




**Janusz Mariański**

Wyższa Szkoła Nauk Społecznych z siedzibą w Lublinie

 <https://orcid.org/0000-0002-0620-8000>

## **Sens życia w świadomości młodzieży polskiej – analiza socjopedagogiczna**

### **The Meaning of Life in the Awareness of Polish Youth: A Socio-Pedagogical Analysis**

**Abstract:** The attitudes of both the youth and adults towards life as a whole and towards different manifestations and dimensions of human existence, are all important subjects of psychological and sociological research. What it concerns is a subjective image of one's own life that is formed in consciousness of the studied groups' representatives stemming from the sum of their life experiences: positive and negative, internal and external, subjective and objective. The article presents the results of sociological research on the meaning of life in the awareness of Polish youth. The following three issues are discussed: the frequency of reflecting upon the meaning of life, the one's sense of life's meaning and life satisfaction, as well as the sense of life's meaninglessness. In the light of empirical data, the generalised existential awareness of young Poles could be described as quite ambivalent, as if on the fence between life's meaningfulness and meaninglessness. Only about a half of Polish youth declares that life indeed has a meaning to them and provides them with a sense of satisfaction.

**Keywords:** the frequency of reflecting upon the meaning of life, the sense of life's meaning and life satisfaction, the meaningless of life, sense-making values

„Pośród wszystkich sprzeczności życia szukamy jego prawdziwego sensu. Zdumiewamy się i zapytujemy: dlaczego? Dlaczego tu jestem? Po

co żyję? Co powinienem czynić? Wszyscy zadajemy sobie te pytania. Cała ludzkość odczuwa nagłą potrzebę nadania sensu i celu temu światu, który staje się coraz bardziej skomplikowany i w którym coraz trudniej jest być szczęśliwym” (Jan Paweł II w Denver, 14 sierpnia 1993 roku)<sup>1</sup>. Pytania egzystencjalne towarzyszą ludziom „od zawsze”, zarówno w społeczeństwach tradycyjnych, jak i nowoczesnych, występują również w społeczeństwach ponowoczesnych. Sens życia jest bowiem problemem *par excellence* ludzkim. Ma swoje konteksty społeczno-kulturowe i jest wielorako uwarunkowany, między innymi przez religię.

W czasach współczesnych pytanie o sens życia przesunęło się na człowieka jako takiego – człowiek stał się punktem odniesienia rzeczywistości. Problem sensu życia wyraża się w pytaniu o sens bytu człowieka, który odkrywa coraz bardziej głębię swojej duszy oraz osobowości (przesłanka antropologiczno-personalna). Niekiedy orientacja na człowieka przyjmuje wymiary historyczne – podkreśla się, że sens indywidualny, a także zbiorowy jest osiągalny w toku historii (orientacja historyczno-kulturowa). Rzeczywistość społeczna to otwarty proces, dlatego też pytanie o sens życia jest ciągle stawiane na rozmaite sposoby, coraz częściej w powiązaniu z przyszłością – sens życia ma więc także aspekty historyczne i społeczne.

Skoro każdy człowiek jest niepowtarzalną wartością, to jego decyzje dotyczące sensu i celu życia nabierają szczególnej wagi. Mówiąc o sensie życia, mamy na myśli nie zwykłą celowość działań (osiąganie założonych celów), lecz znaczenie, ważność życia jako czegoś godnego akceptacji. Pytanie o sens całego życia zakłada przekonanie, że życie taki sens powinno mieć i że jest on możliwy do osiągnięcia poprzez dążenie ku wartościom. Sens całościowy (globalny), jako bilansująca i aprobująca decyzja w odniesieniu do całego życia, jest czymś więcej niż zwykłą sumą sensów jednostkowych (częściowych). Jest jakimś aktem nadziei człowieka i jego wiary w życie ujęte w ramach całościowego horyzontu doświadczenia egzystencjalnego, refleksji nad własnym „ja” i poszukiwania własnej tożsamości.

Dynamiczne rozumienie sensu życia odkrywa przed człowiekiem ogromne możliwości rozwojowe. Ważną rzeczą jest to, aby afirmować życie mimo jego niedostatków oraz przyczynić się do tego, by było ono bardziej wartościowe. Życie refleksyjnie znaczy poszukiwać sensu i znaczenia życia w jego kształtach rzeczywistych. To także dla wielu oznacza zwrócenie się do Boga w poszukiwaniu własnej tożsamości, własnego systemu wartości oraz swojego miejsca w świecie. Religia daje ludzkiemu życiu głębszy wymiar, ujmuje całościowo doświadcze-

---

<sup>1</sup> „L'Osservatore Romano” 1993, nr 11, s. 28.

nie człowieka, daje znaczne możliwości wyboru dobra w zależności od potrzeb i charakteru jednostki, jest sposobem poszukiwania sensu życia, wprowadzającym nowe kategorie porządkujące.

Pole sensu życia nie może być zawłaszczone przez jedną tylko opcję czy „małą narrację”. „Wielkie narracje” straciły swoją moc niesienia sensu, współcześnie możliwe są sensy „lokalne”, które nie są nigdy ostateczne. Horyzont sensu przesuwają się z transcendencji na immanencję. Człowiek staje się ośrodkiem sensu życia, odkrywa go coraz częściej w głębi swojej osobowości lub na powierzchni życia codziennego. Jest to możliwe w społeczeństwie, w którym zaznacza się przewaga wartości związanych z indywidualistyczną samorealizacją nad wartościami społecznymi, zwłaszcza o charakterze zobowiązaniowym. Wzmocniony, nowoczesny indywidualizm może prowadzić zarówno do odkrywania wolności każdej osoby ludzkiej, jak i do różnych form egoizmu i narcyzmu.

Jak słusznie zauważa amerykański socjolog Peter L. Berger, „prawo do sensu” w społeczeństwie pluralistycznym zakłada prawo jednostki do wyboru własnych kształtów sensu życia. Społeczeństwa nowoczesne oferują swoim członkom jako klientom wiele możliwości wyboru z bogatego spektrum „sensów i znaczeń”<sup>2</sup>. Członek społeczeństwa może wybierać między różnymi wartościami rodzinnymi, stylami życia, preferencjami zawodowymi, politycznymi, estetycznymi itp. Zaspokojenie potrzeby sensu życia podlega tym samym regułom konkurencji i preferencji. Różnorodni są „producenci” sensu i różne są instancje przekazujące wartości sensotwórcze.

Poszukiwanie sensu nie jest już zabezpieczone społecznie, tym samym staje się zadaniem jednostki. Jednostka przejmuje ryzyko konstytuowania sensu w warunkach zależności od procesów społecznych, na których przebieg nie ma znaczącego wpływu, w kontekście zindywidualizowanych i zróżnicowanych wyborów. Sens konstytuuje się zawsze w ludzkiej świadomości, w jednostce, która poprzez sferę cielesną podlega indywidualizacji, a poprzez procesy społeczne staje się osobowością. Ukształtowany sens jest jakąś kompleksową formą świadomości, która ma swoje różne punkty odniesienia, ale opiera się przede wszystkim na podstawach antropologicznych, związanych z różnymi konfiguracjami wartości. Uzyskuje swoje empiryczne wymiary na płaszczyźnie zarówno subiektywnej, jak i intersubiektywnej<sup>3</sup>.

---

<sup>2</sup> P.L. Berger: *Welt der Reichen, Welt der Armen. Politische Ethik und sozialer Wandel*. Betz Verlag, München 1976, s. 222–223.

<sup>3</sup> P.L. Berger, Th. Luckmann: *Modernität, Pluralismus und Sinnkrise. Die Orientierung des modernen Menschen*. Verlag Bertelsmann Stiftung, Gütersloh 1995, s. 7–19.

Postawy młodzieży i ludzi dorosłych wobec sensu życia jako całości, a także wobec egzystencji ludzkiej w jej różnych przejawach i wymiarach, stanowią ważny przedmiot badań psychologicznych i socjologicznych. Chodzi tu o subiektywny obraz własnego życia w świadomości badanych, będący sumą doświadczeń życiowych: pozytywnych i negatywnych, wewnętrznych i zewnętrznych, subiektywnych i obiektywnych. W niniejszym artykule prezentujemy wyniki wybranych badań socjologicznych nad sensem życia w świadomości młodzieży polskiej w XXI wieku. Omówimy trzy zagadnienia: częstotliwość myślenia o sensie życia, poczucie sensu życia i zadowolenie z życia, poczucie bezsensu życia.

### Częstotliwość myślenia o sensie życia

Szukanie i odnajdywanie sensu życia jest uwarunkowane nie tylko indywidualną strukturą osobowości, lecz także czynnikami społeczno-kulturowymi. Nieco inaczej przedstawia się ta sprawa w środowiskach młodzieżowych, inaczej w świecie ludzi dorosłych, zawsze jednak na miarę możliwości człowieka i stosownie do istniejących warunków. Jeżeli nawet sens życia jest przede wszystkim problemem indywidualnym, to osobiste wybory układają się w pewne ciągi społeczne, odnoszą się do określonych układów społecznych. Sens subiektywnie rzeczywisty staje się sensem zobiektywizowanym. Nie trzeba dodawać, że określone układy społeczne mogą być przyczyną utraty sensu życia, inne układy społeczne mogą być korzystne dla formułowania się rzeczywistych odniesień do celów transcendentnych (przeżywanie „Najwyższej Wartości”).

Według austriackiego psychiatry i psychologa Viktora E. Frankla poszukiwanie sensu życia nie jest tożsame z poszukiwaniem samego siebie. Im bardziej człowiek oddaje się jakiejś sprawie lub innemu człowiekowi i zapomina przy tym o sobie, tym bardziej staje się ludzki. Im bardziej jest pochłonięty czymś lub kimś innym niż on sam, tym bardziej rzeczywiście staje się sobą. Sens życia musi być odnaleziony, nie jest dany. Należy go odnaleźć – twierdzi Frankl – posługując się własnym sumieniem. Najbardziej ludzką ze wszystkich potrzeb człowieka jest wola sensu. Dążenie do znalezienia w życiu sensu jest dla człowieka najpotężniejszą siłą motywacyjną<sup>4</sup>.

Sens życia można odnaleźć na trzy sposoby. „Pierwsza droga wiedzie przez spełnianie czynu i tworzenie dzieła, druga poprzez doświadczenie

---

<sup>4</sup> V.E. Frankl: *Bóg ukryty. W poszukiwaniu ostatecznego sensu*. Przekł. A. Wolnicka. Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2012, s. 103 i 173.

czegoś lub spotkanie kogoś; innymi słowy, sens życia można odnaleźć nie tylko w pracy, ale również w miłości. Najważniejsza jest wszakże trzecia droga: stając w obliczu losu, którego nie sposób zmienić, jesteśmy powołani, aby jak najlepiej tę sytuację wykorzystać, wznieść się ponad siebie, przerosnąć siebie, słowem – stać się innym człowiekiem. Dotyczy to także »tragicznej trójcy« – bólu, winy oraz śmierci – ponieważ każde cierpienie możemy zmienić w osobiste osiągnięcie czy nawet triumf, w poczuciu winy dostrzec szansę zmiany na lepsze, a w przejściowości życia zachętę, aby odpowiedzialnie postępować”<sup>5</sup>.

Dość dobrym wskaźnikiem przemian sensu życia w świadomości ludzi współczesnych są odpowiedzi na pytanie o częstotliwość zastanawiania się nad tym zagadnieniem. Przyjmujemy hipotezę, że współcześnie ludzie rzadziej zastanawiają się nad sensem swojego życia niż robili to w minionych latach. Rzeczywistość współczesna podsuwa ludziom wiele ofert i propozycji niosących podpowiedzi „jak żyć” i wzorce, co w praktyce oznaczać może, że niektórzy ludzie, zwłaszcza młodzi, stawianie pytań o fundamentalne kwestie egzystencjalne uznają za zbędne. Wielu ludzi prawdopodobnie niezbyt często stawia sobie pytania dotyczące sensu życia, pochłonięci sprawami codziennymi i bieżącymi wydarzeniami w ogóle nie zastanawiają się nad pożądanym kształtem życia. Dopiero jakieś doświadczenia związane z wydarzeniami – oczekiwanymi lub nieoczekiwanymi – trudnymi dla jednostki pobudzają ją do refleksji nad problemami egzystencjalnymi (na przykład niezdanie egzaminu, utrata pracy, kryzysy w życiu społecznym, śmierć kogoś bliskiego). Być może wiek młodzieżowy sprzyja stawianiu pytań o sens życia, jest okresem wzmożonej wrażliwości na problematykę egzystencjalną.

Niekiedy charakteryzuje się współczesną młodzież jako pokolenie pragmatyków, nastawionych bardziej na „mieć” niż „być”, skłonnych do zatroskania się przede wszystkim o własne interesy, niekiedy nawet jako pokolenie „narcystyczne” i pokolenie „ja”, ale i skore do eksperymentowania, niehołdujące logice „albo-albo”, popierające wartości hedonistyczne, jako ludzi zorientowanych na osiągnięcia i sukces. Niemniej potrzeba poszukiwania sensu życia – rozmaicie rozumiana i przeżywana – jest dość powszechna wśród osób z młodego pokolenia, nawet jeżeli pytania o sens życia nie są stawiane permanentnie, lecz w określonych okolicznościach życia codziennego, osobistego i społecznego.

W różnych okolicznościach człowiek natrafia na znaki zapytania związane z jego egzystencją. Pyta o sens tego, co go otacza, pyta o znaczenie własnej egzystencji, docieka sensu zaangażowania się w życie

---

<sup>5</sup> Ibidem, s. 177.

społeczne, polityczne, gospodarcze i kulturalne. Pytania o siebie i o własną tożsamość osobową często wyprowadzają jednostkę „poza” czy „ponad” wymiar codziennej egzystencji (Dlaczego tu jestem?; Po co żyję?; Co powinienem zrobić?; Jak znaleźć szczęście?; Dlaczego istnieją cierpienie, choroby i śmierć?; Co chcę osiągnąć w życiu?). Jeżeli nawet młodzież stanowi kategorię ludzi myślących i zastanawiających się nad sensem swojego życia, jeżeli odczuwa potrzebę posiadania określonego celu, który pozwoli mądrze pokierować życiem jednostki, to nie znaczy, że na co dzień jest świadoma tych problemów, że poddaje je systematycznej refleksji i rozważaniom intelektualnym.

Niektórzy młodzi ludzie nigdy nie zastanawiali się głębiej nad sensem życia, zawsze mieli ważniejsze sprawy do załatwienia. Na tym etapie rozwoju osobowościowego akceptują niekiedy zarówno samo życie, jak i rodzinę, religię, instytucje społeczne itp. w sposób bezrefleksyjny. W sposób refleksyjny pytania o sens życia pojawiają się wtedy, gdy trzeba zmierzyć się z przeciwnościami, takimi jak trudności w nauce, niezrozumienie w rodzinie, kryzysy w stosunkach z przyjaciółmi, choroby, niepełnosprawność, brak dostatecznych środków do życia, a także kryzysy gospodarcze i społeczne.

Problem sensu życia jest, w ocenie badanych Polaków, dość często przedmiotem ich refleksji. W 1997 roku mniej więcej połowa badanych co najmniej często myślała na ten temat, przy czym co szósty respondent bardzo często rozważał tę kwestię (17%), a prawie co trzeci – dość często (30%). Jedna trzecia ankietowanych tylko czasem zastanawiała się nad sensem swojego życia (33%), a jedna piąta robiła to sporadycznie (15%) lub wcale o tym nie myślała (5%). Częstość myślenia o sensie życia była związana z wiekiem. Tego rodzaju kwestie nieco częściej rozważały osoby młodsze, w wieku 18–24 lat (55% ankietowanych deklaroowało, że zdarza się im to często), a także mieszkające w miastach do 20 tysięcy mieszkańców (57%), raczej źle oceniające kondycję materialną swojej rodziny (51%) i bezrobotni (57%)<sup>6</sup>.

W sondażu Centrum Badania Opinii Społecznej z marca 2017 roku 15% badanych dorosłych Polaków deklaroowało, że bardzo często zastanawia się nad sensem życia, 21% – dość często, 33% – czasami, 10% – raczej rzadko, 7% – tylko sporadycznie, 6% nie zastanawiało się nad sensem życia, a 8% nie interesowało się tym zagadnieniem. Kobiety częściej niż mężczyźni zastanawiały się bardzo często lub często nad sensem życia (odpowiednio 44% i 27%), osoby w wieku od 18 do 24 lat

---

<sup>6</sup> *Portret Polaka frasośliwego – opinie o sensie życia, wartościach życiowych i marzeniach*. Komunikat z badań. BS/58/58/97. Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa 1997. Pobrano z: [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1997/K\\_058\\_97.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1997/K_058_97.PDF) [15.06.2021], s. 2.

częściej niż będące w wieku 65 lat i starsze (odpowiednio 40% i 31%), osoby z wykształceniem podstawowym rzadziej niż te z wykształceniem wyższym (odpowiednio 31% i 41%), osoby określające swoją sytuację materialną jako dobrą nieco rzadziej niż osoby w złej sytuacji materialnej (odpowiednio 37% i 40%), osoby wierzące i praktykujące kilka razy w tygodniu częściej niż niepraktykujące (odpowiednio 67% i 33%). W latach 1997–2017 wskaźnik zastanawiających się nad sensem życia bardzo często lub często zmniejszył się z 47% do 36% (spadek o 11 punktów procentowych), przybyło natomiast tych, którzy nie zastanawiali się nad tym zagadnieniem, na przykład z braku czasu<sup>7</sup>.

W badaniach ogólnopolskich z 2020 roku zrealizowanych przez firmę badawczą Kantar Polska na zlecenie Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II 6% badanych dorosłych Polaków deklarowało, że bardzo często zastanawiało się nad sensem swojego życia, 25% – zastanawiało się często, 34% – rzadko, 16% – bardzo rzadko, 12% – nigdy, 8% udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”. Kobiety nieco częściej niż mężczyźni myślały bardzo często lub często o sensie swojego życia (odpowiednio 33% i 28%), młodzież do 29. roku życia rzadziej niż osoby w wieku 60 lat i starsze (odpowiednio 27% i 37%), legitymujący się wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym rzadziej niż ci z wykształceniem wyższym (odpowiednio 22% i 40%), mieszkający na wsi rzadziej niż mieszkający w miastach powyżej 200 tysięcy mieszkańców (odpowiednio 30% i 36%), deklarujący lewicowe poglądy polityczne rzadziej niż deklarujący poglądy prawicowe (odpowiednio 29% i 35%), wierzący i regularnie praktykujący częściej niż niewierzący (odpowiednio 40% i 25%) (badania socjologiczne Tomasza Adamczyka)<sup>8</sup>.

Nieco inaczej kształtuje się myślenie o sensie życia w środowiskach młodzieży szkolnej. W 2009 roku w regionie konińskim 20% młodzieży ponadgimnazjalnej deklarowało, że bardzo często myśli o sensie życia, 25,4% – myśli często, 25,4% – czasami, 28,7% – rzadko, 0,1% – udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”, 0,3% – nie udzieliło odpowiedzi, a nikt nie zadeklarował, że nigdy nie myśli o sensie życia. O sensie życia częściej myślały kobiety niż mężczyźni, młodszy wiekiem rzadziej niż starsi, licealiści częściej niż ankietowani z zasadniczych szkół za-

---

<sup>7</sup> *Sens życia - wczoraj i dziś*. Oprac. M. Feliksiak. „Komunikat z badań CBOS” 2017, nr 41. Pobrano z: [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_041\\_17.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_041_17.PDF) [15.06.2021], s. 2–3; *Samopoczucie Polaków w roku 2017*. Oprac. M. Omyła-Rudzka. „Komunikat z Badań CBOS” 2018, nr 6. Pobrano z: [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K\\_006\\_18.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K_006_18.PDF) [15.06.2021], s. 1–9.

<sup>8</sup> Za udostępnienie informacji o wynikach badań z 2020 roku dziękuję ks. dr. Tomaszowi Adamczykowi z Wydziału Nauk Społecznych Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II.

wodowych, głęboko wierzący częściej niż niezdecydowani w sprawach wiary i niewierzący<sup>9</sup>.

W 2009 roku spośród ogółu badanych maturzystów z pięciu miast (Szprotawy, Puław, Kraśnika, Dębina, Gdańska) 24,4% zastanawiało się bardzo często nad celem i sensem swojego życia, 27,6% – robiło to często, 30,2% – czasami, 12,5% – rzadko, 2% – nigdy, 2,4% – nie miało zdania, a 0,8% nie udzieliło odpowiedzi. Mniej więcej połowa ankietowanych podejmowała refleksję nad problematyką sensu życia przynajmniej często. Częstotliwość zastanawiania się nad celem i sensem życia była zróżnicowana w grupie młodzieży maturalnej, ale w swoim ogólnym obrazie zbliżona w poszczególnych ośrodkach szkolnych, niezależnie od wielkości miasta, w którym uczyli się ankietowani maturzyści.

W latach 1994–2009 wskaźniki bardzo częstego lub częstego myślenia o celu i sensie życia utrzymały się na tym samym poziomie, i to we wszystkich ośrodkach szkolnych, do których uczęszczała badana młodzież maturalna (spadek o 1,6 punktu procentowego). W poszczególnych kategoriach demograficznych i społecznych zmiany w częstotliwości myślenia o sensie życia były niewielkie, nieco większe wśród osób niezwiązanych z religią. Młodzież mniej związana z religią rzadziej deklarowała myślenie o celu i sensie życia niż młodzież związana z religią; różnice te jeszcze się pogłębiły w okresie 15 lat. Nieco ponad połowa badanych maturzystów często – według własnych deklaracji – myślała o celu i sensie życia; nad problemami egzystencjalnymi czasami lub rzadko zastanawiała się mniejsza grupa badanych. Dla nielicznych ankietowanych zagadnienie celu i sensu życia nie stanowiło w ogóle przedmiotu myślenia i refleksji (w tej grupie znalazło się 5% respondentów)<sup>10</sup>.

W 1994 roku 21,5% badanych maturzystów z Puław deklarowało, że bardzo często myśli o sensie życia, 31,4% – często, 31,8% – czasami, 11,2% – rzadko, 1,2% – nigdy, 2,1% nie miało zdania, a 0,8% nie udzieliło odpowiedzi; w 2009 roku – odpowiednio – 26,8%, 26,4%, 29,2%, 14,4%, 1,2%, 2% (nie było nikogo, kto nie udzieliłby odpowiedzi); w 2016 roku – 34,3%, 34,3%, 20,6%, 5,6%, 1%, 2,4%, 1,7%; dla porównania maturzyści lubelscy w roku szkolnym 2009/2010 (odpowiednio) – 25,8%, 34,7%,

---

<sup>9</sup> K. Skoczylas: *Wartości młodych katolików regionu konińskiego. Studium katechetyczno-pastoralne na przykładzie wybranych szkół ponadgimnazjalnych regionu konińskiego*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2011, s. 302–303 i 610–612.

<sup>10</sup> J. Mariański: *Postawy maturzystów wobec sensu życia (1994–2009)*. „Przeгляд Religioznawczy” 2011, nr 2, s. 122–123.



24,5%, 10,1%, 2%, 2,8% (nie było nikogo, kto nie udzieliłby odpowiedzi)<sup>11</sup>. W zbiorowości puławskich maturzystów w 1994 roku bardzo często lub często nad celem i sensem swojego życia zastanawiało się łącznie 52,9% badanych, w 2009 roku – 53,2%, w 2016 roku – 68,6% (w Lublinie – 60,5%). W latach 1994–2016 wskaźnik myślących bardzo często lub często o sensie życia wzrósł o 15,7 punktów procentowych.

Z dokonanych analiz statystyczno-korelacyjnych wynika, że w 2016 roku w Puławach bardzo często lub często o celu i sensie życia myślało 71,4% kobiet, 64,4% mężczyzn, 64,5% młodzieży ze szkół ogólnokształcących, 72,3% młodzieży z techników, 64,5% młodzieży mieszkającej na wsi lub w małych miastach, 72,3% młodzieży mieszkającej w Puławach, 72,3% wierzących, 66,6% niezdecydowanych w sprawach wiary, 35,5% obojętnych religijnie, 85,1% niewierzących, 75,7% praktykujących w każdą niedzielę, 68% praktykujących dwa lub trzy razy w miesiącu, 69,5% praktykujących raz w miesiącu lub kilka razy w roku, 61,1% niepraktykujących. Częściej o celu i sensie życia myślały kobiety, młodzież z techników, mieszkająca w Puławach, osoby określające siebie jako wierzące lub niewierzące oraz praktykujące w każdą niedzielę. Najrzadziej o sensie życia myślały osoby określające siebie jako obojętne religijnie<sup>12</sup>.

Stosunkowo często o celu i sensie życia myślała lubelska młodzież akademicka. Spośród badanych studentów I i V roku Politechniki Lubelskiej 5,95% myślało bardzo często o celu i sensie życia, 42,86% – często, 29,17% – rzadko, 10,12% – bardzo rzadko, 3,57% – prawie nigdy lub nigdy, 8,33% udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”. Łącznie 48,81% badanych bardzo często lub często snuło refleksję nad sensem życia (studenci I roku – 46,07%, studenci V roku – 51,90%)<sup>13</sup>. Jeszcze wyższy wskaźnik myślenia o sensie życia skonstatowano wśród osób niepełnosprawnych na początku XXI wieku (bardzo często – 23,9%, często – 46,3%, rzadko – 16,4%, bardzo rzadko – 4,5%, nigdy – 3%, brak zdania – 5,4%, brak odpowiedzi – 0,6%). Kobiety znacznie częściej niż mężczyźni rozmyślały nad sensem życia, wierzący częściej niż zdystansowani

<sup>11</sup> Za dostęp do informacji o wynikach badań młodzieży lubelskiej dziękuję ks. dr. Marcinowi Roli, proboszczowi w Kłodnicy (archidiecezja lubelska).

<sup>12</sup> J. Mariański: *Maturzyści puławscy w latach 1994–2016. Szkic do portretu młodych Polaków*. Warszawskie Wydawnictwo Socjologiczne, Warszawa 2019, s. 356–357.

<sup>13</sup> G. Jabłczyńska, A. Walczyna: *Sens życia w świadomości młodzieży akademickiej*. W: *Człowiek wobec uniwersum. Księga jubileuszowa z okazji 75. rocznicy urodzin Pana Profesora Mariana Filipiaka*. Red. A. Biała et al. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2010, s. 43.

wobec wiary. Wiek badanych i przyczyny ich niepełnej sprawności nie wpływały na częstotliwość myślenia o sensie życia<sup>14</sup>.

W podsumowaniu danych empirycznych dotyczących częstotliwości myślenia o sensie życia należy raz jeszcze skonstatować, że w 2017 roku bardzo często lub często zastanawiało się nad sensem życia 36% badanych dorosłych Polaków, w 1997 roku – 47%. W środowiskach młodzieżowych wskaźniki bardzo częstego lub częstego myślenia o sensie życia kształtowały się na nieco wyższym poziomie: maturzyści z pięciu miast – 52%, młodzieży ze szkół ponadgimnazjalnych regionu konińskiego – 45,4%, maturzyści puławscy – 68,8%, studenci lubelscy – 48,81%. Podobną częstotliwość myślenia o sensie życia deklarowała młodzież pochodząca z różnych środowisk społecznych w latach dziewięćdziesiątych XX wieku<sup>15</sup> i na początku XXI wieku<sup>16</sup>.

Młodzież polska myśli o sensie życia nieco częściej niż dorośli Polacy. Tylko dla niektórych ankietowanych współczesnych ludzi zagadnienie celu i sensu życia nie stanowiło w ogóle przedmiotu myślenia i refleksji. Problemy te nie były irrelewantne w świadomości młodego pokolenia Polaków z drugiej dekady XXI wieku. Szczególnie rzadko zajmowały się problemami egzystencjalnymi osoby deklarujące obojętność w sprawach wiary. Nawet niewierzący częściej myślą o sensie życia niż osoby, którym sprawy wiary są obojętne. Zainteresowanie osób deklarujących się jako głęboko wierzące wynika prawdopodobnie z ich osobowo przeżywanej wiary<sup>17</sup>.

## Poczucie sensu życia i zadowolenie z życia

Fundamentalne znaczenie dla odkrywania sensu i celu ludzkiego życia mają uznawane wartości. Człowiek jest istotą, która nie tylko jest, lecz także wie, że jest. Dlatego może stawiać ważne pytania: Po co żyję?, Jak należy żyć?, Czy warto żyć?, Kim należy być?, Czym należy się kierować?, Jaki projekt życia należy realizować? Ci, którzy nie odnajdują sensu i celu życia, nie są również zdolni do pełnego odczytania

---

<sup>14</sup> W. Janocha: *Poczucie sensu życia osób z niepełnosprawnością*. Wydawnictwo Jedność, Kielce 2008, s. 69.

<sup>15</sup> J. Mariański: *Między nadzieją i zwątpieniem. Sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*. Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1998, s. 144.

<sup>16</sup> J. Mariański: *Sens życia, wartości, religia. Studia socjologiczne*. Wydawnictwo KUL, Lublin 2013, s. 86.

<sup>17</sup> K. Pankowski: *O sensie życia, wartościach życiowych, cnotach i występkach*. W: *Wartości, praca, zakupy... O stylach życia Polaków*. Red. M. Falkowska. CBOS, Warszawa 1997, s. 18–19.

obiektywnej hierarchii wartości. I odwrotnie: kto nie odnajduje prawdziwej hierarchii wartości, nie może sobie odpowiedzieć na pytanie o sens i cel własnego życia. W kontekście celu i sensu życia łatwiej jest przyjąć człowiekowi, że wartości układają się w określony system, że mają swoją hierarchię, że jedne są ważniejsze, a inne mniej ważne (preferencje wartości). Aby normalnie funkcjonować, człowiek musi poszukiwać wartości, które nadają sens jego życiu.

Młodzież na ogół zdaje sobie sprawę z tego, że życie nie jest łatwe. Uważnie obserwuje otaczającą ją rzeczywistość, dostrzega jej obecne i przyszłe trudności. Młodość jest specyficznym okresem życia indywidualnego, charakteryzującym się dużym zapotrzebowaniem na ideały i wartości naczelne. Wchodząc w dorosłe życie, młodzi ludzie borykają się z wciąż nowymi zagadnieniami i problemami, poszukują własnych rozwiązań, tworzą własny system wartości i ocen moralnych. W świetle kształtujących się poglądów, aspiracji i orientacji oceniają życie w kategoriach sensowne – bezsensowne, dające zadowolenie – przynoszące niezadowolenie. Zadowolenie z życia i poczucie sensu życia zmieniają się w toku egzystencji jednostkowej i społecznej, a także w perspektywie pokoleniowej<sup>18</sup>.

Właśnie w okresie adolescencji wyraźnie częściej człowiek zaczyna sobie stawiać pytania egzystencjalne i poszukiwać na nie wiarygodnych odpowiedzi. „Dopiero na poziomie głębszego rozwoju świadomości i samoświadomości, na poziomie silniejszych związków uczuciowych, wzrostu środowiska wewnętrznego i dynamizmu przeróbki wewnątrzpsychicznej, rozwoju hierarchii wartości i ideału osobowości, dochodzi do powstawania i rozwoju kwestii sensu życia i istnienia”<sup>19</sup>. Każda głębsza refleksja nad osobistym szczęściem i zadowoleniem prowadzi nieuchronnie do problemu sensu życia. Sens życia to coś więcej niż subiektywne zadowolenie. Również życie społeczne ma wpływ na to, kim się stajemy i kim jesteśmy w naszej codzienności. Sens życia to nie tylko cel, do którego jednostka dąży (kwestia indywidualna), lecz także istnienie człowieka czy nawet całej ludzkości.

Zadowolenie z życia, szczęście i sens życia są stanami korelatywnymi, zbliżonymi do siebie, ale nie tożsamymi. Zadowolenie z życia utrwala poczucie jego sensu, a sens życia jest warunkiem szczęścia pojmowanego jako zadowolenie. Zadowolenie z życia jest wypadkową falującej rozpiętości między odczuwanymi potrzebami i wartościami a możliwościami ich zaspokojenia i realizacji, jest pozytywnym stanem

---

<sup>18</sup> J. Mariański: *Sens życia w świadomości społeczeństwa polskiego na podstawie wyników badań socjologicznych*. „Zeszyty Naukowe KUL” 1983, nr 4, s. 19–46.

<sup>19</sup> K. Dąbrowski: *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1989, s. 184.

poznawczym, a wtórnie emocjonalnym powstałym na tle konkretnej sytuacji życiowej. Być może zadowolenie z życia jest konstruktem poznawczym, zakłada bowiem pewien namysł nad poszczególnymi sferami życia i życiem jako całością, ich ocenę; szczęście jest raczej stanem emocjonalnym. Sens natomiast ma komponenty zarówno poznawcze, jak i emocjonalne. O kondycji psychiczno-duchowej człowieka decydują nie tylko czynniki natury obiektywnej, lecz także kompleks czynników natury subiektywnej. Poczucie zadowolenia lub niezadowolenia jest dość często wynikiem porównywania własnej sytuacji życiowej z położeniem innych ludzi oraz konfrontacji własnych oczekiwań czy potrzeb z obiektywnym stanem rzeczy. Sens życia wiąże się z poczuciem celowości i z przeświadczeniem, że własne życie ma jakieś znaczenie, wiąże się również z subiektywnym dobrostanem.

Globalnemu rozpoznaniu poczucia sensu życia i zadowolenia młodzieży szkolnej miało służyć poznanie odpowiedzi na pytanie zamknięte skierowane do badanych. Ma ono tę zasadniczą zaletę, że jest bardzo ogólne, co jednocześnie może być jego wadą – jest niejednoznaczne. Pytanie nie wskazuje, jakie treści należy brać pod uwagę w wypowiedzianych ocenach. Aby tego częściowo uniknąć, wskazano na całe życie jako przedmiot ogólnej oceny. W referowanych badaniach socjologicznych zadane młodzieży pytanie miało następująco formę: „Ludzie różnie oceniają swoje życie. Jedni uważają je za sensowne i dające zadowolenie, inni za bezsensowne. Jaki jest Twój stosunek do życia?”.

W grupie młodzieży maturalnej z pięciu miast nieco więcej niż połowa ankietowanych prezentowała postawy aprobujące życie pod względem jego sensu i była zadowolona z życia (optymistyczny stosunek do życia), oceniała swoje życie jako celowe i sensowne, a także dające zadowolenie (51,1%). Stosunkowo wielu młodych uważało życie za mało sensowne, ale mimo to dające zadowolenie (20,5%). To umiarkowanie optymistyczne stanowisko oscylowało między całkowitym oczarowaniem życiem i całkowitą negacją wartości życia. Być może badani ci nie uświadamiali sobie wyraźnie swoich celów życiowych i nie dostrzegali powodów do znalezienia sensu życia, mimo to byli ogólnie z niego zadowoleni. Nieco mniejszą zbiorowość tworzyli ci, którzy uważali życie za sensowne, ale niedające im zadowolenia (18,3%); pomimo zasadniczej afirmacji życia odczuwali kłopoty i trudności w zetknięciu się z codziennymi sprawami. Były to prawdopodobnie osoby, które aprobowały swoje dotychczasowe życie, dostrzegały w nim wiele cennych wartości, ale niekiedy trudno osiągalnych lub w ogóle niemożliwych do osiągnięcia. To powodowało rozczarowanie, niezadowolenie i pesymizm. Wyodrębniła się wreszcie niewielka, ale wyraźnie uchwytna, grupa młodzieży o całkowicie pesymistycznym nastawieniu do

życia – osoby w tej grupie ani nie dostrzegały sensu w swoim życiu, ani nie odczuwały zadowolenia z życia (7,3%).

W kategorii odczuwających zadowolenie z życia (71,6%) lokowało się nieco więcej ankietowanych niż w kategorii aprobujących sens życia (69,4%) (różnica między tymi grupami wynosiła zaledwie 2,2 punktu procentowego). Jeżeli nawet postawy kwestionowania sensu życia były stosunkowo rzadkie, to postawy „mieszane”, będące przejawem częściowej aprobaty życia, pojawiały się dość często w środowiskach młodzieżowych i mogły łatwo przekształcać się w postawy daleko idącego zwątpienia w wartość życia. W latach 1994–2009 nie zaznaczyły się istotne zmiany w tym zakresie. Wprawdzie nieco przybyło tych, którzy uznawali swoje życie za bezsensowne (wzrost o 1,8 punktu procentowego), ale równocześnie przybyło tych, którzy swoje życie uważają za sensowne i dające zadowolenie (jest ich więcej o 6 punktów procentowych). Nieco zmniejszyła się liczebność grupy osób uważających życie za mało sensowne, ale dające zadowolenie (7,4%). Można więc mówić raczej o stabilizacji niż o zmianie postaw wobec poczucia sensu życia i zadowolenia z niego. Prawdopodobnie jednak powiększa się grupa ludzi młodych, którzy mają świadomość występowania wielu czynników zarówno w ich życiu, jak i w życiu innych ludzi, a nawet całego społeczeństwa, budzących wątpliwości co do przekonania, że życie ludzkie ma sens. W środowiskach młodzieżowych nasilają się różnego rodzaju lęki i obawy<sup>20</sup>.

W 1994 roku 5,8% maturzystów puławskich wyraziło pogląd, że życie jest bezsensowne i można w nie zwątpić, 24% nie dostrzegało w życiu zbyt wiele sensu, ale czerpało zadowolenie z życia, 19,8% uważało, że życie jest sensowne, ale nie daje tym osobom zadowolenia, 47,5% było zdania, że życie jest sensowne i daje im zadowolenie, 2,9% nie udzieliło odpowiedzi; w 2009 roku – odpowiednio – 8%, 18%, 16%, 56%, 2%; w 2016 roku – 6,6%, 22%, 25,5%, 43,4%, 2,4%. W latach 1994–2016 zmniejszył się wskaźnik uznających swoje życie za sensowne i dające zadowolenie o 4,1 punktu procentowego. W 2016 roku kobiety rzadziej niż mężczyźni deklarowały, że życie ma dla nich sens i daje im zadowolenie (odpowiednio 39,9% i 48,3%), młodzież ze szkół licealnych rzadziej niż ta z techników (odpowiednio 40,6% i 45,9%), młodzież mieszkająca na wsi i w małych miastach częściej niż ta mieszkająca w Puławach (odpowiednio 46,9% i 37,6%), osoby deklarujące się jako wierzące (54,2%) częściej niż niezdecydowane w sprawach wiary (29,2%), obojętne religijnie (19,4%) i niewierzące (22,2%), osoby praktykujące

---

<sup>20</sup> J. Mariański: *Wartości życia codziennego a sens życia*. W: *Segmenty aktywności społecznej a wartości. Idee i praktyka*. Red. J. Szymczyk. Wydawnictwo KUL, Lublin 2012, s. 42–45.

w każdą niedzielę (47,1%) częściej niż praktykujące dwa lub trzy razy w miesiącu (46,2%), praktykujące raz w miesiącu lub kilka razy w roku (43,8%) i niepraktykujące (31,5%). Poczucie sensu życia i zadowolenie z życia częściej odczuwali mężczyźni, młodzież z techników, mieszkająca na wsi lub w małych miastach oraz wierząca i regularnie praktykująca<sup>21</sup>.

W 2005 roku (próba ogólnopolska) 7,8% ankietowanej polskiej młodzieży deklарowało, że życie jest bezsensowne i można w nie zwątpić, 15,1% odpowiadało, że nie dostrzegają w życiu zbyt wiele sensu, ale życie daje im zadowolenie, 12,3% – że życie jest sensowne, ale zadowolenia im nie daje; 53% – że życie jest sensowne i daje im zadowolenie; 11,1% udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”, a 0,6% nie udzieliło odpowiedzi. W 2017 roku odpowiednie dane kształtowały się następująco: 6,9%, 16,6%, 11,1%, 52,3%, 11,7%, 1,4%. W latach 2005–2017 nie nastąpiły zmiany w deklaracjach młodzieży na temat poczucia sensu życia i zadowolenia z życia. Tylko blisko co dziesiąty badany młody Polak deklarował, że życie jest bezsensowne i można w nie zwątpić. W całej zbiorowości młodzieży szkolnej nieco więcej niż połowa badanych prezentowała postawy aprobujące życie pod względem jego sensu i była zadowolona z życia (miała optymistyczny stosunek do życia), oceniała życie jako celowe i sensowne oraz dające zadowolenie, dostrzegała wyraźnie swoje cele i dążenia, a także – być może – z nadzieją patrzyła w nadchodzącą przyszłość.

Mniej niż co piąty respondent był zadowolony z życia, mimo że uważał je za mało sensowne. To umiarkowanie pesymistyczne stanowisko oscylowało między całkowitym oczarowaniem życiem i całkowitą negacją wartości życia. Być może osoby te nie uświadamiały sobie zbyt wyraźnie swoich celów życiowych, więc nie dostrzegały powodów, by mieć poczucie sensu życia. W gronie badanych znalazła się wreszcie niewielka, ale wyraźnie uchwytna, grupa młodzieży o całkowicie pesymistycznym nastawieniu do życia. Niezależnie od charakteru uzasadnień poczucia bezsensu życia młodzież z tej grupy uświadamiała sobie wiele czynników zarówno w jej życiu, jak i w życiu innych ludzi, a także całego społeczeństwa, a nawet i świata, które w różnym stopniu przyczyniły się do powstania przekonania, że życie nie ma sensu.

Pogląd, że życie jest sensowne i daje zadowolenie, nieco częściej prezentowali mężczyźni niż kobiety (odpowiednio 55,7% i 49,9%), młodzież z liceów ogólnokształcących (53,9%) nieco częściej niż młodzież z techników (50,5%) i zasadniczych szkół zawodowych (50,5%), młodzież mieszkająca na wsi (54,8%) nieco częściej niż młodzież

<sup>21</sup> J. Mariański: *Maturzyści puławscy w latach 1994–2016...*, s. 358–359.

mieszkająca w miastach do 50 tysięcy mieszkańców (50,4%), w miastach od 50 tysięcy do 100 tysięcy mieszkańców (49,2%), w miastach od 100 tysięcy do 250 tysięcy mieszkańców (52,9%), w miastach od 250 tysięcy do 500 tysięcy mieszkańców (48,6%) i w miastach powyżej 500 tysięcy mieszkańców (53,4%).

W zbiorowości młodzieży szkolnej badani określający siebie jako osoby głęboko wierzące deklarowali pogląd, że życie jest sensowne i daje zadowolenie (61,3%), częściej niż wierzący (58,8%), niezdecydowani w sprawach wiary (45,5%), obojętni religijnie (44,6%) i niewierzący (39,8%); praktykujący w każdą niedzielę (61,0%) częściej niż praktykujący w prawie każdą niedzielę (50,3%), jeden lub dwa razy w miesiącu (54%), tylko w wielkie święta (57,7%), tylko z okazji ślubu lub pogrzebu (48,8%) i niepraktykujący (35,0%). Cechy demograficzne, społeczne i religijne nie różnicowały wyraźnie poglądów młodzieży szkolnej na życie (poczucia sensu życia i zadowolenia z niego). Znaczące różnice uwidoczniły się jedynie między głęboko wierzącymi i niewierzącymi (różnica 21,5 punktu procentowego) oraz między regularnie praktykującymi i niepraktykującymi (różnica 26 punktów procentowych)<sup>22</sup>.

W 2017 roku 3,3% badanej młodzieży akademickiej twierdziło, że życie jest bezsensowne i można w nie zwątpić; 11,2% – że nie dostrzeżę w życiu zbyt wiele sensu, ale życie daje zadowolenie; 10,1% – że życie jest sensowne, ale nie daje zadowolenia; 64,2% – że życie jest sensowne i daje zadowolenie; 9,3% odpowiedziało, że trudno powiedzieć; 1,9% nie udzieliło odpowiedzi (w 2005 roku – odpowiednio – 3,9%, 10,4%, 9,3%, 65,4%, 10,4%, 0,6%). Część studentów nie widziało związku między sensem życia i zadowoleniem z życia, trudno jednak mówić o wysokiej jakości życia bez zadowolenia z tego życia. Prawie dwie trzecie ankietowanych łączyło sens życia z zadowoleniem z życia, częściej głęboko wierzący (78,5%) i wierzący (69,9%) niż niezdecydowani, ale przywiązani do tradycji religijnej (55,9%), obojętni w sprawach wiary (52,6%) i niewierzący (56,8%)<sup>23</sup>.

Na początku XXI wieku w badaniach socjologicznych lubelskiej młodzieży akademickiej skonstatowano także bardzo wysoki poziom zadowolenia z życia i poczucia jego sensu. W gronie studentów i studentek

<sup>22</sup> J. Mariański: *Kondycja religijna i moralna młodzieży szkół średnich w latach 1988–1998–2005–2017. (Raport z ogólnopolskich badań socjologicznych)*. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2018, s. 83–84.

<sup>23</sup> A. Kasperek: *Poczucie sensu w życiu młodzieży akademickiej. Porównanie wyników badań z lat 1988–1998–2005 i 2017. W: Między konstrukcją a dekonstrukcją uniwersum znaczeń. Badanie religijności młodzieży akademickiej w latach 1988–1998–2005–2017*. Red. S.H. Zaręba, M. Zarzecki. Warszawskie Wydawnictwo Socjologiczne, Warszawa 2018, s. 57.

I i V roku Politechniki Lubelskiej na kierunku edukacja informatyczno-techniczna 4,76% ankietowanych akceptowało twierdzenie, że życie jest bezsensowne, 14,28% nie dostrzegało w życiu zbyt wiele sensu, ale życie dawało im zadowolenie, 16,07% było zdania, że życie jest sensowne, ale zadowolenia nie daje; 64,88% – że życie jest sensowne i daje zadowolenie. Prawie dwie trzecie ankietowanych deklarowało pogląd, że ich życie ma sens i przynosi im poczucie zadowolenia (studenci I roku – 61,8%, studenci V roku – 68,35%)<sup>24</sup>.

Ogólnie można by stwierdzić, że ponad połowa badanej młodzieży prezentowała postawy aprobujące życie pod względem zadowolenia z niego i poczucia jego sensu: 51,1% młodzieży maturalnej z pięciu miast, 43,4% puławskiej młodzieży, 52,3% młodzieży szkolnej w skali ogólnopolskiej, 64,88% lubelskich studentów, 64,2% polskich studentów. Interesująca jest kategoria ludzi młodych uznających życie za sensowne, ale niedające zadowolenia. Prawdopodobnie są to osoby aprobujące swoje dotychczasowe życie, dostrzegające w nim cenne wartości, choć czasami trudno osiągalne lub takie, których osiągnięcie nie jest możliwe. Odczucia te powodują rozczarowanie, zwątpienie i umiarkowany pesymizm. Co piąty respondent jest zadowolony z życia, mimo że uważa je za mało sensowne. To umiarkowanie pesymistyczne stanowisko oscyluje między całkowitym oczarowaniem życiem i jego całkowitą negacją. Istnieje wreszcie niewielka, ale łatwo dająca się wyodrębnić grupa młodzieży o całkowicie pesymistycznym nastawieniu do życia. Młodzież ta ma jednak świadomość występowania w jej życiu oraz w życiu innych ludzi, a nawet całego społeczeństwa i świata wielu czynników, które w różnym stopniu rodzą wątpliwości co do przekonania, że życie ma sens.

## Poczucie bezsensu życia

Konkretny sens życia nie jest ustalony raz na zawsze, zmienia się z dnia na dzień, ponadto sensory życia różnych ludzi różnią się. Każdy człowiek dąży do odnalezienia sensu swojej egzystencji, choć czasami w sposób nieświadomy. Wola poszukiwania sensu ulega współcześnie frustracji, coraz częściej ludzi dotyka poczucie bezsensu, któremu towarzyszy poczucie pustki (tzw. pustka egzystencjalna). „Nie ulega wątpliwości, że nasze uprzemysłowione społeczeństwo stara się zaspokoić wszystkie potrzeby człowieka, podczas gdy współistniejące z nim społeczeństwo konsumpcyjne tworzy wciąż nowe potrzeby, które

---

<sup>24</sup> G. Jabłczyńska, A. Walczyna: *Sens życia w świadomości młodzieży akademickiej...*, s. 48.



trzeba zaspokajać. Jednocześnie najbardziej ludzka potrzeba, jaką jest potrzeba odnalezienia i wypełnienia w życiu sensu, jest nieustannie przez to społeczeństwo sfrustrowana. [...] Co zrozumiałe, wynikające z tego poczucie bezsensu najboleśniej dotyka osoby młode, co widać na przykładzie badań empirycznych. I to ono, w ostatecznym rozrachunku, jest gruntem, na którym wyrastają takie zjawiska, jak rozmaite uzależnienia, agresja czy depresja”<sup>25</sup>.

Niektórzy ludzie – jak wskazują psychologowie – mają wiele problemów z odnalezieniem sensu życia, zdarza się, że odnaleziony sens dewaluuje się, nie wystarcza w chwilach kryzysu i zwątpienia. Trud szukania sensu własnego życia i życia ludzkiego w ogólności uwarunkowany jest wieloma czynnikami, takimi jak osobowość, inteligencja, środowisko czy przeżywane kryzysy osobiste i sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Człowiek podlega także specyficznym kryzysom wartości czy nawet tzw. kryzysom sensu, wtedy właśnie ma poczucie bezsensu życia, co się łączy z bezradnością, beznadziejnością itp. Towarzyszą temu przeżyciu tendencje samobójcze albo próby ucieczki w lekomanię, narkomanię, alkoholizm, sieciolizm albo przestępczość. W sytuacji braku celów usensowniających życie człowiek utwierdza się w poczuciu beznadziejności, rezygnacji, bierności, w złym mniemaniu o sobie itp.

W świecie współczesnym, dotkniętym pluralizmem wartości i norm moralnych, przemianom podlegają nie tylko pojedyncze wartości i normy, dochodzi też do zakwestionowania fundamentalnych wartości i norm, również tych związanych z Dekalogiem. „Żyjemy w czasach poczucia bezsensu. W tych naszych czasach wychowanie musi się starać nie tylko o przekazywanie wiedzy, ale również o ulepszanie sumienia, tak by człowiek był wystarczająco wrażliwy, by usłyszeć tkwiące w każdej sytuacji żądania. W czasach, gdy dziesięć przykazań straciło dla wielu na swej ważności, człowiek musi mieć możliwość usłyszenia dziesięciu tysięcy przykazań, utajonych w dziesięciu tysiącach sytuacji, z jakimi styka się. Wówczas nie tylko jego życie będzie mu się jawić jako sensowne, lecz sam będzie również zabezpieczony przed konformizmem i uleganiem przemocy. Tylko bowiem czuwające sumienie czyni go zdolnym do »oporu«, tak że nie poddaje się konformizmowi i nie ustępuje przed siłą zewnętrzną”<sup>26</sup>.

Z badań psychologicznych wynika, że poziom poczucia sensu życia ma zasadniczy wpływ na ogólny poziom niepokoju i lęku, a utrata poczucia sensu własnego życia podwyższa wszystkie czynniki niepokoju.

<sup>25</sup> V.E. Frankl: *Bóg ukryty...*, s. 174–175.

<sup>26</sup> V.E. Frankl: *Nieuświadomiony Bóg*. Przekł. B. Chwedeńczuk. Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1978, s. 92–93.

Jest to widoczne w nasileniu napięcia, w konflikcie wartości, we wzmożonym oskarżaniu siebie, poczuciu niepewności w kontaktach interpersonalnych oraz w niezrównoważeniu emocjonalnym<sup>27</sup>.

Zagrożenie utratą sensu życia, a nawet doświadczenie bezsensu nie zawsze są uświadamiane wprost przez jednostkę, często bywają odczuwane jako swoisty niepokój, niezadowolenie z życia, bezradność życiowa itp. Deficyty sensu ujawniają się w rozmaity sposób, w różnorodnych sytuacjach i okolicznościach życiowych. Niektórzy wątpią w możliwość odnalezienia sensu życia, inni uważają to za pseudo-problem, jeszcze inni negują sens życia lub nie odczuwają potrzeby szukania tego sensu. Wiele wydarzeń negatywnych w naszym życiu powoduje, że niektórzy popadają w izolację, osamotnienie, beznadziejność i bezsensowność bytowania. Fundamentalne pytanie, jaki jest sens ludzkiego życia, pozostaje bez odpowiedzi.

Poczucie utraty sensu życia grozi wszystkim, bez względu na wiek, pochodzenie społeczne, miejsce zamieszkania czy pozycję w społeczeństwie. Ludzie tracący poczucie sensu życia popadają niejednokrotnie w samoizolację, która uniemożliwia spotkania i relacje międzyludzkie. „Groźba bezsensowności własnego życia jest zwykle oddalana za sprawą zaangażowania w rutynowe czynności, które, w powiązaniu z podstawowym zaufaniem, pozwalają zachować poczucie bezpieczeństwa ontologicznego. Potencjalnie niepokojące pytania egzystencjalne rozmywają się wśród kontrolowanych codziennych czynności wykonywanych w ramach systemów samozwrotnych”<sup>28</sup>.

Kryzysy polityczny, społeczny, ekonomiczny i moralny odbijają się poważnie w życiu mieszkańców naszego kraju, powodują pogłębione poczucie beznadziejności. Według sondażu CBOS z września 2015 roku 22,9% badanych dorosłych Polaków akceptowało w sposób zdecydowany twierdzenie, że coraz trudniej dopatrzeć się jakiegoś sensu w otaczającym nas świecie, 39% – raczej zgadzało się z tym twierdzeniem, 22,5% – raczej się nie zgadzało, 7,6% – zdecydowanie się nie zgadzało, 8% udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”, 0,1% – odmówiło odpowiedzi<sup>29</sup>. Pogarszająca się kondycja moralna społeczeństwa, ambiwalentna i nieprzejrzysta, sprawia, że człowiek współczesny czuje się czę-

---

<sup>27</sup> Z. Płużek: *Syndrom paniki*. W: *Lęk. W poszukiwaniu specyficzności*. Red. W. Tłokiński. ARX Regia, Ośrodek Wydawniczy Zamku Królewskiego w Warszawie, Warszawa 1991, s. 58.

<sup>28</sup> A. Giddens: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Przekł. A. Szulżycka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2001, s. 275.

<sup>29</sup> Wyniki badania „Aktualne problemy i wydarzenia” (nr 304). Komunikat z badań CBOS (do użytku wewnętrznego). CBOS, Warszawa 2015, s. 18.

sto bezradny i zagubiony. W skrajnych przypadkach ludzie przeżywają niepokój, poczucie izolacji i odrzucenia, sięgają po irracjonalne działania. Zablokowanie aspiracji życiowych sprawia, że część młodych ludzi nie potrafi rozsądnie myśleć o swojej najbliższej przyszłości.

W badaniach ogólnopolskich z 2020 roku, zrealizowanych przez firmę badawczą Kantar Polska, dorosłym Polakom przedstawiono twierdzenie „Nie mam w życiu żadnych celów” do oceny według sześciopunktowej skali: od 1 (zdecydowanie się nie zgadzam) do 6 (zdecydowanie się zgadzam). Uzyskano następujące dane: 1 – 48%, 2 – 21%, 3 – 9%, 4 – 10%, 5 – 5%, 6 – 5%, 2% badanych zaznaczyło odpowiedź „trudno powiedzieć”. Oznacza to, że 78% badanych odrzuca – w różnym stopniu (odpowiedzi od 1 do 3) – to twierdzenie, a 20% je akceptuje. Zwątpienie lub zakwestionowanie celowości życia deklarowało nieco mniej kobiet niż mężczyzn (odpowiednio 19% i 21%), mniej osób będących w wieku do 29 lat niż w wieku 60 lat i starszych (odpowiednio 18% i 23%), tyle samo osób mieszkających na wsi i w miastach powyżej 200 tysięcy mieszkańców (po 20%), więcej osób o lewicowych poglądach politycznych niż tych o poglądach prawicowych (odpowiednio 24% i 17%), więcej wierzących i regularnie praktykujących niż niewierzących (odpowiednio 15% i 24%)<sup>30</sup>.

Nieco inaczej kształtowało się poczucie bezsensu życia w środowiskach młodzieżowych. W 2009 roku w trzech powiatach regionu konińskiego 16,6% młodzieży szkół ponadgimnazjalnych odczuwało bardzo często bezsens życia, 21,7% – często, 34,8% – czasami, 19,9% – rzadko, 4,0% – nigdy, 3,1% udzieliło odpowiedzi „trudno powiedzieć”. Bardzo częste lub częste odczucie bezsensu życia deklarowało 34,7% ankietowanych dziewcząt i 42,4% chłopców; 35,3% badanych z liceów ogólnokształcących i 44,8% – z zasadniczych szkół zawodowych; 35,2% ankietowanych mieszkających na wsi, 55,4% – w małych miastach i 19,3% – w większych miastach<sup>31</sup>.

W 2009 roku wśród maturzystów z pięciu miast 7% badanych określiło swoje przeżywanie bezsensu życia w kategoriach „bardzo często”, 15,4% – często, 34,6% – czasami, 26,3% – rzadko, 12,9% – nigdy, 2,7% – nie miało zdania w tej sprawie, a 1,1% nie udzieliło odpowiedzi. Ponad 80% respondentów przyznawało się do jakichś form poczucia bezsensu życia. Uzyskane dane empiryczne ujawniły szerokie, chociaż prawdopodobnie tylko powierzchowne dane na temat osobowości młodzieży, która dotknięta jest sceptycyzmem, zwątpieniem, a nawet niewiarą w wartość ludzkiego życia. Odczucie bezsensu życia młodzieży uczącej się

<sup>30</sup> Informacje uzyskane od ks. dr. Tomasza Adamczyka.

<sup>31</sup> K. Skoczylas: *Wartości młodych katolików regionu konińskiego...*, s. 304-305 i 612-613.

w różnych miastach było zbliżone, nieco częściej bezsens życia deklarowała młodzież z małych miast niż z Gdańska. W latach 1994–2009 nie nastąpiły zmiany w odczuciach bezsensu życia w świadomości młodzieży maturalnej, zarówno w wymiarze całościowym, jak i w poszczególnych kategoriach demograficznych, społecznych i religijnych<sup>32</sup>.

W zbiorowości maturzystów puławskich w 1994 roku 6,6% badanych odczuwało – według własnych deklaracji – bardzo często poczucie bezsensu życia, 16,5% – często, 35,1% – czasami, 27,3% – rzadko, 10,7% – nigdy, 2,9% nie miało zdania, a 0,8% nie udzieliło odpowiedzi; w 2009 roku (odpowiednio) – 6,8%, 17,2%, 35,6%, 24%, 13,6%, 2,4%, 0,4%; w 2016 roku – 14,3%, 16,8%, 32,9%, 23,1%, 7,7%, 4,5%, 0,7%. Bardzo częste lub częste myślenie o tym, że życie nie ma sensu, charakteryzowało 23,1% badanych maturzystów w 1994 roku, 24% – w 2009 i 31,1% – w 2016 roku. W latach 1994–2016 nastąpił wzrost – o 8 punktów procentowych – udziału w badanej grupie tych, którzy informowali, że bardzo często myśleli o bezsensie życia.

W 2016 roku kobiety częściej niż mężczyźni odczuwały bardzo często lub często bezsens życia (odpowiednio 35,1% i 25,5%), młodzież z liceów ogólnokształcących częściej niż z techników (odpowiednio 39,9% i 22%), młodzież mieszkająca na wsi lub w małych miastach częściej niż mieszkająca w Puławach (odpowiednio 32,7% i 28,4%), młodzież wierząca (24,9%) rzadziej niż młodzież niezdecydowana w sprawach wiary (43,7%), obojętna religijnie (38,7%) oraz niewierząca (44,4%), młodzież praktykująca regularnie (31,4%), praktykująca dwa lub trzy razy w miesiącu (35,8%) i w ogóle niepraktykująca (35,2%) częściej niż praktykująca raz w miesiącu lub kilka razy w roku (26,7%). Cechy demograficzno-społeczne nieznacznie różnicowały odczucia bezsensu życia w świadomości maturzystów. Jedynie postawy wobec religii oddziaływały różnicująco na częstotliwość odczuwania bezsensu życia. Wśród niewierzących prawie połowa ankietowanych informowała, że bardzo często lub często odczuwa brak sensu życia<sup>33</sup>.

W lubelskich badaniach socjologicznych konstatowano niższą częstotliwość odczuwania bezsensu życia. Wśród studentów I i V roku Politechniki Lubelskiej na kierunku edukacja informacyjno-techniczna wyniki badania były następujące: 1,78% ankietowanych odczuwało bardzo często bezsens życia, 8,33% – często, 38,09% – czasami, 30,36% – rzadko, 17,86% – prawie nigdy lub nigdy, 3,57% nie miało zdania. Łącz-

<sup>32</sup> J. Mariański: *Postawy maturzystów wobec sensu życia (1994–2009)...*, s. 126–127.

<sup>33</sup> J. Mariański: *Maturzyści puławscy w latach 1994–2016...*, s. 361–362.

nie 10,11% badanych odczuwało bardzo często lub często bezsens życia (studenci I roku – 7,86%, studenci V roku – 12,66%)<sup>34</sup>.

Pozytywna postawa wobec sensu życia kształtuje się w określonym kontekście społeczno-kulturowym. Pytania o sens życia należą do najważniejszych, pozytywna odpowiedź na nie określa w znaczący sposób kształt naszego życia. Socjologowie w połowie lat dziewięćdziesiątych XX wieku wskazywali na pogłębianie się deficytu sensu zbiorowego. W warunkach gwałtownie zmieniającej się rzeczywistości wiele osób nie radziło sobie z nowymi trudnościami w codzienności. Można założyć, że młodzież ucząca się w szkołach średnich nie odczuwała społecznych skutków transformacji w takim samym stopniu, w jakim odczuwało je pokolenie ludzi dorosłych. Przejawy społecznego bezsensu nie rzutowały w znaczący sposób na odczucie indywidualnego sensu życia w środowiskach młodzieżowych.

Jeżeli nawet potrzeba sensu życia ukierunkowująca całą aktywność człowieka jest silna w świadomości młodego pokolenia Polaków, to równocześnie odkrywamy wśród osób z tego pokolenia wiele pokładów zwątpienia, poczucia wewnętrznej pustki, przejawów dezintegracji osobowości oraz poczucia ograniczonych perspektyw życiowych. Tego rodzaju postawy „pośrednie” mogą przekształcać się łatwo we frustracje egzystencjalne prowadzące do nerwicowych zaburzeń, a nawet do patologii społecznej. U młodzieży zaprzeczenie sensowi ludzkiego, w tym własnego, istnienia może wystąpić pod wpływem pojedynczego wstrząsającego przeżycia, częściej jednak pod wpływem ciągu traumatyzujących zdarzeń, w wyniku których traci się wiarę w ludzi lub w samego siebie. Bardziej intensywna więź z religią sprzyja utrwalaniu się poczucia sensu życia i chroni przed bezsenssem. Najmniej wartościowe postawy wobec życia prezentują osoby deklarujące indyferentyzm religijny i ateizm. Część tej grupy ma jednak silnie określoną hierarchię wartości pozareligijnych, które pełnią rolę czynnika integrującego osobowość i ułatwiającego odnalezienie sensu życia. Wartości ze sfery *profanum* pełnią u tych jednostek rolę wartości ostatecznych.

Zreferowane wyniki badań socjologicznych przeprowadzonych w latach 1988–2017 w różnych grupach nie dają wprawdzie całościowego obrazu postaw młodzieży wobec sensu życia, ale wskazują na kilka istotnych aspektów o pozytywnym ugruntowaniu poczucia sensu życia u większości badanych osób. Deklarowane poczucie bezsensowności, oznaczające deficyt sensu życia, obejmowało tylko pewną warstwę społeczną – od 10% do 30% badanych deklaroowało, że przeżywa po-

---

<sup>34</sup> G. Jabłczyńska, A. Walczyna: *Sens życia w świadomości młodzieży akademickiej...*, s. 49.

uczucie bezsensu życia bardzo często lub często (młodzież maturalna z pięciu miast – 22,4%, maturzyści puławscy – 31,1%, młodzież szkół ponadgimnazjalnych w regionie konińskim – 38,3%, studenci lubelscy – 10,11%). W tej grupie znalazły się prawdopodobnie jednostki, dla których wszelkie systemy wartości są puste i nic z nich nie wynika dla życia, lub ci, którzy nie potrafili się odnaleźć, chociaż tęsknią za pełnym i dojrzałym życiem. Nie można wykluczyć, że niekiedy deklaracja „życie nie ma sensu” była podyktowana swoistą modą lub przekorą (przyjęte jest mówienie „życie jest nonsensem”). Część młodzieży wykazywała symptomy zachwianego poczucia sensu życia, co wskazywałoby, że w ich życiu nie mieszczą się funkcjonalnie pomocne wartości.

### Uwagi końcowe

Problem sensu życia może być odczuwany nie tylko w sytuacjach kryzysowych (na przykład podczas choroby, niepowodzenia) lub doświadczania jakiegoś braku (na przykład pustki egzystencjalnej), lecz także w sytuacjach codziennych – jako pozytywne i spontaniczne przeżycie, że jest się na właściwej drodze, że dąży się do słusznych i twórczych celów w poczuciu odpowiedzialności. Jeżeli nawet temat sensu życia pojawia się częściej w pierwszej sytuacji, to przecież zawsze wyraża się w poszukiwaniu jakichś celów lub wartości, w ich przeżywaniu i urzeczywistnianiu. Właściwe przeżywanie sensu zakłada świadomość samokrytyczną przeżywającego, a realizacja sensu jest równoznaczna z urzeczywistnianiem samego siebie. Poczucie sensu życia jest jednym z ważnych regulatorów ludzkiego zachowania. Środowisko społeczne może stwarzać dogodne warunki dla rozwoju jednostki albo utrudniać jej odkrywanie wartości kształtujących sens życia.

Omówione wyniki badań socjologicznych nie potwierdziły słuszności potocznego przekonania o daleko idącym procesie rozpadu pozytywnych postaw wobec sensu życia, o szerzącej się beznadziei i pesymizmie życiowym. Poczucie bezsensu życia zaznacza się tylko w pewnych kręgach młodego pokolenia; ci młodzi ludzie ani nie dostrzegają sensu w życiu, ani nie widzą możliwości nadania tego sensu swojemu życiu. Znacznie częstsze są natomiast odczucia niezadowolenia. Część młodzieży wchodzi w dorosłe życie z pesymistycznymi ocenami przyszłości kraju, bez widocznych perspektyw na poprawę sytuacji społeczno-zawodowej i materialnej. Powoduje to utrwalanie się orientacji na teraźniejszość („prezentyzm”), a także poczucie niemożności realizacji wielu pragnień i potrzeb, łącznie z aktywnym kształtowaniem swojego losu i przyszłości społeczeństwa. Znacznie więcej jest młodych

ludzi, którzy z konkretnych przyczyn lub pod wpływem konkretnych warunków życiowych przeżyli kiedyś lub przeżywają momenty rozczarowania i załamania. Były to jednak stany przejściowe, sytuacyjne, przemijające wraz z ustaniem działania określonych przyczyn. Jeżeli nawet – jak twierdzą niektórzy socjologowie – jesteśmy do pewnego stopnia społeczeństwem sfrustrowanym, to z pewnością nie jesteśmy społeczeństwem bez systemów sensotwórczych. Mało jest młodych ludzi w Polsce, którzy rezygnują w sposób trwały z prób rozwiązywania zaistniałych konfliktów, dylematów życiowych i niepokojów egzystencjalnych, którzy poddają się pesymistycznej lub nihilistycznej wizji życia.

W świetle zaprezentowanych danych empirycznych można by określić świadomość egzystencjalną wielu młodych ludzi jako dość ambiwalentną, wahającą się między sensem i bezsensem życia. Tylko mniej więcej połowa młodzieży polskiej deklaruje, że życie ma sens i daje zadowolenie. Pytania o sens naszego istnienia, wszystkich naszych starań i wysiłków, wzlotów i upadków, sukcesów i porażek, radości i smutków, przyjemności i cierpienia prowadzą wielu ludzi, również współczesnych, do pytań o ostateczny sens naszej egzystencji, także ten związany z wiarą/religią<sup>35</sup>.

Socjologowie koncentrują się na badaniu społeczno-kulturowych uwarunkowań sensu życia w jego aspektach świadomościowych i behawioralnych. Dostarczają wielu diagnoz dotyczących zmian wartości, także tych związanych z sensem życia, niekiedy zaniku wartości i kształtowania się bezsensu życia. Pojawia się jednak pytanie, co zrobić ze skutkami analizowanych zjawisk i procesów, czy socjologowie nie powinni – chociażby w ograniczonym zakresie – formułować jakichś elementów terapii. Aksjologiczna wstrzemięźliwość badaczy może pociągać za sobą pewne rozczarowanie czytelników opracowaniami opartymi na badaniach empirycznych. Czytelnicy mają bowiem prawo oczekiwać wskazówek wynikających z analizy negatywnych przejawów życia społecznego. Sama diagnoza nie wystarcza. Socjologia, a zwłaszcza socjologia życia moralnego, mogłaby pomóc w zrozumieniu tajemnicy natury ludzkiej i kondycji społeczeństwa, także w kwestiach fundamentalnych związanych z sensem życia. To pole współpracy socjologii i pedagogiki.

---

<sup>35</sup> P. Sztompka: *Socjologia. Wykłady o społeczeństwie*. Znak Horyzont, Kraków 2021, s. 468.

## Bibliografia

- Berger P.L.: *Welt der Reichen, Welt der Armen. Politische Ethik und sozialer Wandel*. Betz Verlag, München 1976.
- Berger P.L., Luckmann Th.: *Modernität, Pluralismus und Sinnkrise. Die Orientierung des modernen Menschen*. Verlag Bertelsmann Stiftung, Gütersloh 1995.
- Dąbrowski K.: *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1989.
- Frankl V.E.: *Bóg ukryty. W poszukiwaniu ostatecznego sensu*. Przekł. A. Wolnicka. Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2012.
- Frankl V.E.: *Nieświadomiony Bóg*. Przekł. B. Chwedeńczuk. Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1978.
- Giddens A.: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Przekł. A. Szulżycka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2001.
- Jałbczyńska G., Walczyna A.: *Sens życia w świadomości młodzieży akademickiej*. W: *Człowiek wobec uniwersum. Księga jubileuszowa z okazji 75. rocznicy urodzin Pana Profesora Mariana Filipiaka*. Red. A. Biała et al. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2010, s. 41-50.
- Janocha W.: *Poczucie sensu życia osób z niepełnosprawnościami*. Wydawnictwo Jedność, Kielce 2008.
- Kasperek A.: *Poczucie sensu w życiu młodzieży akademickiej. Porównanie wyników badań z lat 1988-1998-2005 i 2017*. W: *Między konstrukcją a dekonstrukcją uniwersum znaczeń. Badanie religijności młodzieży akademickiej w latach 1988-1998-2005-2017*. Red. S.H. Zaręba, M. Zarzecki. Warszawskie Wydawnictwo Socjologiczne, Warszawa 2018, s. 51-68.
- Mariański J.: *Kondycja religijna i moralna młodzieży szkół średnich w latach 1988-1998-2005-2017. (Raport z ogólnopolskich badań socjologicznych)*. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2018.
- Mariański J.: *Maturzyści puławscy w latach 1994-2016. Szkic do portretu młodych Polaków*. Warszawskie Wydawnictwo Socjologiczne, Warszawa 2019.
- Mariański J.: *Między nadzieją i zwątpieniem. Sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*. Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1998.
- Mariański J.: *Postawy maturzystów wobec sensu życia (1994-2009)*. „Przeгляд Religioznawczy” 2011, nr 2, s. 115-135.
- Mariański J.: *Sens życia w świadomości społeczeństwa polskiego na podstawie wyników badań socjologicznych*. „Zeszyty Naukowe KUL” 1983, nr 4, s. 19-46.
- Mariański J.: *Sens życia, wartości, religia. Studia socjologiczne*. Wydawnictwo KUL, Lublin 2013.



- Mariański J.: *Wartości życia codziennego a sens życia*. W: *Segmenty aktywności społecznej a wartości. Idee i praktyka*. Red. J. Szymczyk. Wydawnictwo KUL, Lublin 2012, s. 39–60.
- Pankowski K.: *O sensie życia, wartościach życiowych, cnotach i występkach*. W: *Wartości, praca, zakupy... O stylach życia Polaków*. Red. M. Falkowska. CBOS, Warszawa 1997, s. 17–49.
- Płużek Z.: *Syndrom paniki*. W: *Lęk. W poszukiwaniu specyficzności*. Red. W. Tłokiński. ARX Regia, Ośrodek Wydawniczy Zamku Królewskiego w Warszawie, Warszawa 1991, s. 54–60.
- Portret Polaka fraszobliwego – opinie o sensie życia, wartościach życiowych i marzeniach*. Komunikat z badań. BS/58/58/97. Centrum Badań Opinii Społecznej, Warszawa 1997. Pobrano z: [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1997/K\\_058\\_97.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1997/K_058_97.PDF) [15.06.2021].
- Samopoczucie Polaków w roku 2017*. Oprac. M. Omyła-Rudzka. „Komunikat z Badań CBOS” 2018, nr 6. Pobrano z: [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K\\_006\\_18.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K_006_18.PDF) [15.06.2021].
- Sens życia – wczoraj i dziś*. Oprac. M. Feliksiak. „Komunikat z Badań CBOS” 2017, nr 41. Pobrano z: [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_041\\_17.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_041_17.PDF) [15.06.2021].
- Skoczył K.: *Wartości młodych katolików regionu konińskiego. Studium katechetyczno-pastoralne na przykładzie wybranych szkół ponadgimnazjalnych regionu konińskiego*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2011.
- Sztompka P.: *Socjologia. Wykłady o społeczeństwie*. Znak Horyzont, Kraków 2021.
- Wyniki badania „Aktualne problemy i wydarzenia” (nr 304). Komunikat z badań CBOS (do użytku wewnętrznego). CBOS, Warszawa 2015.