

KAROL JUROS

karoljuros@gmail.com

*Instytut Psychologii, Instytut Filozofii Teoretycznej,
Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II*

STRUKTURA NIEPOKOJU EGZYSTENCJALNEGO STUDENTÓW. BADANIA REPLIKACYJNE: 1988–2011

RECENZJA

Recenzent: prof. dr hab. Piotr Oleś

Artykuł dotyczy węzłowego problemu psychologii zorientowanej egzystencjalnie: sposobu rozumienia i doświadczania lęku egzystencjalnego przez ludzi młodych u progu dorosłości. Oryginalne badania na ten temat opublikował przed ćwierć wiekiem A. Juroś. Analizował strukturę lękorodnych doświadczeń egzystencjalnych na poziomie fenomenologicznym, rysując znaczeniową mapę zjawiska na podstawie jednego zdania niedokończonego. Uzyskany materiał empiryczny stał się podstawą konstrukcji twierzeń, na podstawie których uzyskano trójczynnиковą strukturę zjawiska i ułożono *Skalę niepokoju egzystencjalnego*.

Badania K. Jurosa, przedstawione w recenzowanym artykule stanowią w miarę dokładną replikację badań oryginalnych. W analogiczny sposób, czyli posługując się tym samym trzonem, uzyskano fenomenologiczną mapę znaczeniową zjawiska. Następnie zreplikowano badania kwestionariuszowe, a przeprowadzona na współczesnych danych analiza czynnikowa z jednej strony potwierdziła trójczynnиковą strukturę zjawiska, z drugiej strony ujawniła istotne różnice w stosunku do badań z roku 1988. Sens poszczególnych wymiarów lęku egzystencjalnego pozostał ten sam (lub bardzo zbliżony), ale zmieniło się ich nasilenie i wzajemne proporcje. Wartość badań replikacyjnych wynika z następujących faktów, badania Autora dowodzą, że: (1) lęk egzystencjalny składa się z trzech komponentów: lek przed winą i potępieniem, lęk przed pustką i bezsensem, lek przed losem i śmiercią, które odpowiadają teorii, a wykryte zostały ćwierć wieku temu; (2) struktura znaczeniowa lęku egzystencjalnego w roku 2011 jest częściowo różna od analogicznej struktury z badań wcześniejszych; (3) proporcje między trzema wymiarami (rodzajami) lęku egzystencjalnego są obecnie odmienne, zaznacza się większe znaczenie drugiego i trzeciego wymiaru w porównaniu z badaniami sprzed lat. Już te fakty świadczą, iż tekst K. Jurosa przynosi wartościowe wyniki i powinien zostać opublikowany. Autor w interesujący sposób dyskutuje przyczyny różnic (zmian?), jakie zachodzą między rezultatami empirycznymi z roku 1988 i 2011. Informację zwrotną niedoskonałościach tekstu wymagających korekty przekazałem Autorowi i zostały one wprowadzone.

STRESZCZENIE

Artykuł ten ma na celu przedstawienie wyników empirycznej próby uchwycenia fenomenu niepokoju egzystencjalnego, kategorii podstawowej dla psychologii egzystencjalnej. Dotarcie do tej z definicji najogólniejszej i nieokreślonej zmiennej było możliwe dzięki przeprowadzeniu replikacji badań z 1988 roku, których efektem była *Skala niepokoju egzystencjalnego*. Ukazały one rozumienie i definiowanie tego konstruktów, jak również jego strukturę wyrażającą się istnieniem trzech czynników: lęku przed winą i potępieniem, lęku przed pustką i bezsensem oraz lęku przed śmiercią i losem. Badania replikacyjne, będące próbą sprawdzenia modelu uzyskanego prawie 25 lat wcześniej, ukazały istotne zmiany w przeżywaniu niepokoju, przy zachowaniu głównej struktury tej bezprzedmiotowej i trudno uchwytnej zmiennej psychologicznej.

Słowa kluczowe: niepokój, niepokój egzystencjalny, psychologia egzystencjalna

Podstawą psychologii egzystencjalnej jest założenie, że istnienie człowieka jest problematyczne z definicji. Nie potrzeba doszukiwać się ostatecznej przyczyny psychopatologii w stłumionych popędach seksualnych czy zaburzonych procesach poznawczych (Yalom, 2006). Nie negując ważności wkładu alternatywnych koncepcji w wyjaśnianie i rozumienie funkcjonowania człowieka, egzystencjaliści akcentują, jak może się wydawać, sprawę najbardziej ogólną – ludzkie istnienie, niosące ze sobą trud, z którym każdy, w sposób mniej lub bardziej świadomy, się konfrontuje. Tak rozumiany ból egzystencji powoduje przeżywanie niepokoju – trudno uchwytne, bo *per se* amorficznego i bezprzedmiotowego (McCarthy, 1978).

Różni autorzy egzystencjalni w odmienny sposób próbują wyrazić i zdefiniować niepokój egzystencjalny. Współcześnie najbardziej znanym, również w środowisku polskim, autorem jest amerykański psychiatra i psychoterapeuta, I. Yalom, który pod pojęciem niepokoju egzystencjalnego rozumie stan przejawiający się w czterech troskach egzystencjalnych: lęku przed śmiercią, bycia wolną jednostką, a co za tym idzie odpowiedzialną za kształtowanie własnego życia, izolacji egzystencjalnej, rozumianej jako ontycznie wpisana w naturę człowieka nieprzekraczalna odrębność od innych oraz braku jasnego i obiektywnego sensu życia (Yalom, 2006, 2008). Do czterech podstawowych trosk egzystencjalnych wymienianych przez Yaloma, B. Jacobsen (2007) dodaje dwie inne: powodzenie/niepowodzenie, rozumiane jako życiowy dylemat (Jacobsen w taki też sposób formułuje również egzystencjalne troski według Yaloma), w którym osoba musi ustosunkować się do trudnych wydarzeń oraz szczęście/cierpienie wyrażone w pytaniu o sposób dążenia do szczęścia, gdy jest się obciążonym świadomością nieuniknionego cierpienia.

Niszowość naukowego zainteresowania tematem niepokoju egzystencjalnego jest o tyle oczywista, że opierająca się na powyższym założeniu egzystencjalna antropologia nie wpasowuje się w coraz bardziej pozytywistyczny paradygmat uprawiania nauki. Nie ma ona również redukcjonistycznych tendencji, bo choć uznaje ograniczoność i słabość człowieka, to równie silnie dostrzega to, co w nim wyjątkowe i indywidualne, a przy tym najogólniejsze (por. Oleś, 2011). Próby uchwycenia tego typu przejawów ludzkiego istnienia, jeśli w ogóle możliwe, są bardzo trudne, a co za tym idzie bardzo rzadko podejmowane. Jedynym psychologiem, który na przestrzeni ostatnich 25 lat badał niepokój egzystencjalny jest C. F. Weems, autor *Existential Anxiety Questionnaire* (Weems, Costa, Dehon, Berman, 2004).

Celem niniejszego artykułu jest próba empirycznego uchwycenia niepokoju egzystencjalnego, dzięki czemu możliwe będzie ukazanie rozumienia i struktury tego fenomenu. Realizacja tego zadania jest możliwa dzięki dokonaniu replikacji badań prowadzonych przez A. Jurosa w 1988 roku.

METODA

Forma badań replikacyjnych domaga się, by grupy badane, zastosowane metody oraz procedura tak pierwszych, jak i wtórnych badań były do siebie zbliżone na tyle, na ile jest to możliwe. Tego typu założenie odnosiło się tak do etapu pierwszego – określenia rozumienia pojęcia niepokoju egzystencjalnego, jak i drugiego – zbadania jego struktury. Poniższy opis metodologiczny dotyczy zarówno badań z 2011/2012 roku, jak i tych z 1988 roku.

Wszelkie różnice między badaniami replikacyjnymi a oryginalnymi zostaną zaznaczone, ponieważ mają one wpływ nie tylko na analizę wyników, ale przede wszystkim na ich interpretację.

ETAP 1. ROZUMIENIE POJĘCIA NIEPOKOJU EGZYSTENCJALNEGO

Grupa badana

W pierwszym etapie wzięło udział 150 studentów pięciu największych lubelskich uczelni: Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej (23 osoby), Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pałwa II (30 osób), Uniwersytet Medyczny (37 osób), Uniwersytet Przyrodniczy (33 osoby) oraz Politechnika Lubelska (26 osób). Jeden badany studiował na innej uczelni. 57% osób badanych stanowiły kobiety, 43% mężczyźni. Średnia wieku badanych wyniosła 21,1 ($SD=1,9$). 44% z nich pochodziło ze wsi, 21% z miast do 50 tys., 14% z miast w przedziale 50–200tys. oraz 21% z miast powyżej 200 tys. Ponadto zdecydowana większość (97%) była stanu wolnego. Osoby określały się jako: wierzące (73%), wierzące niepraktykujące¹ (18%) i niewierzące (9%); 87% z nich zadeklarowało wiarę chrześcijańską, 5% ateizm.

W czasie badań z 1988 roku nie był prowadzony pomiar żadnych zmiennych ubocznych, stąd wzajemne odniesienie na tym poziomie nie było możliwe. Przebadano 282 studentów. Różnica w wielkości badanych grup wydaje się nie wpływać na rezultaty badań. W drugim etapie replikacji wykorzystano m.in. także metodę, na której opierał się etap pierwszy i zestawiono wyniki, które nie wniosły znaczących zmian. Tak otrzymana grupa miałaby wielkość równą 354 osobom, a więc zbliżoną do wielkości grupy w pierwszym etapie badań oryginalnych.

¹ Jakkolwiek ten termin może być uznawany za sprzeczny wewnętrznie został użyty jako występujący w mowie potocznej.

Metoda

Pierwszy etap badań został przeprowadzony przy użyciu metody *Testu sensu życia* (PIL), autorstwa J. C. Crumbaugh'a oraz L. T. Macholicka. Metoda ta składa się z trzech części: pierwsza z 20 twierdzeniami, do których należy ustosunkować się na skali siedmiostopniowej (interpretacja ilościowa), druga z 14 zdaniami niedokończonymi oraz części otwartej, w której prosi się badanego o opisanie swoich celów i dążeń (interpretacja jakościowa). W tłumaczeniu Z. Płużek dodatkowo opatrzone metodę eksperymentalnymi zdaniami niedokończonymi, dotyczącymi kwestii egzystencjalnych, z których jedno: „Myśląc od swoim życiu, odczuwam niepokój [...]” posłużyło do utworzenia matrycy pojęciowej niepokoju egzystencjalnego. Jak podaje autor SNE, odniesienie, zawarte w tym zdaniu, do sfery *Eigenwelt*, jest podyktowane założeniem, że przeżycia związane z niepokojem egzystencjalnym są silniejsze w przypadku siebie samego, niż w relacji do innych czy świata zewnętrznego (Juros, 1988).

Procedura badawcza

Badania prowadzono w okresie marzec–maj 2011 roku. Uczestnictwo było dobrowolne, a badani zostali poinformowani o poufności badania. Większość badań miało charakter grupowy. Osoby badane wypełniały cały *Test sensu życia*, nie wiedząc o tym, że na tym etapie w analizach wykorzystane zostanie tylko jedno zdanie niedokończone.

Na podstawie dokończeń zdania opracowano matrycę rozumienia pojęcia niepokoju. Przy jej wykonaniu przyjęto zasadę, jak największej wierności oryginalnemu jej opracowaniu. Pociąga to za sobą dwojakie skutki. Z jednej strony, istnieje prawdopodobieństwo zaklasyfikowania odniesień, realnie nie związanych z daną kategorią semantyczną do kategorii stworzonej w badaniach prowadzonych przez Jurosa. Z drugiej strony, i ta perspektywa jest, jak się wydaje przeważająca² – unika się dzięki temu tworzenia kategorii, które pozornie opisują nową przestrzeń rozumienia niepokoju, w rzeczywistości różniąc się tylko nazewnictwem.

² W gruncie rzeczy można przyjąć, że analiza czynnikowa opracowana na podstawie ocen itemów skonstruowanych w odniesieniu do dokończeń zdań sama rozstrzygnie zasadność klasyfikacji i tworzenia kategorii nadrzędnych względem pojedynczych dokończeń. Z drugiej strony czytelność schematu wskazuje na posłużenie się próbą dopasowania względem siebie matryc pojęciowych z obu badań.

Wyniki badań

Niepokój (wyrażony w dokończeniu zdania: „Myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój [...]”) przeżywany przez badanych w 22% przypadków wprost związany był z przyszłością. Przyjęto, podobnie jak w pierwszych badaniach, że do zakresu niepokoju związanego z przyszłością wchodzi również odniesienia:

- ▷ do jej nieznanowości – np. „co będzie?”, „co dalej?”, „nie wiem, co się wydarzy?”;
- ▷ do dnia jutrzejszego – np. „bo nie wiem, co przyniesie jutro”;
- ▷ oraz jej niepewności np. „z powodu niepewności tego, co się wydarzy”.

W tym szerszym rozumieniu liczba dokończeń związanych z kategorią przyszłości wzrasta do 31%. W badaniach z 1988 roku – 28% (Juros, 1988).

Charakterystyka niepokoju związana z krótkotrwałością przyszłości wystąpiła w 13% dokończeń zdania i dotyczyła:

- ▷ zdrowia – np. „o swoje zdrowie”;
- ▷ śmierci – np. „przed śmiercią”, „że kiedyś mnie zabraknie”;
- ▷ straty, braku kogoś, choroby – „gdyż mogę stracić bliskich”, „że ktoś z nas odejdzie”, „przed chorobą, utratą kogoś”;
- ▷ trwania i kończenia się – np. „bo nie wiem, ile będzie trwać”, „że zabraknie mi czasu”, „że to kiedyś bezpowrotnie minie”;
- ▷ oraz braku czasu – np. „że zabraknie mi czasu”.

W badaniach z 1988 roku do kategorii krótkotrwałości zaklasyfikowano 8% dokończeń zdania (Juros, 1988); 11% odpowiedzi osób badanych dotyczyło urzeczywistnienia siebie (np. „że coś mi się nie uda, że nie uda mi się osiągnąć zamierzonych celów, że rozminę się z powołaniem”). W badaniach z 1988 roku – 30% (Juros, 1988).

Uzupełnienia, w przypadku których pojawiła się trudność w określeniu ich egzystencjalnego charakteru, zostały poddane sędziowaniu pięciu sędziów kompetentnych. Po zapoznaniu się z przyjętym w badaniach rozumieniem niepokoju egzystencjalnego, dokonali oni podziału dokończeń zdania, klasyfikując jako powiązane z niepokojem egzystencjalnym następujące: „niepokój wewnętrzny”, „gdy coś naprawdę mi nie wychodzi”, „że niektóre wyzwania mnie przerastają”, „że za dużo czasu marnuję”, „gdy robię coś, co jest złe i czego nie powinienem robić”, „względem swoich wad”, „istnienia”, „że będzie bez sensu”.

Dokończenia zdania, które nie zostały wykorzystane przy tworzeniu *Skali niepokoju egzystencjalnego* przedstawiają się następująco (wskaźniki procentowe dla roku badań oryginalnych – por. Juros, 1988): 11% nie dokończyło zdania – może być to związane z techniką badania grupowego w czasie zajęć akademickich, gdzie kontrolowanie zwrotu kwestionariuszy było mniejsze. W przypadku badań indy-

widualnych odsetek ten wyniósł 4% (1988 roku – 5%); 7% studentów stwierdziło, że nie odczuwa niepokoju (1988 roku – 7%); 4% osób badanych określało częstość występowania niepokoju (np. rzadko, często; 1988 roku – 2%); 3% dokończeń odnosiło się do rodziny i osób bliskich badanym (1988 roku – brak); w pierwszych badaniach 9% odpowiedzi dotyczyło czasu trwania przyszłości (np. wlecze się, leci). W aktualnych badaniach brak tego typu dokończeń;

Pozostałe uzupełnienia, dotyczące bieżących spraw (np. z powodu wysokich cen paliw), z oczywistych powodów, nie zostały zaklasyfikowane jako niepokój egzystencjalny. Poniżej przedstawione zostały matryce pojęciowe (rysunek 1 [Juros, 1988], rysunek 2) niepokoju egzystencjalnego.

Różnice, zwłaszcza w pojęciowym nazywaniu przeżywanego niepokoju pozwoliły na skonstruowanie 13 twierdzeń eksperymentalnych, które miały na celu wypełnienie powstałej na przestrzeni 25 lat nowej przestrzeni rozumienia niepokoju egzystencjalnego. Poniżej zamieszono dodane itemy wraz ich numeracją właściwą dla skali:

76. Niepokoję się tym, czy spełnię się w życiu.
77. Niepokoję się tym, co będzie.
78. Martwię się tym, że przyszłość jest niepewna.
79. Jestem spokojny o *dzień jutrzejszy*.
80. Boję się myśli, że mogłoby mnie nie być.
81. Jestem spokojny o swoje zdrowie.
82. Jestem spokojny o to, że znajdę w sobie tyle siły by sprostać życiu.
83. Myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój, czy je wytrzymam.
84. Niepokoję się tym, że kiedyś nie będę istniał.
85. Boję się tego, czy moje życie będzie udane.
86. Jestem spokojny, o to, że w życiu wiele osiągnę.
87. Martwię się, czy poradzę sobie z tym, co niesie ze sobą życie.
88. Boję się tego, że rozminę się ze swoim *powołaniem*.

Intepretacja wyników

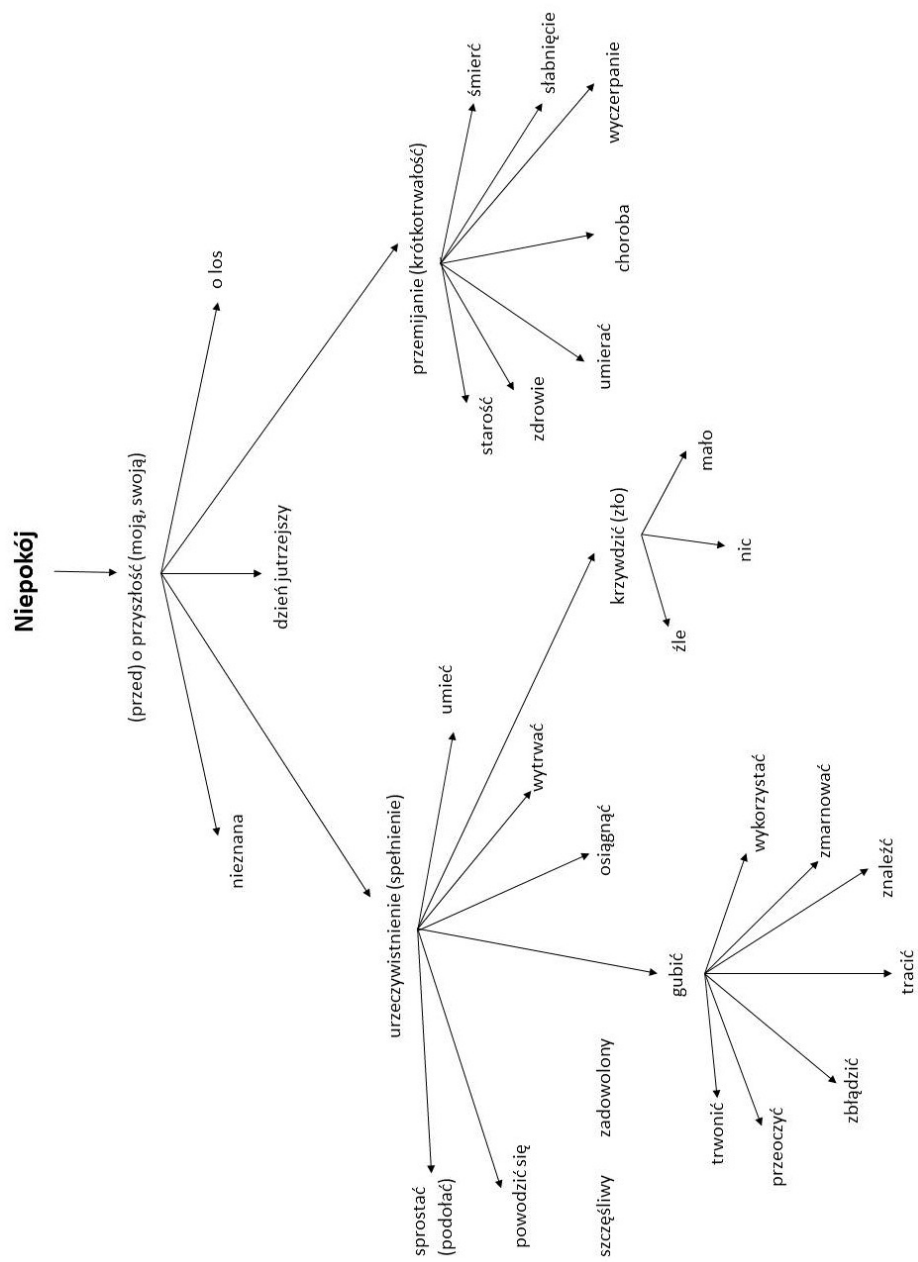
Zauważalna różnica widoczna w porównaniu matryc pojęciowych jest związana z negatywnym aspektem kategorii urzeczywistnienia się. W 1988 roku niepokój związany z urzeczywistnieniem się, wyrażany był zarówno w negacji pozytywnego stanu rzeczy (np. „myśląc o swoim życiu odczuwam niepokój związany z tym, nie wytrwam [wyr. K.J.] w realizacji swoich celów”). Zarówno przykład zdania niedokończzonego, jak i następny, ze względu na brak dostępu do kwestionariuszy wypełnianych w 1988 roku, zostały stworzone przeze mnie na potrzeby niniejszego artykułu. Pozostaje jednak zachowana zgodność zdań z matrycą pojęciową z ów-

czesnych badań jak i spełnienia się negatywnych przypuszczeń, czemu odpowiada cała gama pojęć przyporządkowanych do kategorii gubić (np. myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój związany z tym, że zmarnuje swoje życie). Pewną kwestią sporną jest umieszczenie przez autora w tej kategorii pojęć znalezienia i wykorzystania. Nie zmienia to jednak faktu, że w badaniach aktualnych ta przestrzeń niepokoju praktycznie nie istnieje. Można by jedynie próbować odnieść do niej dokończenie zawierające w sobie pojęcie rozminięcia się.

Przyczyn takich zmian można doszukiwać się w przemianach kulturowych, w których Polska uczestniczy w ciągu ostatnich 20 lat. Niosące ze sobą lepszą wymianę informacji, a co za tym idzie przyjmowanie pewnych wzorców promowanych w krajach zachodnich, zawierających wyraźne wskazania do czerpania przyjemności z życia, samospełnienia i akcentowania rozwoju, mogło odegrać niemałą rolę w praktycznie całościowym zaniku negatywnego aspektu urzeczywistnienia. Istnieje pewne prawdopodobieństwo, że w kulturze, w której sukces jest wartością, a cierpienie jest negowane i ukrywane za kurtyną życia, również procesy percepcji rzeczywistości ulegają zmianie (jeśli można odnieść je do postrzegania niepokoju egzystencjalnego).

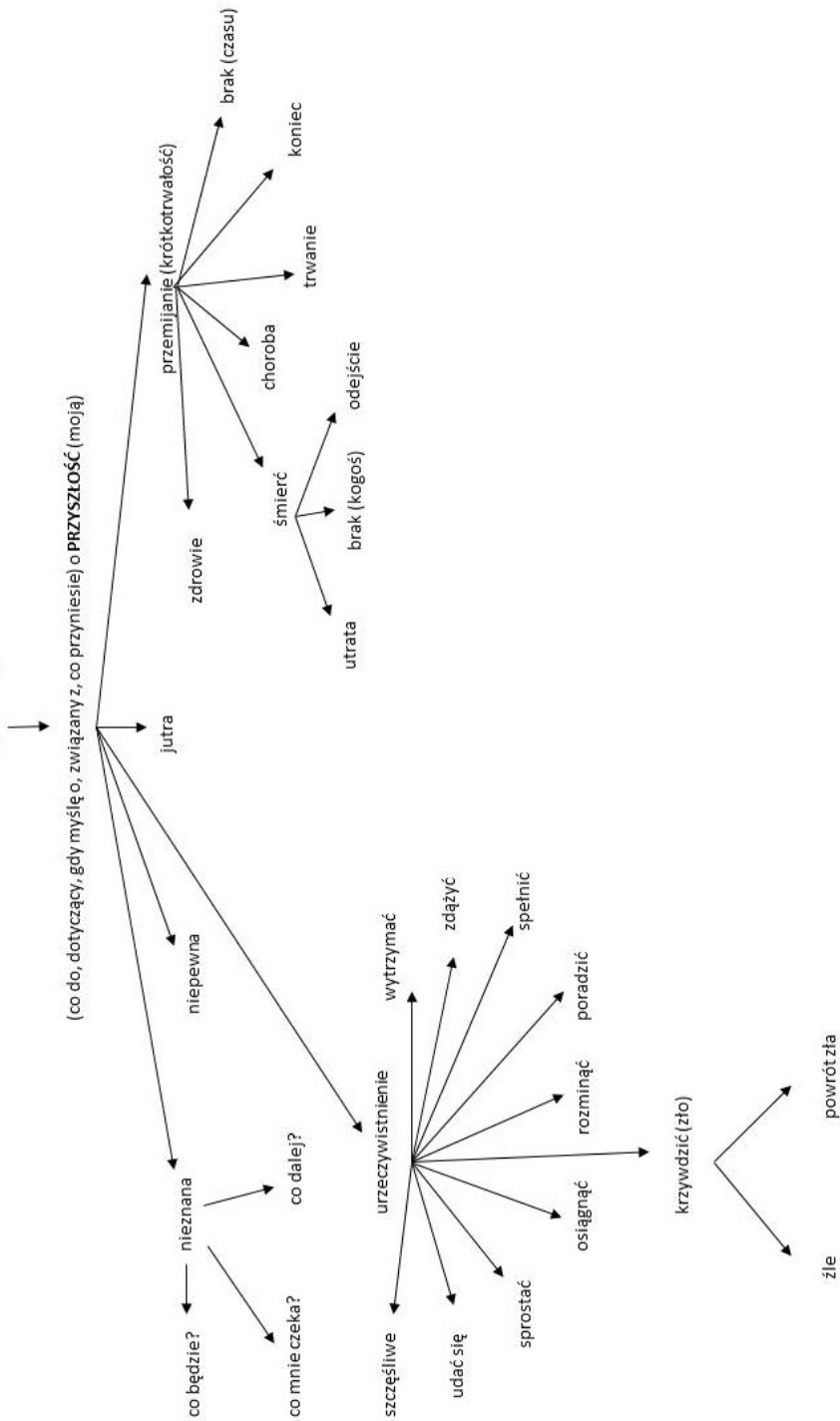
Innym wyjaśnieniem tego zjawiska może być mnogość możliwości, jakie znajdują się na wyciągnięcie ręki młodego człowieka. W tym przypadku percepcja niepokoju egzystencjalnego może tracić na swojej doniosłości. Ludzie przestają bać się negatywnych aspektów, które mogą napotkać w przyszłości, ponieważ tak bardzo są zaabsorbowani możliwościami, które nierzadko są wielokrotnie większe niż było to 25 lat temu. Waga egzystencjalnych decyzji, czy samo postrzeganie swojej kondycji egzystencjalnej traci na sile, gdyż w przypadku błędu ewentualne konsekwencje oznaczają brak realizacji tylko jednej (z wielu) możliwości.

Pozostałe części matrycy pojęciowej stworzonej na podstawie badań aktualnych w dużym stopniu odpowiadają tym, które zawiera matryca z 1988 roku. Może stanowić to silny argument przemawiający za względnie niezmiennym rozumieniem niepokoju egzystencjalnego, jako kategorii pierwotnie zakorzenionej w, jakkolwiek pojmowanej, naturze człowieka.



Rysunek 1. Matryca pojęciowa niepokoju egzystencjalnego –1988 roku.

Niepokój



Rysunek 2. Matryca pojęciowa niepokoju egzystencjalnego – 2011 roku.

ETAP 2. STRUKTURA NIEPOKOJU EGZYSTENCJALNEGO

Grupa badana

Zmienne demograficzne mierzone w drugim etapie pozwalają na przeprowadzenie porównania między grupami badanymi w 1988 roku i 2011/2012 roku. (tabela 1).

Tabela 1

Porównanie zmiennych demograficznych w II etapie badań z 1988 roku i 2011/2012 roku

	Badania replikacyjne (2011/2012)	Badania oryginalne (1988)
Liczba osób badanych:	W czasie drugiego etapu rozdano 300 egzemplarzy metod; liczba zwrotów wyniosła 240, z czego 205 zostało zakwalifikowanych do dalszych analiz	Rozdano 240 zestawów testów, do analiz zakwalifikowano 200
Płeć	45% stanowili mężczyźni, 55% kobiety	45% stanowili mężczyźni, 55% kobiety.
Wiek	Średnia wieku badanych to: 22,3 ($SD = 1,7$)	Średnia wieku badanych to: 22,5 ($SD = 1,6$)
Stan cywilny	99% osób badanych stanowiły osoby będące w stanie wolnym	84% osób było stanu wolnego, 14% było w związku małżeńskim
Pochodzenie społeczne ³ :	Chłopskie – 17% Robotnicze – 38% Inteligentkie – 32%, Robotniczo-chłopskie – 13%.	Chłopskie – 20% Robotnicze – 29% Inteligentkie – 47,5%, Robotniczo-chłopskie – 3,5%.
Miejsce zamieszkania:	Wieś – 50% Miasto do 50 tys. – 17% Miasto 50–100 tys. – 12% Miasto 100–500 tys. – 13% Miasto powyżej 500 tys. – 9%.	Wieś – 34,5%, Miasto do 50 tys. – 28%, Miasto 50–100 tys. – 8,5%, Miasto 100–500 tys. – 26%, Miasto powyżej 500 tys. – 2,5%.
Uczelnia ⁴ :	UMCS – 20% UP – 15% UM – 18% PL – 11% KUL – 14% Inne – 22%	UMCS – 58,5% UP – 15,5% UM – 12% PL – 13%

³ Kategoria pochodzenia społecznego została zastosowana w celu zachowania wierności procedurze z 1988 roku.

⁴ W badaniach z roku 1988 nie badano studentów KUL z powodu znaczącej odmienności charakteru (zwłaszcza światopoglądowego) uczelni względem pozostałych uniwersytetów. W niniejszych badaniach zrezygnowano z tego zastrzeżenia, kierując się zasadą zachowania zdrowych proporcji w tym względzie. Poza pięcioma wymienionymi uczelniami, w badaniach replikacyjnych wzięła udział jeszcze dosyć znacząca grupa osób studiujących w Krakowie oraz Warszawie (kategoria inne).

Rok studiów ⁵ :	I – 5%	I – 6%
	II – 31%	II – 1%
	III – 27%	III – 33,5%
	IV – 12%	IV – 38,5%
	V – 20%	V – 19%
	VI – 4%	VI – 1,5%
Stosunek do wiary:	Mocno wierzący – 15%	Mocno wierzący – 19,5%
	Wierzący – 67%	Wierzący – 70%
	Słabo wierzący – 11%	Słabo wierzący – 6,5%
	Niewierzący – 4%	Niewierzący – 3%
Stosunek do praktyk religijnych:	Praktykujący – 46%	Praktykujący – 57,5%
	Słabo praktykujący – 36%	Słabo praktykujący – 31,5%
	Niepraktykujący – 12%	Niepraktykujący – 4%

Metoda

Drugi etap badań obejmował zastosowanie *Skali niepokoju egzystencjalnego* (SNE) autorstwa Jurosa (1988) – w skład której wchodzi 75 twierdzeń dotyczących trzech egzystencjalnych płaszczyzn: *Eigenwelt* (ustosunkowanie do siebie), *Mitwelt* (ustosunkowanie do świata relacji międzyludzkich) oraz *Umwelt* (ustosunkowanie do świata natury). Analizom podlegają tylko pozycje dotyczące sfery *Eigenwelt*⁶ – 25 twierdzeń oryginalnych oraz 13 twierdzeń eksperymentalnych⁷. SNE w wersji oryginalnej zawiera trzy podskale: lęk przed winą i potępieniem (SNE1) – nieodłącznie związany z moralną tożsamością osoby i odpowiedzialnością za własne życie, lęk przed pustką i bezsensu (SNE2) – odnoszący się do duchowego wymiaru, w którym osoba poszukuje sensu i znaczenia, oraz lęk przed losem i śmiercią (SNE3) – lęk ontyczny przed faktem nieistnienia (Juros, 1988; Oleś, 2011; Tillich, 1983).

⁵ Przejęto założenie, zgodnie z procedurą zastosowaną w roku 1988, o niekwalifikowaniu do badań osób rozpoczynających studia, jako tych, u których zmiany rozwojowe mogą wpływać zakłócająco na badanie i poziom odczuwanego niepokoju. Ograniczono je jednak z dwóch pierwszych lat studiów do jednego roku.

⁶ Sfera *Mitwelt* i *Umwelt* miały charakter eksperymentalny i badania nad nimi nie były prowadzone w sposób systematyczny.

⁷ Ważną różnicą z punktu widzenia analiz porównawczych jest różnica między *Skalami niepokoju egzystencjalnego* wykorzystanymi w badaniach w 1988 roku i 2011/2012 roku. Początkowe analizy w badaniach oryginalnych pozwoliły na uzyskanie odnośnie do sfery *Eigenwelt* 49 twierdzeń i taka skala była wykorzystana w tychże (1988) badaniach. W wyniku dalszych prac SNE zostało zredukowane do 25 twierdzeń i dodano 50 twierdzeń eksperymentalnych (wspomniane itemy związane z *Mitwelt* oraz *Umwelt*). Ta ostateczna wersja SNE została użyta w badaniach replikacyjnych. Taki dobór skal okazał się największą ułomnością pracy, uniemożliwiając bardziej zaawansowane analizy porównawcze.

Procedura badawcza

Dobrowolne i anonimowe badania o charakterze indywidualnym prowadzono w okresie luty–marzec 2012 roku. Badani, w zdecydowanej większości studenci mieszkający w akademikach, otrzymywali *Skalę niepokoju egzystencjalnego* do wypełnienia.

Wyniki badań

Dotarcie do struktury niepokoju egzystencjalnego było możliwe dzięki zastosowaniu analizy czynnikowej⁸. Najbogatszym źródłem interpretacyjnym było stworzenie dwóch modeli czynnikowych. Jeden był powtórzeniem analizy czynnikowej na 25 itemach, drugi na SNE zawierającej twierdzenia eksperymentalne.

Wyniki otrzymane w przypadku pierwszego modelu czynnikowego zostały przedstawione w tabeli 2.

Tabela 2

Procent wyjaśnianej wariancji dla trzech czynników. Analiza czynnikowa na 25 itemach oryginalnych

Składowa	Sumy kwadratów ładunków po rotacji		
	Ogółem	% wariancji	% skumulowany
SNE2	5,186	20,745	20,745
SNE1	4,723	18,893	39,638
SNE3	3,929	15,717	55,355

Procent wyjaśnianej przez poszczególne czynniki wariancji jest zbliżony do siebie i wynosi odpowiednio: 20,7%, 18,9% oraz 15,7%. Przyporządkowanie itemów do poszczególnych czynników było identyczne jak w badaniach oryginalnych, a ich zgodność wewnętrzną wynosi odpowiednio: SNE2 – $\alpha = 0,903$, SNE1 – $\alpha = 0,879$, SNE3 – $\alpha = 0,841$.

Dzięki analizie czynnikowej przeprowadzonej na 38-itemowym SNE uzyskujemy dwa modele: trzyczynnikowy oraz czteroczynnikowy. Pierwszy model przedstawia tabela 3.

⁸ Przyjęto te same wytyczne odnośnie do zastosowanej metody jak w badaniach z 1988 roku (rotacja metodą ortogonalną –VARIMAX).

Tabela 3

Wyjaśniana wariancja dla trzech czynników – Analiza czynnikowa na 38 itemach

Składowa	Sumy kwadratów ładunków po rotacji		
	Ogółem	% wariancji	% skumulowany
SNE1	8,167	20,941	20,941
SNE2	6,864	17,599	38,540
SNE3	5,894	15,113	53,654

Wyjaśniana wariancja takiego modelu nieznacznie spada (o 1,7%) w porównaniu z trzyczynnikowym modelem opartym na 25 twierdzeniach. Wyjaśniana przez poszczególne czynniki wariancja wynosi: SNE1 = 20,9%, SNE2 = 17,6% a SNE3 = 15,1%. Zgodność wewnętrzna tak skonstruowanych skal wynosi: SNE1 – α = 0,933, SNE2 – α = 0,920, SNE3 – α = 0,881.

Twierdzenia eksperymentalne zostały przyporządkowane do następujących skal (z racji bliskiego powiązania semantycznego między twierdzeniami oryginalnie wchodzącymi w skład skal a twierdzeniami eksperymentalnymi nazwy skal pozostały niezmienione).

SNE1 (lęk przed winą i potępieniem):

„Niepokoję się tym, czy spełnię się w życiu.”

„Niepokoję się tym, co będzie.”

„Martwię się tym, że przyszłość jest niepewna.”

„Myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój czy je wytrzymam.”

„Boję się tego, czy moje życie będzie udane.”

„Martwię się, czy poradzę sobie z tym, co niesie ze sobą życie.”

„Boję się tego, że rozminę się ze swoim powołaniem.”

SNE 2 (lęk przed pustką i bezsenssem):

„Jestem spokojny, o to, że w życiu wiele osiągnę.”

„Jestem spokojny o to, że znajdę w sobie tyle siły by sprostać życiu.”

„Jestem spokojny o *dzień jutrzejszy*.”

SNE 3 (lęk przed losem i śmiercią):

„Niepokoję się tym, że kiedyś nie będę istniał.”

„Boję się myśli, że mogłoby mnie nie być.”

Czwarty czynnik w modelu czteroczynnikowym, choć nie zmienia znacząco wyjaśnianej wariancji (wzrost w porównaniu z modelem trzyczynnikowym o około 4%, do 57,6%, a wyjaśniana przez poszczególne czynniki wariancja wynosi: SNE1 – 19,8%, SNE2 – 17,0%, SNE3 – 13,6%, SNE4 (skrót operacyjny) – 7%) to ukazuje w zarysie kolejną przestrzeń przeżywania niepokoju egzystencjalnego. W skład tej skali wchodzi trzy twierdzenia: „Lękam się cierpienia”, „Jestem spokojny o swoje zdrowie” oraz „Myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój, czy je wytrzymam”. Pierwsze wchodziło w skład oryginalnych twierdzeń, dwa pozostałe miały charakter eksperymentalny.

DYSKUSJA

Niepokój egzystencjalny mierzony metodą SNE zachował swoją strukturę względem tej określonej w badaniach z roku 1988 (trzy czynniki), co ukazują modele analizy czynnikowej. Zarówno badania oryginalne, jak i replikacja skłaniają do przyjęcia modelu trzyczynnikowego.

Zmianom uległa natomiast wyjaśniana przez poszczególne czynniki wariancja niepokoju (Dobór grupy był zbliżony do tej w badaniach z 1988. Stąd można wnioskować, że zmiany, jakie w nastąpiły w strukturze niepokoju egzystencjalnego, należy przypisać realnym zmianom w jego percepcji i przeżywaniu; nie natomiast różnicom między grupami badanymi.). O ile w badaniach oryginalnych lęk przed winą i potępieniem wypełnił zdecydowaną większość wariancji (38,5%) i był zdecydowanie silniejszy od lęku przed pustką i bezsensem (6,3%) oraz lęku przed losem i śmiercią (5,2%; Juros, 1988), to wyniki badań replikacyjnych ukazują dużą proporcjonalność wszystkich trzech pod tym względem.

W trzyczynnikowym modelu opartym o 25 twierdzeń doszło do wymiany najsilniejszego czynnika. Lęk przed pustką i bezsensem, w dużym stopniu związany z pozytywnym bądź negatywnym postrzeganiem rzeczywistości, stał się dominujący względem lęku przed winą i potępieniem, uzyskując 20,7% wyjaśnianej wariancji. Jego nasilenie może być przejawem zmiany w postrzeganiu bezpieczeństwa, jakie przypisują badaniu świata. Ćwierć wieku temu nie było tylu możliwości uczestniczenia w rzeczywistości. Być może swoboda wyboru (m.in. pracy, mieszkania, usług i dóbr) skutkuje nie tylko perspektywą wolności i rozwoju, ale również, poprzez brak niezmiennych punktów odniesienia (Deurzen, 2010), również poczuciem zagubienia i trudnością w nadawaniu (czy odkrywaniu) znaczenia rzeczywistości.

Coraz bardziej charakterystyczna dla współczesnych społeczeństw tożsamość płynna tworzących je jednostek może stanowić wartościową hipotezę wyjaśniającą zmiany w przeżywaniu i poziomie niepokoju odczuwanego niepokoju (Oleś, 2011).

Możliwa jest również inna interpretacja. Zwiększający się zakres możliwości wpływa na spadek lęku przed winą i potępieniem. Być może przeżywanie SNE1 i SNE2 jest w pewien sposób negatywnie ze sobą powiązane i wraz ze wzrostem jednego, maleje drugi. Coraz więcej możliwości (a więc mniej powodów do lęku przed winą i potępieniem) powoduje również coraz więcej problemów z ustosunkowaniem się do tak postrzeganego świata (wzrost lęku przed pustką i bezsenssem).

Znaczące jest również nasilenie się lęku przed śmiercią w odniesieniu do całości przeżywania niepokoju egzystencjalnego (z 5,2% do 15,1% wyjaśnianej wariancji). Nie bez przyczyny, jak się wydaje, śmierć jest określana mianem tabu XXI wieku. Możliwe, że fakt usuwania przejawów śmierci (dzieci nie zabiera się na pogrzeby, usuwanie widocznych objawów cierpienia związane ze wzrostem jakości świadczeń medycznych) nie niweluje samej świadomości własnej śmiertelności uwidaczniającej się poprzez silniejsze odczuwanie tego lęku.

Trzyczynnikowy model oparty o 38 twierdzeń powtarza oryginalną hierarchię w uporządkowaniu czynników SNE. Lęk przed winą i potępieniem wyjaśnia niepokój egzystencjalny w najwyższym stopniu. Proporcje w wyjaśnianej wariancji badanego fenomenu zostały zachowane również w tym modelu, nie ukazując znaczących zmian względem omawianego powyżej.

Czwarty czynnik w modelu czteroczynnikowym wydaje się bardzo interesujący interpretacyjnie. Jest to spowodowane tym, że procent wyjaśnianej wariancji tego czynnika jest większy od tego, jaki był w przypadku SNE2 i SNE3 ćwierć wieku temu. Być może, tak jak wtedy, na znaczeniu dopiero przybierały lęki przed pustką i bezsenssem oraz losem i śmiercią, by uwidocznic się dziś, tak lęk, który jest słabo zarysowany w terażniejszych badaniach, stanie się bardziej dojmujący w przyszłości.

Treść trzech twierdzeń wchodzących w skład SNE4 skłania do nazwania tego czynnika lękiem przed utratą witalności (egzystencjalnej). Dodanie określenia „egzystencjalnej” jest spowodowane wystąpieniem obok dwóch twierdzeń⁹ o charakterze czysto witalnym, fizycznym, twierdzenia¹⁰ mającego duże nasycenie egzystencjalne. Być może ten lęk w odniesieniu do innych przejawów niepokoju, może być również pochodną wielości podejmowanych przez dzisiejszego studenta aktywności. Presja osiągnięcia coraz więcej (por. McWilliams, 2011) jest nieuchronnie związana z przeżywaniem pewnego rodzaju odczuć związanych z tym, czy „dam radę (wytrzymam)

⁹ Lękam się cierpienia, jestem spokojny o swoje zdrowie.

¹⁰ Myśląc o swoim życiu, odczuwam niepokój, czy je wytrzymam.

żyć w ten sposób, całe życie?” Interesująca jest kwestia „rozwoju” znaczenia tego czynnika, którą być może zaobserwować będzie można za kolejne ćwierć wieku.

PODSUMOWANIE

Najważniejszy wniosek z przeprowadzonych badań można wyrazić w stwierdzeniu: po upływie przeszło 20 lat, rozumienie oraz struktura niepokoju egzystencjalnego studentów nie uległy wyraźnej modyfikacji. Zmiany w rozumieniu pojęcia niepokoju, zmiany w intensywności przeżywania konkretnych jego przejawów nie wpłynęły znacząco na jego wewnętrzną budowę. Ukazuje to fakt stałości empirycznie uchwyconego ćwierć wieku temu fenomenowi niepokoju egzystencjalnego, który w niniejszych badaniach został, przynajmniej częściowo, dookreślony.

BIBLIOGRAFIA

- Deurzen, E. (2010). *Psychoterapia a poszukiwanie szczęścia*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- McCarthy, V. A. (1978). *The Phenomenology of moods in Kierkegaard*. Boston: Springer.
- McWilliams, N. (2011). *Psychoterapia psychoanalityczna*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia.
- Yalom, I. D. (2006). *Kat miłości*. Warszawa: J. Santorsky & Co Agencja Wydawnicza.
- Yalom, I. D. (2008). *Psychoterapia egzystencjalna*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Juros, A. (1988). *Struktura niepokoju egzystencjalnego. Badania młodzieży akademickiej*. Niepublikowana praca doktorska, Lublin: Katolicki Uniwersytet Lubelski.
- Oleś, P. K. (2011). *Psychologia człowieka dorosłego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Tillich, P. (1983). *Męstwo bycia*. Poznań: REBIS.
- Weems, C. F., Costa, N. M., Dehon, C., Berman S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical analysis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 17, 383–399.