

Izvirni znanstveni članek (1.01)

BV 73 (2013) 4, 625—637

UDK: 124.2:615.851

Besedilo prejeto: 03/2013; sprejeto: 11/2013

Sebastjan Kristovič

Bivanjska varnost in duhovnost z vidika logoterapije

Povzetek: Prispevek tako na teoretični kakor na empirični ravni osvetljuje korelacijo med duhovnostjo in bivanjsko varnostjo – kvaliteto življenja. Pojem »duhovnost« ali »biti duhoven« je v današnjem času eden od najbolj zmanipuliranih in nejasnih pojmov. Logoterapevtsko gledano, je najprej pomemben antropološki vidik in šele znotraj antropološkega vidika lahko govorimo o religioznem vidiku. Osnovna hipoteza je, da posameznikove odločitve ali neodločitve in naravnost na neke določene nespremenljive okoliščine ali dogodke vplivajo na kvalitativno bivanjsko raven. Ob tem imata posameznikovo ravnanje in delovanje izvor v duhovni razsežnosti. V empiričnem delu smo pri dvesto respondentih uporabili mednarodno strokovno priznani in uveljavljeni merilni instrument (LOGO test) za »merjenje« smisla, eksistencialne frustracije in smiselne orientacije. Prispevek znanstveno dokazuje tesno zvezo med duševnim zdravjem in bivanjsko varnostjo oziroma eksistencialno krizo, krizo smisla. Človek ni zadovoljen samo z zadovoljitvijo svojih potreb, ampak je predvsem bitje smisla.

Ključne besede: logoterapija, Frankl, duhovnost, duhovna razsežnost, eksistencialna kriza, kriza smisla

Abstract: **Existential Security and Spirituality from the Point of View of Logotherapy**

Theoretically as well empirically, the present article elucidates the correlation between spirituality and existential security – the quality of life. Nowadays, the term “spirituality” or “being spiritual” is one of the most manipulated and vague ones. Logotherapy primarily considers the anthropological aspect and the religious aspect can only be dealt with within its framework. The basic hypothesis is that the individual’s decisions or nondecisions and his attitude towards specific invariable circumstances or events influence the quality level of his existence. The individual’s attitude and behaviour, however, arise out of the spiritual dimension. In the empirical part, we applied an international professionally established measuring instrument (LOGO-test) on a sample of two hundred respondents in order to “measure” the meaning, existential frustration and meaningful orientation. In a scientific way, the article proves a close connection between mental health and existential security or existential crisis, the crisis of meaning. Man is not content just with satisfying his needs, but is primarily a being of meaning.

Key words: logotherapy, Frankl, spirituality, spiritual dimension, existential crisis, crisis of meaning

1. Uvod

Eksistencialna problematika je eden najbolj perečih problemov današnjega časa. Vedno več ljudi doživlja notranjo, osebno stisko v obliki eksistencialne krize in krize smisla. Izgubljeni kompas smisla je temeljni problem tako družbe kakor posameznika. Tovrstna problematika se zaznava na vseh ravneh človekovega delovanja in se kaže tako navznoter (osebnostno, bivanjsko) kakor tudi navzven (družbeno, socialno, ekonomsko). Posledice eksistencialne krize so številne: razveze, različne zasvojenosti, depresivnost, egoizem, osamljenost, slaba vzgoja, čustvena otopelost, melanholija, apatičnost, različne duševne stiske ... Človek se čuti notranje praznega, nezadovoljen je sam s seboj in s svojim življenjem. V ozadju problema bivanjskega vakuuma je kriza smisla, ki je v ozki povezavi s smislom življenja. Objektivno gledano, je to človekovo eksistencialno vprašanje o smislu celotne stvarnosti, vsega ustvarjenega, bivajočega, ki vključuje vso zgodovino in prihodnost ter celoto smisla življenja.

V središču logoterapije (Frankl 1994b) je vprašanje eksistencialne krize in krize smisla, kakor nam pove že sam izraz *logoterapija*, ki je sestavljen iz dveh grških besed: logos – smisel, therapeuein – zdraviti. Pomeni, da se ukvarja s smislom človeške eksistence in obenem tudi z iskanjem tega smisla. Logoterapija postavlja kot osnovno motivacijo v človekovi duhovni razsežnosti voljo do smisla, v nasprotju z željo po užitku, to je »voljo do užitka« (Freud) ali »voljo do moči« (Nietzsche, Adler). Edinstvenost in specifičnost smisla sta v odkrivanju življenjskih nalog, ki jih življenje postavlja pred vsakega posameznika. Če človek ne izpolnjuje tega smisla, ki je vedno in v vsakem primeru odvisen od neke določene situacije in trenutka, ga to sčasoma privede do eksistencialne frustracije oziroma krize smisla.

2. Humanistični fundamentalizem

Novodobnemu nihilizmu in h krizi vrednot so veliko prispevale tudi humanistične znanosti s svojim redukcioniističnim pristopom in s posploševanjem; to bi lahko poimenovali humanistični fundamentalizem. V ozadju vsake humanistične znanosti je neki antropološki pristop, ki je temeljnega pomena. Za merilo, ali je neka antropološka naravnava pravilna ali ne, Frankl postavlja človeškost. Pravilna je samo, če ohranja človekovo človeškost. Človeškost pa ohranjajo tiste naravnosti, ki človeka doumevajo v vseh njegovih razsežnostih, večplastnosti in presežnosti. Frankl je bil tudi odličen poznavalec filozofije in je imel jasen uvid v novoveški imanentni zmotni preobrat glede pojmovanja človeka. Kakor pravi, se mu zdi zanimivo dejstvo, »da je človek, dokler se je imel za stvaritev, razlagal svoje bivanje v podobi Boga, svojega stvarnika; kakor hitro pa se je sam začel imeti za stvarnika, je začel razlagati svoje bivanje samo v podobi lastne stvaritve, stroja« (Frankl 1994b, 21). Korenine tega antropološkega kopernikanskega preobrata, ki so začele poganjati že veliko prej, so se dokončno razbohotile v racionalizmu. Šele na podlagi novega veka so se vzpostavili idealni pogoji za dokončni razcvet pro-

svetljene ideje avtonomnega *razuma*. Vendar ta absolutno avtonomna življenjska drža, ki hoče biti neodvisna od vsega, kar človeka presega, prinaša tudi posledice:

»S tem oznanilom pa ni povedano nič drugega kot to, da je človek postal nezmožen dojemati neko od njega docela neodvisno dejanskost in vzpostavljati odnos z njo – se pravi tudi nezmožen, da bi jo nazorno predstavil in izrazil, v podobah, ki jo zastopajo in ki jih potrebujemo zato, ker z motrenjem ne sežemo do nje same.« (Buber 2004, 14)

Problem različnih humanističnih znanosti ni v njihovi *specializiranosti*, ampak v absolutiziranju svojega lastnega pogleda in razumevanja. Pomeni, da dojemanje iz svoje perspektive prenesejo na celoto. Rezultati, načela in – v končni fazi tudi – različni nazori niso samo parcialni, ampak tudi disparatni. Tako nastajajo v humanističnih znanostih, velikokrat po nepotrebnem, različne antinomije in nesoglasija, vedno na škodo človeka. To je humanistični fundamentalizem, ki človeka razoseblja.

Frankl vidi v tem razosebljanju človeka odločilne momente novodobnega nihilizma: »Nihilizem se ne razkrinka z govorjenjem o Niču, ampak se skriva za krinko izraza ›nič drugega kot‹.« (Frankl 1994b, 37) Pravi, da »danes živimo v času specialistov, ti pa nam posredujejo samo delne perspektive in podobe resničnosti. Zaradi dreves raziskovalnih dosežkov raziskovalec ne vidi več gozda resničnosti.« (37) Ugotavlja, da je redukcionizem postal krinka nihilizma.

3. Logoterapevtski pogled na človeka

Logoterapija je v bistvu antropološka naravnava, to pa pomeni, da vidi človeka celostno, v vseh treh razsežnostih (telo, duša in duh) in se s tem izogne vsakršnemu redukcionizmu in nihilizmu, ki imata za posledico dehumanizacijo in depersonalizacijo človeka. To pomeni zreduciranje človeka na nekakšen skupek psiholoških in fizioloških mehanizmov. Že v svojem jedru asimilira tudi druge humanistične znanosti (antropologijo, filozofijo, teologijo, psihologijo itd.). Prispevek k strokovni uporabnosti je prav v tem, da govorimo o interdisciplinarnem pristopu k problemu eksistencialne krize. Na tem mestu se odpira fundamentalno vprašanje: kaj je človek in kakšne so njegove temeljne potrebe?

Scheler svoje temeljno delo filozofske antropologije *Položaj človeka v kozmosu* začne s kratko predstavitvijo treh idejnih krogov, ki zaobjemajo celotno predstavo o tem, kaj je človek (Scheler 1998, 7). Scheler, ki ga je imel Heidegger za najprodornejšega misleca tistega časa, naredi koncizen presek pojmovanja človeka skozi zgodovino do današnjega časa. Trdi, da so ti trije krogi med seboj nezdružljivi, in se zaveda še neke ključne pomanjkljivosti – medsebojne neenotnosti. V intelektualno nepoštenem pluralizmu humanističnih znanosti vidi več škode kakor koristi. Pravi, da veliko bolj zakrivajo človekovo bistvo, kakor pa ga osvetljujejo; to naj bi bila njihova primarna naloga.

Ob zavedanju nevarnosti pasti redukcionizma in pandeterminizma se Frankl sprašuje, kako lahko ohranimo človekovo človeškost (Frankl 1994a, 26). Kako ob vsej raznolikosti humanističnih ved in nazorov ohraniti človekovo enotnost, medtem ko so

korenine redukcionalizma prav v tem humanističnem pluralizmu? Za rešitev problema se Frankl zateče k dvema znanima strokovnjakoma s tega področja, k Nicolaiu Hartmannu (ontologija) in k Maxu Schelerju (antropologija). Po Franklovem mnenju sta se prav onadva najbolj trudila za rešitev človeškega pred redukcionalizmom in pandeterminizmom (26–33). Že Tomaž Akvinski je človeka poimenoval *unitas multiplex*. Frankl navaja, da se umetnost označuje kot enotnost v različnosti. Človeka pa označuje kot enotnost kljub mnogoterosti. »Če človeka pojmuje v okviru telesnih, duševnih in duhovnih stopenj ali plasti, pomeni, da ga obravnavamo, kakor da bi bilo njegove telesne, duševne in spoznavalne načine bivanja mogoče ločiti drugega od druge.« (27) Novi pristop, v katerem upošteva ontološke razlike in antropološko enotnost, je Frankl poimenoval dimenzionalna ontologija oziroma dimenzionalna antropologija.

Človek ni sestavljen iz telesne, duševne in duhovne razsežnosti, ampak človek vse to *je*. Pomeni, da ni mogoče ločiti ene razsežnosti od druge in je obravnavati neodvisno od preostalih dveh. Dejansko je človek konstituiran iz nedeljive celote vseh treh razsežnosti. Humanistične vede v glavnem upošteevajo in obravnavajo človeka kot psihofizično bitje in tako človeka zreducirajo na skupek bioloških in psihičnih mehanizmov. Duhovne razsežnosti ali sploh ne upošteevajo ali pa je to poenostavljeno in redukcionalistično upoštevanje nekakšnega konglomerata duševne in duhovne sfere, ki ga dojemajo kot drugi (sestavni) del človeškega bitja, ob telesni razsežnosti. Klasični zgled je moderna medicina, ki pozna (samo) psihosomatska obolenja. Zanimivo je, da se človek prav po duhovni razsežnosti najbolj loči od vseh drugih živih bitij; moderna znanost je najbolj pozabila prav na to razsežnost. Šele s Franklom nastopi nekakšna rehumanizacija humanističnih znanosti.

Čeprav je človek nedeljena celota vseh treh razsežnosti, se v duhovni razsežnosti kljub temu kažejo nekatere singularnosti, ki jo po specifikih ločijo od telesne in od duševne razsežnosti. Zato ima duhovna razsežnost superiorno vrednost človeške eksistence. Vendar s tem ni mišljena kvantitativna kategorija, temveč kvalitativna. Torej ne govorimo o relaciji boljše (višje) – slabše (nižje), ampak tukaj »superiorna« pomeni bolj vključujočo in več obsegajočo razsežnost. Duhovna razsežnost je prostor udejanjanja odgovornosti in svobode, ki sta najznačilnejša *elementa* duhovne dimenzije. Tako imamo po eni strani (po duševni in po fizični) pogojenost, po drugi strani (po duhovni) pa nepogojenost. Še več, prav prek duhovne razsežnosti je mogoče preseči oziroma presegati pogojenost, ki je posledica dednosti, nagonov ali vpliva okolja. Ontološko gledano, sodi duhovna dimenzija skupaj z razsežnostjo svobode in odgovornosti med eksistencialije človeške *biti*. Pomeni, da so to konstitutivni elementi človeške eksistence oziroma *biti*. Svoboda in odgovornost nista nekakšni karakteristiki duhovne razsežnosti (to ni karakterizacija). Duhovna razsežnost je *konstituens* človeka in ni njegova karakterizacija. Če lahko posamezne aspekte telesnega in duševnega področja merimo in vrednotimo kvantitativno, duhovno razsežnost vrednotimo le kvalitativno. Posebnost duhovne razsežnosti je tudi v tem, da je neodvisna od dednosti in od okolja, v ospredju so posameznikove duhovne odločitve. Drugače od telesne in od duševne razsežnosti duhovna razsežnost ne more nikoli zboleti, lahko pa nastopi tako imenovana blokada delovanja, ki je včasih tudi duševnega ali telesnega izvora, na primer poškodba možganov, omama, psihopatologija.

Frankl (2005a, 15) za bistvo človekove eksistence postavlja zmožnost preseganje samega sebe (samotranscendenca), ki je bistvo duhovne narave. Človeku ne zadošča samo zadovoljitev njegovih potreb, želja in gonov, ampak je predvsem bitje smisla oziroma bitje za smisel. Njegovega življenja ne določajo le geni, okolje in njegova zgodovina, ampak njegove odgovorne odločitve. Prav v tem je bistvo človeškosti, v preseganju samega sebe in pogojev, v predanosti neki nalogi ali osebi. Človek ni samo gonsko, ampak predvsem vrednostno bitje.

4. Metoda

4.1 Respondenti

Reprezentativni vzorec je zajemal dvesto respondentov ženskega spola v starostnem razponu 20–60 let. Povprečna starost vseh udeleženk je bila 38,73 leta.

Starost (leta)	Št. respondentov	Procenti (%)
16–29	41	20,5
30–39	66	33
40–49	66	33
50–60	27	13,5

Tabela 1: Starostne skupine

Respondenti so bili naključno izbrani v okviru različnih strokovnih izobraževanj za starše, učitelje, vzgojitelje in za strokovne kolektive (seminarji, šole za starše, predavanja ...) po vsej Sloveniji. To so ljudje z visoko oziroma univerzitetno izobrazbo. Merski instrument je bil respondentom osebno predstavljen in razdeljen, prav tako so jim bila predstavljena tudi navodila. Zaradi osebnega pristopa je bila vrnitev testov stoo odstotna.

4.2 Merski instrument in postopki

Uporabili smo analitično-sintezno metodo in mednarodno strokovno priznani in uveljavljeni merilni instrument (LOGO test) za »merjenje« smisla, eksistencialne frustracije in smiselne orientacije. Statistične rezultate smo obdelali z uporabo statističnega programskega paketa *SPSS*.

Avtorica LOGO testa je Elisabeth E. Lukas (1986b), ki je test tudi standardizirala. Razvila ga je v okviru doktorske disertacije na Inštitutu za eksperimentalno in uporabno psihologijo univerze na Dunaju pod vodstvom Giselhera Guttmanna. Glavni cilj disertacije je bila znanstvena uveljavitev logoterapije z empiričnimi dokazi. Pomembna je bila potrditev logoterapevtskega aksioma, ki kaže na tesno zvezo med duševnim zdravjem in dobro izpolnitvijo notranjega smisla. Stabilno duševno zdravje pomeni dobro izpolnitev notranjega smisla in narobe. LOGO test ima tele glavne karakteristike:

1. Razlikuje med psihično zdravimi in psihično obolelimi osebami in omogoči zanesljive izjave o njihovih usmeritvah k smislu.

2. Pri psihično bolnih osebah nastopa večja razpršitev testnih rezultatov kakor pri psihično zdravih. To pomeni, da je variacijska širina pozitivnih in negativnih pristopov k bolezni dovolj velika, zato kljub bolezni dopušča tudi dobro »izpolnitev notranjega smisla«.
3. Na podlagi testnih rezultatov so določili točko *cut-off*,¹ po kateri lahko diagnosticirajo intenziteto morebitne noogene problematike.
4. Test je kljub svojemu heterogenemu podtestu enodimenzionalen in glede na spol homogen.

LOGO test (Lukas 1986b) je uporaben pri respondentih, starih nad šestnajst let, in meri, v kolikšni meri neka oseba doživlja svoje življenje osmišljeno. Sestavljen je iz treh delov: Prvi del zajema devet vsebinskih kategorij, ki razvidno pomenijo »smiselne dejavnike« človekovega življenja: osebno blagostanje, samouresničevanje, družina, glavna zaposlitev, družabnost, interes, doživetje, služenje prepričanju in življenjska stiska. Testni del 2 skuša psihometrično dojeti fenomen »eksistencialne frustracije«. Izvira iz eksperimentalni psihologiji znanih učinkov frustracije, ki jih je treba, če je navzoča eksistencialna frustracija, poiskati z doživetjem smisla v njegovem vsakokratnem ustrežanju. To so: agresija, regresija, nadkompensacija, reakcija bega, razumno sprijaznjenje, nevroza in depresija. Testni del 3 je sestavljen iz dveh delov. Prvi del izpolnjuje poleg svoje »perspektivne vrednosti« hkrati tudi eksemplifikacijsko nalogo za drugi del. Kratko in jedrnato je predstavljeno eksistencialno bistvo treh življenjepisov, to mora v drugem delu testnega dela 3 respondent opraviti glede na svojo lastno življenjsko pot.

4.3 Rezultati

Primerjalna analiza posameznih postavk testnega dela 1 nam je pokazala, katere postavke so najbolj »problematične« oziroma kateri od devetih logoterapevtskih faktorjev najbolj izstopajo.

Kategorizacija devetih vsebinskih področij	Vsota odgovorov
1. Družina	5
2. Samouresničevanje	13
3. Družabnost	16
4. Doživetje	18
5. Interes	65
6. Osebno blagostanje	80
7. Glavna zaposlitev	94
8. Služenje prepričanju	224
9. Življenjska stiska	268

Tabela 2: Kategorizirana vsebinska področja dela 1 LOGO testa

Najpomembnejše je vsebinsko področje *družina* (partnerstvo, otroci, dom, eksis-

¹ Točka mejne vrednosti.

stenčni temelji) in jim daje tudi največ bivanjske varnosti. Na drugem mestu je *samoouresničevanje* (pridobitev identitete, zunanji videz, uspeh) in na tretjem mestu je *družabnost* (ljubezen, kontakti, socialne naloge, prijatelji). Dobljeni rezultati so povsem v skladu s pričakovanji. Številne raziskave glede vrednot potrjujejo, da so na prvih mestih vedno družina, ljubezen, dom, otroci, sorodniki, prijatelji (Musek, 1993 in 1995). Kot najmanj pomembni vsebinski področji so respondenti navedli *služenje prepričanju* (religija, politika, reforma) in *življenjsko stisko* (premagovanje bolezni, samoohranitev, sprijaznjenje). Tudi to je v skladu s pričakovanimi rezultati, saj dobljeni rezultati potrjujejo duha časa oziroma temeljno problematiko sodobnega človeka, ki je v imanentni zadržanosti vase in v notranji krhkosti in nemoči.

Komparativna analiza starostnih skupin glede devetih logoterapevtskih faktorjev nam je pokazala, da starost nima pomembne signifikantne vloge glede kategorizacije vsebinskih področij. Spearmanov korelacijski koeficient je povedal, da na končni rezultat statistično najbolj vplivajo postavke *služenje prepričanju* (0,667) in *življenjska stiska* (0,451).

Pri rezultatih dela 2 LOGO testa so v ospredju učinki frustracij ob navzočnosti eksistencialnega vakuuma. Psihometrično je ovrednoten fenomen »eksistencialne frustracije«.

Kategorizacija sedmih učinkov frustracij	Seštevek odgovorov
1. Agresija	144
2. Regresija	123
3. Nadkompensacija	115
4. Reakcija bega	108
5. Razumno sprijaznjenje	85
6. Nevroza	76
7. Depresija	16

Tabela 3: Sedem učinkov frustracij eksistencialne frustracije

Trije najvišje kotirani frustracijski učinki so: agresija (144), regresija (123) in nadkompensacija (115). Korelacijski izračun po Spearmanu med postavkami dela 2 LOGO testa in skupnim seštevkom celotnega dela 2 kaže na medsebojno jakost linearne povezave. Najvišjo jakost kažejo postavke, ki merijo frustracijske učinke *agresije*, *nevroze* in *nadkompensacijo* – vse segajo prek polovice linearne zveze. Postavka *razumno sprijaznjenje* je po pričakovanju (od vseh sedmih naštetih frustracijskih učinkov je samo ta enak pozitivnemu premagovanju; to je pripravljenost, da se razumno sprijaznimo z dano situacijo oziroma skušamo popraviti na njej, kar je popraviti mogoče) v negativni korelaciji s skupnim seštevkom, vendar je zaradi nizkega korelacijskega koeficienta statistično nepomembna.

Del 3 LOGO testa je informacijsko zelo močan. V prvem delu respondent na podlagi svojega lastnega uvida izbere, katera ženska je glede na predstavljeno življenjsko zgodbo najsrečnejša in katera najbolj trpi. Ob tem je treba omeniti logoterapevtsko predpostavko, da je fleksibilnost v iskanju in najdenju smiselnih ciljev ključnega pomena za bivanjsko varnost. Drugi del prikazuje stopnjo razpetosti

med »izpolnitvijo notranjega smisla« in »obupom«. Prvi del smo označili z logo32A in logo32B; drugi del pa z logo33A in logo33B.

Odgovori	Št. odgovorov	Odgovori v %
A	88	44
C	44	22
B	68	34

Tabela 4: Rezultati logo32A

Kar 88 respondentov (44 %) je označilo, da je najsrečnejša ženska iz zgleda A. Ta zgled prikazuje osebo, ki se je zaradi okoliščin, kakršnih ni bilo mogoče spremeniti, do njih primerno naravnala in se posvetila drugim življenjskim ciljem. Za odgovor B se je odločilo 68 respondentov (34 %). Glede na to, da ta zgled prikazuje osebo, ki se trmasto in slepo oprijema ciljev, kakršne je skorajda nemogoče doseči, ob tem pa pozablja na druge smisle in cilje, je odstotek izredno visok. Treba je bilo veliko časa, odrekanja in vložene energija za skorajda nično pridobitev. To je osebnostno rigidno reševanje življenjskih nalog, ko se oseba slepo oprijema samo enega smiselne področja, ki ji ga ne uspe uresničiti. Za znosen kompromis med svojimi prvotnimi cilji in realno dosegljivostjo (odgovor C) se je odločilo 44 respondentov (22 %).

Odgovori	Št. odgovorov	Odgovori v %
B	74	37
C	75	37,5
A	51	25,5

Tabela 5: Rezultati logo32B

Tabela 5 prikazuje rezultate o tem, »katera oseba najbolj trpi«. Odgovor B je izbralo 74 respondentov (37 %); to je tudi edini pravilni odgovor. Za odgovor A se je odločilo 51 respondentov (25,5 %) in za odgovor C, 75 respondentov (37,5 %). Za odgovora A in C se je tako odločilo skupaj 126 respondentov (63 %), to pa je zaskrbljujoč podatek.

Ovrednotenje odgovorov	Št. odgovorov	Odgovori v %
0	3	1,5
1	22	11
2	130	65
3	45	22,5

Tabela 6: Rezultati logo33A

Iz tabele 6 je razvidno, da so samo tri osebe (1,5 %) dosegle stopnjo zelo dobra izpolnitev notranjega smisla, 22 respondentov (11 %) je doseglo dobro izpolnitev notranjega smisla, 130 oseb (65 %) srednjo ali neprepoznavno izpolnitev notranjega smisla in kar 45 respondentov (22,5 %) je doseglo slabo izpolnitev notranjega smisla.

Ovrednotenje odgovorov	Št. odgovorov	Odgovori v %
0	1	0,5

1	24	12
2	143	71,5
3	32	16

Tabela 7: Rezultati logo33B

Logo33B meri različne pristope k dobrim in k slabim življenjskim razmeram. Vidimo, da je samo ena oseba (0,5 %) označena z zelo dobrim pristopom. 24 respondentov (12 %) je označenih z dobrim pristopom, 143 oseb (71,5 %) ima v življenju srednje dober pristop in kar 32 ljudi (16 %) živi s slabim pristopom.

Spearmanov korelacijski koeficient nam je pokazal, da – statistično gledano – ni bistvenih razlik, s tem da prvi del dela 3 LOGO testa kaže na nekoliko večjo linearno povezanost s končnim rezultatom. Obenem pa tudi potrjuje notranjo kongruentnost dela 3 LOGO testa.

Če pogledamo skupno vsoto LOGO testa, vidimo, da govorimo o normalni porazdelitvi rezultatov; to smo tudi pričakovali.

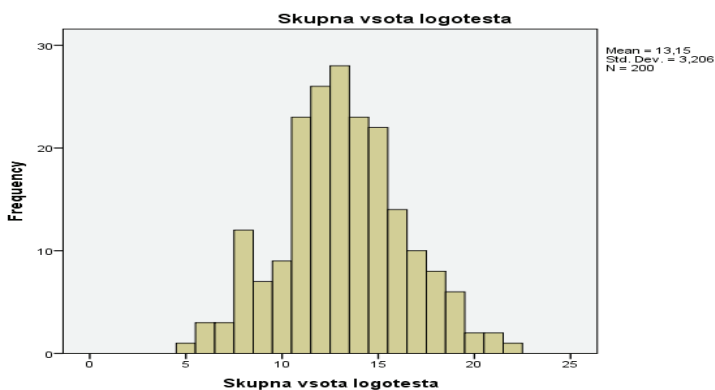


Tabela 8: Porazdelitev skupne vsote LOGO testa

Ob upoštevanju kvartilne in decilne razvrstitve dobimo naslednji rezultat:

Kvartili	Starostne skupine				Σ
	16–29	30–39	40–49	50–59	
Q ₁	9	10	2	3	24
Q ₂ + Q ₃	29	47	38	14	128
Q ₄ - (D ₉ + D ₁₀)	1	3	4	3	11
D ₉	2	6	19	5	32
D ₁₀			3	2	5

Tabela 9: Kvartilna in decilna razvrstitev rezultatov LOGO testa

5. Razprava

Rezultati LOGO testa nam niso dali samo natančnega stanja eksistencialne krize, krize smisla in stopnje bivanjskega vakuuma v Sloveniji, ampak tudi natančno sondiranje, kaj vse povzroča eksistencialno krizo oziroma katera so tista področja, ki v največji meri vplivajo na krizo smisla.

Rezultati dela 1 so pokazali, da ljudje na prvo mesto še vedno postavljajo temeljne človeške vrednote (tabela 2). Rezultate pojasni dejstvo, da je človek, prvenstveno gledano, bitje odnosa; to sodi pod duhovno razsežnost. Odnos je konstitutivni element eksistence vsakega posameznika, to ga dela nezamenljivega in edinstvenega. Prav na področju odnosov poteka temeljna bivanjska napetost med hoteti, želeti in morati – *noodinamika*, ki je prvi pogoj bivanjske varnosti. Zaradi devetih vsebinskih skupin dobimo natančne rezultate glede stopnje »izpolnitve notranjega smisla«, obenem pa tudi jasno predstavo, katera področja najbolj ogrožajo posameznikovo bivanjsko varnost oziroma zaradi katerih respondent trpi pomanjkanje smiselnih usmeritev. Bivanjsko varnost najbolj ogrožata področji služnje prepričanju (religija, politika, reforma) in življenjska stiska (premagovanje bolezni, samoohranitev, sprijaznjenje). Rezultati področja služnje prepričanju kažejo na človekovo duhovno blokado, ki se izraža v nesposobnosti udejanjanja človekove edinstvene zmožnosti – samotranscendence. Človek ni vase zaprt bivajoči sistem oziroma homeostatična *monada*, ampak je bitje, ki samega sebe nenehno presega, se razvija in osebnostno zori. Sodobnega človeka najbolj označujejo samozadostnost, individualnost, egocentrizem in zaprtost vase. Izgublja se tudi občutek odgovornosti za drugega in za družbo. Ob tem se posameznik vedno bolj doživlja kot žrtev družbene in kulturne ureditve; to mu zbuja občutek notranje krhkosti in nemoči, obenem pa ga tovrstna življenjska usmeritev vodi k teženju po homeostazi in po užitku. Človek je v sebi nesklenjeno bitje, ki samemu sebi ne zadostuje, je vedno nekam usmerjen in samega sebe vedno presega. Prav zmožnost samotranscendence dela človeka najbolj človeka. V nasprotnem se človeško bivanje zreducira na zadoščanje gonov in na zadovoljevanje potreb. Posebno vlogo pri tem ima religija. Vendar sodobni človek teži k avtonomiji in k obvladovanju. Vse, kar ga na poti k cilju ovira oziroma mu postavlja pod vprašaj absolutnost avtonomije, mora odstraniti ali zanikati. Na zadnjem mestu je smiselni faktor življenjske stiske (premagovanje bolezni, samoohranitev, sprijaznjenje). Kaže, da moderna družba še vedno tabuira bolezni, starost, krhkost, minljivost, smrt, kratka: vse, kar je povezano s trpljenjem. Dejstva in neizpodbitne resničnosti svojega bivanja tabuiramo in jih delamo za tujke našega življenja, jih odrivamo in velikokrat zanikamo in jih ne priznavamo. Posledica tega je, da jih ne sprejemamo in uporabljamo različne obrambne mehanizme za dosego cilja. Vendar so zanikanje, izogibanje, potiskanje v notranjost in nepripravljenost, sprejeti neko določeno usodno stanje, ki ga ne moremo spremeniti in nanj vplivati, eden največjih vzrokov za eksistencialno krizo in za krizo smisla ter tudi za bivanjski vakuum oziroma noogene nevroze. To so pomembna področja naše notranjosti, kajti skoraj zanesljivo je, da se bo moral vsak od nas z njimi tudi soočiti.

V delu 2 LOGO testa smo psihometrično ovrednotili fenomen »eksistencialne frustracije«. Človek se na posamezne trenutne življenjske tegobe ali na pretekle napačne odločitve (tabela 3) najprej in najhitreje odzove z agresijo, znotraj katere je odločilni moment občutek nemoči. Bolj kakor to, da bi se posameznik na neko določeno situacijo smiselno naravnal in do nje zavzel neko stališče ali vneto poskušal rešiti trenutno situacijo, se odzove v smislu nemočne žrtve okoliščin, posledica je agresivno vedenje do sebe ali do drugega. Naslednja eksistencialna frustracija, reakcija bega, prav tako izraža podobno situacijo. Ljudje se niso pripravljani soočiti in sproti reševati življenjske probleme, to je eden od glavnih vzrokov različnih vrst zasvojenosti: beg pred realnostjo. Na tretjem mestu je nevroza. Tudi ta podatek je zaskrbljujoč, saj kaže, da se večina nerešenih in potlačenih problemov izrazi v obliki nevrotičnega vedenja ali bolezni.

Informacijsko zelo močan del 3 LOGO testa najbolj preseneča z rezultati. Bistvo predstavljenih življenjskih zgodb je, kako ravnati, kadar nespremenljive okoliščine onemogočajo izpolnitev življenjskega cilja. Samo 44 % (88) respondentov je na vprašanje odgovorilo pravilno, odgovor B, ki je povsem napačen, je izbralo 34 % (68) vprašanih in za odgovor C, ki pomeni kompromis, se jih je odločilo 22 % (44). Na vprašanje, katera oseba najbolj trpi, je pravilno odgovorilo samo 37 % (74), medtem ko se je za povsem napačen odgovor odločilo 25,5 % (51) respondentov in za kompromisni odgovor, ki je prav tako napačen, 37,5 % (75). Slabe rezultate pripisujemo nezmožnosti razpoznavanja smisla življenja. Na tem mestu najbolj izstopa nezmožnost udejanjanja, logoterapevtsko gledano, najvišje kotiranih vrednot – vrednot stališča. Razvidna sta tudi zamenjava in poenotenje življenjske sreče in zadovoljstva z zunanjim uspehom. Logo 33A eksplicitno meri stopnjo izpolnitve notranjega smisla: 130 (65 %) respondentov doživlja svoje življenje kot srednje izpolnjeno ali nejasno – neprepoznavna izpolnitev notranjega smisla; 22,5 % (45) respondentov svoje življenje doživlja kot prazno in neizpolnjeno s smislom. Logo 33B razlikuje med različnimi pristopi k dobrim ali slabim možnostim za dosego življenjskega smisla in s tem k izpolnitvi svojega lastnega življenja. Rezultati se presenetljivo ujemajo z rezultati Logo 33A, to pa kaže na visoko stopnjo kongruentnosti tega dela LOGO testa.

Iz vseh rezultatov LOGO testa dobimo naslednje ovrednotenje respondentov glede na celotno prebivalstvo:

- 24 respondentov (12 %) je z dobro »izpolnitvijo notranjega smisla«;
- 128 respondentov (64 %) je s srednjo »izpolnitvijo notranjega smisla«;
- 11 respondentov (5,5 %) je s slabo »izpolnitvijo notranjega smisla«;
- 32 respondentov (16 %) je z zelo slabo »izpolnitvijo notranjega smisla«;
- 5 respondentov (2,5 %) je z najslabšo »izpolnitvijo notranjega smisla«.

48 respondentov sodi med 25 % celotnega prebivalstva, njihova »izpolnitev notranjega smisla« je vprašljiva oziroma ni uspela. To je posebno področje z največjo

izrazno močjo za sklepe, ki jih izpeljemo iz testnega rezultata, zato je treba narediti znotraj področja natančnejšo ločitev. Področje je razdeljeno na tri podpodročja $Q_4 - (D_9 + D_{10})$, D_9 in D_{10} . Tako je 11 respondentov v področju $Q_4 - (D_9 + D_{10})$; to pomeni, da preizkusno osebo lahko uvrstimo v skupino od problemov najmanj odvisne petine Q_4 . Ne govorimo še o patoloških znakih, vendar je uvrstitev teh respondentov treba jemati resno. Obstaja indikacija, da je treba posameznike, ki sodijo v to področje, pri iskanju njihovega smisla spremljati, spodbujati in jim eventualno ponuditi nasvete karakternega modela. To so respondenti s »šibko orientacijo smisla«. Kar 32 jih sodi v področje 10 % (D_9) celotnega prebivalstva s slabo izpolnitvijo notranjega smisla; to kaže na vzroke eksistencialne frustracije. Eksistencialna frustracija se izraža v krizah smisla, v občutkih praznote in brezkoristnosti, v trajni naveličanosti, v dolgočasu, v splošni nezainteresiranosti in v naraščajoči izgubi vrednosti. Vse to vpliva na telesno in na duševno zdravje, ki ga v dobršni meri oslabi. Zaradi eksistencialne frustriranosti so posamezniki veliko bolj dovzetni za nihilistične pristope, za faze resignacije, tako na duševni kakor na telesni ravni, tega s klasičnim medicinskim pristopom skorajda ni mogoče pojasniti. Zaskrbljujoče je, da kar 12 preizkusnih oseb presega povprečje celotnega prebivalstva v skupini (D_9); to pomeni, da je v naši naključno izbrani skupini preizkusnih oseb 6 % več respondentov v stanju eksistencialne frustracije kakor v celotnem prebivalstvu. Rezultati, ki ležijo znotraj D_{10} , povedo, da preizkusna oseba sodi med 10 % ljudi celotnega prebivalstva, ki imajo najslabšo izpolnitev smisla. Življenje se jim zdi nesmiselno, nesrečni so in nezadovoljni. Dobljeni rezultat lahko diagnostično označimo z noogeno nevrozo, kaže pa na duševno bolezen, ki posameznika zadeva v njegovem bivanjskem temelju, zato je potreben nujnega zdravljenja. Različne raziskave so potrdile Franklovo domnevo, da je vsaj 20 % vseh nevroz noogenih. Zdravijo se lahko le z radikalno spremembo pacientove splošne usmeritve smisla.

Rezultati empiričnega dela raziskave dajejo možnost širše uporabe. Šele kadar dodobra spoznamo glavne izvore in povzročitelje krize smisla in ugotovimo, kje so možnosti za njeno reševanje, šele takrat je mogoče učinkovito reševati problematiko eksistencialne krize. Omenjeno problematiko pospešuje duh današnjega časa, ki na prva vrednostna mesta postavlja uspeh, užitek in samouresničitev posameznika. Govorimo torej o zamenjavi vrednot: o zamenjavi smisla z uspehom, z užitkom. Prav v tem delu vidimo veliko nalogo vseh humanističnih znanosti, ki bi človeka morale spoznati v njegovi celovitosti in v njegovi težnji po preseganju osebnih potreb in želja v delovnih nalogah ali odnosih. Celoviti pogled dobimo takrat, kadar človeka vidimo predvsem kot duhovno, edinstveno in enkratno bitje, usmerjeno na neko osebo ali delo, ki čaka prav nanj.

Duhovna razsežnost posamezniku omogoča, da se v sleherni situaciji, celo v najtežji življenjski stiski, lahko odloči, kako se bo nanjo naravnal: pozitivno ali negativno. Najti smisel ne pomeni nič drugega kakor odgovoriti na življenjsko nalogo, ki je za vsakega posameznika različna, tako kakor sta različna posameznik in njegova situacija. Bivanjska problematika sodobnega časa zajema vse več ljudi, ki se v težnji za zaslužkom, uspehom, materialnimi dobrinami znajdejo v bivanjskem vakuumu, v eksistencialni krizi. Posameznikov način življenja ima odločujoč vpliv

na njegovo kvalitativno bivanjsko raven, ali kakor pravi Lukasova: »Logoterapija je kot znanost o humanosti prva spoznala, da je človekova notranja vrednostna orientacija odločujoče povezana z njegovim psihičnim zdravjem in da se toliko trdneje in bolj stabilno razvija človekova osebnost, kolikor intenzivnejša in mnogovrstnejša je njegova vrednostna orientacija.« (Lukas 1993, 27)

Rezultati potrjujejo tudi temeljno logoterapevtsko dejstvo, da človek ni samo gonsko bitje, ki bi mu v prvi vrsti pomembno zadovoljevanje osebnih potreb, govor in želja, ampak je predvsem vrednostno bitje, bitje smisla, ki sta mu bistveni uresničevanje vrednot in iskanje smisla.

Reference

- Buber, Martin.** 2004. *Božji mrk*. Celje: Mohorjeva družba.
- Burger, H. Daniel, Freddie Crous in Gert Roodt.** 2008. Logo-od: The applicability of Logotherapy as an organisation development intervention. *SA Journal of Industrial Psychology* 34, št. 3:68–80.
- Chamberlain, Kerry, in Sheryl Zika.** 1988. Measuring meaning in life: An examination of three scales. *Personality and Individual Differences* 9:589–596.
- Crumbaugh, J. C., in L. F. Maholic.** 1964. An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology* 20: 200–207.
- Fizzotti, Eugenio.** 2007. *Il senso come terapia: Fondamenti teorico-clinici della logoterapia di Viktor E. Frankl*. Milano: FrancoAngeli.
- Frankl, Viktor E.** 2005a. *Človek pred vprašanjem o smislu*. Ljubljana: Pasadena.
- . 2005b. *Man's Search for Ultimate Meaning*. London: Random House Group.
- . 2004. *On the Theory and Therapy of Mental Disorders: An Introduction to Logotherapy and Existential Analysis*. New York: Taylor&Francis Group.
- . 2000. *Viktor Frankl Recollections: An Autobiography*. Cambridge: Basic Books.
- . 1994a. *Volja do smisla*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 1994b. *Zdravnik in duša*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 1992. *Kljub vsemu rečem življenju da*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 1987. *Man's search for meaning*. New York: Pocket Books.
- . 1985. *Der unbewusste Gott*. München: Kösel-Verlag.
- . 1983. ... Trotzdem hat das Leben einen Sinn: Argumente für einen tragischen Optimismus. *Tiroler Landertheater zu Innsbruck* (6. juni 1983). Audiotext Kassettenproduktion. Zvočni posnetek predavanja.
- . 1981. *The Will of Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: New American Library.
- . 1980. *Bog podsvijesti*. Zagreb: Oko tri ujutru.
- . 1978. *The unheard cry for meaning*. New York: Simon and Schuster.
- . 1967. *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy*. New York: Washington Square Press.
- Lukas, Elisabeth.** 2002. *Vse se uglesi in izpolni*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 2001. *Tudi tvoje trpljenje ima smisel*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 1993. *Družina in smisel*. Celje: Mohorjeva družba.
- . 1986a. *Meaning in Suffering: Comfort in Crisis Through logotherapy*. Berkeley: Institute of Logotherapy Press.
- . 1986b. *Test zur Messung von »inner Sinnerfühlung« und »existentieller Frustration«*. Dunaj: Franz Deuticke.
- Marshall, Maria.** 2010. *Life with Meaning – Guide to the Fundamental Principles of Viktor E. Frankl's Logotherapy*. Canada, Nova Scotia: Logotherapy Study Group of the Maritimes.
- Musek, Janek.** 1995. *Ljubezen, družina, vrednote*. Ljubljana: Educy.
- . 1993. *Osebnost in vrednote*. Ljubljana: Educy.
- Scheler, Max.** 1998. *Položaj človeka v kozmosu*. Ljubljana: Nova revija.
- Taylor, Charles.** 2007. *A Secular Age*. Cambridge: The Belknap Press.