

Karolina Jędrak
Zakład Psychologii
Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie

Poczucie sensu życia u osób w okresie starości

Wprowadzenie

Problematyka poczucia sensu życia jest niezmiennie aktualnym zagadnieniem w psychologii, szczególnie logoteorii V.E. Frankla i nooteorii K. Popielskiego. W pracy przyjęto rozumienie poczucia sensu życia za Popielskim (1994, s. 57), który definiuje je jako „doświadczenie człowieka rozumianego podmiotowo-osobowo, które realizuje się w powiązaniu z refleksją i świadomością jednostki w procesie wielowymiarowego bycia i wielokierunkowego stawania się, jest doświadczane w procesie życia i każdorazowo domaga się osobistego zaangażowania się osoby w jego zaistnienie, odkrywanie i przeżywanie”.

We współczesnym świecie rozwój gerontologii jest wyrazem zainteresowania tym okresem życia człowieka, kiedy jego dzieciństwo, młodość i wiek średni już minęły i zaczyna się starość. Gerontologia jest nauką o ludziach starszych i jako taka, jak pisze Susułowska (1989, s. 9), „łączy badania biologiczne, medyczne, psychologiczne i społeczne”. Choć gerontologia jest dziedziną nauki stosunkowo młodą, to w wyniku coraz liczniejszych badań biologiczno-medycznych i społeczno-psychologicznych zgromadzono wiele danych na temat warunków, od których zależy zadowolenie z życia u osób starszych (Susułowska, 1989). Częstokroć jednak (Popielski, 1994) w badaniach zapomina się i pomija wymiar noetyczny ludzkiej egzystencji. Dopiero uwzględnienie wymiarów biologicznego, psychicznego i noetycznego oraz uwzględnienie środowiska społecznego, kulturowego i przyrodniczo-ekologicznego pozwala na całościowe spojrzenie na człowieka jako podmiot osobowy, który jest zdolny do wielowymiarowego bycia i wielokierunkowego stawania się (Popielski, 1994). Takie podejście do każdego człowieka, a w szczególności człowieka starego, pozwala na jego wielowymiarowe ujmowanie, umożliwia głębsze wniknięcie w egzystencję człowieka i otwiera nowe perspektywy badawcze w kierunku noetycznego wymiaru osobowości, doświadczeń egzystencjalnie znaczących, wolności, godności, odpowiedzialności, wartości oraz poczucia sensu życia.

Analizując badania w zakresie gerontologii, zauważono brak opracowania takiego zagadnienia, jakim jest poczucie sensu życia u osób w okresie starości. Większość zagadnień

związanych z różnymi aspektami poczucia sensu życia jest rozwiązywana w oparciu o badania ludzi w różnych grupach wiekowych, pochodzących z różnych środowisk, ale na ogół są to badania obejmujące ludzi młodych i w wieku średnim (por. Juros, 1984; Konarska, 1994; Popielski, 1987, 1991, 1994, 1996, 2001; Oleś, 1996). Bardzo rzadko, wręcz sporadycznie, poddaje się badaniom w zakresie poczucia sensu życia osoby starsze. Badania ludzi starszych koncentrują się głównie wokół jakości życia i przystosowania do starości (Susułowska, 1989). Problem poczucia sensu życia w odniesieniu do ludzi starych bywa raczej pomijany w badaniach empirycznych. Nie ma wielu doniesień i opracowań na ten temat w literaturze, a niewątpliwie jest to znaczące zagadnienie, z uwagi na pracę z osobami starszymi i pomoc psychoterapeutyczną szczególnie tym, którym starość przyszło spędzać w domu opieki.

Rozumienie problemu poczucie sensu życia

Problemy związane z życiem człowieka i sensem jego istnienia od lat są centralnym punktem zainteresowań filozofów, psychologów, socjologów. Powstało wiele koncepcji dotyczących sensu życia ludzkiego.

W skrajnym behawioryzmie traktuje się problematykę sensu ludzkiego życia instrumentalnie. Behawiorystyczne i kognitywne propozycje ujęcia i analizy problematyki sensu obserwują i odnotowują jej istnienie w kategoriach „przemiany” systemów preferowanych wartości. Nie są jednak w stanie zinterpretować tego faktu, zatrzymują się więc na poziomie rejestracji zjawiska (por. Popielski, 1994).

Psychoanaliza raczej pomija tego rodzaju zagadnienia. Problem sensu Z. Freud rozwiązuje negatywnie i jest skłonny do uznania go za element czy rodzaj przejawu chorobowego (por. Popielski, 1994).

Problem sensu pojawia się u klasyków neopsychoanalizy — A. Adlera oraz C.G. Junga. Różnie temat ten jest przez nich klasyfikowany. A. Adler (1986) problem sensu życia traktuje głównie z punktu widzenia społecznych relacji, dążenia do doskonałości i wierności linii życia. C.G. Junga (1976) interpretacja pytania o sens życia wiąże się z założeniami dotyczącymi jego systemu psychologicznego — psychologii analitycznej. W zgodzie ze swoją teorią Jung stwierdza: „sens jest archetypem”, „sens jest przeżyciem całościowym”, a „brak sensu jest ogólną nerwicą naszego czasu”.

Rozważania na temat sensu życia dostarczyła psychologia humanistyczna, poprzez zaakcentowanie specyficznie ludzkich cech, wśród których należy wymienić: samoświadomość, samorealizację oraz postrzeganie człowieka jako osoby. Dla psychologów humanistycznych, takich jak: A.H. Maslow i C.R. Rogers, człowiek jest podmiotem otwartym, intencjonalnym, realizującym się poprzez spełnianie wartości. Jest to człowiek twórczy, pytający, interpretujący swoje życie i świat, aby być w pełni sobą. Psychologię humanistyczną, jak pisze Popielski (1994, s. 194), charakteryzuje „duża otwartość na dziedzinę sensu”.

Większość polskich psychologów, tj. S. Szuman, J. Pieter, J. Reykowski (por. Konarska, 1994, s. 12 – 13) rozumie „sens życia” jako potrzebę wyprowadzoną z natury człowieka.

Wiele uwag na temat sensu życia można znaleźć w filozofii egzystencjalnej. Ten krąg nauki zajmuje się problemami ludzkiego losu, jego wartościami, celami, perspektywami

egzystencjalnymi i metafizycznymi. Głównymi reprezentantami tego nurtu są M. Heidegger i L. Binswanger. Dla nich człowiek jest bytem otwartym, ukierunkowanym intencjonalnie. Filozofia egzystencjalna akcentuje fakt stawania się człowiekiem i towarzyszące temu procesowi uczucie lęku z powodu ciągłego realizowania się i skazania na siebie (por. Konarska, 1994). Problematyka poczucia sensu życia szczególne miejsce znalazła w psychologii egzystencjalnej, a zwłaszcza logoteorii i logoterapii V.E. Frankla (1984). W Polsce zagadnienie to szczegółowo analizuje i omawia K. Popielski (1994) w swojej koncepcji nooteoretycznej i nooterapeutycznej. Jego koncepcja stanowi kontynuację logoteorii i rozwinięcie jej idei.

Problem sensu życia, jak widać z wyżej przedstawionych rozważań, rozwiązywano w psychologii na różne sposoby: od jego całkowitego pomijania, do czynienia go centralnym, choć nie wyłącznym. Dopiero wraz z odrodzeniem się na terenie psychologii idei o podmiotowo-osobowej aktywności człowieka, problematyka poczucia sensu życia „odnajduje racje i wymiar swojego zapodmiotowania i uprawomocnienie swego zaistnienia w obszarze naukowych dociekań” (Popielski, 1994).

Poczucie sensu życia należy do rzędu doświadczeń typowo ludzkich, podmiotowo-osobowych, pierwotnych i niesprowadzalnych do bardziej prostych jakości. Wyraża ono motywację głęboką, podstawową, a przy tym ogólną (Popielski, 1994; Popielski, 1996a). Pociąga ono i ukierunkowuje. Pozwala na poznawanie „własnej głębi i doniosłości” (Popielski, 1996b, s. 59). Poczucie sensu nie realizuje się tylko w jednym wymiarze. Jest to doświadczenie „całościowe, dotyczące całego człowieka” (Popielski, 1994, s. 191). Istnieją trzy podstawowe obszary, ważne dla kształtowania się poczucia sensu życia u człowieka. Są to obszar własnego selfu, który stanowi źródło wewnętrznego rozwoju i aktywności, obszar relacji interpersonalnych i obszar religijności (Prężyna, 1996; Walesa, 1996). Podstawowym elementem konstytuującym poczucie sensu życia jest jakość i rodzaj relacji międzyosobowych. Człowiek potrzebuje być z innymi. Rozwój człowieka realizuje się i aktualizuje poprzez osobowe relacje oraz bycie z innymi ludźmi. Człowiekowi potrzebne jest to przeżycie, że dla kogoś jest ważny, znaczący. Człowiek jako istota społeczna z natury swej nastawiony jest na drugiego człowieka. „Człowiekowi potrzebne jest to przeżycie, że dla kogoś jest ważny, znaczący, kochany, brany pod uwagę i że to przeżywanie ma cechę zwrotności” (Okła, 1996, s. 419). Proces ten jest realizowany na każdym z etapów rozwojowych i przebiega zawsze w określonym kontekście społecznym. Nikt bowiem nie jest samotną wyspą. Poczucie, że jest się kimś, kto liczy się z innymi i dla innych ma zasadnicze znaczenie dla rozwoju osobowego „ja”, doświadczania więzi z innymi i dla przeżywania własnej podmiotowości (Frankl za: Kratochvil, 1984; Okła, 1996).

W literaturze podkreśla się związek poczucia sensu życia i jego wpływu na kształtowanie się osobowości człowieka (Aleksandrowicz, Dąbrowski, Frankl, Obuchowski, Rogers; za Konarska, 1994; Lukas, 1987). Problematyka sensu życia pojawia się w bardziej lub mniej zwartej formie prawie we wszystkich koncepcjach rozwoju osobowego człowieka. Jest dla niej miejsce zarówno w psychologicznych teoriach osobowości, jak i w analizie niektórych zaburzeń psychicznych, których przyczyna sprowadza się do zagubienia w rzeczywistości, a klinicznie przybierają one postać nerwic depresyjnych lub silnych stanów frustracyjnych. W obu przypadkach zostaje zaburzona relacja między światem wewnętrznym a zewnętrznym człowieka, co w konsekwencji uniemożliwia prawidłowe funkcjonowanie.

Fakt obecności fenomenu poczucia sensu w konkretnym ludzkim życiu przejawia się w podwójnej formie: posiadania i braku. Posiadanie odnosi się do rozwoju osobowości.

Problem z sensem zaczyna się wówczas, gdy „brakuje celów wartościowych, gdy okazały się one zawodne, fałszywe, niewłaściwie postawione i bezpodstawnie zabsolutyzowane, gdy stają się niewystarczające i tracą moc orientowania, odnoszenia, pociągania i gdy przestają motywować” (Popielski, 1994, s. 189 – 190). Brak jakiegoś celu i brak zaangażowania się w jakiś rodzaj sensu oznacza wycofywanie się z życia (Popielski, 1996c). Istnieje klinicznie stwierdzone zjawisko utraty poczucia sensu życia oraz kryzysu poczucia sensu życia (Popielski, 1987a, s. 136; Prężyna, 1996, s. 377). Łączy się ono z bezradnością, beznadziejnością i towarzyszącymi tendencjami samobójczymi, jak również próbami ucieczki w uzależnienia. Utrata sensu życia jest zagrożeniem dla życia człowieka i dla zdrowia psychicznego. Najważniejsza dla człowieka wartość musi nadawać sens zarówno życiu, jak i śmierci, nadawać sens radości, ale i cierpieniu (Płużek, 1996). Utrata poczucia sensu życia jawi się również jako jedna z przyczyn, komponent i jako jedno z głównych źródeł nerwicy, zwłaszcza nerwicy noogennej (Popielski, 1994).

Psychologiczne aspekty starzenia się i starości

Tak jak wiek XIX nazywany był „stuleciem dziecka”, tak wiek XX i XXI noszą miano „stuleci starości”. Dzieje się tak dlatego, że liczba osób starszych z roku na rok rośnie. W związku z tym podjęto szczegółowe badania nad starością, a także powstały instytucje społecznej opieki nad ludźmi starymi. Powstała nowa nauka o starości zwana gerontologią (Pastuszka, 1981, s. 371).

Jest dziś naukowym pewnikiem, że starość nie jest jakąś schyłkową formą życia ludzkiego, w której zatracą się osobowość człowieka, nie jest też jakąś formą degeneracji człowieka, powstałą w następstwie wyczerpywania się jego sił życiowych. Jest ona odrębną, autonomiczną formą życia ludzkiego, wykazującą obniżenie sił organicznych i fizycznych, ale gdzie w pełni działają siły duchowe, bogatsze w doświadczenie i zdolne do wykonywania ważnych zadań życiowych (Pastuszka, 1981).

Starość w najogólniejszym znaczeniu jest „długotrwałym istnieniem, które dzięki temu wywołuje podziw, budzi zainteresowanie i skłania do szacunku (...), a dzięki temu kryje w sobie jakąś doskonałość”, to definicja starości zaproponowana przez Pastuszkę (1981, s. 371). Pastuszka (1981, s. 372) rozwija swoją definicję i wskazuje, że „starość jest zjawiskiem psychicznym (...), oraz że jest także zjawiskiem biologicznym, organicznym, a zjawiska psychiczne nie można rozpatrywać w oderwaniu od procesów biologicznych: one równolegle się rozwijają i wzajemnie warunkują”.

Przechodzenie od jednego etapu rozwojowego do następnego na ogół przebiega w sposób płynny i jest trudne do uchwycenia, a granica pomiędzy fazami jest czymś umownym (Puchalska, 1986). O ile łatwy do wyznaczenia jest koniec starości, którym jest śmierć, o tyle bardzo trudno ściśle zdefiniować początek starzenia się (Kielar-Turska, 2000). Różnice zdań na temat progu starości sięgają rzędu 30 lat: od 45 r.ż. (Aschoff, za: Straś-Romanowska, 2001, s. 264) do 75 r.ż. (Birren, za: Straś-Romanowska, 2001, s. 264). W opinii wielu autorów wiek graniczny to 70 r.ż. (Bromley, 1969; Susułowska, 1989). Według klasyfikacji Światowej Organizacji Zdrowia, starość rozpoczyna się w 60 r.ż. (Krzymiński, 1993, s. 10).

Obraz sytuacji człowieka starego i jego miejsca w społeczeństwie jest zmienny w czasie: pełen blasku w jednych okresach, pełen cieni w innych (Rosset, 1986). Każdy czło-

wiek, także starszy, żyje w środowisku społeczno-kulturowym, które ma na niego wpływ, a równocześnie on ma możliwość kształtowania tego środowiska.

Straś-Romanowska (2002, s. 27 – 28) przyjmuje, że „człowiek starszy może nie tylko przystosować się skutecznie do nowych warunków, które niesie ze sobą starość i podtrzymywać dobrą jakość życia mierzoną ilością codziennych satysfakcji, ale ma on również w tym okresie niepowtarzalną szansę rozwoju”. Przy rozważaniu tego zagadnienia sięgnąć jednak należy do egzystencji człowieka oraz odkrywania przez niego sensu w zdarzeniach świata. Wszystkie wymienione okoliczności nie wystarczą do tego, aby proces rozwoju duchowego zaistniał, ani nie gwarantują jego ciągłości. Niezbędna jest tutaj wola podmiotu. Jest to, jak pisze Straś-Romanowska (2002, s. 34), „ogromne i jedyne w swoim rodzaju wyzwanie dla ludzi starszych”.

Metodologia badań własnych

Problem badań i hipoteza badawcza

Problem poczucia sensu życia w odniesieniu do ludzi starych bywa raczej pomijany w badaniach. Nie ma wielu doniesień na ten temat w literaturze, a niewątpliwie jest to znaczące zagadnienie, z uwagi na pracę z osobami starszymi, szczególnie tymi, którym przyszło starość spędzać w domu opieki.

Głównym problemem pracy jest próba odpowiedzi na pytanie o nasilenie poczucia sensu życia u osób w okresie starości. W związku z problemem pracy rodzą się następujące pytania szczegółowe: Jaki jest poziom poczucia sensu życia u osób starszych mieszkających w Domu Pomocy Społecznej? Jaki jest poziom poczucia sensu życia u osób starszych mieszkających we własnych domach? W której grupie to poczucie jest na wyższym poziomie? Co jest dla osób starszych osobistym sensem życia, i jak przedstawia się ta sytuacja w grupie osób z domu pomocy i osób mieszkających we własnych domach?

W odpowiedzi na zawarte w problemie pracy pytania oraz uwzględniając wyniki badań empirycznych, pośrednio dotyczące tej problematyki, postawiono następującą hipotezę:

Hipoteza: Osoby starsze mieszkające w DPS różnią się od osób starszych mieszkających w swoich domach w zakresie poczucia sensu życia.

Osoby badane. Przebieg badań

Badania dotyczyły egzystencjalnie ważnych dla osób starszych spraw, dlatego zachowano zasadę anonimowości i wykazano szczególną dbałość o to, aby osoby udzielające odpowiedzi czuły się bezpiecznie. Badania przeprowadzono indywidualnie z każdą z osób. Poziom motywacji badanych był bardzo duży. Bardzo chętnie udzielali odpowiedzi na stawiane pytania. Grupę eksperymentalną stanowią mieszkańcy Domu Pomocy Społecznej a grupę kontrolną osoby mieszkające we własnych domach, które dobrano odpowiednio do osób z grupy eksperymentalnej pod względem wieku, płci, wykształcenia oraz miejsca zamieszkania.

Ogółem z przebadanych 68 osób do analiz zakwalifikowano wyniki 60 osób. W grupie osób mieszkających w Domu Pomocy Społecznej — grupie eksperymentalnej 30 osób i tyleż samo — 30 osób mieszkających we własnych domach w grupie kontrolnej. Średnia

wieku w grupie osób z DPS wynosi 71,4 lat, natomiast średnia wieku grupy kontrolnej to 69,5 lat. Najliczniej reprezentowany przedział wiekowy w obu grupach to osoby pomiędzy 60 a 79 rokiem życia. W grupie eksperymentalnej stanowią one 73,3%, a w kontrolnej 86,7%. Kobiet w obu grupach było więcej, odpowiednio 60% w grupie osób mieszkających w DPS i 63,3% w grupie osób mieszkających we własnym domu. Proporcje te potwierdzają ogólną prawidłowość.

Metody badawcze

Zastosowano następujące metody badawcze: Arkusz indywidualny, Test Noo-Dynamiki K. Popielskiego oraz Wypowiedź dowolną: Co jest dla Ciebie osobistym sensem życia?

Arkusz indywidualny składał się z 9 kategorii pytań, które dotyczą kolejno takich zmiennych, jak: płeć, wiek, miejsce zamieszkania, wykształcenie, status socjoekonomiczny, wyznanie i stosunek do religii, posiadanie rodziny i kontakty z nią, ogólny stan zdrowia oraz zainteresowania.

Test Noo-dynamiki (T.N-D) służy do metrycznego scharakteryzowania doznań, doświadczeń, dążeń i odniesień ludzkiej egzystencji, które, jak pisze Popielski (1994, s. 228), „ex definitione, przynależą, wyrażają i określają aktywność noetycznego wymiaru osobowości”. Na całość Testu Noo-dynamiki składa się 100 itemów, ujętych w 36 skal, z których wyodrębniono cztery kategorie testu. Są to: (I) **Jakości noetyczne** (*Wolność, Odpowiedzialność, Godność, Wartość, Znaczenie/Sens, Dążenie/Wola, Odniesienie „ku...”, Miłość/Afirmacja, Cierpienie, Nadzieja/Zaufanie, Otwartość, Cele/Ukierunkowanie, Auto-akceptacja i Podmiotowość*); (II) **Temporalność noetyczna** (*Przeszłość, Teraźniejszość i Przyszłość*); (III) **Aktywność noetyczna** (*Samopotwierdzenie, Autotranscendencja, Autodystans, Życie jako zadanie, Satysfakcja z osiągnięć, Kierowanie się sumieniem, Zaufanie do życia, Kreatywność, Nastawienie dialogalne, Gotowość do wyrzeczeń, Akceptacja drugich, Życzliwość wobec innych i Własna ocena poczucia sensu życia*) oraz (IV) **Postawy noetyczne** (*Postawa wobec sukcesu, Postawa wobec śmierci, Postawa zaangażowania, Postawa intelektualna, Postawa emocjonalna i Postawa egzystencjalna*). Test umożliwia uzyskanie trzech rodzajów pomiaru: wynik całościowy — WO, wynik z poszczególnych skal (JN, AN, PN) i wyniki w zakresie poszczególnych wymiarów (Popielski, 1994). W Teście Noo-dynamiki maksymalny wynik wynosi 5, a minimalny 1. Wynik powyżej 3,5 to wynik wysoki, poniżej 2,5 wynik niski, a wyniki od 2,5 do 3,5 wskazują na wynik średni.

Dodatkowo jako metoda badawcza zostało sformułowane pytanie: **Co jest dla Ciebie osobistym sensem życia?** Stanowiło ono punkt wyjścia, do udzielenia przez osoby badane w sposób swobodny wypowiedzi na temat tego, co dla nich stanowi prawdziwy sens i cel życia.

Uzyskane wyniki badań

Analiza i interpretacja wyników uzyskanych z badania Testem Noo-dynamiki

Z badania Testem Noo-dynamiki K. Popielskiego otrzymano wynik ogólny (WO), wynik dla poszczególnych skal — Jakości noetyczne (JN), Aktywność noetyczna (AN) i Postawy noetyczne (PN) oraz wyniki dla poszczególnych wymiarów w skalach.

Tabela 1. Średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności dla Wyniku Ogólnego i wyników wyodrębnionych skal Testu Noo-dynamiki

	DPS		DOM		Test t		
	M	sd	M	sd	t	Df	istotność różnic
JN	3,42	0,55	4,06	0,27	- 5,76	42	0.001
AN	3,22	0,58	3,77	0,33	- 4,49	46	0.001
PN	3,88	0,62	3,89	0,29	- 0,09	41	n.s.
WO	3,45	0,54	3,98	0,25	- 4,82	41	0.001

W przypadku grup heterogenicznych ze względu na wariancję zastosowano test Cohrana-Coxa

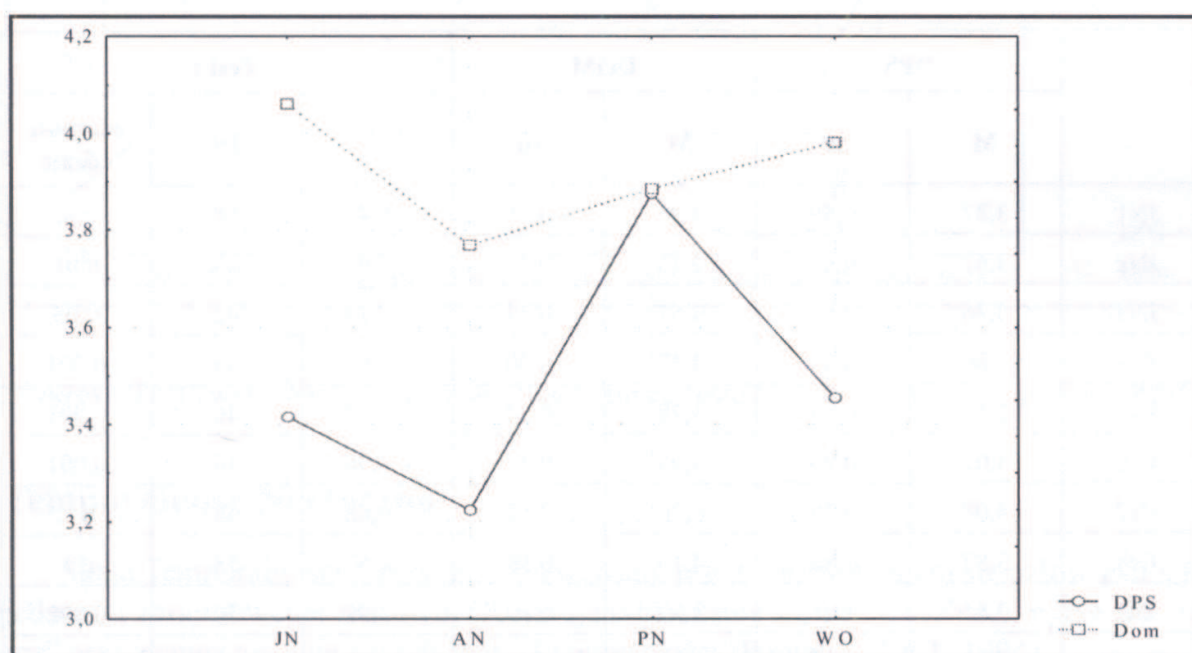
**Wykres 1.** Profil wyników dla Wyniku Ogólnego i skal Testu Noo-dynamiki dla osób z grupy eksperymentalnej (DPS) i kontrolnej (DOM)

Tabela 1. ilustruje średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności dla wyniku ogólnego i wyników wyodrębnionych skal Testu Noo-dynamiki. Wynik ogólny w grupie eksperymentalnej (DPS) jest wynikiem średnim, natomiast wynik osób z grupy kontrolnej (DOM) mieści się w granicy wyników wysokich. Wyniki te różnią się istotnie statystycznie na poziomie $p < 0.001$. Wskazuje to na fakt, iż osoby mieszkające w domu pomocy społecznej (GE) wykazują niższy, ogólny poziom poczucia sensu życia w porównaniu do osób mieszkających we własnych domach (GK).

Podobna tendencja utrzymuje się dla skal Jakości Noetycznych i Aktywności Noetycznych. Wskazuje ona na różnice pomiędzy badanymi grupami w zakresie jakości leżących u podłoża poczucia sensu życia, realizowanego i doświadczanego w życiu osób. Obie grupy różnią właściwości realizowane w procesie życia i służące spełnianiu egzystencji, kształtowaniu jej i pomagające być i stawać się sobą, a równocześnie potwierdzające jej autentyczność i wzmacniające samopoczucie jednostki jako podmiotu.

W skali Postaw Noetycznych nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic pomiędzy badanymi grupami. Uzyskane wyniki wskazują, iż badane grupy nie różni zreflektowane nastawienie „ku” oraz podmiotowy sposób ustosunkowania się do rzeczywistości.

Jakości noetyczne

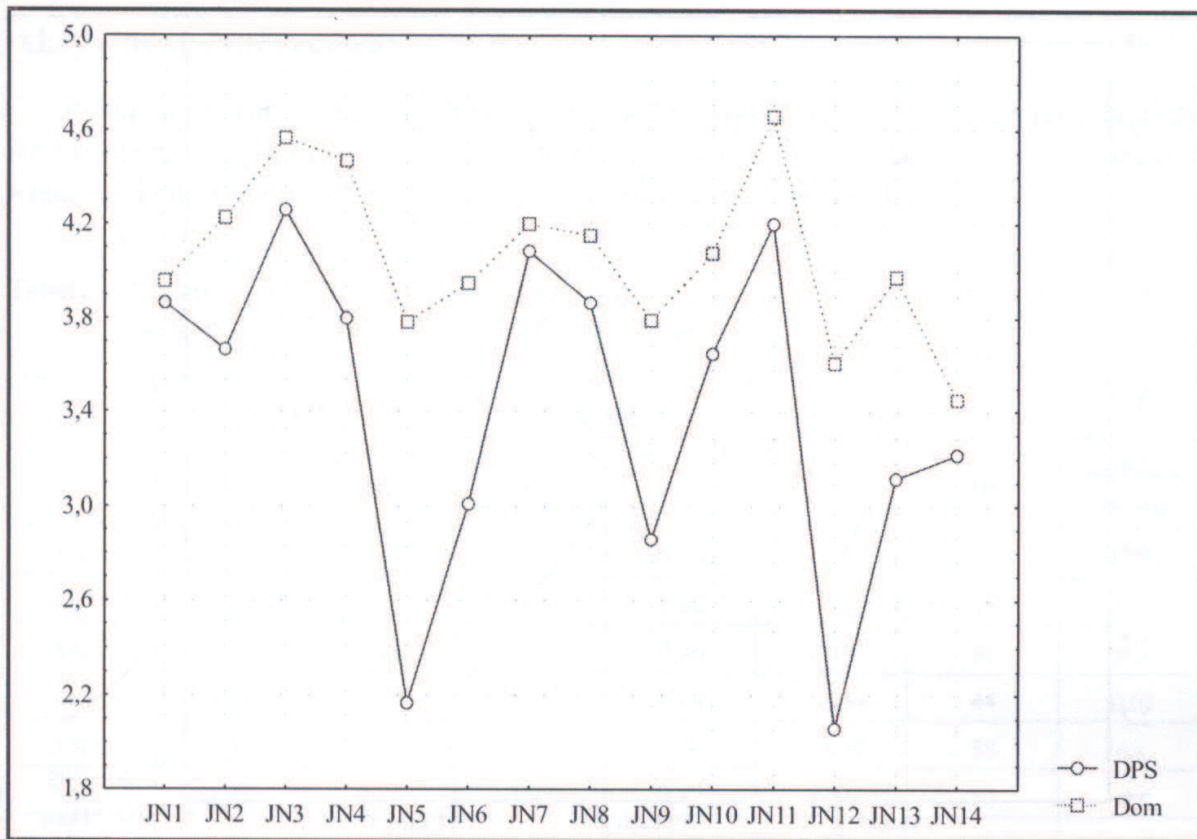
Jakości Noetyczne Testu Noo-dynamiki określają potencjalności osobowe, dzięki którym jednostka może realizować „stan osobowego sposobu bycia” i osiągnąć optymalny rozwój osobowości (Popielski, 1991, 1994)

Tabela 2. Średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności uzyskane dla poszczególnych wymiarów skali Jakości Noetycznych Testu Noo-dynamiki

	DPS		DOM		Test t		
	M	sd	M	sd	t	Df	istotność różnic
JN1	3,87	0,89	3,96	0,75	– 0,43	58	n.s.
JN2	3,67	0,92	4,23	0,46	– 2,97	43	0.01
JN3	4,26	0,69	4,57	0,34	– 2,19	42	0.05
JN4	3,80	0,80	4,47	0,40	– 4,08	43	0.001
JN5	2,17	0,95	3,78	0,54	– 8,12	46	0.001
JN6	3,01	0,96	3,95	0,39	– 4,96	38	0.001
JN7	4,08	0,75	4,20	0,57	– 0,68	58	n.s.
JN8	3,87	0,80	4,15	0,58	– 1,57	58	n.s.
JN9	2,86	1,08	3,79	0,70	– 3,98	50	0.001
JN10	3,65	0,93	4,08	0,51	– 2,19	45	0.05
JN11	4,20	1,07	4,66	0,51	– 2,12	42	0.05
JN12	2,06	0,94	3,61	0,67	– 7,34	58	0.001
JN13	3,12	1,37	3,98	0,75	– 3,01	45	0.01
JN14	3,22	0,83	3,45	0,68	– 1,18	58	n.s.

W przypadku grup heterogenicznych ze względu na wariancję zastosowano test Cohrana-Coxa

Tabela 2. ilustruje średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności dla poszczególnych wymiarów skali Jakości Noetycznych Testu Noo-dynamiki. Jak obrazuje to Wykres 2, profil Jakości Noetycznych uzyskany dla grupy eksperymentalnej (DPS) jest profilem niższym, niż profil osób z grupy kontrolnej (DOM), który góruje. Analiza uzyskanych wyników w skali Jakości Noetycznych pozwala stwierdzić różnice statystycznie istotne między grupami osób mieszkających w domu pomocy (GE) i mieszkającymi we własnych domach (GK) w następujących wymiarach: Odpowiedzialność (JN2), Godność (JN3), Wartość (JN4), Znaczenie/ Sens (JN5), Dążenie/ Wola (JN6), Cierpienie (JN9), Nadzieja/ Zaufanie (JN10), Otwartość (JN11), Cele/ Ukierunkowanie (JN12) i Autoakceptacja (JN13).



Wykres 2. Profil wyników w skali Jakości Noetycznych Testu Noo-dynamiki dla grup DPS i DOM

Temporalność Noetyczna

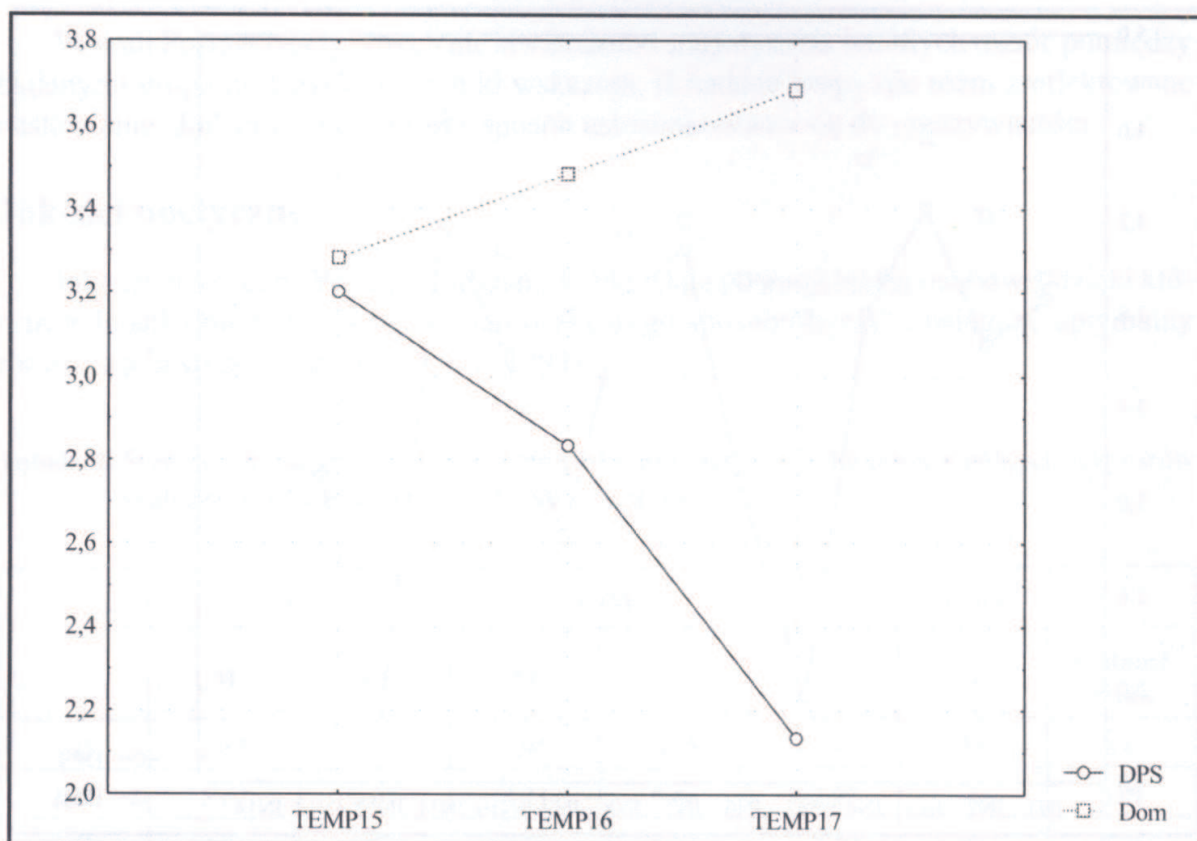
Skala Temporalności Noetycznych związana jest z realizowaniem się człowieka jako jednostki zorientowanej czasowo. Obejmuje odnośnienie się do przeszłości, bycie „tu i teraz” oraz zaangażowanie się i dążenie do przyszłości (Popielski 1991, 1994).

Tabela 3. Średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności uzyskane dla poszczególnych wymiarów skali Temporalności Noetycznej Testu Noo-dynamiki

	DPS		DOM		Test t		
	M	sd	M	sd	t	Df	istotność różnic
TEMP15	3,20	1,28	3,28	1,08	- 0,27	58	n.s.
TEMP16	2,83	1,30	3,48	1,01	- 2,16	58	0.05
TEMP17	2,13	1,31	3,68	0,84	- 5,46	49	0.001

W przypadku grup heterogenicznych ze względu na wariancję zastosowano test Cohrana-Coxa

Jak wynika z tabeli 3. i wykresu 3 badana grupa osób mieszkających w domu pomocy społecznej (GE) wyraża się w realizowaniu życia według modelu temporalności typu Przeszłość, tj. według sekwencji:



Wykres 3. Profil wyników w skali Temporalności Noetycznej Testu Noo-dynamiki dla grup DPS i DOM

Przeszłość (TEMP15) + Teraźniejszość (TEMP16) + Przyszłość (TEMP17)

Jak widać z powyższego modelu, osoby starsze mieszkające w domu pomocy społecznej w większym stopniu ukierunkowane są na przeszłość, na to co było. Pozytywnie, choć w niższym stopniu odnoszą się do teraźniejszości, a odrzucają przyszłość. Ich odniesienie do przyszłości wiąże się z wyraźnie obniżonym i wycofującym się nastawieniem do wymiaru czasu przyszłego. Osoby te w konfrontacji życia codziennego uciekają od przyszłości. Takie odniesienie do temporalności czasowych nie służy budowaniu poczucia sensu życia (Popielski, 1994).

Grupa kontrolna osób starszych, mieszkających we własnych domach realizuje natomiast model czasowy typu „P” — Przyszłość, który oznacza aktywne włączanie się w życie poprzez nastawienie na przyszłość. Sekwencja Temporalności Noetycznych w tej grupie rozkłada się według sekwencji:

Przyszłość (TEMP17) + Teraźniejszość (TEMP16) + Przeszłość (TEMP15)

Uzyskane wyniki w grupie kontrolnej świadczą o aktywnym włączeniu w życie, poprzez nastawienie na przyszłość. Jednocześnie osoby te są zaktywizowane i zaangażowane w radzenie sobie w aktualnej sytuacji. Równocześnie doceniają przeszłość, ale liczą na „potem”, na nowe, na to, co może jeszcze je spotkać. Dla tych osób centrum i kierunek motywacji temporalnej stanowi przyszłość. Taki układ skal Temporalności, według Popielskiego (1994), służy budowaniu i podtrzymywaniu poczucia sensu życia.

Aktywność Noetyczna

Przedmiot analiz pomiarowych opartych o skale Aktywności Noetycznych Testu Noo-dynamiki obejmuje własny wysiłek i aktywne zaangażowanie się jednostki w realizowane życie, a także pokonywanie przeszkód, frustracji i stresów (Popielski, 1994).

Tabela 4. Średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności uzyskane dla poszczególnych wymiarów skali Aktywności Noetycznej Testu Noo-dynamiki

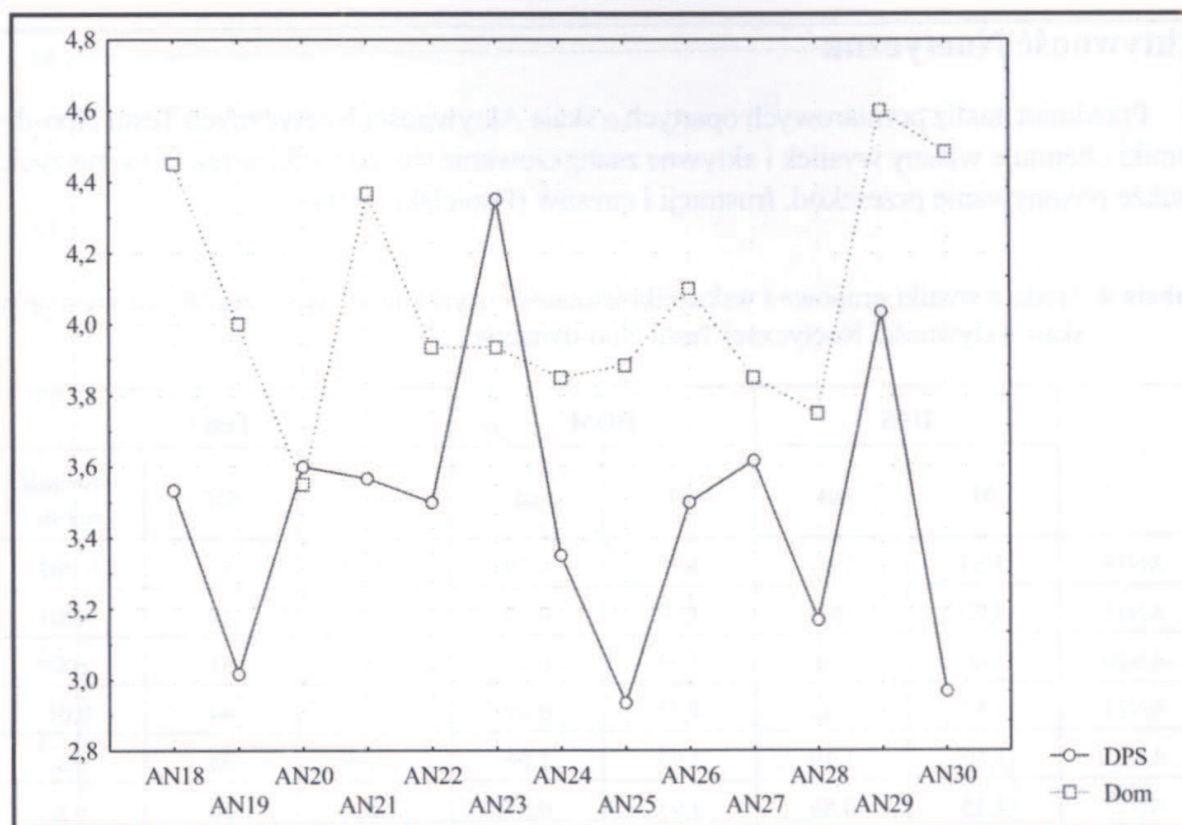
	DPS		DOM		Test t		
	M	sd	M	sd	t	Df	istotność różnic
AN18	3,53	1,08	4,45	0,79	- 3,74	53	0.001
AN19	3,02	1,09	4,00	0,68	- 4,18	49	0.001
AN20	3,60	1,19	3,55	0,80	0,19	51	n.s.
AN21	3,57	1,32	4,37	0,69	- 2,94	44	0.01
AN22	3,50	1,19	3,93	1,06	- 1,49	58	n.s.
AN23	4,35	0,86	3,93	0,87	1,86	58	n.s.
AN24	3,35	1,13	3,85	0,70	- 2,06	48	0.05
AN25	2,93	1,01	3,88	0,64	- 4,34	49	0.001
AN26	3,50	1,07	4,10	0,86	- 2,40	58	0.05
AN27	3,62	1,19	3,85	0,98	- 0,83	58	n.s.
AN28	3,17	1,18	3,75	0,74	- 2,29	49	0.05
AN29	4,03	0,97	4,60	0,42	- 2,92	40	0.01
AN30	2,97	1,31	4,48	0,72	- 5,54	45	0.001

W przypadku grup heterogenicznych ze względu na wariancję zastosowano test Cohrana-Coxa

Tabela 4. i wykres 4 prezentują średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności uzyskane dla poszczególnych wymiarów skali Aktywności Noetycznych Testu Noo-dynamiki w badanych grupach osób. Istotne statystycznie różnice pomiędzy badanymi grupami osób starszych mieszkających w domu pomocy społecznej (GE) i mieszkających we własnych domach (GK) obserwujemy w wymiarach: Samopotwierdzenie (AN18), Autotranscendencja (AN19), Życie jako zadanie (AN21), Zaufanie do życia (AN24), Kreatywność (AN25), Nastawienie dialogalne (AN26), Akceptacja drugich (AN28), Życzliwość wobec innych (AN29), Własna ocena poczucia sensu życia (AN30).

Postawy Noetyczne

Postawy Noetyczne Testu Noo-dynamiki dotyczą różnych działań i doświadczeń egzystencjalnie znaczących jednostki, które łączy „podmiotowe odnoszenie się człowieka do życia w formie ogólnej aktywności, bądź konkretnego działania i wskazują na egzystencjalny aspekt postaw, rozumiany jako podmiotowy sposób ustosunkowania się do rzeczywistości (Popielski, 1994).



Wykres 4. Profil wyników w skali Aktywności Noetycznej Testu Noo-dynamiki dla grup DPS i DOM

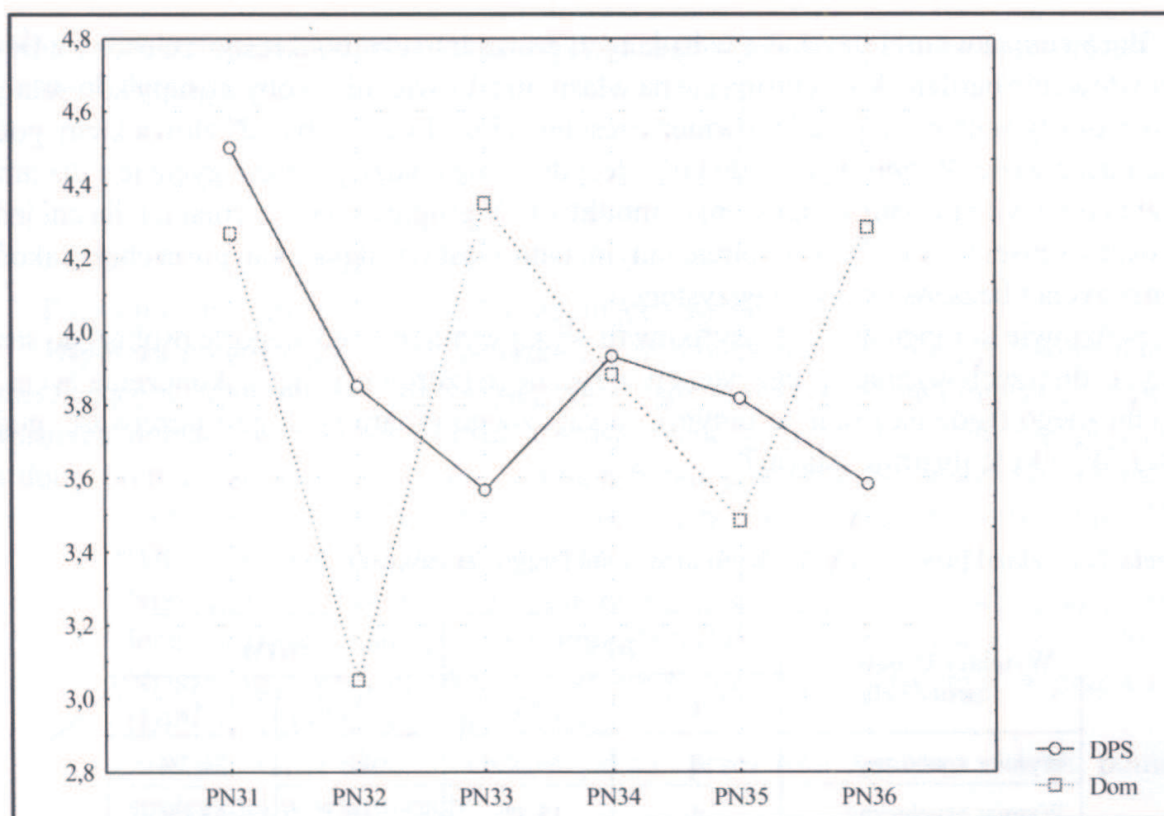
Tabela 5. Średnie wyniki grupowe i wskaźniki istotności uzyskane dla poszczególnych wymiarów skali Postaw Noetycznych Testu Noo-dynamiki

	DPS		DOM		Test t		
	M	sd	M	sd	t	df	istotność różnic
PN31	4,5	0,59	4,27	0,73	1,37	58	n.s.
PN32	3,85	1,35	3,05	0,95	2,65	58	0.01
PN33	3,57	1,05	4,35	0,53	-3,66	43	0.001
PN34	3,93	0,88	3,88	0,7	0,24	58	n.s.
PN35	3,82	0,99	3,48	0,64	1,55	50	n.s.
PN36	3,58	0,9	4,28	0,76	-3,25	58	0.01

W przypadku grup heterogenicznych ze względu na wariancję zastosowano test Cohrana-Coxa

Istotne statystycznie różnice pomiędzy badanymi grupami osób starszych mieszkających w domu pomocy społecznej (GE) i mieszkających we własnych domach (GK) uzyskano dla wymiarów: Postawa wobec śmierci (PN32), Postawa zaangażowania (PN33), Postawa egzystencjalna (PN36).

Nie stwierdzono statystycznie istotnych różnic dla wymiarów: Postawa wobec sukcesu (PN31), Postawa intelektualna (PN34) i Postawa emocjonalna (PN35).



Wykres 5. Profil wyników w skali Postaw Noetycznych Testu Noo-dynamiki dla grup DPS i DOM

Analiza i interpretacja wyników uzyskanych z wypowiedzi dowolnej: Co jest dla ciebie osobistym sensem życia?

Analiza wypowiedzi badanych pozwoliła na wyodrębnienie sześciu kategorii osobistych odniesień dla poczucia sensu życia w badanych grupach osób starszych.

Tabela 6. Rozkład procentowy wyodrębnionych kategorii osobistego sensu życia Kategorie Osobistego Sensu Życia

Kategorie Osobistego Sensu Życia	DPS		DOM	
	f	%	f	%
Wiara w Boga	2	6,7%	9	30,0%
Uczciwość, godność	6	20,0%	2	6,7%
Rodzina	4	13,3%	14	46,7%
Pomoc innym	0	0,0%	2	6,7%
Zachowanie zdrowia	15	50,0%	3	10,0%
Chęć zakończenia życia	3	10,0%	0	0,0%
Razem	30	100%	30	100%

Tabela 6. ilustruje procentowy rozkład wyodrębnionych kategorii osobistego sensu życia w grupie eksperymentalnej (DPS) i kontrolnej (DOM).

Porównując wyniki uzyskane w badanych grupach trzeba podkreślić, że osoby z DPS zdecydowanie bardziej koncentrują się na własnym zdrowiu, niż osoby z grupy kontrolnej. Jako osobisty sens życia podają również częściej niż osoby z GK bycie człowiekiem, godność i uczciwość. W porównaniu do GK zdecydowanie rzadziej sensem życia jest dla nich rodzina oraz wiara w Boga, zbawienie i modlitwa. W grupie eksperymentalnej dla ani jednej osoby sensem życia nie jest pomoc innym, natomiast występuje kategoria chęci zakończenia życia i bezsensu własnej egzystencji.

Sędziowie kompetentni zaklasyfikowali wyżej wymienione kategorie osobistego sensu życia do trzech wymiarów egzystencji: fizycznego (zdrowie i chęć zakończenia życia), psychicznego (rodzina i pomoc innym) i noetycznego (wiara w Boga i uczciwość, godność). Wyniki te ilustruje tabela 7.

Tabela 7. Rozkład procentowy dla wymiarów osobistego sensu życia

Wymiary Osobistego Sensu Życia	DPS		DOM	
	f	%	f	%
Wymiar noetyczny	8	26,7%	11	36,7%
Wymiar psychiczny	4	13,3%	16	53,3%
Wymiar fizyczny	18	60,0%	3	10,0%
Razem	30	100%	30	100%

W grupie eksperymentalnej (DPS) największy udział procentowy przypada na wypowiedzi z wymiaru fizycznego, a najmniej dotyczy wymiaru psychicznego. W grupie kontrolnej te proporcje są odwrócone: największy udział procentowy przypada na wypowiedzi z wymiaru psychicznego, a najmniejszy z wymiaru fizycznego. Wypowiedzi dotyczących osobistego sensu życia, zaklasyfikowane do wymiaru noetycznego jest więcej w grupie kontrolnej (DOM).

Taki rozkład wyników wskazuje na odmienne ujmowanie poczucia sensu życia i ma swoje przełożenie na wynik ogólny w zakresie tegoż poczucia u osób starszych z domu pomocy społecznej i własnych domów.

Dyskusja wyników

Zakładano, że osoby mieszkające w domu pomocy społecznej mają niższe poczucie sensu życia w porównaniu do osób mieszkających w swoich domach. Analiza uzyskanych wyników wskazuje, iż badane grupy różnią się statystycznie istotnie w zakresie nasilenia poczucia sensu życia i że osoby mieszkające w domu pomocy społecznej mają niższe poczucie sensu życia w porównaniu do osób starszych z grupy kontrolnej. Zasadniczo wyniki osób z grupy eksperymentalnej były niższe od wyników osób z grupy kontrolnej prawie we wszystkich z wymiarów poczucia sensu życia, z wyjątkiem postaw noetycznych.

W związku z powyżej przedstawionym układem wyników **Hipoteza** została potwierdzona. Istotnie, osoby starsze, mieszkające w domu pomocy społecznej, różnią się od osób mieszkających we własnych domach w zakresie poczucia sensu życia. Osoby mieszkające

w domu opieki mają niższe poczucie sensu życia w porównaniu do osób mieszkających we własnych domach.

* * *

Podsumowując, można wysunąć następujące wnioski:

Hipoteza potwierdziła się. W związku z tym można postawić tezę, że osoby starsze, mieszkające w domu pomocy społecznej, różnią się od osób starszych mieszkających we własnych domach w zakresie poczucia sensu życia. U osób starszych mieszkających w domu pomocy, średnio to poczucie jest na niższym poziomie. Przemawiają za tym:

- Niższy, ogólny wynik (WO) w zakresie poczucia sensu życia w grupie DPS (DPS-3,45; DOM-3,98; $p < 0,001$).
- Niższy, ogólny wynik (JN) w zakresie Jakości Noetycznych, które leżą u podłoża poczucia sensu życia, w grupie DPS (DPS-3,42; DOM-4,06; $p < 0,001$).
- Niższy, ogólny wynik (AN) w zakresie Aktywności Noetycznych w grupie DPS (DPS-3,22; DOM-3,77; $p < 0,001$).
- Zdecydowanie niższe wyniki uzyskane przez osoby starsze z domu pomocy społecznej w wymiarach:
 - Znaczenie/ Sens (DPS-2,17; DOM-3,78; $p < 0,001$)
 - Cele/ Ukierunkowanie (DPS-2,06; DOM-3,61; $p < 0,001$)
 - Dążenie/ Wola (DPS-3,01; DOM-3,95; $p < 0,001$)
- Postrzeganie tylko i wyłącznie fizycznego aspektu cierpienia, bez głębszego rozumienia jego sensu u osób mieszkających w domu pomocy (AN30).
- Zorientowanie czasowe badanych (Temporalności Noetyczne) według następujących modeli:
 - DPS — model typu Przeszłość, według sekwencji:

Przeszłość + Teraźniejszość + Przyszłość

 — model taki nie służy budowaniu poczucia sensu życia
 - DOM — model typu Przyszłość, według sekwencji:

Przyszłość + Teraźniejszość + Przeszłość

 — zorientowanie ku życiu, które służy budowaniu poczucia sensu.
- Niższy wynik w grupie osób starszych z DPS w wymiarze Własna ocena poczucia sensu życia, wskazujący na wprost deklarowany, subiektywny aspekt posiadania sensu (DPS-2,97; DOM-4,48; $p < 0,001$).
- Niższy wynik w Postawie zaangażowania (PN33), rozumianej jako aktywne i osobiste włączanie się w sprawy życia i rozwiązywanie problemów u osób starszych mieszkających w domu pomocy społecznej.
- Układ osobistych odniesień dla poczucia sensu życia:
 DPS:

utrzymanie dobrego zdrowia	— 50%
bycie człowiekiem	— 20%
rodzina	— 13,3%
chęć zakończenia życia	— 10%
wiara w Boga	— 6,7%

DOM:

- | | |
|----------------------------|---------|
| rodzina | — 46,7% |
| wiara w Boga | — 30% |
| utrzymanie dobrego zdrowia | — 10% |
| bycie człowiekiem | — 6,7% |
| niesienie pomocy innym | — 6,7% |
- Bezpośrednio deklarowana chęć zakończenia życia u osób starszych z grupy DPS, co nie pojawiło się w grupie DOM.
 - Przewaga osobistych odniesień dla poczucia sensu życia w grupie DPS z wymiaru fizycznego (60%).

Zakończenie

W Polsce, tak jak na całym świecie, z roku na rok wzrasta liczba osób starszych, powyżej sześćdziesiątego roku życia. Szczególnie dotyczy to krajów wysoko uprzemysłowionych i dynamicznie rozwijających się. Osoby w wieku poprodukcyjnym stanowią coraz większy odsetek ogółu osób, a społeczeństwa wysoko rozwinięte starzeją się. Prognozy przewidują, że proces ten będzie się pogłębiał i z roku na rok będzie przybywało coraz więcej osób starszych. W związku z zaistniałym stanem rzeczy problemy osób starszych i pomoc seniorom stają się coraz bardziej konieczne. Rozwój gerontologii, jako nauki o ludziach starych jest wyrazem nie tylko zainteresowania tym okresem człowieka, ale również nagłą potrzebą. Choć gerontologia jest dziedziną nauki stosunkowo młodą, to w jej nurcie podejmowanych jest coraz więcej rozważań teoretycznych i badań biologiczno-medycznych oraz społeczno-psychologicznych. Często jednak w badaniach tych zapomina się o wymiarze noetycznym ludzkiej egzystencji. Pełne rozumienie człowieka jest możliwe dopiero wówczas, gdy spojrzymy na człowieka, także starego jako na podmiot osobowy, zdolny do wielowymiarowego bycia i wielokierunkowego stawania się. Takie podejście do człowieka proponuje K. Popielski (1994) w swojej koncepcji Nooteorii, rozwijając myśl Logoteorii V.E. Frankla. Całościowe rozumienie człowieka postulowane przez Popielskiego uwzględnia wymiary: fizyczny, psychiczny i duchowy-noetyczny i osadza je w kontekście środowiska społecznego, kulturowego oraz przyrodniczo-ekologicznego. Koncepcja noetycznego wymiaru osobowości pozwala głębiej wnikać i rozumieć egzystencję człowieka. Takie podejście poszerza obszar poszukiwań badawczych i otwiera nowe perspektywy w kierunku doświadczeń egzystencjalnie znaczących, wolności, godności, odpowiedzialności, wartości oraz poczucia sensu życia.

Zagadnienie poczucia sensu życia jest aktualnym przedmiotem badań psychologicznych, szczególnie w jego antropologiczno-egzystencjalnym nurcie poszukiwań. W literaturze przedmiotu niewiele mówi się o poczuciu sensu życia w odniesieniu do osób starszych, a niewątpliwie jest to znaczące zagadnienie nie tylko z perspektywy czysto teoretycznej, ale również i przede wszystkim z uwagi na coraz częstszą pracę i pomoc psychologiczno-psychoterapeutyczną z osobami starszymi. Zwłaszcza chodzi tutaj o osoby starsze, którym jesień życia przyszło spędzać w domach spokojnej starości, domach opieki czy pomocy społecznej.

Dzięki badaniom empirycznym przeprowadzonym wśród osób starszych możliwe było zweryfikowanie postawionych na wstępie hipotez badawczych. I tak, **Hipoteza zo-**

stała potwierdzona. Można postawić tezę, że osoby starsze, mieszkające w domu pomocy społecznej różnią się od osób starszych mieszkających we własnych domach w zakresie poczucia sensu życia, a niższy poziom poczucia sensu charakteryzuje osoby mieszkające w domu pomocy.

Uzyskane w badaniach odpowiedzi są podstawą do wyprowadzenia wniosków praktycznych z nich płynących. Obok warstwy teoretyczno-poznawczej, uzyskane wyniki można odnieść do praktyki psychologicznej. Pracujący z osobami starszymi, szczególnie tymi przebywającymi w domach pomocy, mogą lepiej zrozumieć sytuację seniorów. Spojrzeć na nich głębiej i z innej perspektywy niż tylko medyczna, a dzięki temu lepiej wczuć się w ich sytuację. Znajomość indywidualnego doświadczenia, jakim jest poczucie sensu życia pozwoli na opracowanie pełniejszego programu pomocy psychologicznej. Może ułatwić również dobranie odpowiedniej pomocy dla indywidualnego człowieka. Znajomość problemu pozwoli psychologowi pracującemu z osobami starszymi wypracować indywidualne i adekwatne do sytuacji metody wsparcia. Implikacje przeprowadzonych badań dotyczą nie tylko pracy psychologicznej. Są również ważne dla personelu medycznego i osób na co dzień pracujących z osobami starszymi. W pracy z osobami starszymi należy uwzględnić wielowymiarowość bycia człowieka i oddziaływać nie tylko na wymiar cielesny, ale także na wymiar psychiczny i noetyczny.

Podsumowując uzyskane wyniki dotychczasowych badań, można wyrazić nadzieję, że staną się one podstawą do stawiania dalszych pytań i poszukiwania odpowiedzi w zakresie poczucia sensu życia u osób starszych. Przeprowadzone badania uwzględniają nową perspektywę w podejmowaniu zagadnień związanych ze starością człowieka. Można je traktować jako wstęp do dalszych poszukiwań, jak również w przyszłości poszerzyć je o takie zmienne jak wartościowanie, doświadczenia egzystencjalnie znaczące i powiązanie ich ze zmiennymi osobowościowymi. Ciekawym zagadnieniem byłoby również rozszerzenie badań na inne grupy osób starszych np. uczestników uniwersytetów trzeciego wieku czy seniorów-wolontariuszy. Nową perspektywę badawczą mogłyby stanowić również badania międzykulturowe osób starszych, czy badania wśród polonii. Niewątpliwie jest to obiecujący nurt poszukiwań empirycznych.

Bibliografia

- Adler, A. (1986). *Sens życia*. Warszawa: PWN.
- Bromley, D.B. (1969). *Psychologia starzenia się*. Warszawa: PWN.
- Brzeziński, J. (1997). *Metodologia badań psychologicznych*. Warszawa: PWN.
- Ferguson, G.A., Takane, Y. (1997). *Analiza statystyczna w psychologii i pedagogice*. Warszawa: PWN.
- Frankl, V.E. (1984). *Homo patiens*. Warszawa: Pax.
- Grochowska, A. (1993). Wybrane metody badania poczucia winy, poczucia kontroli, poczucia sensu życia, sympatii i empatii. [w:] Siek, S., *Wybrane metody badania osobowości*. Warszawa: ATK. s. 446 – 453.
- Jung, C.G. (1976). *Psychologia a religia*. Warszawa: Czytelnik.
- Juros, A. (1984). Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia. [w:] *Roczniki filozoficzne*. T. XXXII, z. 4, s. 97 – 109.
- Kielar-Turska, M. (2000). Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia. [w:] Strelau, J. (Red.). *Psychologia. Podręcznik akademicki*. t. 1. Gdańsk: GWP, s. 324 – 332.

- Konarska, J. (1994). *Poczucie sensu życia młodzieży z inwalidztwem wzroku*. Lublin: UMCS.
- Kratochvil, S. (1984). *Psychoterapia. Kierunki — metody — badania*. Warszawa: PWN.
- Krzymiński, S. (1993). Geriatria i psychogeriatria. Zagadnienia ogólne. [w:] Krzymiński, S. (red.) *Zaburzenia psychiczne wieku podeszłego*. Warszawa: PZWL, s. 9 – 33.
- Lukas, E. (1987). Empiryczna walidacja logoterapii. [w:] Popielski, K., *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, s. 207 – 236.
- Morciniec-Tomczak, J. (2002). Cele życiowe a ocena jakości życia osób starzejących się. [w:] Wnuk, W. (Red.). *Ludzie starsi w trzecim tysiącleciu. Szanse — nadzieje — perspektywy*. Wrocław: Alta, s. 75 – 80.
- Obuchowski, K. (1972). *Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa: PWN.
- Okła, W. (1996). Interakcyjne uwarunkowania poczucia sensu życia. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 419 – 421.
- Oleś, P. (1996). Problematyka doświadczenia sensu i wartości w okresie połowy życia. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 391 – 395.
- Pastuszka, J. (1981). *Starość człowieka. Rozważania psychologiczne*. Sandomierz.
- Plużek, Z. (1996). Osobowościowe uwarunkowanie pytania o sens życia. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 365 – 370.
- Popielski, K. (1987a). Sens i wartości życia jako kategorie antropologiczno-psychologiczne. [w:] Popielski, K., *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, s. 107 – 139.
- Popielski, K. (1987b). Testy egzystencjalne: Metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej. [w:] Popielski, K., *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, s. 237 – 271.
- Popielski, K. (1991). *Analiza poczucia sensu życia. Test Noo-Dynamiki*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1994). *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996a). Człowiek: Egzystencja podmiotowo-osobowa. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 25 – 47.
- Popielski, K. (1996b). Doświadczenie sensu i jego znaczenie dla egzystencji. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 55 – 60.
- Popielski, K. (2001). Podmiot osobowy jako kategoria antropologiczno-psychologiczna. [w:] Popielski, K. (Red.). *Podmiot — Osoba. W kierunku psychologii podmiotu osobowego*. II Sympozjum Polsko-Słowackie. Trnawa – Lublin: Trnavská univerzita. s. 11 – 18.
- Prężyna, W. (1996). Społeczno-religijne odniesienia dla poczucia sensu życia i psychoterapii. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 371 – 380.
- Puchalska, B. (1986). Starość jako faza rozwoju człowieka. [w:] Borsowa, I. (Red.). *Encyklopedia seniora*. Warszawa: Wiedza Powszechna, s. 57 – 69.
- Rosset, E. (1986). Miejsce człowieka starego w społeczeństwie. [w:] Borsowa, I. (Red.). *Encyklopedia seniora*. Warszawa: Wiedza Powszechna, s. 20 – 34.

- Straś-Romanowska, M. (2001). Późna dorosłość. Wiek starzenia się. [w:] Harwas-Napierała, B., Trempała, J. (Red). *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*. Warszawa: PWN, s. 263 – 292.
- Straś-Romanowska, M. (2002). Starzenie się jako kontekst rozwoju duchowego człowieka. [w:] Wnuk, W. (Red.). *Ludzie starsi w trzecim tysiącleciu. Szanse — nadzieje — perspektywy*. Wrocław: Alta, s. 27 – 34.
- Susulowska, M. (1989). *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: PWN.
- Tłokiński, J. (1997)). *Wypełnianie starości. Trening ku życiu*. Manchester – Gdańsk: A.E.L. Publishing house.
- Walesa, Cz. (1996). Rozwój wartości i sensu życia. [w:] Popielski, K. (Red). *Człowiek — Wartości — Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej*. Lublin: RW KUL, s. 417 – 418.