

WYDAWNICTWO UMCS

ANNALES
UNIVERSITATIS MARIAE CURIE-SKŁODOWSKA
LUBLIN – POLONIA

VOL. IX

SECTIO N

2024

ISSN: 2451-0491 • e-ISSN: 2543-9340 • CC-BY 4.0 • DOI: 10.17951/en.2024.9.439-453

Logoprofilaktyka a prewencja zachowań ryzykownych i uzależnień

Logoprophyllaxis vs. Prevention of Risk Behavior and Addiction

Roman Solecki

Uniwersytet Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Instytut Pedagogiki Specjalnej
ul. Romana Ingardena 4, 30-060 Kraków, Polska
roman.solecki@up.krakow.pl
<https://orcid.org/0000-0002-9424-0675>

Piotr Szczukiewicz

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach. Wydział Pedagogiki i Psychologii
ul. Krakowska 11, 25-029 Kielce, Polska
piotr.szczukiewicz@ujk.edu.pl
<https://orcid.org/0000-0001-6220-682X>

Abstract. The article aims to present a new concept of risk behavior and addiction prevention, which is logoprophyllaxis, as well as to show its place in the context of preventive activities. Logoprophyllaxis is derived from Viktor E. Frankl's concept of logotherapy. Its primary goal is to counteract existential crises resulting from a sense of lack of meaning in life, which in turn leads to such phenomena as addictions or risky behavior. The authors present sources, principles and strategies of logoprophyllaxis and the possibilities of their application to the phenomenon of social anomie.

Keywords: logoprophyllaxis; logotherapy; risk behaviors; addictions; social anomie; meaning of life

Abstrakt. Celem artykułu jest zaprezentowanie nowej koncepcji profilaktyki zachowań ryzykownych i uzależnień, jaką jest logoprofilaktyka, a także ukazanie jej miejsca w kontekście działań profilaktycznych. Logoprofilaktyka wywodzi się z koncepcji logoterapii Viktora E. Frankla. Jej podstawowym celem jest przeciwdziałanie kryzysom egzystencjalnym wynikającym z poczucia braku sensu życia, co z kolei prowadzi do takich problemów jak uzależnienia czy zachowania ryzykowne. Autorzy prezentują źródła, zasady i strategie logoprofilaktyczne oraz możliwości ich zastosowania wobec zjawiska anomii społecznej.

Słowa kluczowe: logoprofilaktyka; logoterapia; zachowania ryzykowne; uzależnienia; anomia społeczna; sens życia

WPROWADZENIE

Skala występowania różnorodnych uzależnień wciąż kieruje uwagę specjalistów nie tylko na doskonalenie programów terapii, lecz także w kierunku skutecznej profilaktyki. W wielu badaniach i artykułach naukowych poszukuje się odpowiedzi na pytanie o to, jakie są zasadnicze przesłanki używania substancji psychoaktywnych lub podejmowania zachowań ryzykownych. Coraz częściej do poważnych zachowań ryzykownych zalicza się niebezpieczne zachowania w internecie, w tym agresję i przemoc w sieci, pornografię czy zawieranie toksycznych znajomości. Raporty i doniesienia z badań oraz dane płynące od praktyków budują złożony obraz czynników ryzyka i czynników chroniących. Okazuje się przy tym, że wśród wielu czynników środowiskowych, kulturowych, biologicznych czy psychologicznych odpowiadających za wzrost zachowań ryzykownych i uzależnień coraz częściej wskazuje się na zjawiska związane z kryzysem relacji międzyludzkich, zwłaszcza w rodzinach, oraz na chaos aksjologiczny, który przejawia się osłabieniem regulacyjnych funkcji norm społecznych.

Rozwój specjalistycznej wiedzy o prawidłowościach rozwoju dzieci i młodzieży oraz o źródłach zachowań ryzykownych i czynnikach chroniących sprawia, że trudno dziś podtrzymywać tylko profilaktykę typu dziedzinowego (wycinkowego), ukierunkowaną na poszczególne problemy, jak np. nadmierne picie, dopalacze, agresja czy ryzykowne zachowania w sieci. Wiadomo bowiem, że czynniki zagrażające i chroniące są bardzo często wspólne dla wielu różnych typów zachowań problemowych (Grzelak, Czarnik, Balcerzak 2015). Mimo tej wiedzy wciąż mało jest działań opartych na założeniu, że rozmaite zachowania ryzykowne mają podobne źródła.

W niniejszym artykule koncentrujemy się na oddziaływaniach profilaktycznych prowadzonych w duchu profilaktyki integralnej, ukierunkowanych na źródła problemów zidentyfikowane w oparciu o koncepcję logoterapii Viktora E. Frankla. Takie działania profilaktyczne określane są mianem logoprofilaktyki,

czyli profilaktyki ukierunkowanej na kryzysy egzystencjalne, mającej na celu wspieranie ludzi w dążeniu do doświadczenia sensu i szczęścia, rozumianego jako wynik czynienia dobra i realizacji wartości ponadosobistych.

ŹRÓDŁA LOGOPROFILAKTYKI

Koncepcja logoprofilaktyki zrodziła się w środowisku profilaktyków Fundacji Wspomagającej Wychowanie „Archezja” oraz logoterapeutów Krakowskiego Instytutu Logoterapii zajmujących się popularyzacją myśli Frankla, wiedeńskiego psychiatry i neurologa, twórcy Trzeciej Wiedeńskiej Szkoły Psychoterapii (logoterapii). Zainspirowani logoterapią specjaliści szukali skutecznej odpowiedzi na problemy dzieci i młodzieży, a zwłaszcza trudną kondycję psychiczną młodych ludzi, ujawnianą w różnych raportach od początku pandemii COVID-19¹. Autorzy koncepcji logoprofilaktyki sięgnęli do poglądów i doświadczeń Frankla. Według logoterapii podstawowym źródłem zjawisk patologicznych, takich jak narkomania, alkoholizm, przestępczość młodocianych, depresje i zamachy samobójcze, są głęboka pustka życiowa i poczucie nudy. Brak istotnego sensu życia, a także brak wyższych ideałów i celów stanowią fundamentalne czynniki ryzyka. Frankl zauważył, że skoncentrowanie się głównie na konsumpcji i używaniu substancji psychoaktywnych szybko prowadzi do wyczerpania i przesytu życiowego. Utrata orientacji na sens i wartości, czyli na obszar Logosu, prowadzi do pojawienia się pustki egzystencjalnej i frustracji, co z kolei bezpośrednio przyczynia się do rozwoju różnych zaburzeń, w tym uzależnień. Szczególnie młodzi ludzie często sięgają po złudne substytuty szczęścia, takie jak substancje psychoaktywne, czynności uzależniające czy zachowania ryzykowne, gdy gubią podstawową orientację na sens i wartości, błędzą w życiu i nie potrafią zidentyfikować swojej życiowej misji (zob. Krakowski Instytut Logoterapii 2024).

Pierwsze potwierdzone działania profilaktyczne o charakterze logoprofilaktyki prowadził Frankl jako młody lekarz na przełomie lat 20. i 30. XX wieku, obserwując wzrost prób samobójczych wśród wiedeńskiej młodzieży. Organizował

¹ Termin „logoprofilaktyka” został użyty po raz pierwszy przez Tomasza Gubałę (prezesa Fundacji Wspomagającej Wychowanie „Archezja”) w celu nazwania nurtu profilaktycznego opartego o założenia analizy egzystencjalnej i logoterapii Frankla. Inspiracją do wprowadzenia terminu była rozmowa z dr. Romanem Soleckim (dyrektorem Krakowskiego Instytutu Logoterapii) na temat wyników badań dotyczących kondycji psychicznej młodzieży podczas pandemii COVID-19 w 2021 roku oraz naglącej potrzeby odpowiedzi na kryzys egzystencjalny młodzieży i dorosłych. Podczas rozmowy pojawiło się również pojęcie pedagogiki sensu na określenie nurtu w pedagogice, gdzie wychowanie do poczucia sensu życia staje się fundamentem pracy profilaktyczno-wychowawczej. Pierwszy program logoprofilaktyczny opracowali Tomasz Gubała, Karolina Gubała i Magdalena Słowik z Fundacji „Archezja”.

punkty poradnictwa młodzieżowego i specjalne akcje przy rozdawaniu świadectw szkolnych, które doprowadziły do spadku liczby samobójstw (Frankl 2023). Podobne działania prewencyjne – o charakterze psychoedukacyjnym – prowadził dla dorosłych już od 1927 roku w ramach wiedeńskiego uniwersytetu ludowego jako kurs higieny psychicznej. W późniejszych latach rozwijał ideę logoterapii jako odpowiedzi na frustrację egzystencjalną, czyli frustrację dążenia do sensu. Główne problemy życia psychicznego rozumiał jako nieudane sposoby poradzenia sobie z pustką egzystencjalną. W tym kontekście wyróżnił trzy główne problemy: agresję, depresję i uzależnienia (Frankl 2019). Dlatego profilaktyka uzależnień i zachowań ryzykownych, która będzie koncentrować się na problemie poszukiwania sensu i tworzenia warunków do odpowiedniego wypełnienia pustki egzystencjalnej, będzie jednocześnie profilaktyką innych problemów związanych z deficytami sensu – będzie logoprofilaktyką.

Twórcy koncepcji logoprofilaktyki starają się, aby działania logoprofilaktyczne należały do nurtu opartego na wiedzy naukowej, tzw. *science based prevention* (Hawkins, Catalano, Arthur, za: Ostaszewski 2019). Dlatego drugim źródłem logoprofilaktyki są analizy oparte o badania empiryczne i działania profilaktyczne dotyczące zjawisk i problemów występujących wśród młodzieży, które były prowadzone przez Krakowski Instytut Logoterapii oraz Fundację „Archezja”. Badania obejmowały m.in. brak poczucia sensu życia, występowanie objawów depresji, ryzyka uzależnień, relacji w rodzinie, wartości oraz post-traumatycznego wzrostu (PTG). Na przykład w badaniu Romana Soleckiego i Piotra Hrecińskiego (2022) wzięło udział 509 uczniów ze szkół podstawowych z województwa małopolskiego w wieku 11–16 lat. Wniosek z analiz statystycznych i korelacji był następujący – im bardziej wspierające relacje rodzinne, tym większe poczucie sensu życia, a w konsekwencji mniejsza depresyjność i uzależnienie od internetu (objawy uzależnienia od internetu występowały u 18% badanej populacji). Badanie powtórzono parę miesięcy później na ogólnopolskiej próbie 619 uczniów. Objawy uzależnienia od internetu plasowały się na poziomie 16%. Odkryto również zależność pomiędzy poczuciem sensu życia a mniejszą depresyjnością i objawami uzależnienia od internetu. Innym przykładem jest realizacja przez Fundację „Archezja” małopolskiego programu logoprofilaktycznego „Żyj z sensem”, w ramach którego przeprowadzono szeroko zakrojone badania dotyczące kondycji psychicznej młodzieży szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz zorganizowano razem z Krakowskim Instytutem Logoterapii I Ogólnopolską Konferencję „Żyj z sensem – logoterapia jako odpowiedź na kryzys egzystencjalny człowieka”. Wyniki badań grupy ponad 3,5 tys. uczniów z Małopolski (ze 140 szkół) pokazały skalę objawów depresji, uzależnienia od internetu i zachowań autodestrukcyjnych. Największe wskaźniki uzależnienia od

internetu występowały wśród dziewcząt klas VIII szkoły podstawowej (18,5%) oraz wśród dziewcząt klas IV szkoły ponadpodstawowej (21,7%; zob. Projekt 2022). W świetle analizy badań poczucie sensu życia staje się jednym z silniejszych czynników chroniących w profilaktyce zachowań ryzykownych, zwłaszcza w obszarze depresji i uzależnień młodych ludzi.

ZASADY I ZAŁOŻENIA LOGOPROFILAKTYKI

Czerpiąc z logoterapii oraz analiz prowadzonych badań i działań profilaktycznych, można określić logoprofilaktykę jako koncepcję, która może stać się podstawą realizowania programów profilaktyczno-wychowawczych w czasach kryzysu (jak np. rzeczywistość postpandemiczna, wojna), gdy pojawiają się zagrożenia dla ustalonych form realizowania sensu i życiowych wartości. Dla logoprofilaktyki brak sensu i pustka egzystencjalna stanowią istotny czynnik ryzyka, prowadzący do zachowań ryzykownych oraz różnych problemów życia psychicznego, zwłaszcza zachowań nałogowych, destrukcyjnych (np. agresji i tendencji samobójczych) czy depresyjnych zaburzeń nastroju. W ramach logoprofilaktyki stosuje się podejście salutogenetyczne, czyli wzmacnianie potencjału dziecka i rodziców, pracę z celami i wartościami (przejście od deklarowanych do realizowanych), wzmacnianie zdolności rodziców i nauczycieli do właściwego rozpoznawania problemów oraz wzmacnianie zdolności do autorefleksji i ekspresji u dzieci i młodzieży, szczególnie pragnień, potrzeb i przekonań w wymiarze egzystencjalnym (Solecki 2022).

Logoprofilaktyka odwołuje się do koncepcji analizy egzystencjalnej i logoterapii Frankla², dlatego opiera się o wielowymiarową, integralną i personalistyczną wizję człowieka i przeciwstawia się różnym redukcjonizmom obecnym w naukach o człowieku (np. fizjologizmowi, socjologizmowi, psychologizmowi, nihilizmowi). W centrum myślenia logoterapeutycznego jest osoba ludzka rozumiana jako niepodzielny podmiot, który ma charakter duchowy, w przeciwieństwie do organizmu psychofizycznego. Osoba potrzebuje organizmu, aby działać i mieć możliwość ekspresji. Osoba ludzka nie jest zdeterminowana przez popędy, lecz ukierunkowana na sens, posiada niezbywalną godność, a przy tym może siebie zrozumieć tylko z poziomu transcendencji, czyli przez odwołanie do wymiaru

² Frankl rozróżniał „analizę egzystencjalną” jako podstawę teoretyczną, fundament antropologiczny dla swojego myślenia, oraz „logoterapię” jako podejście psychoterapeutyczne, które wyprowadza z analizy egzystencjalnej (Szykuła 2022). Jako skrót myślowy Frankl i jego uczniowie stosują czasem określenie „logoterapia” łącznie, zarówno do antropologii filozoficznej, jak i dla samej szkoły psychoterapii. W polskim piśmiennictwie można dodatkowo spotkać określenie „logoteoria”, odnoszące się do filozoficzno-antropologicznych podstaw logoterapii.

noetycznego (Frankl 2017). Dlatego zasadą logoprofilaktyki jest posługiwanie się nieredukcjonistyczną, wielowymiarową koncepcją ludzkiego istnienia, a także podkreślanie ludzkiej podmiotowości, zwłaszcza zdolności do autotranscendencji, oraz akcentowanie wolności i odpowiedzialności człowieka ukierunkowanej na sens życia (Solecki 2022). Uznanie wielowymiarowego charakteru istnienia oznacza przyjęcie co najmniej trzech wymiarów, na których można rozpatrywać istnienie: somatycznego, psychicznego i noetycznego (Frankl 2017, 2019).

Główne założenia logoprofilaktyki:

- logoprofilaktyka to zespół działań, który jest podstawą realizowania programów profilaktyczno-wychowawczych, szczególnie w czasach kryzysu, pandemii czy wojny;
- brak sensu i pustka egzystencjalna są istotnymi czynnikami ryzyka prowadzącymi do zachowań ryzykownych, zwłaszcza myśli samobójczych, depresji i uzależnień;
- poczucie sensu życia jest dominującym czynnikiem chroniącym;
- podejście salutogenetyczne, czyli wzmacnianie potencjału dziecka i rodzica;
- praca z celami i wartościami (przejście od wartości deklarowanych do realizowanych);
- wzmacnianie roli prawdziwych autorytetów;
- wzmacnianie zdolności diagnostycznych (rodziców i nauczycieli) oraz autodiagnostycznych dzieci i młodzieży;
- uruchamianie refleksyjności w wymiarze noetycznym (duchowym).

Logoprofilaktykę można opisywać z perspektywy tzw. pedagogiki sensu – dyscypliny naukowej z obszaru pedagogiki. Pedagogika sensu jest również metodą pracy wychowawczej i profilaktycznej, która zajmuje się badaniem znaczenia i funkcji sensu w życiu człowieka oraz jego wzmacnianiem, zwłaszcza w procesie edukacji i rozwoju, uwzględniając wszystkie wymiary funkcjonowania osobowego jednostki w ujęciu personalistycznym we wszystkich środowiskach wychowawczych. Pedagogika sensu za cel stawia sobie wspieranie – wyrażającego się w czynie – potencjału rozwojowego osoby poprzez działanie ukierunkowane na odkrywanie i doświadczanie sensu, rozpoznawanie kryzysów egzystencjalnych oraz problemów związanych z brakiem poczucia sensu, a także profilaktykę pustki egzystencjalnej. Nadrzędnym celem pedagogiki sensu jest poprawa stanu zdrowia psychicznego polskiego społeczeństwa, a co za tym idzie zminimalizowanie problemu uzależnień i szeroko pojętych zachowań ryzykownych (Krakowski Instytut Logoterapii 2024a).

LOGOPROFILAKTYKA JAKO ODPOWIEDŹ NA ZJAWISKO ANOMII SPOŁECZNEJ

Dzięki odwołaniu do analizy egzystencjalnej Frankla profilaktyka skupia się nie tylko na samych zachowaniach problemowych (np. nadużywaniu substancji psychoaktywnych czy uzależnieniach behawioralnych), lecz także rozpoznaje źródła i przyczyny, jakie stoją za tymi zachowaniami. W ten sposób logoprofilaktyka może oddziaływać zarówno na poziomie jednostek i grup społecznych, jak i zjawisk makrospołecznych (w tym związanych z intensywnym korzystaniem z mediów społecznościowych i inną aktywnością w sieci), które odpowiadają za kryzys relacji międzyludzkich oraz osłabienie regulacyjnych funkcji norm społecznych. Takim makrospołecznym zjawiskiem, które charakteryzuje się zmniejszeniem znaczenia norm międzyludzkich i chroniącej funkcji wartości obecnych w życiu zbiorowości ludzkich, jest zjawisko anomii społecznej. Pojęcie to do socjologii wprowadził Émile Durkheim (1858–1917), francuski filozof, socjolog i pedagog, który stwierdził, że anomia społeczna to stan społeczeństwa, kiedy jednostki na dużą skalę przestają odróżniać zachowania dobre i poprawne społecznie od złych. Anomia oznacza stan dezorientacji i kryzysu moralnego na poziomie społecznym (Durkheim 2006; Fabiś 2008)³. Durkheim udowodnił, że anomia społeczna wpływa na zachowania samobójcze wynikające z dezorientacji jednostek w grupach społecznych poddanych różnej formie dezintegracji. Dowodził, że stan anomii ma związek z poważnymi kryzysami (np. rewolucją przemysłową), ale współwystępuje też z zanikaniem w nowoczesnych społeczeństwach socjotwórczej i normatywnej roli religii. Pojęcie anomii wspólnie znów jest wykorzystywane do opisu przemian społecznych, zwłaszcza w odniesieniu do „rewolucji seksualnej” czy innych „rewolucji kulturowych” opisywanych przez socjologów i filozofów kultury (Fabiś 2008).

Stan anomii społecznej potwierdzają obecnie nie tylko analizy socjokulturowe, ale również badania i analizy, które wskazują, że działania podejmowane dotychczas w ramach szeroko rozumianej prewencji i polityki społecznej nie są wystarczającą przeciwwagą do obserwowanego osłabiania funkcji regulacyjnych norm społecznych (por. Dzielska 2017; Grzelak i in. 2015; Jędrzejko 2011; Jędrzejko, Kozłowski 2022; Najwyższa Izba Kontroli 2014; Ostaszewski, Rustecka-Krawczyk, Wójcik 2011; Pyżalski 2012). Z perspektywy logoprofilaktyki bardzo poważną konsekwencją anomii, która polega na osłabieniu głównych

³ Wcześniej pojęcie anomii pojawiało się w filozofii prawa i politologii, najczęściej na opisanie sytuacji bezprawia w państwie lub określenie anarchicznej natury pierwotnych organizacji przedspołecznych.

norm społecznych i wystąpieniu kryzysu wartościowania, jest „sprywatyzowanie wartości”. Chodzi o taką sytuację, gdy indywidualne „ja” nie odwołuje się do ogólnych i uniwersalnych norm społecznych, lecz samo staje się głównym wyznacznikiem dobra i zła (Szczukiewicz 2016). Taka indywidualna postawa przekłada się, w sytuacji anomii społecznej, na stopniową ekspansję egoizmu. Durkheim (2006) widział zależność między stanem anomii społecznej a przyjmowaniem postawy egoizmu w sytuacji, gdy to, co jest ponadosobiste, nie zasługuje zdaniem jednostki na znaczący wysiłek i poświęcenie. Uważał, że taka sytuacja jest równie niebezpieczna jak sama anomia. Dodajmy, że to niebezpieczeństwo odnosi się też do sytuacji wychowawczych. Młodzi ludzie, którzy poszukują osób znaczących, autorytetów i wzorców, mogą spotykać dorosłych, którzy uczestniczą w procesie „prywatyzacji wartości” i są wierni tylko sobie. Dotyczy to także – a może nawet przede wszystkim – relacji poza systemem szkolnym, np. w obszarze mediów społecznościowych. W takiej sytuacji młodzież będzie słabiej internalizować normy ogólnospołeczne i uniwersalne wartości, a to może prowadzić do nieprawidłowych zjawisk w procesie socjalizacji i w konsekwencji do zaburzeń zachowania i emocji czy zachowań nałogowych. Tym bardziej, że ogólnopolskie badania na temat autorytetów wśród młodzieży, realizowane przez Fundację „Archezja”, jasno pokazują, że co piąty uczeń szkoły podstawowej nie jest w stanie określić, czy ma wokół siebie osobę, z którą może zawsze porozmawiać o swoich problemach (Solecki, Mróz 2022). Logoprofilaktyka powinna zatem identyfikować źródła problemu i wskazywać, jakie działania wobec zjawiska anomii mają podejmować osoby odpowiedzialne za tworzenie środowiska wychowawczego oraz za ukierunkowanie i prowadzenie profilaktyki i pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

LOGOPROFILAKTYKA A STRATEGIE I POZIOMY DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH

Profilaktyka może obejmować różne poziomy działań prewencyjnych. Klasyczny podział wyróżnia trzy poziomy oddziaływań: profilaktykę pierwszorzędową, drugorzędową i trzeciorzędową (Gaś, Poleszak 2017; Śliwa 2015). Profilaktyka pierwszorzędowa skierowana jest do grup niskiego ryzyka. Działania profilaktyczne adresowane są zatem do ludzi zdrowych i mają wspomagać prawidłowe procesy rozwoju fizycznego i psychicznego. Ten poziom profilaktyki ma na celu minimalizowanie zachowań ryzykownych, promowanie zdrowego stylu życia oraz zmniejszenie zasięgu zachowań ryzykownych. Na tym poziomie profilaktyki chodzi o rozwijanie różnych umiejętności życiowych, prospołecznych, które pozwolą młodym ludziom lepiej radzić sobie z zadaniami rozwojowymi.

Profilaktyka drugorzędowa adresowana jest do grupy podwyższonego ryzyka, do osób przejawiających pierwsze objawy zaburzeń (choroby). Na tym poziomie profilaktyki działania mają prowadzić do identyfikowania grup ryzyka oraz ograniczenia zakresu i czasu trwania dysfunkcji, a także do tworzenia warunków, które umożliwią wycofanie się z zachowań ryzykownych. Profilaktyka trzeciorzędowa skierowana jest do grup wysokiego ryzyka, do osób, u których występują już symptomy choroby (zaburzeń). Celem działań na tym poziomie profilaktyki jest przeciwdziałanie narastaniu procesu chorobowego i degradacji społecznej oraz umożliwienie powrotu do normalnego życia w społeczeństwie. Profilaktyka trzeciorzędowa przeciwdziała nawrotowi zaburzeń, a także umożliwia osobom dotkniętym dysfunkcją prowadzenie społecznie akceptowanego stylu życia. Programy tego poziomu działań profilaktycznych mają charakter terapeutyczny, rehabilitacyjny i resocjalizacyjny.

Obecnie upowszechniany jest w krajach Unii Europejskiej nowy podział działań profilaktycznych, który wyodrębnia również trzy, ale nieco inaczej uporządkowane poziomy profilaktyki: uniwersalną, selektywną i wskazującą (Ostaszewski 2010).

Profilaktyka uniwersalna adresowana jest do całej niezdiagnozowanej populacji i jej podgrup (np. dzieci, młodzieży, dorosłych, kobiet w ciąży). Jej celem jest redukcja czynników ryzyka, ograniczanie inicjacji w zakresie różnych zachowań ryzykownych i zapobieganie nowym przypadkom. Główne działania to dostarczenie wiedzy i uczenie najważniejszych umiejętności psychologicznych i społecznych, niezbędnych do zapobiegania problemom. Pokrywa się z poziomem profilaktyki pierwszorzędowej w starej klasyfikacji. Profilaktyka selektywna odnosi się do grup zwiększonego ryzyka, które z uwagi na szczególne warunki życiowe podlegają działaniu licznych czynników ryzyka i są bardziej zagrożone występowaniem problemów i zaburzeń (np. dzieci alkoholików, dzieci z domów dziecka, dzieci przysposobione, uczniowie z problemami szkolnymi, miłośnicy szalonych imprez, młodzież, która „wypadła” ze szkoły, bezdomni itp.). Jej celem jest opóźnianie inicjacji w zakresie różnych zachowań ryzykownych. Główne działania podobne są do działań w profilaktyce uniwersalnej, lecz uwzględniają specyfikę potrzeb i problemów danej podgrupy. Profilaktyka wskazująca kierowana jest do tych jednostek z grup zwiększonego ryzyka, u których występują wczesne objawy dysfunkcji: różne niepokojące zachowania (np. częste wagar, okresowe upijanie się) i sygnały o pojawianiu się już poważniejszych problemów związanych z zachowaniem (np. kłopoty z policją, w domu). Jej celem jest ograniczenie czasu trwania dysfunkcji. Główne działania to indywidualna diagnoza przyczyn oraz interwencja, także w środowisku rodzinnym. Nie jest to jednak

jeszcze terapia. (...) W nowej klasyfikacji profilaktyka trzeciorzędowa została usunięta z obszaru profilaktyki, natomiast w profilaktyce drugorzędowej wydzielono dwa poziomy – selektywną i wskazującą. (Szymańska 2015: 37)

Logoprofilaktyka może proponować działania prewencyjne na każdym z tych poziomów, adresując je do odpowiednich grup odbiorców oraz identyfikując czynniki ryzyka i czynniki chroniące właściwe dla danego poziomu i grupy docelowej. Na poziomie uniwersalnym odwołuje się do zasad pedagogiki sensu, znaczenia uniwersalnych wartości dla realizacji sensu życia czy konsekwencji funkcjonowania człowieka jako osoby (np. podmiotowość, wolność, odpowiedzialność). Na poziomie selektywnym kieruje się do grup z większym poziomem ryzyka i w strategiach działania dąży do przeciwdziałania apatii i nudzie, frustracji egzystencjalnej, zagubieniu w świecie wartości czy słabości autorytetów moralnych. Na poziomie wskazującym adresowana jest do osób z największym ryzykiem zaburzeń, a także z pierwszymi symptomami zaburzeń. Działania na tym poziomie starają się ograniczać czas trwania dysfunkcji, ale poprzez odwołanie do noetycznego wymiaru funkcjonowania człowieka. Pierwsze symptomy dysfunkcyjnych zachowań czy zaburzeń określane są tu zgodnie z wiedzą z obszaru medycyny, psychologii czy resocjalizacji, ale na ich przyczyny patrzy się z perspektywy logoterapii. Dlatego działania profilaktyczne nie będą prowadziły do przywrócenia homeostazy, lecz będą wspierały w odbiorcach noodynamikę i zdolność do autotranscendencji.

Logoprofilaktyka stara się rozwijać strategie działań profilaktycznych, które są spójne z antropologią filozoficzną, na której opiera się logoterapia Frankla. Do takich strategii należy np. poszukiwanie autorytetów (Kmieciak-Jusięga 2019) oraz dostarczanie doświadczeń egzystencjalnie znaczących (Szczukiewicz 2016). Profilaktyka odwołująca się do logoterapii, choć ukierunkowana jest na mobilizowanie wymiaru noetycznego, sięga również do typowych strategii działań profilaktycznych zdefiniowanych w głównych nurtach profilaktyki. Należą do nich strategie informacyjne, edukacyjne, działań alternatywnych, wczesnej interwencji, zmian środowiskowych czy zmiany przepisów (Gaś, Poleszak 2017; Szymańska 2015). Przy czym logoprofilaktyka strategie te nasycza treściami adekwatnymi do założeń analizy egzystencjalnej i logoterapii, dlatego nie skupia się na psychopatologii i nie koncentruje się na zachowaniach ryzykownych czy ich skutkach. W ramach działań informacyjnych może informować o egzystencjalnych przyczynach nudy, apatii czy pustki egzystencjalnej. Z kolei działania edukacyjne będą rozwijały umiejętności psychospołeczne związane z rozwojem wymiaru duchowego, pobudzaniem do refleksji aksjologicznej oraz stawianiem sobie i innym fundamentalnych pytań dotyczących życia. Celem będzie tutaj

edukacja związana z antropologią personalistyczną, aby odbiorcy programów profilaktycznych mieli świadomość swoich trzech wymiarów rozwoju: ciała, psychiki i duchowości, a także potrafili je w sobie rozpoznawać i integrować. W ramach działań alternatywnych ważne będzie ukazywanie antagonizmu no-opsychofizycznego, gdzie decyzja z wymiaru duchowego może być czymś przeciwnym wobec sygnałów płynących z ciała czy emocji, ponieważ może wznosić się ponad objaw i nie ulegać jego determinacji. Wczesna interwencja będzie przede wszystkim polegać na rozpoznawaniu redukcjonizmu, konfliktów wartości, wypartych treści duchowych oraz kryzysów egzystencjalnych, których źródło może leżeć w zablokowanej woli sensu. Zmiany środowiskowe będą polegały na kształtowaniu środowiska odpornego na zjawisko anomii społecznej, otwartego na przejawy „woli sensu”. Z kolei strategię zmiany przepisów będą odnosiły się do normotwórczej roli prawa i przeciwdziałania chaosowi aksjologicznemu.

KIERUNKI DZIAŁAŃ I ROZWOJU LOGOPROFILAKTYKI

Logoprofilaktyka – mając na celu przeciwdziałanie przyczynom i skutkom pustki egzystencjalnej – może ukierunkować badania i analizy na powiązania między wychowaniem a profilaktyką. Logoprofilaktyk powinien być wrażliwy na sytuacje, gdy wychowanie nie jest wspierane, tylko bywa zastępowane stosowaniem programów profilaktycznych. Może do tego dochodzić w tych środowiskach szkolnych, w których nauczyciele koncentrują się na samym nauczaniu, nie czują się kompetentni w wychowywaniu i chętnie zostawiają miejsce realizatorom różnych przedsięwzięć profilaktycznych. Takie niebezpieczeństwo zauważa Zbigniew B. Gaś (2011) i zwraca uwagę, że w ten sposób wysiłki podejmowane w ramach procesu wychowawczego w szkole mogą koncentrować się na rozwijaniu pojedynczych działań edukacyjnych zorientowanych na kształtowanie pożądanych umiejętności społecznych (komunikacji, asertywności czy rozwiązywania konfliktów). Jednocześnie sam proces wychowawczy może zostać oderwany od realizowania jasnego systemu wartości. Takie ryzyko znajduje się też w samych programach profilaktycznych, które mogą mieć charakter bardzo selektywny i być oderwane od procesu wychowania. Tak może się zdarzyć, gdy program koncentruje się zbyt mocno na aspekcie pragmatycznym, z lekceważeniem przestrzeni aksjologicznej tworzonej przez wychowanie w rodzinie i szkole. Tymczasem strategie oparte na uczeniu umiejętności interpersonalnych, choć niezbędne, mogą nie być wystarczające wobec zachowań ryzykownych spowodowanych frustracją egzystencjalną i brakiem sensu życia (Szczukiewicz 2011). Dlatego wskazane jest poszukiwanie strategii profilaktycznych, które będą pomagały kształtować refleksyjność i umiejętności prowadzenia refleksji nad wartościami

zyciowymi. Refleksyjność może równoważyć wpływ impulsywności, która ma wyraźny związek z podejmowaniem zachowań ryzykownych (Kata 2019).

Logoprofilaktyka powinna również przeciwdziałać instrumentalnemu traktowaniu programów i działań profilaktycznych. Chodzi o sytuacje, kiedy organizowanie profilaktyki w danej gminie czy szkole służy pozyskaniu środków finansowych dla samorządu lub szkoły albo poprawie wizerunku jakiejś placówki, ale wcale nie opiera się na rzetelnej diagnozie potrzeb (Gaś 2011). W takiej sytuacji bardzo łatwo przeoczyć procesy prowadzące do aksjologicznego chaosu i frustracji egzystencjalnej. A profilaktyka, która nie opiera się na dobrym rozpoznaniu problemów i ich źródeł, nie będzie mogła trafnie wspierać procesu wychowawczego ani dobrze reagować na zagrożenia (Szczukiewicz 2016).

Cele działań logoprofilaktyki – odwołując się do pedagogiki sensu – powinny też uwzględniać troskę o większą zgodność oddziaływań wychowawczych i profilaktycznych, aby budować przeciwwagę dla procesów prowadzących do rozchwiania norm i wartości. Ponadto należy postulować budowanie działań prewencyjnych ukierunkowanych na procesy związane z anomią społeczną. Na poziomie więzi społecznych w obrębie instytucji wychowawczych strategie logoprofilaktyki powinny zmierzać do budowania dobrych relacji z nauczycielami w szkole. Przy czym „dobre relacje” oznaczałyby istnienie odpowiednich więzi, opartych o ważne ludzkie wartości i wyrażanych dojrzałą komunikacją. Dotyczy to zwłaszcza postawy szacunku i szczerości oraz nieobronnego sposobu reagowania, a także unikania typowych błędów w komunikacji interpersonalnej.

Logoprofilaktyka, sięgając do analizy egzystencjalnej Frankla i filozofii personalizmu, może pomagać nauczycielom i wychowawcom rozwijać umiejętność funkcjonowania w sytuacji konfliktu motywacyjnego, kiedy trzeba dokonywać wyboru między tym, co przynosi korzyści a tym, co godne człowieka. W oparciu o założenia logoterapii należy zatem stwierdzić, że młodzież do prawidłowego rozwoju potrzebuje dojrzałych, dobrych dorosłych, którzy potrafią godnie się zachować, a nie tylko chronić swoją godność poprzez systemy usprawiedliwień (tamże). Możliwość bycia w relacji z taką osobą, która umie okazywać akceptację, szacunek i stawia adekwatne wymagania – w sposób otwarty i niemanipulacyjny – jest w okresie dorastania głównym warunkiem prawidłowego rozwoju osoby, łącznie z możliwością budowania własnej tożsamości i wypełnienia egzystencji sensem.

Przeciwdziałanie zjawisku pustki egzystencjalnej, które logoprofilaktyka traktuje jako jeden z głównych czynników ryzyka rozwoju uzależnień i innych zachowań destrukcyjnych, powinno uwzględniać zwłaszcza działania ukierunkowane na takie przekonania i postawy, które podtrzymują anomie społeczną. W kontekście rozchwiania norm i chaosu aksjologicznego prowadzącego do

puszki egzystencjalnej wskazane są strategie prewencyjne ukierunkowane na przekazy medialne. Chodzi o analizę treści i form przekazu, wykorzystanie mediów do edukacji, a także przygotowanie młodzieży do krytycznej refleksji nad treścią przekazu. Wydaje się, że obecnie można mówić o ambiwalentnej postawie mediów (również mediów internetowych) wobec zagrożeń związanych z uzależnieniami i innymi problemami społecznymi. Z jednej strony media spełniają funkcję informacyjną, gdyż pokazują rozmaite zachowania problemowe i piętnują te najbardziej niebezpieczne. Ma to znaczenie normotwórcze, gdyż skrajne i ryzykowne zachowania przedstawiane są z reguły jako niewłaściwe. Z drugiej strony jednak media mają potencjał modelowania zachowań destrukcyjnych i nałogowych poprzez częste pokazywanie takich zachowań i tworzenie wrażenia „powszechności zła”. Dodajmy, że osoby przygotowujące medialne treści, stawiając się w roli kogoś, kto jedynie relacjonuje zjawiska negatywne, poniekąd zwalniają się z dalszej odpowiedzialności za kształtowanie postaw prospołecznych. Rzuca się w oczy, że w mediach niewiele uwagi poświęca się roli wychowania moralnego, wychowania do prawidłowego oceniania tego, co dobre, a co złe. Stanowi to wyzwanie, które stoi przed logoprofilaktyką.

ZAKOŃCZENIE

Zaprezentowana w niniejszym artykule koncepcja logoprofilaktyki pozwala na sformułowanie kilku wniosków. Wydaje się, że profilaktyka ukierunkowana na zjawisko pustki egzystencjalnej i chaosu aksjologicznego może stanowić istotny wkład w rozwijanie strategii wzmacniających czynniki chroniące przed uzależnieniami i zachowaniami nałogowymi. Autorzy artykułu uważają, że analiza egzystencjalna i logoterapia Frankla pomagają sformułować odpowiedź na pewien chaos i dezorientację aksjologiczną w społeczeństwie. Ten chaos przejawia się w pustce egzystencjalnej, która stanowi podłoże wielu ryzykownych zachowań, w tym także związanych z aktywnością w internecie. Nie można spodziewać się, że takie zjawiska zostaną zahamowane tylko poprzez programy oparte na redukcjonistycznej wizji osoby ludzkiej, lekceważące sferę duchową i relacje osobowe.

Logoprofilaktyka ma potencjał do takiego formułowania celów i strategii profilaktycznych, które będą wspierały budowanie etosu, w którym przekonania podtrzymujące pustkę egzystencjalną i anomie społeczną nie będą mogły oddziaływać. Chodzi o etos, który przede wszystkim tworzy się w dojrzałych relacjach osobowych. Logoprofilaktyka może sprzyjać rozwijaniu takiego etosu poprzez działania psychoedukacyjne i prewencyjne, w tym działania wspierające wychowanie, gdyż to m.in. procesy wychowawcze rozwijają etos. Tylko

dojrzały wychowawcy mogą pomóc stać się młodzieży dojrzałymi dorosłymi. Dojrzała osoba, a więc np. taka, która dobrze integruje umysł, wolę i uczucia, nie jest podatna na pustkę egzystencjalną. Im bardziej będziemy wzmacniali potencjał sensu życia wśród młodzieży, rozwijali refleksyjność młodych ludzi, uwzględniali w procesie wychowania wymiar duchowy oraz pomagali rodzicom i nauczycielom radzić sobie z własnymi kryzysami egzystencjalnymi, tym lepiej będziemy chronić dzieci i młodzież przed kryzysami zdrowia psychicznego i takimi zjawiskami jak depresja, uzależnienia czy zachowania autodestrukcyjne. Człowiek, który wie, po co żyje, integruje swoje wszystkie wymiary życia i potrafi podejmować decyzje przekraczające jego psychosmatykę; nie potrzebuje szukać sposobów na regulowanie uczuć i emocji, ponieważ harmonizują one z jego życiową misją i codziennymi sensami.

BIBLIOGRAFIA

- Durkheim, E. (2006). *Samobójstwo. Studium z socjologii*. Warszawa: Oficyna Naukowa.
- Dzielska, A. (2017). *Zachowania ryzykowne*. Warszawa: Instytut Matki i Dziecka.
- Fabiś, P. (2008). *Émile Durkheim jako teoretyk kultury*. Poznań: Wydawnictwo Poznańskie.
- Frankl, V.E. (2017). *Lekarz i dusza. Wprowadzenie do logoterapii i analizy egzystencjalnej*. Warszawa: Czarna Owca.
- Frankl, V.E. (2019). *Człowiek w poszukiwaniu sensu*. Warszawa: Czarna Owca.
- Frankl, V.E. (2023). *Życie z sensem. Autobiografia*. Kraków: Mando.
- Gaś, Z., Poleszak, W. (2017). *Opracowujemy i ewaluujemy program wychowawczo-profilaktyczny szkoły*. Warszawa: ORE.
- Gaś, Z.B. (2011). Dokąd zmierza profilaktyka. W: Z.B. Gaś (red.), *Profesjonalna profilaktyka w szkole. Nowe wyzwania* (s. 7–11). Lublin: Innovatio Press.
- Grzelak, S., Czarnik, S., Balcerzak, A. (2015). *Problemy młodzieży i pozytywny potencjał społeczności lokalnej. Raport metodologiczny z badań IPZIN*. Warszawa: IPZIN, ORE.
- Jędrzejko, M. (2011). Nowe patologie i zaburzenia społeczne. W: Z.B. Gaś (red.), *Profesjonalna profilaktyka w szkole. Nowe wyzwania* (s. 161–178). Lublin: Innovatio Press.
- Jędrzejko, M., Kozłowski, T. (2022). *Zagrożeni „niegościnną” rzeczywistością*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Aspra-Jr.
- Kata, G. (2019). Tendencje do podejmowania zachowań ryzykownych przez uczniów szkół ponadpodstawowych o różnym poziomie impulsywności. W: Z.B. Gaś (red.), *Profilaktyka zachowań ryzykownych w teorii i praktyce* (s. 105–124). Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press WSEI.
- Kmiecik-Jusięga, K. (2019). Kampania profilaktyczno-edukacyjna jako forma profilaktyki uniwersalnej. Na przykładzie ogólnopolskiej kampanii „Bądźmy poszukiwaczami autorytetu”. *Studia Paedagogica Ignatiana*, 22(3), 59–78. DOI: 10.12775/SPI.2019.3.003
- Krakowski Instytut Logoterapii (2024). Pobrane z: <https://www.logoterapia-krakow.pl>

- Krakowski Instytut Logoterapii (2024a). *Nasze działania*. Pobrane z: <https://www.logoterapia-krakow.pl/działalność>
- Najwyższa Izba Kontroli (2014). *Przeciwdziałanie zjawiskom patologii wśród dzieci i młodzieży szkolnej*. Pobrane z: <https://www.nik.gov.pl/plik/id,6956,vp,8803.pdf>
- Ostaszewski, K. (2010). Kompendium wiedzy o profilaktyce. W: N. Węgrzecka-Gilul (red.), *Przewodnik metodyczny po programach promocji zdrowia psychicznego i profilaktyki* (s. 73–95). Warszawa: Fundacja ETOH.
- Ostaszewski, K. (2019). W kierunku profilaktyki opartej na wiedzy. W: Z.B. Gaś (red.), *Profilaktyka zachowań ryzykownych w teorii i praktyce* (s. 35–50). Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press WSEI.
- Ostaszewski, K., Rustecka-Krawczyk, A., Wójcik, M. (2011). *Czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z zachowaniami problemowymi warszawskich gimnazjalistów*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Projekt (2022). *Projekt Żyj z sensem Fundacji Archezja – wyniki badań*. Pobrane z: <https://badania.zyjzsensem.pl/index.php/do-pobrania>
- Pyżalski, J. (2012). *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Solecki, R. (2022). Logoprofilaktyka. *Wychowawca*, (7–8), 11–13.
- Solecki, R., Hreciński, P. (2022). Analiza relacji pomiędzy trudnościami pandemii SARS-CoV-2, funkcjonowaniem w rodzinie, depresją a uzależnieniem od Internetu wśród młodzieży w wieku 11–16 lat. *Resocjalizacja Polska*, (24), 347–366.
- Solecki, R., Mróz, A. (2022). Autorytet globalnego nastolatka. Analiza wyników ogólnopolskich badań. *Studia z Teorii Wychowania*, 13(3), 387–398.
- Szczukiewicz, P. (2011). Psychologia egzystencjalna a działania profilaktyczne. W: Z.B. Gaś (red.), *Profesjonalna profilaktyka w szkole* (s. 33–40). Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press WSEI.
- Szczukiewicz, P. (2016). Profilaktyka wobec zjawiska społecznej anomii. W: Z.B. Gaś (red.), *Nowe wyzwania profilaktyki* (s. 13–28). Lublin: Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press WSEI.
- Szykuła, R. (2022). *Logoterapia i analiza egzystencjalna. Teoria i praktyka*. Warszawa: Eneteia.
- Szymańska, J. (2015). *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki*. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.
- Śliwa, S. (2015). *Profilaktyka pedagogiczna*. Opole: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji.