celów duchowych, najbliższa teoretycznie perspektywie sensu. W prezentowanych badaniach wyróżnionych zostało sześć kategorii treści oraz siódma kategoria (*inne*), dla celów, których nie można było zakwalifikować do wcześniejszych kategorii. Są to cele:

(1) *rodzinne*, dotyczące rodziny zarówno w aspekcie jej założenia, jak i aktywności na jej rzecz, np. pogłębianie relacji z najbliższymi, rozwój dzieci;

(2) *edukacyjne*, dotyczące wykształcenia, jak np. zakończenie studiów, odbywanie różnych kursów specjalistycznych, zdobywanie specjalizacji czy też nauka języków obcych;

(3) *materialne (ekonomiczne)*, dotyczące spraw finansowych, jak np. zdobywanie pieniędzy, budowa domu, kupno samochodu;

(4) *zawodowe*, dotyczące aktywności zawodowej, poszukiwania pracy czy jej wykonywania, np. rozwój zawodowy, poprawa warunków pracy;

(5) *duchowe*, związane z posiadaniem perspektywy religijnej (lub szerzej duchowej), chęcią bycia dobrym człowiekiem;

(6) cele *ja*, nastawione na wzmacnianie samego siebie, rozumiane jako realizacja własnego, osobistego interesu, na które składały się cele dotyczące własnego rozwoju, własnego zdrowia czy stabilizacji życiowej.

Kategoryzacja celów została dokonana przy udziale sędziów kompetentnych (por. Szarota, Ashton, Lee, 2007). W zadaniu uczestniczyło sześć osób, studenci i pracownik naukowy Politechniki Rzeszowskiej (cztery kobiety i dwóch mężczyzn), w wieku 20-40 lat. Autor nie pełnił roli sędziego. Sędziowie otrzymali instrukcję i definicje poszczególnych kategorii treści oraz listy celów zapisane w wersji elektronicznej w arkuszu kalkulacyjnym. Przeprowadzona została także dyskusja dotycząca sposobu klasyfikacji celów i różnic pomiędzy przyjętymi kategoriami. Następnie sędziowie indywidualnie dokonywali klasyfikacji i odsyłali pliki z danymi. Dopuszczalne było przypisanie przez sędziów treści celu do więcej niż jednej kategorii, a ostatecznie cele były przyporządkowywane do tej kategorii, którą wybrała największa liczba sędziów. Spójność wyników między poszczególnymi sędziami została określona za pomocą  $\alpha$  Cronbacha na każdym z poziomów ważności celów. Wyniki mieściły się w granicach od 0,88 (cele *materialne*) do 0,98 (cele *edukacyjne*) w celu najważniejszym, od 0,90 (cele *ja*) do 0,97 (cele *zawodowe* i *rodzinne*) w celu drugim oraz od 0,83 (cele *ja*) do 0,95 (cele *zawodowe* i *edukacyjne*) w celu trzecim co do ważności. Kategoria *inne* nie była uwzględniana w obliczeniach statystycznych ze względu na to, że cele do tej kategorii nie były wybierane, ale przydzielane, gdy nie pasowały do wcześniejszych kategorii. Niektórzy sędziowie nie przydzielili żadnego celu do tej kategorii. Dla kategorii *inne* nie był także obliczany współczynnik  $\alpha$ .

Analizy statystyczne opierają się na porównywaniu liczebności celów o określonej treści w poszczególnych typach sensu życia. W analizach wykorzystano test  $\chi^2$ . Zanim opisane zostaną różnice w zakresie treści celów pomiędzy typami sensu życia, przedstawimy ogólną charakterystykę treści celów w całej badanej grupie.

**Ogólna charakterystyka liczebności celów o różnej treści**

Analiza liczebności celów w poszczególnych kategoriach treści przeprowadzona została z uwzględnieniem poziomów ważności celów. Zróznicowanie liczebności celów jest istotne ( $\chi^2(10, N = 143) 21,80; p < 0,05$ ). Uzyskane wyniki przedstawia tabela 2.

Tab. 2. Liczebność osób w poszczególnych kategoriach treści celów z uwzględnieniem poziomów ich ważności

Cel	Kategorie treści							
	<i>rodzinne</i>	<i>edukacyjne</i>	<i>materialne</i>	<i>zawodowe</i>	<i>ja</i>	<i>duchowe</i>	<i>inne</i>	suma
Najważniejszy	<b>43</b> (30,1)	28 (19,6)	16 (11,2)	25 (17,5)	20 (14,0)	7 (4,9)	4 (2,8)	143
Drugi w hierarchii	<b>34</b> (23,8)	<b>31</b> (21,7)	21 (14,7)	27 (18,9)	24 (16,8)	3 (2,1)	3 (2,1)	143
Trzeci w hierarchii	22 (16,8)	19 (14,5)	<b>36</b> (27,5)	20 (15,3)	25 (19,1)	4 (3,1)	5 (3,8)	131
Suma	99 (23,7)	78 (18,7)	73 (17,5)	72 (17,3)	69 (16,5)	14 (3,4)	12 (2,9)	417

Cyfrы wyróżnione pismem pógubym oznaczają kategorie treści najczęściej wybieranych przez osoby z poszczególnych typów sensu życia (ponad 20% wyborów); w nawiasach – procent celów w kategorii treści w odniesieniu do wszystkich celów w wierszu

Wśród wszystkich podanych przez osoby badane celów (celu najważniejszego, drugiego oraz trzeciego w hierarchii ważności) najwięcej dotyczyło spraw związanych z rodziną (23,7% wszystkich celów). Mniej było celów dotyczących podniesienia poziomu wykształcenia (18,7%), poprawy sytuacji materialnej (17,5%), następnie poprawy sytuacji zawodowej (17,3%) oraz koncentracji na sobie samym (16,5%). Cele duchowe pojawiały się rzadko (3,4% wszystkich celów), podobnie jak cele, których treści sędziowie nie mogli przyporządkować do podanych wcześniej kategorii (poniżej 3%).

W badanej grupie istnieje zróznicowanie liczby celów wybranych ze względu na kategorię treści na każdym z analizowanych poziomów ważności celu. W celu najważniejszym zdecydowanie najczęściej aktywność była ukierunkowana na rodzinę (przykładowe treści to: małżeństwo, założenie rodziny czy wychowanie i wykształcenie dzieci). Dotyczyły więc bądź już posiadanej rodziny, bądź zamiaru jej założenia, w zależności od sytuacji życiowej osób badanych. W celu drugim w subiektywnej hierarchii, prócz treści związanych z ro-

dziną, ważne okazały się również treści dotyczące wykształcenia (np. zakończenie studiów, specjalizacja). Natomiast w celu trzecim w hierarchii zdecydowanie najczęściej wskazywane były treści *materialne* (prawie połowa celów z tej kategorii) (np. mieszkanie własnościowe, osiągnięcie godziwego poziomu życia, dążenie pracą do sukcesu finansowego).

W ogólnej liczbie badanych celów zróżnicowanie treści celów jest istotne; poniżej przedstawione zostaną wyniki dotyczące liczby celów o różnych treściach w odrębnych typach sensu życia.

### **Zróżnicowanie treści celów w zakresie typów struktury sensu życia**

Analizując zróżnicowanie treści celów wybieranych przez osoby należące do różnych typów doświadczania sensu życia, uwzględnione zostały w pierwszej kolejności wyniki dla wszystkich podanych celów, a następnie osobno dla każdego poziomu ważności. Biorąc pod uwagę wszystkie cele podane przez osoby należące do określonych typów (291), wskazać można zróżnicowanie ich treści w poszczególnych typach doświadczania sensu. Istotność różnic między liczbami we wszystkich kategoriach treści i typach struktury, obliczona za pomocą testu  $\chi^2(15)$ , wynosi 30,42;  $p < 0,01$ .

Typ A charakteryzuje się procentowo najczęściej wyborem celów *rodzinych* (27,8% wyborów), *edukacyjnych* (25,9%) oraz *materialnych* (20,4%). Dla typu B charakterystyczne są cele *rodzinne*, zdecydowanie częściej wybierane niż inne, gdyż stanowią one 36,7% wszystkich wyborów tego typu. Typ C opisany jest przez cele *ja* oraz *zawodowe* (odpowiednio: 24,7% i 22,7%). Typ D natomiast charakteryzują cele *rodzinne* (24%) oraz *edukacyjne* (24%), ale również *materialne* (wybierane na poziomie 22% wszystkich wyborów w tym typie). Najbardziej charakterystyczne są więc cele *rodzinne* dla typu B, największy rozrzut wyborów cechuje typ A i D, gdzie trzy kategorie treści (te same w obu typach) są stosunkowo często wybierane (ponad 20% wyborów).

Jednakże dalsze analizy wskazują, że różnice między typami sensu życia w zakresie treści wybieranych do realizacji dotyczą w głównej mierze celu najważniejszego. Istotność różnic, badana testem  $\chi^2$  na każdym z poziomów ważności celów, została potwierdzona jedynie w celu najważniejszym ( $\chi^2(15, N = 100) = 35,22$ ;  $p < 0,01$ ). W celu drugim ( $\chi^2(15, N = 100) = 16,64$ ) oraz trzecim w hierarchii ważności ( $\chi^2(15, N = 91) = 13,44$ ) różnice pomiędzy typami sensu życia są nieistotne.

Zróźnicowanie wyników w zakresie treści celów między typami sensu życia w celu najważniejszym przedstawia tabela 3.

Tab. 3. Liczebności w zakresie treści celów w poszczególnych typach sensu życia w celu najważniejszym

Typy	Kategorie treści							Razem	$\chi^2(5)$
	<i>rodzinne</i>	<i>edukacyjne</i>	<i>materialne</i>	<i>zawodowe</i>	<i>ja</i>	<i>duchowe</i>	<i>inne</i>		
Typ A	<b>6</b> (33,3)	<b>5</b> (27,8)	2 (11,1)	3 (16,7)	2 (11,1)	0 (0,0)	0 (0,0)	18	0,88
Typ B	<b>15</b> (48,4)	<b>9</b> (29,0)	3 (9,7)	0 (0,0)	2 (6,5)	1 (3,2)	1 (3,2)	31	12,43*
Typ C	4 (11,8)	6 (17,7)	2 (5,9)	<b>13</b> (38,2)	<b>7</b> (20,6)	1 (2,9)	1 (2,9)	34	28,12**
Typ D	<b>8</b> (47,1)	3 (17,7)	<b>4</b> (23,5)	0 (0,0)	1 (5,9)	1 (5,9)	0 (0,0)	17	8,74
Suma	33	23	11	16	12	3	2	100	–
$\chi^2(3)$	11,77**	1,69	3,69	21,66**	3,89	1,05	–	–	–

Cyfrы wyróżnione pismem półgrubym oznaczają kategorie najczęściej wybierane przez osoby z poszczególnych typów sensu życia (ponad 20% wyborów); w nawiasach – procent celów w kategorii treści w odniesieniu do wszystkich celów w typie  $N = 100$  (osoby należące do typów doświadczania sensu); \* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$

W celu najważniejszym widoczne jest zróźnicowanie liczby celów między typami sensu życia w dwóch kategoriach treści – *zawodowych* i *rodzinnych* (odpowiednio:  $\chi^2(3, N = 16) = 21,66$ ;  $p < 0,01$  oraz  $\chi^2(3, N = 33) = 11,77$ ;  $p < 0,01$ ). Cele *zawodowe* w zdecydowanej większości są charakterystyczne dla typu C. Osoby należące do tego typu podały 81,3% wszystkich celów dotyczących poszukiwania pracy i poprawy warunków pracy. Cele *rodzinne* są z kolei najbardziej charakterystyczne dla typu B (prawie 47% celów o treściach dotyczących rodziny jest wybieranych przez osoby należące do tego typu). Warto również wskazać na często wybierane przez osoby należące do typu C cele *ja* (ponad 50% wyborów celów tej kategorii, chociaż wielkość współczynnika  $\chi^2$  nie wskazuje na istotność różnic celów tej kategorii).

W celu najważniejszym typy doświadczania sensu życia różnią się między sobą także w zakresie liczebności celów o różnej treści, jednak zróźnicowanie celów jest istotne w dwóch typach – B i C. W przypadku typu B  $\chi^2(5, N = 31)$  wynosi 12,43;  $p < 0,05$ , zaś w typie C  $\chi^2(5, N = 34) = 28,12$ ;  $p < 0,01$ .

Typ B (o niskiej potrzebie i wysokim poczuciu sensu życia) charakteryzuje się wyborem celów z dwóch kategorii (ponad 77% wszystkich celów). Najwięcej jest celów dotyczących *rodziny* (np. *założenie rodziny, dobre wychowanie swoich dzieci*), następnie celów *edukacyjnych* (np. *ukończenie nauki, ukończenie studiów*).

Typ C (o wysokiej potrzebie i niskim poczuciu sensu życia) charakteryzuje wybór największej liczby celów *zawodowych* (38,2% celów w tym typie – np. *znalezienie pracy, satysfakcjonująca i dobrze płatna praca*) oraz celów nastawionych na *ja* (20,6% – np. *koncentracja na pozytywnych aspektach mojego życia i tego, co się dzieje wokół, zrobić porządek ze swoim zdrowiem*). To jedyny typ, w którym mniejsze znaczenie miały cele *rodzinne*.

Liczba celów należących do przyjętych w badaniach kategorii treści na kolejnych poziomach ważności celów nie różni się już w sposób istotny pomiędzy typami sensu życia. Ich zmienność zależy w większym stopniu od innych czynników niż od sposobów przeżywania sensu.

## II. DYSKUSJA

Stawianie celów do realizacji i realizowanie ich jest jedną z podstawowych aktywności przynoszących doświadczenie sensu życia (Frankl, 1984; Zaleski, 1991). Jak wskazuje Nuttin (1980), już samo postawienie celów zaspokaja potrzebę sensu, ich realizacja przynosi zaś poczucie sensu własnych działań, a w efekcie także sensu całego życia. Treści celów są istotnym czynnikiem w charakterystyce zachowań celowych. W dotychczasowych badaniach występują jako kryterium różnicujące podejmowane cele (por. np. Mądrzycki, 1996; Pinquart, Silbereisen, Fröhlich, 2009; Zaleski, 1991) lub jako przedmiot analizy uwarunkowań celów jednej kategorii treści (por. np. Łaguna, 2010; Walesa, 1988; Zalewska, 1997). Prezentowane w artykule wyniki pozwalają dokładniej scharakteryzować zróżnicowanie celów w zakresie treści wybieranych przez osoby należące do odrębnych typów doświadczenia sensu.

W ogólnej liczbie celów podanych przez osoby badane najczęściej wybierane treści odpowiadają preferencjom wartości opisanym we wcześniejszych badaniach (cele rodzinne, edukacyjne, zawodowe, materialne) (por. *Cele i dążenia życiowe Polaków*, 2010; Czapiński, Panek, 2009; Gurycka, 1991; Mądrzycki, 1996). Interesujące jest również, że wyróżniona kategoria celów duchowych, odnosząca się do wartości mających bardziej bezpośredni związek z perspektywą nadawania sensu życia przez człowieka (Frankl, 1984; Popielski, 1993, 2008),

była rzadko reprezentowana. Jednakże instrukcja do badań wskazywała, że badani mieli za zadanie podać cele, które stawiają sobie do realizacji. Takie ogólne określenie zadania powodowało uaktywnienie umysłowe (Nęcka, Orzechowski, Szymura, 2006) tych wartości, którymi człowiek żyje na co dzień. W takiej sytuacji duża liczba celów duchowych wskazywałaby na mocną koncentrację umysłową na perspektywie duchowej, zaś aktywność umysłowa w życiu codziennym na ukierunkowanie na bardziej podstawowe kategorie motywacyjne, czego wyrazem są właśnie kategorie treści wybierane przez badanych.

Na poziomie ogólnym widoczne są różnice w zakresie liczby celów w poszczególnych kategoriach treści. Główne pytanie badawcze postawione w badaniu dotyczyło jednak występowania lub niewystępowania zróżnicowania treści celów w zależności od typu doświadczenia sensu życia. Uzyskane wyniki wskazują, że takie zróżnicowanie istnieje.

Hipoteza 1 zakładała, że istnieją różnice między typami sensu życia w zakresie tej samej kategorii treści celów. Różnice występują w celu najważniejszym w dwóch kategoriach treści: celach *zawodowych* i *rodzinnych*. Cele *zawodowe* były wybierane w zdecydowanej większości przez osoby należące do jednego typu – C. Są to osoby charakteryzujące się wysoką potrzebą sensu, nastawione na poszukiwanie zatrudnienia lub zmianę miejsca pracy. Cele *zawodowe* nie występują wcale w typach B oraz D, czyli w typach z wysokim poczuciem sensu własnego życia. Cele *rodzinne* najczęściej występują zaś w typie B, najrzadziej w typie C.

Cele *zawodowe* i *rodzinne* są kategoriami, których liczebność jest istotnie różna w poszczególnych typach sensu życia, to one w głównej mierze łączą się z odrębnymi sposobami przeżywania sensu. Pozostałe kategorie celów nie są istotnie zróżnicowane w liczbie ich wyborów przez poszczególne typy sensu.

Hipoteza 2 zakładała, że każdy typ doświadczenia sensu życia charakteryzuje się odrębną hierarchią celów w zakresie ich treści. Wyniki wskazują na istotne różnice w dwóch z czterech typów – w typie B oraz C. Osoby należące do typu B wybierają najczęściej cele *rodzinne*, istotne są dla nich także cele nastawione na zdobywanie wykształcenia. Określanie sobie celów w tym zakresie i działanie na ich rzecz jest postępowaniem właściwym dla realizacji zadań rozwojowych lub wymagań życiowych (Obuchowski, 1995; Przetacznik-Gierowska, Tyszkowa, 2004), co powoduje pozytywne konsekwencje w sferze oceny społecznej i samooceny, a w efekcie także satysfakcję życiową. Rozwijanie własnych zdolności i zdobywanie wykształcenia oraz tworzenie rodziny lub – w sytuacji, gdy już się ją ma – troska o sprawy rodziny, to najbardziej sensotwórcze rodzaje aktywności. Są one charakterystyczne dla osób z niskim pozio-

mem potrzeby sensu (dobrze ją zaspokajających) oraz z wysokim poziomem poczucia sensu.

Reker (2000), opisując doświadczenie sensu życia, charakteryzuje je w kategoriach postawy, z jej klasycznymi komponentami: emocjonalnym, poznawczym oraz behawioralno-motywacyjnym. Doświadczenie sensu życia jest złożoną strukturą, którą buduje koncepcja siebie i rozumienia rzeczywistości, w której człowiek żyje, stawianie sobie właściwych dla jednostki celów i podejmowanie ich oraz ogólna satysfakcja z własnych działań i zaangażowań. Jak wskazują uzyskane wyniki, to stawianie sobie celów nastawionych na wykształcenie i rodzinę wiąże się w największym stopniu z odczuwaniem satysfakcji z życia, z doświadczeniem sensu życia.

Drugim typem, w którym widoczne jest zróżnicowanie wybieranych treści, jest typ C. Osoby należące do typu C wybierają najczęściej cele zawodowe oraz nastawione na *ja*. Często jako ważne wskazują także cele edukacyjne. Poszukiwanie pracy (czy chęć zmiany pracy na bardziej satysfakcjonującą lub dającą większe dochody) świadczy o braku akceptacji stanu aktualnego i nastawieniu na zmianę. Charakterystyczne jest także podejmowanie działań na rzecz własnej osoby – poprawa stanu zdrowia, zmiana własnego postępowania, koncentracja na pozytywnych aspektach własnego życia. Koncentracja na sobie, chęć zmiany stanu aktualnego to charakterystyki osób przeżywających kryzys (kryzys egzystencjalny) (Płużek, 1991). Przeżywają one potrzebę poszukiwania własnego miejsca w życiu i świecie, chęć ustabilizowania się, uporządkowania własnego życia i mają motywację, by stawiać sobie cele, które mogą przynieść pozytywną zmianę, i podejmować odpowiednie działania. Te odpowiednie działania ogniskują się, jak wskazują wyniki prowadzonych badań, w pierwszym rzędzie na określaniu sobie celów dotyczących pracy zawodowej oraz siebie samego (*ja*).

Jedynie typy najlepiej opisane w kontekście doświadczenia sensu życia (Frankl, 1980; Popielski, 1987, 1993) dają zróżnicowanie wyników w zakresie treści celów stawianych do realizacji. Uzyskane wyniki uzasadniają odrębność typu B (z doświadczanym sensem życia) oraz typu C (w kryzysie) i wskazują na ich specyfikę, także w badanym obszarze. Nie można natomiast wskazać specyficznych treści celów dla osób należących do pozostałych typów – A oraz D. Może to być efektem sposobu doświadczenia sensu przez typ A (z niską potrzebą sensu i niskim poczuciem sensu – typ, który można określić jako typ *poza sensem*) i typ D (z wysoką potrzebą sensu i wysokim poczuciem sensu), albo też zbyt małej liczby osób należących do tych typów w przeprowadzonych badaniach (z całej grupy 143 osób badanych jedynie kilkanaście należało do wskazanych typów, dwukrotnie mniej niż do typów B oraz C).



Hipoteza 3 zakładała, że relacja pomiędzy typami sensu życia a treściami celów jest różna w zależności od poziomu ważności celów. Badane relacje okazały się istotne jedynie w celu najważniejszym. Na pozostałych poziomach hierarchii celów nie ma istotnych różnic w analizowanym zakresie. W pracach dotyczących zależności pomiędzy celami a perspektywą sensu pojawia się stwierdzenie, że cele nadające życiu sens powinny być osobiste i znaczące (Frankl, 1980; Reker, 2000; Zaleski, 1990, 1991). Jak wynika z przeprowadzonych badań, muszą to być także cele stojące wysoko (najwyżej) w hierarchii ważności wybieranych do realizacji celów. Subiektywna ważność celów okazuje się ważną zmienną pośredniczącą w charakterystyce zależności treści celów – typy doświadczenia sensu.

Uzyskany materiał empiryczny nie pozwalał na przeprowadzenie bardziej szczegółowych analiz, uwzględniających inne zmienne pośredniczące. Ważnymi zmiennymi modyfikującymi zależność pomiędzy treściami celów i typami doświadczenia sensu mogą być także wiek, płeć, sytuacja rodzinna czy aktywność zawodowa. Ze względu na liczebność osób badanych oraz zastosowaną procedurę badawczą nie było możliwości uwzględnienia tych zmiennych w analizach statystycznych. Z tego powodu uzyskane dane należy traktować jako wyniki wstępne, wskazujące na istnienie badanej zależności, nie wyjaśniające jej jednak w sposób wyczerpujący.

Analiza uzyskanego materiału empirycznego (treści celów) daje podstawę do zastanowienia się także nad zbadaniem, jakie znaczenie w procesie stawiania celów do realizacji przez osoby różniące się sposobem doświadczenia sensu ma – oprócz treści – także kategoria punktowość/przedziałowość jako kryterium zróżnicowania celów (Wieczorkowska-Siarkiewicz, 1992; Wojciszke, 2009).

Odnosząc się do widocznej we współczesnej psychologii potrzeby tworzenia wieloczynnikowych modeli teoretycznych, lepiej oddających złożoność badanej rzeczywistości, wydaje się wartościowe uwzględnienie w nich także perspektywy sensu życia. Była już ona uwzględniana w takich analizach, jak badanie zachowań ryzykownych (Porczyńska, 2006; Próchniak, 2005) czy badanie decyzji wyborczych (Klamut, Sommer, Michalski, 2010), dzięki czemu można było uzyskać wyższy poziom wyjaśniania badanych zjawisk.

## BIBLIOGRAFIA

- Cele i dążenia życiowe Polaków* (2010). Komunikat z badań BS/161/2010; [http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K\\_161\\_10.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K_161_10.PDF) (27.02.2011).
- 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.
- Crumbaugh, J. C., Maholick, L. T. (1981). *Manual of instruction for the Purpose in Life Test*. Munster: Psychometric Affiliates.
- Czapiński J., Panek T. (red.) (2009). *Diagnoza społeczna 2009*; <http://www.diagnoza.com> (27.02.2011).
- Dolińska-Zygmunt, G. (1990). Psychologia wobec problematyki sensu życia. W: K. Obuchowski, B. Puszczewicz (red.), *Sens życia* (s. 14-20). Warszawa: Wyd. Nurt.
- Frankl, V. E. (1978). *Nieuświadomiony Bóg*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- Frankl, V. E. (1980). *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: Instytut Wydawniczy PAX.
- Gąłdowa, A. (1992). *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*. Kraków: Wydawnictwo Platan.
- Gurycka, A. (1991). *Światopogląd młodzieży*. Warszawa: PTP.
- Juros, A. (1984). Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia. *Roczniki Filozoficzne*, 32, 4, 97-112.
- Klamut, R. (1995). *Potrzeba sensu życia a obraz siebie* (mps pracy magisterskiej, arch. KUL).
- Klamut, R. (2002). *Cel – czas – sens życia*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Klamut, R. (2004). Źródło motywacji podmiotowej – potrzeba sensu życia. *Zeszyty Naukowe Politechniki Rzeszowskiej. Ekonomia i Nauki Humanistyczne*, 14, 49-60.
- Klamut, R. (2010). *Kwestionariusz Postaw Życiowych KPŻ. Podręcznik do polskiej adaptacji kwestionariusza Life Attitude Profile – Revised (LAP-R) Gary'ego T. Reker'a*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Klamut, R., Sommer, H., Michalski, K. (2010). *Aktywność obywatelska we współczesnym społeczeństwie demokratycznym. Wybrane zagadnienia*. Kraków: Seiton.
- Konarska, J. (1994). *Poczucie sensu życia młodzieży z inwalidztwem wzroku*. Lublin: UMCS.
- Kozielecki, J. (1996). *Człowiek wielowymiarowy*. Warszawa: Wydawnictwo Żak.
- Locke, E. (1994). Goal setting and productivity under capitalism and socialism. W: Z. Zaleski (red.), *Psychology of future orientation* (s. 157-170). Lublin: TN KUL.
- Łąguna, M. (2010). *Przekonania na własny temat i aktywność celowa. Badania nad przedsiębiorczością*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Mariański, J. (1990). *W poszukiwaniu sensu życia. Szkice socjologiczno-pastoralne*. Lublin: RW KUL.
- Mariański, J. (1996). Postawy młodzieży polskiej wobec sensu życia. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji* (s. 289-308). Lublin: RW KUL.
- Mądrzycki, T. (1996). *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Nęcka, E., Orzechowski, J., Szymura, B. (2006). *Psychologia poznawcza*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Nuttin, J. (1980). *Théorie de la motivation humaine: du besoin au projet d'action*. Paris: Press Universitaires de France.

- Obuchowski, K. (1995). *Przez galaktykę potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Oleś, P. (1995). *Kryzys „połowy życia” u mężczyzn. Psychologiczne badania empiryczne*. Lublin: RW KUL.
- Pinquart, M., Silbereisen, R. K., Fröhlich, C. (2009). Life goals and purpose in life in cancer patients. *Supportive Care in Cancer*, 17, 3, 253-259.
- Plużek, Z. (1991). *Psychologia pastoralna*. Kraków: Instytut Teologiczny Księża Misjonarzy.
- Popielski, K. (1987). Testy egzystencjalne: metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 237-263). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1993). *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (2008). *Psychologia egzystencji. Wartości w życiu*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Porczyńska, A., (2006). Tendencja do podejmowania ryzyka a doświadczanie szczęścia. W: M. Goszczyńska, R. Studenski (red.), *Psychologia zachowań ryzykownych. Koncepcje, badania, praktyka* (s. 145-170). Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Prężyna, W. (1996). Społeczno-religijne odniesienia poczucia sensu życia i psychoterapii. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji* (s. 371-380). Lublin: RW KUL.
- Próchniak, P. (2005). *Podejmowanie ryzyka a sens życia człowieka*. Słupsk: Pomorska Akademia Pedagogiczna.
- Przetacznik-Gierowska, M., Tyszkowa, M. (2004) *Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Reker, G. T. (1992). *Life Attitude Profile – Revised (LAP-R). Manual*. Peterborough, ON: Students Psychologists Press.
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. W: G. T. Reker, K. Chamberlain (red.), *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span* (s. 39-55). Thousand Oaks–London–New Delhi: Sage Publication.
- Reker, G. T., Chamberlain, K. (2000). Introduction. W: G. T. Reker, K. Chamberlain (red.), *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span* (s. 1-4). Thousand Oaks–London–New Delhi: Sage Publication.
- Szarota, P., Ashton, M. C., Lee, K. (2007). Taxonomy and structure of the Polish Personality Lexicon. *European Journal of Personality*, 21, 823-852; <http://www.interscience.wiley.com> (18.03.2012).
- Walesa, Cz. (1988). Psychologiczna analiza decyzji życiowo-doniosłych – empiryczne badania wybranych grup młodzieży. W: A. Biela, Z. Uchnast, T. Witkowski (red.), *Wykłady z psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim 1985/86* (s. 277-350). Lublin: RW KUL.
- Wieczorkowska-Siarkiewicz, G. (1992). *Punktowe i przedziałowe reprezentacje celu. Uwarunkowania i konsekwencje*. Warszawa: Uniwersytet Warszawski.
- Wojciszke, B. (2009). *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Warszawa: Scholar.
- Zaleski, Z. (1990). Cele osobiste a sens życia. W: K. Obuchowski, B. Puszczewicz (red.), *Sens życia* (s. 41-46). Warszawa: Wydawnictwo Nurt.
- Zaleski, Z. (1991). *Psychologia zachowań celowych*. Warszawa: PWN.
- Zalewska, A. (1997). Cele życiowe licealistów i studentów w zależności od reaktywności i płci. *Psychologia Wychowawcza*, 1, 12-24.

TYPES OF STRUCTURE OF MEANING OF LIFE  
AND THE CONTENT OF GOALS SET FOR ACCOMPLISHMENT

S u m m a r y

The purpose of the article is to analyze associations between the meaning of life and the content of goals set for accomplishment. This is an attempt to combine two psychological perspectives: existential and cognitive. The experience of meaning in life was described by means of four types reflecting both the need for and the sense of meaning. The content of goals was specified in terms of seven categories. Empirical research was carried out on a group of 143 adults. The meaning of life was assessed using two tests, based on Frankl's theory – Crumbaugh and Maholick's PIL and Crumbaugh's SONG. The content of goals was defined by participants themselves in a survey they filled in. In statistical analysis, the non-parametric statistic ( $\chi^2$ ) was used to identify differences in the number of goals with different content between the types of structure of meaning of life.

**Key words:** meaning of life, types of meaning of of life, content of goals, cognitive psychology, existential psychology.