

OSEBNOST VZGOJITELJA Z VIDIKA LOGOTERAPIJE

Zdenka Zalokar Divjak*

TEORETIČNI UVOD

V raziskavi smo želeli ugotoviti v kolikšni meri je življenje vzgojiteljic izpolnjeno z življenjskim smislom in pomeni s te plati dobro osnovo za duševno zdravje, pozitivni odnos do življenja in smiselno orientacijo, ki prinaša eksistencialno varnost, ali pa je na drugi strani ogroženo in vodi do eksistencialne frustracije, "eksistencialnega vakuuma", vse do brezsmiselnega življenja.

Raziskava temelji na teoretičnih izhodiščih eksistencialne analize oz. logoterapije, katere avtor je Viktor E. Frankl. Ustanovitelj logoterapije V.E. Frankl (1959) je zgradil svojo teorijo na eksistencialni analizi, ki je psihološka osnova človekove svobode, kolikor jo človek ima in kjer se pojavlja, ter analiza njegove temeljne težnje po smiselnem udejanjanju vrednot.

Frankl (1977) pravi, da človek uspeva le, če odkriva svoje življenjske naloge v resničnosti, propada pa, če si postavlja cilje samovoljno in ločeno od celotne resničnosti. Resničnost postavlja pred človeka naloge in je zanj izziv, medtem ko ima njegovo življenje značaj spoznavanja nalog in dajanja ustvarjalnih odgovorov. Za konkretnimi nalogami so vrednote, (te pa vlečejo same s svojo objektivno vrednostjo), zato je človekova energija po naravi usmerjena navzven, ne sama nase. Vrednote torej pojmuje kot jasne točke v mreži smiselne strukture stvarnosti. Ko se človek v svoji volji do smisla usmeri k neki nalogi, je to njegov odgovor k smiselni celoti. Kadar pa človek porablja energijo le zase, za svoje zadovoljstvo, samouresničenje in srečo, je v nevarnosti, da bo "pregorel." Kajti prvotna človekova dolžnost ni uresničitev samega sebe, ampak da izpolni smisel. Človek uresničuje samega sebe le, če se usmeri na nekoga in na nekaj, kar je njegova vest odkrila kot smisel.

Ko se posveča temu, presega samega sebe, s tem pa se uresničuje sam kot človek in kulturno dograjuje resničnost. Šele v človekovi zmožnosti, da prezre samega sebe, da pozabi nase, se preda določeni nalogi ali človeku, šele potem je on sam.

Človek ima torej na voljo svoje duhovno področje s katerim goji samega sebe. Lahko ga goji, kultivira prav ali narobe, izogniti se temu ne more nihče. V svojem življenju od rojstva do smrti, lahko človek osebno ali duhovno raste, lahko daje svojemu duhu polet ali pa propada (Frankl 1970). To pomeni, da se omamlja in oži telesne in duševne izvire iz katerih bi lahko prihajal na dan izvir njegovega duha.

* VVZ Krško

Omamljati se je mogoče s čimerkoli, ne le z alkoholom, mamili, televizijo, tudi potrošništvom, idejami, itd.. Ta smer je posebej človeška, kjer se kaže neodgovornost, otopavanje vesti, predaja tragiki, da ga razjeda, namesto da bi se tudi po njej plemenitil in učlovečil.

Smiselno življenje pa prinaša notranji mir, ker je notranji mir sad človekovega osebnega prizadevanja (Frankl 1985a).

OPIS METODE

UDELEŽENCI

Prvo eksperimentalno skupino sestavlja 82 vzgojiteljic iz različnih Vzgojno varstvenih ustanov po Sloveniji. Drugo eksperimentalno skupino sestavlja 12 vzgojiteljic, ki so že peto leto vključene v "Skupino za izobraževanje in osebnostno rast."

V raziskavo so bile vključene vzgojiteljice v starosti od 22 let do 54 let, povprečna starost pa je znašala 32 let. Večina med njima je imela srednjo izobrazbo, nekaj jih je končalo višjo vzgojiteljsko šolo, ostale pa so obiskovale višjo šolo.

OBLIKA RAZISKAVE IN SPREMENLJIVKE

a) Želeli smo umeriti strukturno-multivariantno analizo spremenljivk, ki merijo občutja življenjske smiselnosti. Od tega smo pričakovali vpogled v notranjo strukturiranost omenjenih spremenljivk in strukturo njihovih medsebojnih zvez in odnosov.

b) Posebej pa smo želeli ugotoviti odvisnost različnih vidikov življenjskega smisla od osebnostnih dejavnikov, kot so: starost, izobrazba, osebnostne poteze., itd. Odvisnosti od spola ni bilo mogoče ugotovljati, ker je vzorec sestavljen samo iz oseb ženskega spola.

V drugem delu pa smo želeli natančno določiti osebnostne vidike občutij življenjske smiselnosti pri skupini vzgojiteljic, ki je bila vključena v logoterapevtsko delo, v primerjavi s skupino, ki ni bila vključena v ta tretma. V tej analizi pa je bil uporabljen kvantitativno klinično-psihološki pristop.

INSTRUMENTI

V raziskavi smo uporabili:

- Za merjenje občutij življenjskega smisla - Logo-test.
- Za merjenje občutij smisla v danem trenutku - PIL test
- Spise in utrinke članov skupine ob prebranih knjigah
- Spise članov skupine, ki se nanašajo na osebno življenje in poklicno delo
- Lastne zapiske sestankov skupine

Logo-test in njegova naloga:

Logo-test je razvil Viktor E. Frankl iz logoterapevtskega mišljenja in služi meritvi "izpolnitve notranjega smisla" in "eksistencialne frustracije". Uporaben je pri preiskusnih osebah nad 16. letom starosti in pojasnjuje, koliko se komu zdi njegovo življenje osmišljeno. Torej če, in preko katerih vsebin bi nekdo v svojem lastnem

življenju lahko pripisoval smisel, ali pa če nekdo trpi zaradi domnevne nesmiselnosti svojega življenja.

“Izpolnitev notranjega smisla” je pri tem relativno neodvisna od zunanje življenjske situacije posa-meznega človeka. Uspe lahko tudi pod težkimi življenjskimi pogoji, medtem ko pomenijo standard, uspeh in imetje celo prepreko pri iskanju smisla. Dokazi za to so visoki deleži samomorov, problemi z drogami, kriminalni delikti, in nagibi k perversijam pri prebivalstvu, ki jih je neprenehoma opaziti v času standarda in ki imajo nepregledne korenine v “eksistencialni frustraciji”, kljub visokemu deležu zadovoljive potreb. Človek ne potrebuje samo nečesa, od česar bo živel, temveč tudi nekaj, za kar bo živel, kot zaključuje Frankl v svojih delih.

“Eksistencialna frustracija” sama po sebi še nima nobene bolezenske vrednosti. Prej je alarmni znak, neugodje, ki nas sili oblikovati naše življenje bolj smiselno in se usmeriti bolj na “biti” namesto na “imeti.” Predanost nalogi, ki si jo sami izberemo, sklepanje pravih prijateljskih in ljubezenskih odnosov, oprijemanje novih miselnih ciljev, ali tudi sama ustalitev preteklih življenjskih dogodkov v razširjeno zvezo, lahko takoj odstranijo “eksistencialno frustracijo” in aktivirajo proces “izpolnitve notranjega smisla”. Če pa “eksistencialne frustracije” ne prepoznamo v njenem svarilnem pomenu in dolgo časa ostane konstanta ali se celo nakopiči, potem preraste v “noogeno nevrozo” ali “noogeno depresijo”. V tem primeru ji pripada bolezenska vrednost in dokazljivo je, da je 20% vseh nevroz (in ne endogenih depresij) noogenih. Tako je noogena problematika tista, ki zasenči, razvrednoti in kvalitativno razkroji zdravo življenje zaradi stalnega dvoma o njegovem smislu.

Nadalje predstavlja tudi gojišče, na katerem se širijo tudi patogeneze druge vrste, kot npr. psihoreaktivna čemernost (latrogenija, histerija, fobija), sociogene nevroze (strah zaradi prihodnosti, brezup) in psihosomatska obolenja (ošibitev telesnega imunskega sistema); na kratko pospešuje splošen propad duševne stabilnosti.

Za zdravljenje noogenih nevroz in depresij je potreben specialen logoterapevtski poseg v psihoterapiji, psihološke tehnike in intervencijski postopki, ki ne dosegajo bazalne motivacijske strukture človekove eksistence, oz. t.i. “noetične dimenzije”, in imajo več pristopa k problematiki smisla.

Prva naloga logo-testa je poiskati v danem primeru razpoložljivo noogeno problematiko pri preizkusni osebi v zelo kratkem času, da lahko potem pravočasno uvedemo potrebne korake zdravljenja ali to vsaj pri svetovalnih razgovorih upoštevamo. To predstavlja “merilec varnostne stopnje” v malem. Zdravniki, psihologi, pedagogi, socialni delavci in dušni pastirji lahko z njegovo pomočjo pri svojih klientih ugotovijo, kako zavarovani in “eksistencialno varni” so le-ti v smislu pozitivne vrednosti in usmerjenosti k smislu oz. kako jim po drugi strani lahko grozi zdrsitev v “bivanjsko praznino”. Tudi pri zdravstvenem mnenju naj logo-test ne bi manjkal v testni bateriji, ki jo je potrebno izbrati, še predvsem pa takrat ne, ko gre za odgovore na pomembna vprašanja kot so nevarnost samomora, nevarnost poslabšanja stanja po izpustitvi iz klinike, nevarnost ponovitev deliktov ipd. Odločitev za življenje in osnovno doživetje njegove vrednosti igrata pri tem največkrat odločilno vlogo. Zato je logo-test idealen meritveni instrument za znanstvene namene, npr. za odkrivanje paralel med izgubo smisla in množičnimi nevrozami sedanosti.

Ko so logo-test razvijali na Inštitutu za eksperimentalno in uporabno psihologijo Univerze na Dunaju pod vodstvom Giselhera Guttmanna, so mu postavili naslednje zahteve:

1) Razlikoval naj bi med psihično zdravimi in psihično obolelimi osebami in omogočil zanesljive izjave o njihovih usmeritvah k smislu.

2) Pri psihično bolnih osebah naj bi nastopila večja razpršitev testnih rezultatov kot pri psihično zdravih osebah. To bi pomenilo, da je variacijska širina pozitivnih in negativnih pristopov k boleznim dovolj velika, da kljub bolezni dopušča tudi dobro "izpolnitev notranjega smisla."

3) Na podlagi testnih rezultatov bi morali določiti cut-off točko, glede na katero bi lahko diagnosticirali intenziteto eventualne noogene problematike.

4) Test naj bi bil kljub njegovemu heterogenemu podtestu enodimenzionalen in homogen glede na spol.

V predloženi obliki logo-test odgovarja vsem tem zahtevnostnim kriterijem in ni postal le namensko orodje za logoterapevtsko prakso, temveč postopek, ki ga radi uporabljajo tudi logoterapevtsko nešolani svetovalci in diagnostiki, da lahko ocenijo, če v posameznem primeru zadoščajo navadne psihološke metode, ali je kljub temu potrebno biti dodatno pozoren na vprašanje smisla. Nihče, ki ima socialni poklic in nosi odgovornost za ostale, si ne more več privoščiti, da bi izvzel noogeno komponento.

REZULTATI IN DISKUSIJA

V prvem delu empirične raziskave smo ugotavljali strukturo spremenljivk, ki merijo občutja življenjske smiselnosti in nekatere druge relevantne osebnostne spremenljivke. Poleg tega smo skušali s pomočjo usreznih statističnih analiz ugotavljati tudi razlike, do katerih pride zaradi logoterapevtskega tretmaja.

V ta namen smo izbrali dve skupini. Prvo so sestavljale vzgojiteljice iz različnih vzgojno-varstvenih ustanov Slovenije, drugo pa vzgojiteljice, ki so bile vključene v petletni logoterapevtski tretma "Skupine za izobraževanje in osebnostno rast".

S faktorško analizo smo ugotovili, da vseh osem izločenih faktorjev pojasnjuje 70% variance. Posebej smo interpretirali štiri faktorje, ki pojasnjujejo 47% variance.

Z F1, ki smo ga imenovali "življenjska neizpolnjenost", so najbolj nasičene postavke logo2, ki se nanašajo na "eksistencialno frustracijo".

Z F2, ki smo ga imenovali "življenjska angažiranost" pa so najbolj nasičene postavke iz logo1, ki predstavljajo "smiselne dejavnike" človekovega življenja.

Z F3, ki smo ga imenovali "življenjska orientacija" pa je najbolj nasičen drugi del logo3, ki razlikuje med "zavestjo uspeha" in "izpolnitvijo notranjega smisla" ter odkritjem "pozitivnih pristopov k dobrim ali slabim življenjskim pogojem."

Z F4, ki smo ga imenovali "preusmeritev" pa je nasičen tako logo1 kot logo2.

Omenjeni faktorji potrjujejo osnovno strukturo zgradbe Logo - testa, kjer se postavke prvega dela testa nanašajo na smiselne dejavnike človekovega življenja in so tudi v povezavi s tretjim delom testa, ki se nanaša na izpolnitev življenjskega smisla in pristopa k dobrim ali slabim življenjskim pogojem.

Drugi del testa pa sestavljajo postavke, ki merijo eksistencialno frustracijo in tudi tu se naši rezultati ujemajo z Lukasovo in drugimi avtorji, ki so uporabili logo-test kot zanesljiv meritveni instrument "izpolnitve notranjega smisla" ter na drugi strani njegovo negacijo "eksistencialno frustracijo."

Multivariantna analiza logo-testa je pokazala:

a) Najprej smo ugotavljali razlike med obema skupinama (E1 - slučajno izbrane vzgojiteljice, E2 - vzgojiteljice, ki se izobražujejo v "Skupini za izobraževanje in osebnostno rast") in prvem delom logo-testa, logo1. Skupini se med seboj pomembno razlikujeta. Skupina E1 je v tem delu dajala več smiselnih odgovorov k orientaciji v

življenje, kakor E2. V drugem delu logo-testa, logo2 v celoti pa razlika med skupinama ni pomembna. Glede na posamezni podtest logo2, pa je E1 dajala več odgovorov, ki kažejo na eksistencialno frustracijo. Glede na tretji del logo-testa, logo3 v celoti pa se razlika med skupinama približuje pomembnosti. Skupina E2 teži k bolj smiselni orientaciji in smiselnejšemu pristopu glede na dobre in slabe življenjske okoliščine.

b) Z drugim delom multivariantne analize pa smo ugotavljali pomembnost razlik glede na izobrazbo. Rezultat je pokazal, da obstaja pomembna razlika med prvim delom logo-testa, logo1 v celoti in izobrazbo. In sicer se vzgojiteljice z višjo in končano srednjo, vpisano višjo izobrazbo nagibajo k življenjskemu področju, ki bi jih angažiralo v smislu pridobivanja znanj in izpolnjevanja nalog v službi napredka, vzgojiteljice s srednjo izobrazbo pa nagibajo k življenju brez velikih težav. Glede drugega dela logo-testa, logo2 v celoti ne obstaja pomembna razlika. Pri posameznem podtestu, kjer se je razlika pokazala statistično pomembna, so vzgojiteljice s srednjo, vpisano višjo izobrazbo izrazile večji odpor do obremenjevanja z neprijetnimi mislimi o njihovem početju in delovanju, kot vzgojiteljice z višjo izobrazbo. V tretjem delu logo-testa (logo3) v celoti pa obstaja pomembna razlika med logo3 in izobrazbo vzgojitelja. Najbolj smiselno orientacijo in pristop k reševanju življenjskih vprašanj imajo vzgojiteljice s srednjo, vpisano višjo izobrazbo, (iz E2), enako z višjo in nazadnje s srednjo izobrazbo.

Tudi diskriminantna analiza je samo potrdila zgoraj navedene rezultate.

Osnovni namen naloge, izmeriti strukturno multivariantno analizo spremenljivk, ki merijo občutja življenjske smiselnosti, je s tem dosežen.

Ugotovili smo, da obstaja pomembna statistična razlika med obema skupinama (E1 in E2) glede na postavke logo-testa in prav tako, da obstaja pomembna razlika glede na izobrazbo in občutji življenjske smiselnosti, kar je podkrepilo naše petletno delo v "Skupini za izobraževanje in osebnostno rast", kjer so si vzgojiteljice pridobile tako izobrazbo kot smiselno orientacijo v njihovo življenje, kar pa je bolje interpretirano v kvalitativno-klinično analizi dela skupine. Ugotavljali smo tudi odvisnost različnih vidikov življenjskega smisla od osebnostnih dejavnikov. Ugotovili smo, da je starost pomemben dejavnik, saj so starejše vzgojiteljice našle bolj smiselno izpolnitev, kar je zopet v skladu z osnovno predpostavko Logo-testa, da s starostjo naraščajo smiselne orientacije v življenje. Glede spola sta bili skupini homogeni, zato ni bilo smiselno ugotavljati odvisnosti.

Drugi del raziskave je prikazal petletni logoterapevtski tretma. Razlogi za vključitev v "Skupino za izobraževanje in osebnostno rast" so bili nezadovoljstvo s poklicnim delom, občutki praznine, nezadovoljstvo z osebnim življenjem in želja napredovati v svoji osebnosti rasti. V tej analizi je bil zaradi premajhnega vzorca uporabljen kvalitativno-klinično-psihološki pristop in PIL-test. Na žalost ni bilo mogoče izmeriti občutij življenjske smiselnosti v začetku tretmaja, vendar iz opisov in dokumentacije lahko razberemo posamezne vidike občutij življenjske smiselnosti. V začetku prevladujejo občutki dvomov in strahu ali bodo takšno obliko tretmaja sploh zmogle. To je zlasti povezano s pomanjkanjem samozavesti. Delo skupine pa je bilo usmerjeno na pozitivne elemente zunanjega sveta. Članice skupine so začutile medsebojno pripadnost, odprtost in prijateljstvo in tako so se problemi usmerjeni na pozitivne rešitve, začeli reševati sami od sebe. Kot rezultat pozitivno naravnane skupine se kaže njihova notranja moč, posebna energija, življenjski zanos, ki jih vodi v nadaljnje delo in človeške odnose. Ob tem jim je bila v veliko pomoč tudi biblioterapija, ki spada v področje doživljajskih vrednot, s katerimi si človek bogati

zavest, ko doživi radost nad lepoto, upanje v prihodnost in odkriva tisočere skrivnosti življenja.

Namen skupine je bil tudi pri vsakem posamezniku prepoznati vsakdanje naloge ter jih uresničiti, ker si tako lahko osmislijo življenje. Na vsakega posameznika "čaka naloga", ki pa jo lahko prepozna in uresniči le on sam. V skupini ni bilo več zaslediti razočaranj glede poklicnega in osebnega življenja, nasprotno, članice želijo oplemenititi svoje delo in odnose z ljumi okoli sebe. Začetnemu pomankanju samozavesti so se pridružili vztrajnost, samoobvladanje, strpnost, kritičnost, občutljivost za druge, itd. (Isto je potrdil PIL-test).

Za doseganje smisla so potrebne duhovne moči, ki nikomur ne padejo z neba. S pomočjo izobraževanja so si vzgojiteljice širile možnosti za opravljanje življenjskih nalog in v končni fazi pri uresničevanju osebne rasti. Učenje samo je postalo zadosten razlog, ki jih bo vlekel k različnim formalnim ali neformalnim oblikam izobraževanja.

Namen dela skupine - uresničiti možnosti smiselnega preventivnega tretmaja v orientaciji življenjskega sloga je gotovo dosežen. V mislih moramo imeti samo število otrok, ki gredo "skozi roke" vsake vzgojiteljice.

LITERATURA

FRANKL, V.E.(1959). The Spiritual Dimension in Existential Analysis and Logotherapy.

Journal of Individual Psychology, XV, 157-165.

FRANKL, V.E.(1977). The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy. New York, Vintage Books.

FRANKL, V.E. (1970). Reductionism and Nihilism. In A.Koestler & J.R.Smythies (Eds.)

Beyond Reductionism: New Perspectives in the Life Sciences. New York, Macmillan.

FRANKL, V.E. (1985a). Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy. New York, Pocket Books.