

DOROTA ZAWADZKA

Akademia Pedagogiki Specjalnej, Instytut Psychologii

MAGDALENA KORZYCKA

Instytut Matki i Dziecka

POCZUCIE SENSU ŻYCIA A SUBIEKTYWNA WITALNOŚĆ I STATUS SOCJOEKONOMICZNY GIMNAZJALISTÓW

Streszczenie: Poczucie sensu życia to niezwykle istotny wskaźnik zdrowia psychicznego, którego deficyt może prowadzić do wielu zaburzeń oraz braku motywacji do podejmowania trudów dnia codziennego. Subiektywna witalność została zdefiniowana jako subiektywne doświadczenie pełni energii i żywotności. Biorąc pod uwagę, że subiektywna witalność oraz status materialny rodziny są niezwykle ważnymi zmiennymi stosowanymi w badaniach dzieci i młodzieży szkolnej, postanowiono sprawdzić ich związek z poczuciem sensu życia młodzieży.

Badanie ankietowe zostało przeprowadzone w 2016 r. na terenie szkół w grupie 643 uczniów klas I oraz III gimnazjum w wieku 13–17 lat (358 chłopców i 285 dziewcząt).

Analizy wykazały, że płeć oraz poziom klasy gimnazjum nie różnicuje istotnie statystycznie średniego poziomu sensu ży-

cia. Ustalono natomiast, że chłopcy oraz uczniowie I klasy gimnazjum charakteryzowali się istotnie wyższym średnim poziomem witalności w porównaniu z dziewczętami oraz uczniami klas III. Dziewczęta oraz uczniowie III klasy gimnazjum istotnie częściej niż chłopcy i uczniowie młodszy oceniali własną rodzinę jako biedną. Wykazano istotne statystycznie różnice w średnim poziomie sensu życia między uczniami w zależności od ich poziomu witalności.

Analiza regresji logistycznej wykazała, że przeciętny poziom witalności blisko trzykrotnie [OR = 2,91], a wysoki poziom prawie ośmiokrotnie [OR = 7,71] zwiększały prawdopodobieństwo wysokiego poziomu sensu życia w porównaniu z uczniami o niskim poziomie witalności.

Słowa kluczowe: poczucie sensu życia, subiektywna witalność, status socjoekonomiczny.

WPROWADZENIE

Poczucie sensu życia

W literaturze można znaleźć różne sposoby definiowania pojęcia sensu życia. Na przykład Viktor Emil Frankl (1992) w książce *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, stwierdza, że należy poszukiwać konkretnego sensu życia. Każdy człowiek ma bowiem swoją misję, którą powinien wypełnić i w której ma szansę odnaleźć znaczenie dla swego ist-

nienia. Przywołana koncepcja skłania ku myśleniu, że człowiek w każdym momencie może czuć potrzebę podjęcia trudu, którym jest odnalezienie oraz wypełnienie swojego życia sensem. Poszukiwanie sensu życia można więc uznać za podstawową motywację w życiu człowieka (Frankl, 1992). Sens życia jako potrzeba może okazać się trudny do zrealizowania. Rozumiany jest jako połączenie skutków dążeń oraz wartości, które reprezentuje człowiek. Można postawić tezę, że człowiek pyta o sens, odnosząc się do wartości, którymi kieruje się w życiu (Popielski, 1996). Według Michaela F. Stegera i in. (2013) sens życia jest to stopień, w którym człowiek uzyskał zrozumienie siebie oraz otaczającego świata i potrafi osiągnąć cele, wyznaczone sobie na każdym etapie swojego życia.

Pojęcie sensu życia (*meaning in life*) jest w ostatnich latach jednym z często analizowanych konstruktów, szczególnie w psychoonkologii i opiece paliatywnej. Wyniki badań w tym zakresie wykazały, że poczucie sensu przyczynia się do osiągnięcia lepszej jakości życia pacjentów z chorobami przewlekłymi i terminalnymi (Albers, Echtdeld, de Vet, Onwuteaka-Philipsen, van der Linden, Deliens, 2010; Arnold, Ranchor, Sanderman, Kempen, Ormel, Suurmeijer, 2004; Fegg, Brandstatter, Kramer, Kogler, Haarmann-Doetkotte, Borasio, 2010; Vehling i in., 2011, 2012; Waldron, O'Boyle, 1999; Cohen, Mount, Tomas, 1996). W perspektywie klinicznej konstrukt ten został po raz pierwszy wprowadzony przez austriackiego psychiatrę i neurologa Viktora Frankla (1985), który zdefiniował go jako przejaw wartości opartych na kreatywności, doświadczeniu (np. natura, miłość) oraz stosunku (czyjaś postawa wobec cierpienia a problemy egzystencjalne). Według Frankla woła sensu jest najgłębszym z pragnień ludzkich. Uzupełnienie definicji poczucia sensu życia w ujęciu Frankla zaproponowali Gary T. Reker i Paul T.P. Wong (1988), wskazując na poznawcze, afektywne i behawioralne aspekty poczucia znaczenia określone jako wielowymiarowy konstrukt składający się z rozpoznania, spójności i celu w swym istnieniu, dążenia i osiągnięcia wartościowych dla człowieka zamierzeń i towarzyszące im poczucie spełnienia.

Cel w życiu stanowi ogromne źródło długotrwałej motywacji (Benson, 2006; Damon, Menon, Bronk, 2003; Damon, 2008). Kiedy młodzi ludzie identyfikują swój cel w życiu i włączają go w swoje doświadczenia szkolne czy akademickie, nabierają one znaczenia i osobistej sensowności, dzięki czemu wzrasta wysiłek i zaangażowanie wkładane w naukę. Posiadanie celu w życiu powoduje też, że wzrasta tzw. dobrostan eudajmonistyczny (Ryff, 1989), na który składa się sześć filarów: autonomia, poczucie posiadania celu w życiu, poczucie panowania nad otoczeniem, rozwój osobisty, pozytywne relacje z innymi ludźmi i samoakceptacja. Poczucie sensu jest też ważne z punktu widzenia dobrostanu (*well-being*) rozumianego jako pozytywne samoodczucie stanu fizycznego, psychicznego i społecznego, które może być najlepiej określone przez podmiot, a więc daną osobę odnoszącą się do własnego zdrowia (Hunt, McEwen, 1980; Małkowska-Szkutnik, Mazur, 2009; Wojciechowska, 2011). Można postawić tezę, że człowiek pyta o sens, odnosząc się do wartości, którymi kieruje się w życiu (Cömert, Özyeşil, Özgülük, 2016). Poczucie sensu życia to niezwykle istotny wskaźnik zdrowia psychicznego, którego deficyt może prowadzić do wielu zaburzeń oraz braku motywacji do podejmowania trudów dnia codziennego. W konsekwencji może spowodować dużą obojętność, prowadzącą do rezygnacji z życia, zarówno u osoby dorosłej, jak i młodzieży (Heisel, Flett, 2004; Kiang, Fuligni, 2010). Wielu autorów, zwłaszcza związanych z nurtem psychologii humanistycznej, sygnalizuje znaczenie poczucia sensu życia u nastolatków (Brassai, Piko, Steger, 2011; Ho, Cheung, Cheung, 2010).

Witalność

Termin „witalność” odnosi się do siły animacyjnej lub zasady życia (Ryan, Frederick, 1997). Stanowi pozytywny sens żywotności i energii wiążący się nie tylko z aktywnością, pobudzeniem lub nawet przechowywaniem rezerw kalorycznych. Dotyczy także specyficznych, psychologicznych doświadczeń wiążących się z entuzjazmem i energią (Ryan, Frederick, 1997). Subiektywna witalność została zdefiniowana i zmierzona przez Richarda M. Ryana i Christinę Frederick jako subiektywne doświadczenie pełni energii i żywotności. Konstruktor ten nosi różne nazwy w różnych kulturach (Bostic, Rubio, Hood, 2000). Taoistyczne kultury starożytnych Chin odnoszą się do *Chi* i *jing* jako poczucia bycia pełnym energii wewnętrznej (Liao, 1990). Starożytni Japończycy uważali *Ki* za energię i siłę mogącą zmobilizować zdrowie psychiczne i fizyczne (Ryan, Frederick, 1997). Douglas M. McNair, Maurice Lorr i Leo F. Doppelman (1971) w swoim narzędziu Profil Nastroju (POMS) używali podobnego terminu „wigor” w celu opisanego stanu pozytywnego nastroju.

Rozumiejąc witalność jako miernik pozytywnego nastawienia do życia, łatwo zauważyć zależność pomiędzy treningiem fizycznym, prowadzącym do uwolnienia hormonów regulujących stan psychiczny (np. endorfiny) a energią życiową (Ryan, Frederick, 1997).

Status socjoekonomiczny rodziny

Nierówności społeczne w zdrowiu są podstawowym elementem społecznych badań epidemiologicznych, a status socjoekonomiczny (SES) jest ściśle związany ze zdrowiem (Mazur, 2012). Znaczenie statusu socjoekonomicznego zostało omówione w wielu pracach i znaleziono potwierdzenie w wynikach badań, że zasoby materialne rodziny badane z zastosowaniem skali FAS (Family Affluence Scale) wiążą się zarówno z pozycją społeczno-gospodarczą (SEP), jak i różnymi wskaźnikami zdrowia (Boyce, Torsheim, Currie, Zambon, 2006; Torsheim i in., 2006; Bamonti, Lombardi, Duberstein, King, Van Orden, 2016).

Biorąc pod uwagę, że subiektywna witalność oraz status materialny rodziny są niezwykle ważnymi zmiennymi stosowanymi w badaniach dzieci i młodzieży szkolnej, postanowiono sprawdzić ich związek z poczuciem sensu życia młodzieży w wieku 13–17 lat.

CEL PRACY

Zbadanie poziomu sensu życia u uczniów gimnazjum oraz analiza związku między poczuciem sensu życia a poziomem witalności uczniów. Zadano następujące pytania badawcze:

1. Czy poziom poczucia sensu życia, poziom subiektywnej witalności oraz status socjoekonomiczny rodziny różnią się między płciami i wiekiem badanych osób?
Odpowiadając na to pytanie, sformułowano następującą hipotezę roboczą:
Chłopcy oraz uczniowie młodsi cechują się wyższym poczuciem sensu życia, witalności oraz oceniają wyżej swój status socjoekonomiczny.
2. Czy poziom subiektywnej witalności oraz status socjoekonomiczny rodziny są związane z poczuciem sensu życia nastolatków?

Udzielając odpowiedzi na zadane pytanie, sformułowano następującą hipotezę roboczą:

Poziom subiektywnej witalności oraz status socjoekonomiczny rodziny są związane z poczuciem sensu życia nastolatków.

METODA

Osoby badane i procedura

W pracy wykorzystano materiał pochodzący z badania ankietowego przeprowadzonego w 2016 roku w Zakładzie Zdrowia Dzieci i Młodzieży Instytutu Matki i Dziecka, realizowanego w ramach projektu pt.: „Ocena możliwości włączenia skali kompetencji zdrowotnych do międzynarodowych badań nad zachowaniami zdrowotnymi młodzieży szkolnej”. Na przeprowadzenie badania uzyskano zgodę Komisji Bioetycznej przy Instytucie Matki i Dziecka.

Badanie zostało przeprowadzone na terenie szkół w grupie 643 uczniów klas I oraz II gimnazjum w wieku 13–17 lat, w tym 358 chłopców i 285 dziewcząt. Dane zostały zebrane za pomocą anonimowej ankiety audytoryjnej wypełnianej przez uczniów, po uzyskaniu zgody dyrektora szkoły oraz rodziców uczniów.

Narzędzia

Na potrzeby tej pracy analizowano pytania dotyczące:

1. Poczucia sensu życia badanego przy użyciu Testu Sensu Życia – Purpose in Life Test (PIL) autorstwa Jamesa C. Crumbaugh i Leonarda T. Maholicka (1964). W badaniu zastosowano skróconą, jednoczynnikową wersję, składającą się z czterech stwierdzeń ocenianych na skali 7-stopniowej i odnoszących się bezpośrednio do posiadania celu oraz odnajdywania sensu i roli w życiu, zaproponowaną Stefana E. Schulenberga, C. Veronicę Smith, Christophera F. Drescher i Erin M. Buchanan (2016). Do tej wersji skali nie zostały włączone m.in. twierdzenia dotyczące śmierci, samobójstwa, odpowiedzialności za podjęte działania, a także kwestia oceny siebie. Odpowiedzi zostały wykorzystane do opracowania indeksu sumarycznego przyjmującego zakres od 0 do 24 punktów. Im wyższy wynik uzyskany na skali, tym wyższym poziomem poczucia sensu życia charakteryzowała się badana młodzież. W przytaczanych badaniach wykazano wysoką rzetelność skali (współczynnik alfa-Cronbacha = 0,841) i jej homogeniczność (jeden czynnik wyjaśnia 68% całkowitej zmienności, korelacja pytań ze skalą ogólną wynosiła od 0,804 do 0,840). Na potrzeby analiz zastosowano dychotomiczną wartość zmiennej, przyjmując jako wysoki poziom poczucia sensu życia wynik od 20 punktów. Na zastosowaną w badaniu wersję skali składają się następujące stwierdzenia:
 - *W życiu: nie mam żadnych celów ani do niczego nie dążę (1) – mam bardzo wyraźne cele i dążenia (7)*
 - *Moje istnienie jest: zupełnie bezcelowe (1) – celowe i sensowne (7)*
 - *W dążeniu do celów życiowych: nigdy nie miałem powodzenia (1) – udało mi się zaspokajać moje potrzeby (7)*
 - *Doszedłem do wniosku, że: brak mi celu (1) – mam wyraźne cele dające pełne zadowolenie (7).*

2. Witalności, badanej przy użyciu skali, na którą składały się trzy stwierdzenia: *Je- stem pełen energii; Czekam z niecierpliwością na każdy nowy dzień; Prawie zawsze czuję się gotowy do działania*. Przytoczone stwierdzenia pochodzą z kwestionariu- sza Ryana i Frederick (1997). Uczniowie oceniali na skali 5-stopniowej, na ile zga- dzają się z każdym ze stwierdzeń: *całkowicie nie zgadzam się* (0), *nie zgadzam się* (1), *trudno powiedzieć* (2), *zgadzam się* (3), *całkowicie się zgadzam* (4). Indeks su- maryczny skali wynosi 0–12 punktów i został podzielony na trzy przedziały: ni- ska (0–6 p.), przeciętna (7–9 p.) i wysoka witalność (10–12 p.). Analiza psychome- tryczna wykazała wysoką rzetelność skali (współczynnik alfa-Cronbacha = 0,701) i jej homogeniczność (jeden czynnik wyjaśnia 63% całkowitej zmienności, ładun- ki czynnikowe wynoszą od 0,766 do 0,812).
3. Subiektywną ocenę zamożności rodziny, dokonaną przez młodzież, badaną przy użyciu wskaźnika PFW (*Perceived Family Wealth*). Pytanie stanowiące wskaźnik PFW został zaczerpnięty z badań HBSC (Mazur, Woynarowska, Kołoto, 2007). Ankieta dla uczniów zawierała pytanie: *Jak sądzisz, czy Twoja rodzina jest bogata, tzn. dobrze jej się powodzi?* z następującymi kategoriami odpowiedzi: *bardzo boga- ta, raczej bogata, przeciętna, raczej biedna, biedna*. W opracowaniu po połączeniu dwóch skrajnych kategorii odpowiedzi, analizowano trzy kategorie: *biedna, prze- ciętna, bogata*.

Analizy statystyczne

W pierwszej części pracy przedstawiono wyniki analiz dotyczących średniego poziomu sensu życia, poziomu witalności młodzieży oraz subiektywnej oceny zamożności rodziny. Do zbadania różnic w poziomie poczucia sensu życia i poziomu subiektywnej witalności oraz subiektywnej oceny zamożności rodziny u uczniów w zależności od płci i rodzaju klasy zastosowano dwuczynnikową analizę wariancji (ANOVA) oraz tabele krzyżowe.

W celu określenia związku poziomu sensu życia z wybranymi zmiennymi osza- cowano wielowymiarowy model regresji liniowej oraz logistycznej, dzieląc umownie zmienną dotyczącą poczucia sensu życia na dwie kategorie: *wysoki poziom poczucia sen- su życia* (od 20 punktów) oraz *brak wysokiego poczucia sensu życia* (poniżej 20 punk- tów). Do modelu regresji włączono również płeć oraz klasę (od I do III) gimnazjum jako zmienne kontrolowane. We wszystkich analizach za poziom istotności przyjęto $p < 0,05$. Do analiz statystycznych zastosowano program SPSS v. 17.

WYNIKI

Poczucie sensu życia, poziom witalności oraz poziom subiektywnej zamożności według płci i poziomu edukacji

Przeprowadzono dwuczynnikową analizę wariancji poziomu poczucia sensu ży- cia w schemacie międzygrupowym 2x2. Czynnikiem były płeć (chłopcy, dziew- częta) oraz rodzaj klasy (I i III klasa). Nie zaobserwowano żadnego efektu główne- go: $F(1,626) = 0,855$ (efekt główny płci); $F(1,626) = 1,791$, $p = 0,181$ (efekt główny rodzaju klasy) (tab. 1). Nie stwierdzono również istotnego efektu interakcyjnego: $F(1, 626) = 0,305$, $p = 0,581$.

Wykonano także dwuczynnikową analizę wariancji drugiej zmiennej – poziomu witalności w schemacie grupowym 2x2. Zaobserwowano efekt główny płci: $F(1,636) = 15,552$, $p \leq 0,001$; oraz rodzaju klasy: $F(1,634) = 6,588$, $p = 0,010$. Chłopcy oraz uczniowie klasy I mieli istotnie wyższy średni poziom witalności niż dziewczęta i uczniowie klasy III. Nie stwierdzono istotności odnośnie do efektu interakcyjnego.

TABELA 1. Średnie i odchylenia standardowe poziomu poczucia sensu życia i poziomu witalności według płci i rodzaju klasy

Poziom poczucia sensu życia				Poziom witalności		
	<i>N</i>	Średnia	Odchylenie standardowe (<i>SD</i>)	<i>N</i>	Średnia	Odchylenie standardowe (<i>SD</i>)
Dziewczęta						
I klasa	154	17,23	5,26	157	7,48	2,36
III klasa	128	16,45	4,59	126	6,68	2,43
Chłopcy						
I klasa	173	17,38	4,95	178	7,89	2,14
III klasa	175	17,06	5,57	177	7,74	2,38
Ogółem						
I klasa	327	17,31	5,09	335	7,70	2,26
III klasa	303	16,80	5,18	303	7,30	2,46

Zmienną, która również była różnicowana istotnie statystycznie zarówno przez płeć, jak i klasę gimnazjum, jest subiektywna ocena zamożności rodziny. Dziewczęta oraz uczniowie III klasy gimnazjum istotnie częściej niż chłopcy i uczniowie młodsi oceniali własną rodzinę jako biedną. Prawie połowa chłopców była zdania, że wychowuje się w rodzinie bogatej, podczas gdy w grupie dziewcząt zdanie to podzielała tylko jedna czwarta uczennic (tab. 2).

TABELA 2. Poziom subiektywnej zamożności według płci i klasy

	Subiektywna ocena zamożności rodziny					
	Chłopcy <i>Boys</i> <i>N</i> = 358	Dziewczęta <i>Girls</i> <i>N</i> = 285	<i>p</i>	I klasa <i>Istgrade</i> <i>N</i> = 335	III klasa <i>IIIrd grade</i> <i>N</i> = 308	<i>p</i>
Subiektywna ocena zamożności rodziny						
Bogata	42,8	24,8	< 0,001	34,5	35,2	0,040
Przeciętna	53,5	70,9		63,4	58,9	
Biedna	3,7	4,3		2,1	5,9	

Analiza wielowymiarowa dotycząca związku poziomu poczucia sensu życia wśród uczniów gimnazjum z wybranymi zmiennymi

Oszacowano wielowymiarowy model regresji liniowej, włączając do niego płeć oraz rodzaj klasy gimnazjum (jako zmienne zero-jedynkowe), a także zmienną opisującą poziom witalności jako zmienną ciągłą. Na podstawie współczynników regresji stwierdzono, że poziom witalności, nawet po skorygowaniu na wpływ płci i rodzaju klasy, jest istotnie pozytywnie związany z poziomem sensu życia ($\beta = 0,421$; $p < 0,001$) (tab. 3). Zaproponowany model okazał się dobrze dopasowany do danych: $F(3,622) = 44,329$; $p < 0,001$.

TABELA 3. Wpływ poziomu witalności na poziom poczucia sensu życia – wyniki regresji liniowej skorygowanej na płeć i wiek

Zmienne niezależne wg kolejności wprowadzania do modelu	Typ zmiennej	Współczynniki			<i>t</i>	<i>p</i>
		niestandaryzowane		standaryzowane		
		<i>B</i>	Błąd standardowy	Beta		
Płeć	1 – chłopiec 0 – dziewczyna	-0,300	0,38	-0,029	-0,79	0,432
Rodzaj klasy	1 – klasa I 0 – klasa III	1,68	0,37	0,016	0,45	0,655
Poziom witalności	ciągła	0,92	0,08	0,421	11,40	0,000

Oszacowano również model regresji logistycznej, w którym kategoriami odniesienia były: niski poziom witalności; III klasa gimnazjum i płeć – dziewczęta. Analizy wykazały, że wysoki oraz przeciętny poziom witalności są związane z wysokim poziomem sensu życia (tab. 4). Stwierdzono, że przeciętny poziom witalności blisko trzykrotnie [OR = 2,91], a wysoki poziom prawie ośmiokrotnie [OR = 7,71] zwiększały prawdopodobieństwo wysokiego poziomu sensu życia, w porównaniu z uczniami o niskim poziomie witalności.

Do analiz wielowymiarowych nie włączono subiektywnej oceny sytuacji materialnej rodziny, ze względu na brak korelacji między tą zmienną a zmienną zależną – poziomem poczucia sensu życia ($r = -0,091$; $p = 0,022$).

TABELA 4. Wyniki wielowymiarowej regresji logistycznej do oceny prawdopodobieństwa wysokiego poziomu sensu życia wśród uczniów gimnazjum

Zmienne objaśniające		Kategoria odniesienia	<i>p</i>	OR	95% CI (OR)
Poziom witalności	Przeciętny	Niski poziom	< 0,001	2,91	1,888–4,497
	Wysoki		< 0,001	7,71	4,607–12,929
Płeć	Chłopcy	Dziewczęta	0,985	1,00	0,706–1,425
Klasa gimnazjum	III klasa	I klasa	0,281	0,83	0,585–1,168

Dyskusja

W niniejszej analizie posłużono się wynikami badania ankietowego przeprowadzonego w grupie 643 uczniów klas I oraz III gimnazjum w wieku 13–17 lat. Celem było zbadanie poziomu sensu życia u uczniów gimnazjum oraz analiza związku między poczuciem sensu życia a poziomem witalności uczniów i statusem socjoekonomicznym ich rodzin. Zadano dwa pytania badawcze. Odpowiadając na pierwsze z nich, odnoszące się do różnic w poziomie poczucia sensu życia, wykazano, że płeć oraz poziom klasy nie różnicują tej zmiennej. Zatem hipoteza sformułowana przez autorów nie została potwierdzona. Wyniki te nie przystają do wcześniej przeprowadzonych przez autorów badań obejmujących znacznie większą próbę młodzieży. W świetle tych poprzednich badań stwierdzono, że chłopcy w porównaniu z dziewczętami oraz uczniowie młodsi w porównaniu z uczniami starszymi istotnie częściej cechowali się wyższym poziomem poczucia sensu życia (Zawadzka, Mazur, Oblacińska, 2015).

Neerpal Rathi i Renu Rastogi (2007) uzyskali w swych analizach również inne wyniki. W przeprowadzonym przez nich badaniu młodzieży w klasach 9 i 12, ustalili, że nastoletnie dziewczęta wykazały wyższe poczucie sensu życia niż chłopcy. Różnice w uzyskanych wynikach wynikać mogą z faktu, że autorzy zastosowali inne narzędzie badawcze – 57-itemowy, 7-czynnikowy *Personal Meaning Profile* (PMP) autorstwa Wonga (1993, 1998). W przytoczonym badaniu wzięła także udział nieporównywalnie mniejsza próba nastolatków – 104 osoby. Nie bez znaczenia mogą tu także pozostawać różnice kulturowe. W Indiach dziewczęta bywają ofiarami selekcji oraz często muszą walczyć o najbardziej fundamentalne ludzkie prawa, co może prowadzić do uznawania egzystencji oraz każdego z jej przejawów za ogromną wartość, co również ma przełożenie na poczucie sensu życia.

Stwierdzono natomiast, że płeć oraz klasa gimnazjum istotnie różnicują średni poziom witalności uczniów. Chłopcy oraz uczniowie I klasy gimnazjum charakteryzowali się istotnie wyższym średnim poziomem witalności w porównaniu z dziewczętami oraz uczniami klas III. Analizując tę zmienną po skategoryzowaniu, odnotowano różnice w poziomie witalności w zależności od płci, przy czym chłopcy istotnie częściej deklarowali wysoki poziom witalności niż dziewczęta. W pracy dotyczącej zdrowia subiektywnego oraz zadowolenia z życia jako determinantów subiektywnej witalności uzyskano podobne wyniki (Zawadzka, Stalmach, Tabak, 2016). Chłopcy w porównaniu z dziewczętami oraz uczniowie młodsi w porównaniu ze starszymi wykazywali się wyższym poziomem subiektywnej witalności, która jest odbierana jako siła animacyjna i energia życiowa, pobudzająca do działania i ukierunkowana na osiągnięcie celu. Podobnie w innej pracy autorów odnotowano wyższy poziom subiektywnej witalności u chłopców niż u dziewcząt oraz u uczniów młodszych w porównaniu ze starszymi (Zawadzka i in., 2015).

Druga analizowana zmienna, która również była różnicowana istotnie statystycznie, zarówno przez płeć, jak i klasę gimnazjum, to status socjoekonomiczny rodziny. Dziewczęta oraz uczniowie III klasy gimnazjum istotnie częściej niż chłopcy i uczniowie młodsi oceniali własną rodzinę jako biedną. Prawie połowa chłopców oceniła, że wychowuje się w rodzinie bogatej, podczas gdy wśród dziewcząt uważała tak co czwarta uczennica. Według analiz Mazur i in. (2009) w rodzinach najbogatszych wśród młodzieży od 11. do 16. r.ż. występowały małe różnice zależne od wieku, wobec znacznych różnic w rodzinach skrajnie ubogich. Nie znaleziono prac,

w których zamieszczono porównania dotyczące płci. Uzyskane wyniki można tłumaczyć większymi oczekiwaniami dziewcząt oraz porównaniami z rodzinami lepiej sytuowanych koleżanek oraz większą refleksyjnością wśród uczniów starszych niż młodszych.

Drugie pytanie badawcze odnosiło się do związku subiektywnej witalności oraz statusu socjoekonomicznego rodziny z poczuciem sensu życia. Stwierdzono, że wysoki oraz przeciętny poziom witalności są związane z wysokim poziomem sensu życia. Należy podkreślić, że ta zależność może przyjmować charakter dwukierunkowy. Wskazuje to na fakt, że druga potwierdzona hipoteza została potwierdzona. Witalność może być rozpatrywana jako tzw. siła życiowa, energia oraz entuzjizm i zadowolenie z życia, które wpływają na ogólne poczucie dobrostanu psychicznego i fizycznego, tym samym przyczyniając się do zwiększenia poczucia sensowności podejmowanych działań. Według Ryana i Frederick (1997) witalność to energia, która jest rozumiana jako wypływająca z człowieka, czyli pochodząca ze źródła wewnętrznego. Autorzy zauważyli, że badane osoby różniły się swoim doświadczeniem witalności w zależności od czynników fizycznych, takich jak choroby i zmęczenie oraz czynników psychologicznych, takich jak m. in.: poczucie sensu życia, misji i własnej skuteczności. Subiektywne odczucie żywotności i witalności potencjalnie stanowi istotny wskaźnik dobrego samopoczucia. Subiektywna witalność jest również związana z motywacją i zmniejszaniem masy ciała u chorych leczonych z powodu otyłości (Ryan, Frederick, 1997).

W poprzednim badaniu autorzy wykazali, że młodzież cechująca się niższym zadowoleniem z życia charakteryzuje się również niższym poczuciem sensu życia. Stwierdzono istotne statystycznie różnice w średnim poziomie poczucia sensu życia między uczniami w zależności od ich zadowolenia z życia i częstości odczuwania dolegliwości fizycznych oraz statusu ekonomicznego rodziny. Uczniowie zadowoleni ze swojego życia, rzadko odczuwający dolegliwości fizyczne oraz pochodzący z rodzin zamożnych, charakteryzowali się istotnie wyższym średnim poziomem sensu życia niż uczniowie, którzy byli niezadowoleni ze swojego życia, przeciętnie i często odczuwali dolegliwości oraz pochodzili z rodzin o najwyżej przeciętnym poziomie zamożności (Zawadzka, Stalmach, Oblacińska, Tabak, 2017; Mazur, 2015).

Choć podobnych analiz dotyczących młodzieży szkolnej wśród innych autorów nie znaleziono, należy zwrócić uwagę, że doniesienia z badań HBSC przeprowadzonych w roku szkolnym 2013/2014 (Zawadzka, 2015) wykazały, że zamożność rodziny wpływa na zadowolenie z życia nastolatków. Porównując rodziny najbiedniejsze i najbardziej majątne, autorzy stwierdzili wpływ zamożności we wszystkich analizowanych podgrupach wyróżnionych ze względu na płeć i wiek. Wyniki dostępnego badania sugerują, że większe zadowolenie z życia wiąże się z wyższym poziomem uważności i bardziej pozytywną podstawową samooceną (Tan, Yang, Ma, Yu, 2016). Uważność, jako szczególny rodzaj uwagi – świadomej, nieosądzającej i skierowanej na bieżącą chwilę, może tu zostać powiązana z poczuciem sensu życia, a pozytywna podstawowa samoocena wśród młodzieży często jest związana z zamożnością rodziny (Kabat-Zinn, 2003).

Ograniczeniami tego badania są niewątpliwie użyte skrócone skale narzędzi badawczych, jednak wieloletnia praktyka badań na zachowaniach zdrowotnymi dziećmi i młodzieżą w Polsce pokazuje, że użycie pełnych skal często skutkuje znużeniem oraz spadkiem zainteresowania, aby wypełnić do końca kwestionariusz. Użycie krótkich narzędzi sfokusowanych na poznanie odpowiedzi na najważniej-

sze pytania daje pożądane rezultaty. Drugie ograniczenie wiąże się z wiekiem badanej młodzieży. Różnica wieku nie jest zbyt duża, aby w satysfakcjonujący sposób wykazać różnice między badanymi wymiarami. Szerszy przedział wiekowy, np. od 11.–12. roku życia do ok. 19. roku (czasu ukończenia szkoły średniej) mógłby zobrazować większe zróżnicowanie ze względu na poziom edukacji. Dalsze badania poczucia sensu życia młodzieży szkolnej oraz poszukiwanie jego determinantów może pomóc w ustaleniu najistotniejszych predyktorów tego niezwykle ważnego konstruktów, stanowiącego czynnik chroniący oraz odnoszący się do zdrowia psychicznego (Cohen, Cairns, 2012; Halama, Dědová, 2007; Pan, Wong, Joubert, Chan, 2008). Implikacjami praktycznymi wynikającymi z poczynionych analiz może być wdrażanie programów kładących nacisk na eksponowanie wartości uniwersalnych i niematerialnych, do których młodzież mogłaby się odwoływać oraz zaproponowanie w szkołach zajęć lifecoachingu. Takie zajęcia byłyby pomocne w sprecyzowaniu celów życiowych młodzieży oraz w wyznaczeniu ścieżki rozwoju prowadzącej do ich osiągnięcia.

BIBLIOGRAFIA

- Albers, G., Echteid, M.A., Vet de H.C., Onwuteaka-Philipsen, B.D., van der Linden, M.H., Deliens, L. (2010). Evaluation of quality-of-life measures for use in palliative care: a systematic review. *Palliative Medicine*, 24(1), 17–37.
- Arnold, R., Ranchor, A., Sanderman, R., Kempen, G., Ormel, J., Suurmeijer, T. (2004). The relative contribution of domains of quality of life to overall quality of life for different chronic diseases. *Quality of Life Research*, 13(5), 883–896.
- Bamonti, P., Lombardi, S., Duberstein, P.R., King, D.A., Van Orden, K.A. (2016). Spirituality attenuates the association between depression symptom severity and meaning in life. *Aging & Mental Health*, 20(5), 494–499.
- Benson, P.L. (2006). *All Kids Are Our Kids: What Communities Must Do To Raise Caring and Responsible Children and Adolescents*. San Francisco: Jossey Bass.
- Bostic, T.J., Rubio, D.M., Hood, M. (2000). A validation of the subjective vitality scale using structural equation modeling. *Social Indicators Research*, 52(3), 313–324, <http://dx.doi.org/10.1023/A:1007136110218>.
- Boyce, W., Torsheim, T., Currie, C., Zambon, A. (2006). The Family Affluence Scale as a measure of national wealth: Validation of an adolescent self-report measure. *Social Indicators Research*, 78(3), 473–487.
- Brassai, L., Piko, B.F., Steger, M.F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International journal of behavioral medicine*, 18(1), 44–51.
- Cohen, K., Cairns, D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective wellbeing? Confirmation and possible moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13, 313–331.
- Cohen, S.R., Mount, B.M., Tomas, J.J. (1996). Existential well-being is an important determinant of quality of life. *Evidence from the McGill Quality of Life Questionnaire. Cancer*, 77(3), 576–586.
- Cömert, I.T., Özdeşil, Z.A., Özgülük, S.B. (2016). Satisfaction with life, meaning in life, sad childhood experiences, and psychological symptoms among Turkish students. *Psychological Reports*, 118(1), 236–250.
- Crumbaugh, J.C., Maholick, L.T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200–207.
- Damon, W. (2008). *The Path to Purpose: Helping Children Find Their Calling in Life*. New York: Free Press.

- Damon, W., Menon, J., Bronk, K.C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119–128.
- Fegg, M.J., Brandstatter, M., Kramer, M., Kogler, M., Haarmann-Doetkotte, S., Borasio, G.D. (2010). Meaning in life in palliative care patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 40(4), 502–509.
- Frankl, V. (1985). *Psychotherapy and Existentialism. Selected Papers on Logotherapy*. Washington: First Washington Square Press mass market printing.
- Frankl, V. (1992). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston: Beacon Press.
- Halama, P., Dědová, M. (2007). Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: Do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studia Psychologica*, 49, 191–200.
- Heisel, M.J., Flett, G.L. (2004). Purpose in life, satisfaction with life, and suicide ideation in a clinical sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(2), 127–135.
- Ho, M.Y., Cheung, F.M., Cheung, S.F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 658–663.
- Hunt, S.M., McEwen, J. (1980). The development of a subjective health indicator. *Sociology of Health & Illness*, 2(3), 231–246.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156.
- Kiang, L., Fuligni, A.J. (2010). Meaning in life as a mediator of ethnic identity and adjustment among adolescents from Latin, Asian, and European American backgrounds. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(11), 1253–1264.
- Liao, W. (1990). *T'ai chi Classics*. Boston, MA: Shambhala Publications.
- Małkowska-Szcutnik, A., Mazur, J. (2009). Zdrowie i edukacja młodzieży polskiej w świetle badań międzynarodowych. *Studia BAS*, 2, 18.
- Mazur, J. (2012). Zdrowie subiektywne i zadowolenie z życia. W: J. Mazur (red.), *Status materialny rodziny i otoczenia a samopoczucie i styl życia młodzieży 15-letniej* (s. 27–42). Warszawa: Instytut Matki i Dziecka.
- Mazur, J. (2015). Dolegliwości subiektywne. W: J. Mazur (red.), *Zdrowie i zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej w Polsce na tle uwarunkowań socjodemograficznych* (s. 85–92). Warszawa: Instytut Matki i Dziecka.
- Mazur, J., Małkowska-Szcutnik, A., Oblacińska, A., Kołoto, H. (2009). *Drabina Cantrila w badaniach stanu zdrowia i nierówności w zdrowiu uczniów w wieku 11–18 lat. Problemy Higieny i Epidemiologii*, 90(3), 355–361.
- Mazur, J., Woynarowska, B., Kołoto, H. (2007). *Zdrowie subiektywne, styl życia i środowisko psychospołeczne młodzieży szkolnej w Polsce. Raport techniczny z badań HBSC 2006*. Instytut Matki i Dziecka, Warszawa.
- McNair, D., Lorr, M., Doppleman, L. (1971). *Profile of Mood States Manual*. San Diego: Educational and Industrial Testing Service.
- Pan, J.Y., Wong, D.F.K., Joubert, L., Chan, C.L.W. (2008). The protective function of meaning of life on life satisfaction among Chinese students in Australia and Hong Kong: A cross-cultural comparative study. *Journal of American College Health*, 57(2), 221–232.
- Popielski, K. (1996). Człowiek – wartości – sens. *Studia z psychologii egzystencji*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Rathi, N., Rastogi, R. (2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31–38.
- Reker, G.T., Wong, P.T.P. (1988). *Aging as an Individual Process: Toward a Theory of Personal Meaning. Emergent Theories of Aging*. New York: Springer Publishing Co.
- Ryan, R.M., Frederick, C. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65(3), 529–565.

- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Schulenberg, S.E., Smith, C.V., Drescher, C.F., Buchanan, E.M. (2016). Assessment of Meaning in Adolescents Receiving Clinical Services in Mississippi Following the Deepwater Horizon Oil Spill: An Application of the Purpose in Life Test-Short Form (PIL-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 72(12), 1279–1286.
- Steger, M.F., Shin, J.Y., Shim, Y., Fitch-Martin, A. (2013). Is meaning in life a flag ship indicator of well-being? W: A.S. Waterman (red.), *The Best with in Us: Positive Psychology Perspectives on Eudaimonia*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tan, J., Yang, W., Ma, H., Yu, Y. (2016). Adolescents' core self-evaluations as mediators of the effect of mindfulness on life satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 44(7), 1115–1122.
- Torsheim, T., Ravens-Sieberer, U., Hetland, J., Valimaa, R., Danielson, M., Overpeck, M. (2006). Cross-national variation of gender differences in adolescent subjective health in Europe and North America. *Social Science and Medicine*, 62(4), 815–827.
- Vehling, S., Lehmann, C., Oechsle, K., Bokemeyer, C., Krull, A., Koch, U., Mehnert, A. (2012). Is advanced cancer associated with demoralization and lower global meaning? The role of tumor stage and physical problems in explaining existential distress in cancer patients. *Psycho-Oncology*, 21(1), 54–63.
- Vehling, S., Lehmann, C., Oechsle, K., Bokemeyer, C., Krull, A., Koch, U., Mehnert, A. (2011). Global meaning and meaning-related life attitudes: exploring their role in predicting depression, anxiety, and demoralization in cancer patients. *Support Care Cancer*, 19(4), 513–520.
- Waldron, D., O'Boyle, C.A. (1999) *Individual quality of life in palliative care. Individual quality of life: Approaches to conceptualisation and assessment*. Amsterdam: Harwood Academic Publishers.
- Wojciechowska, L. (2011) Dobrostan psychiczny adolescenta w obliczu realizacji rozwojowych zadań społecznych. W: D. Borecka-Biernat (red.), *Zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży w kontekście trudnych sytuacji szkolnych i pozaszkolnych* (s. 13–40). Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Wong, P.T. (1993). Personal meaning profile. Unpublished questionnaire.
- Wong, P.T. (1998). *Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Zawadzka, D. (2015). Zadowolenie z życia. W: J. Mazur (red.), *Zdrowie i zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej w Polsce na tle uwarunkowań socjodemograficznych* (s. 100–105). Warszawa: Instytut Matki i Dziecka.
- Zawadzka, D., Mazur, J., Oblacińska, A. (2015). Samoocena sprawności fizycznej i witalności a aktywność fizyczna młodzieży szkolnej. *Problemy Higieny i Epidemiologii*, 96(1), 149–156.
- Zawadzka, D., Stalmach, M., Oblacińska, A., Tabak, I. (2017). Związek poczucia sensu życia z zadowoleniem z życia, występowaniem dolegliwości subiektywnych oraz statusem ekonomicznym rodziny w populacji uczniów gimnazjum. *Developmental Period Medicine*, XXI, 1.
- Zawadzka, D., Stalmach, M., Tabak, I. (2016). Zdrowie i zadowolenie z życia uczniów w wieku 13–17 lat jako determinanty subiektywnej witalności. *Pediatrya Polska*, 91(1), 14–19.

THE PERCEIVED MEANING OF LIFE AND THE SUBJECTIVE VITALITY AND SOCIO-ECONOMIC STATUS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Abstract: The meaning of life is an incredibly important indicator of psychological health, deficit of which may lead to numerous disorders and a lack of motivation to face everyday-life difficulties. A subjective vitality was defined as a subjective experience of the full energy and liveliness. Taking into account the fact that the subjective vitality and material status of a family are incredibly important variables looked at in the studies on school children and youth, we decided to check their relationship with the concept of the meaning of life among the youth.

The survey-based experiment was conducted in 2016 in the schools. There were 643 participants – students of the grades 1-3 of the secondary school (358 boys, and 285 girls).

The analysis showed that the gender and the grade of the students did not sig-

nificantly affect the perceived meaning of life. However, there was a significant difference in the vitality between boys and also the grade 1 students compared to the girls and the grade 3 students. Girls and the grade 3 students were more likely to describe their families as poor. There was a significant interaction between the average meaning of life and the level of vitality among the students. The regression analysis showed that an average level of the vitality increased the likelihood of a high meaning of life almost three fold [OR = 2,91], and a high level of the vitality of life increased the likelihood of a high meaning of life almost eight fold [OR = 7,71].

Keywords: meaning of life, subjective vitality, socio-economic status.