

## ZMYSEL ŽIVOTA VO VÝCHOVE

*Lucia Kubinová*

Filozofická fakulta Univerzity Komenského v Bratislave

---

**Anotácia:** Článok sa zaoberá otázkami uplatnenia logoterapie vo výchove, najmä aplikáciou témy zmyslu života do praxe v školskom prostredí. Jednou z možností je vytvorenie školského rozvíjajúceho programu s ťažiskovou témou hľadania a nachádzania zmyslu života. Uvádžame ukážku takto postaveného programu ako jeden z variantov realizácie logoterapie vo výchove.

**Kľúčové slová:** logoterapia, zodpovednosť, hodnoty, zmysel života, rozvíjajúci program.

### ÚVOD

Súčasná spoločenská situácia, vyvolaná globalizačnými procesmi, celkovou akceleráciou, nárastom objemu informácií, hodnotovým pluralizmom, stratou opory v tradíciách, konzumom a s tým spojenými ďalšími javmi, podnecuje pedagógov a iných odborníkov k detailnejším analýzám v oblasti výchovy a vzdelávania, a k vytváraniu návrhov, ktoré by viedli k optimálnemu riešeniu novodobých výziev a problémov. Na poli pedagogiky sa v tomto kontexte objavuje aj téma zmyslu života a potreba zdôrazniť zmysel života ako cieľ výchovy. Postupne je logoterapia začleňovaná do pedagogiky, a to či už v podobe poradenstva pre rodinu, alebo prenikaním logoterapie v rozličných novátorských formách do prostredia škôl. Teoretické rozpracovanie témy zmyslu života ako cieľa výchovy priniesol J. Pelikán (2007). Praktické uplatnenie logoterapie a prácu s témou zmyslu života nachádzame u P. Tavela a T. Kanálíka (2008). Niektorí pe-

dagógovia zaradujú tieto témy do predmetu etická výchova, iní s ňou pracujú samostatne v rámci tvorivého doplnenia školských osnov. Príkladom uplatnenia logoterapie priamo vo vyučovaní je Novakova aplikácia logoterapie vo vyučovaní matematiky. Autor ako učiteľ chcel žiakov motivovať k zodpovednému a hodnotnému učeniu sa, nielen vyvolať snahu prejsť záverečnými testami. Pomohol žiakom pochopiť zmysel učenia a nájsť si osobný zmysel matematiky (Novak, D., 2008).

## 1. VÝCHOVA K ZODPOVEDNOSTI

Podľa Klčovanskej (2005, s. 75) je „logoterapia vo svojej podstate výchovou k zodpovednosti, predpokladá obraz človeka ako duchovnej, slobodnej a zodpovednej bytosti, zodpovednej práve za uskutočňovanie hodnôt a napĺňanie zmyslu“.

O výchove k zodpovednosti sa v pedagogike hovorilo v podstate v každom období, v rôznych obmenách. Podľa aktuálnej spoločenskej situácie požiadavka na výchovu zahŕňala aj aspekt zodpovednosti. V definíciách výchovy je zodpovednosť či už explicitne, alebo implicitne zahrnutá, je nosnou hodnotou, fundamentom pre život spoločensky zdatnej, smostatnej a realizovanej bytosti. Z mnohých dôvodov sa však práve dnes u moderného človeka objavuje pocit prázdna, frustrácie a straty zmyslu života. Rastúci počet noogénnych neuróz a zážitkov nenaplnenosti, bezhodnotovosti a bezzmyselnosti, si vyžaduje prehodnotenie doterajších koncepcií a zaradenie témy zmyslu života do celistvo poňatého výchovno – vzdelávacieho procesu. Možno hovoriť aj o snahe rozvíjať výchovné pôsobenie nielen ako prevenciu napr. drogových závislostí, šikany a iných negatívnych javov, ale aj ako prevenciu bezhodnotovosti a existenciálnej frustrácie. Zodpovednosť tu má svoje kľúčové miesto. S rastúcimi možnosťami a neustále sa rozširujúcim množstvom podnetov sa dieťa a mladý človek ocitá v „priestore“ slobody, kde často nevie nájsť svoje stabilné miesto, neprecitňuje zmysel svojho bytia vo svete. Mladý človek väčšinou presne vie, čo sa od neho zo strany spoločnosti očakáva, no necíti zmysel a nevie, načo je práve toto dobré. Príkladom je nezriedkavá nešťastná voľba spoločensky atraktívneho povolania, ktoré jedinca však nenaplní radosťou a zážitkom zmysluplnosti.

Zakladateľ logoterapie V.E. Frankl vníma človeka ako bytosť, v ktorej sa pre-pájajú tri dimenzie – fyzická, psychická a noetická. Zabezpečiť svoju fyzickú existenciu a psychickú pohodu ešte neznamená naplniť svoj život, pokiaľ človek nerealizuje hodnoty. Práve noetická dimenzia, ktorá je nezávislá od fyzickej a psychickej dimenzie, umožňuje človeku slobodne zaujať postoj, uplatniť voľbu, povzniesť sa nad determinovanosť a presiahnuť samého seba. Rozhodnúť sa zodpovedne predpokladá byť si vedomý toho, čo je v danej chvíli správne a dobré, a prijať dôsledky svojho rozhodnutia. V súčasnej globalizujúcej sa spoločnosti je azda viac ako v minulých obdobiach vo výchove veľmi dôležité oslovovať jedinca ako duchovnú osobu, podporovať noodynamiku, apelovať na zodpoved-

nosť, pomáhať dôverovať vlastnému citu pri výbere z rastúceho množstva podnetov a možností. Zvládať životné tempo modernej spoločnosti, nápor konzumu a tlak požiadaviek na jedinca a jeho schopnosti si vyžaduje uvedomenie si seba ako slobodnej a zodpovednej osoby, precítenie svojej hodnoty a jedinečnosti, a nájdenie si svojho miesta vo svete, odkiaľ môže človek prospievať sebe aj iným.

## 2. ŠKOLSKÝ ROZVÍJAJÚCI PROGRAM S TÉMOU ZMYSLU ŽIVOTA

Jednou z možností zaradenia logoterapie do výchovno-vzdelávacieho procesu je vytvorenie rozvíjajúceho programu zameraného tematicky na zmysel života. Rozvíjajúce programy sú zahrnuté do skupiny programov „rozvoja spôsobilostí a návykov duchovnej sféry činnosti človeka“ (Sejčová, 2007, s. 195). Patria sem vzdelávacie, rozvíjajúce a poradenské programy, pričom rozvíjajúce programy sú zamerané na „rozvoj psychických funkcií človeka (kognitívnych procesov, vnímania, pamäti, pozornosti, myslenia, reči atď.)“. Rozvíjanie noetickej dimenzie osobnosti nemožno zaradiť medzi vzdelávacie programy a nemožno hovoriť jednoznačne ani o poradenských programoch. Preto takýto program zaradíme medzi rozvíjajúce programy, keďže sú definované aj ako „široká oblasť ľudských mentálnych potencialít a kapacít“ (Zelina, M. in: Sejčová, L., 2007, s. 196). Rozvíjajúci program postavený na logoterapeutických východiskách sa však nezameriava na konkrétne psychické funkcie, nesleduje jednoznačne zadanú funkciu, konkrétne správanie, postoje atď. Istým spôsobom takýto program presahuje ohraničenosť, lebo noetická dimenzia je od fyzickej a psychickej dimenzie nezávislá (zmysel života predpokladá sebatranscendenciu). Rozvíjajúci program pracujúci s témou zmyslu života využíva konkrétne činnosti a aktivity na rozvíjanie schopnosti sebaapresahu, precitovania hodnôt a ich realizovanie.

Presnejšie a podrobnejšie oblasť pôsobenia takto poňatého rozvíjajúceho programu možno opísať v súlade s koncepciou J. Pelikána (2007), ktorý sa venuje otázkam formovania integrujúcich vlastností osobnosti a ich formovanie považuje za piliere výchovy k zmysluplnému životu. Jednou z nich je aj hľadanie a nachádzanie zmyslu života. Podľa tohto autora v rámci hľadania a nachádzania zmyslu života treba sústrediť pozornosť na tieto okruhy (Pelikán, 2007, s. 33):

**Zmysluplné prežitie okamihu** charakterizované ako umenie byť „tu a teraz“ a intenzívne prežívať zmysluplnosť danej chvíle.

**Zmysluplnosť realizovanej aktivity** predpokladá chápať význam toho, čo robíme. Rozhodujúcu úlohu tu zohráva prežitá skúsenosť, a nielen počuté slovo.

**Objavovanie zmyslu** tým, že človek realizuje tvorivé, zážitkové alebo postojevé hodnoty.

Okrem tematickej oblasti, ktorá sa vzťahuje na hľadanie a nachádzanie zmyslu existencie, autor hovorí ešte o ďalších integrujúcich vlastnostiach, ako je napr. adekvátna sebareflexia, zameranie osobnosti, pozitívna emocionalita atď, ktorými sa na tomto mieste nebudeme podrobne zaoberať.

Pri tvorbe školského rozvíjajúceho programu s témou zmyslu života je nevyhnutné uvedené všeobecné schopnosti operacionalizovať vzhľadom na vek detí, ich počet a, samozrejme, vzhľadom na ich individuality. Pri konkrétnych činnostiach treba zohľadniť stupeň sebareflexie detí a v prípade potreby aktivity modifikovať. Uvádzame ukážku rozvíjajúceho programu pre deti vo veku 11 rokov, keď je schopnosť sebareflexie pre chápanie príslušných tém už dostatočne rozvinutá. Prirodzene, v priebehu programu sa však treba flexibilne prispôbovať miere porozumenia detí.

### 3. UKÁŽKA ROZVÍJAJÚCEHO PROGRAMU S TÉMOU ZMYSLU ŽIVOTA

Jednotlivé vyššie uvedené všeobecné okruhy sú rozpracované do podoby otázok, z ktorých potom vychádzajú konkrétne činnosti a aktivity.

Stretnutie zamerané na tému: **Život prebieha v čase** (trpezlivosť, schopnosť nechať veci dozrieť).

*Otázky, od ktorých sa odvíjajú činnosti:*

- Dávam veciam potrebný čas na to, aby sa udiali?
- Dovolím sebe nechať si potrebný čas?

*Konkrétne činnosti vhodné pre danú vekovú kategóriu:*

- Úvodné pohybové rozprúdenie.
- Diskusia o tom, že aby človek mohol robiť to, čo teraz robí, bolo treba vyrásť a dozrieť.
- Napodobňujeme jednotlivé fázy života. Najprv sme bábätká, potom chodíme po štyroch, učíme sa chodiť po dvoch, učíme sa rozprávať, sme v škôlke, v prvej triede až po dnešok. Môžeme si skúsiť byť aj dospelými a napokon si predstaviť, aké to asi bude, keď budeme starí.
- Deti rozdelené do dvojíc dostanú maketu stromu. Každá dvojica maluje strom v inom ročnom období. Napokon obrázky postavíme vedľa seba a rozprávame o tom, ako sa strom v priebehu života mení. Ako sme sa za posledný rok zmenili my?
- Čiara môjho života. Každý si nakreslí čiaru života, na ktorú zaznamená dôležité okamihy svojho života. Opäť si tieto okamihy precítíme a spomíname na ne.
- Kačky a labute. Na jednej strane triedy sa zhromaždia deti predstavujúce kačky a na druhej – deti predstavujúce labute. V strede triedy je jazero znázornené modrou látkou. Kačky i labute pomaly prichádzajú k rybníku, stretávajú sa a zoznamujú. Postupne vytvoria blízkosť a na jazere nájdu spoločný domov.
- Rozprávanie o tom, že k vytvoreniu priateľského vzťahu je potrebný čas. Blízkosť sa vyvíja v čase, pevné priateľstvo nevzniká v jednom dni.

- Deti modelujú svoje želanie do budúcnosti. Čo treba urobiť, aby sa splnilo?
- Záverečná reflexia.

Stretnutie zamerané na tému: **prežívanie prítomného okamihu** (sústredenosť, sebaapresah).

*Otázky, od ktorých sa odvíjajú činnosti:*

- Viem sa oddať tomu, čo sa práve deje, čo teraz robím?
- Čo cítim práve teraz?

*Konkrétne činnosti vhodné pre danú vekovú kategóriu:*

- Imaginácia. Nasadáme do čarovného vozidla, v ktorom sú dve páky. Zatiahneme za ľavú páku a vozidlo nás vezme do minulosti k nášmu najkrajšiemu detskému zážitku. Opäť si v imaginácii tento zážitok precítíme. Prežitú radosť si berieme so sebou, nasadneme do auta a pravá páka poslúži na to, aby sme sa odviezli do prítomnosti. Svoj najkrajší detský zážitok deti nakreslia a rozprávajú o ňom.
- Hovoríme o tom, že minulosť už bola a budúcnosť ešte nie je. Čo je teda teraz? Precítíme si prítomný okamih, svoje dýchanie, svoje emócie, prípadne môžeme vnímať hudbu.
- Deti kreslia v kruhu každý samostatne na papier jednu minútu. Po minúte sa papier posunie v smere hodinových ručičiek. Opäť kreslia jednu minútu. Takto sa papiere točia, dokiaľ každý nedostane ten svoj pôvodný obrázok. Dokázal sa každý sústrediť na ten obrázok, ktorý práve prišiel? Hovoríme o tom.
- Na výkres každý nakreslí kruh. Do stredu kruhu seba. To, čo patrí do môjho súčasného života, je zahrnuté do kruhu. To, čo už pominulo, alebo sa ešte nestalo, je umiestnené mimo kruhu.
- Kolo života. Znázorníme sochu kola života. Každý má svoju počiatočnú rolu, keď ako socha reprezentuje jedno životné obdobie. V pozadí hrá Gayatri mantra. Po jednom odohraní mantry sa kolo posunie, ten, kto sa narodil, povyrastie. Ten, kto bol mladý, zostarne. Ten, kto zomrel, sa opäť narodí. Bez slov sa toto kolo točí, dokiaľ nedohrá pieseň.
- Záverečná reflexia.

Stretnutie zamerané na tému: **zodpovednosť za budúcnosť** (sloboda a zodpovednosť).

*Otázky, od ktorých sa odvíjajú činnosti:*

- V čom som urobil/a chybu a aké boli dôsledky?
- Čo sa dá robiť na to, aby som dosiahol/dosiahla želaný cieľ?

*Konkrétne činnosti vhodné pre danú vekovú kategóriu:*

- Deti majú za úlohu roztriediť papieriky s nápismi do troch kôpok. V prvej

kôpke sú také veci a udalosti, ktoré sa dajú ľahko zmeniť, napr. účes, jedlo a pod. Do druhej kôpky patria také veci a udalosti, ktoré sa zmeniť dajú, ale nejde to ihneď. Sem patrí napr. angína, školské známky, vedieť hrať na klavír a pod. Do tretej kôpky patria veci a udalosti, ktoré sa zmeniť nedajú vôbec. Sem patria napr. hviezdy na oblohe, počasie, farba pokožky atď.

- Rozprávame o tom, čo v našom živote sme zmenili, čo by sme zmeniť chceli a čo pre to treba urobiť. I keď napr. nemôžeme niečo zmeniť, aj vtedy sa dá niečo robiť. Napríklad ak si zlomíme nohu, môžeme svojou snahou urýchliť zotavenie a vyliečenie.
- Každý nakreslí svoj zážitok, kedy urobil chybu a ľutoval to. Čo sa vtedy stalo? Aké riešenie v tej situácii by sme si priali? Minulosť prijmeme a na druhú stranu nakreslíme tú istú situáciu už vyriešenú podľa nášho želania.
- Rozohratie situácie, keď chlapec schválne rozbil oblok a rodičia sa to dozvedeli. Hráme rôzne varianty príbehu. Čo by sa stalo, keby sa chlapec nechcel priznať? Čo by sa stalo, keby sa ospravedlnil a oblok zaplatil? Napokon ukončíme scénu tak, že rodičia chlapca prijmú, stále ho ľúbia, no upozorňujú ho na dôsledky jeho správania.
- Záverečná reflexia.

## ZÁVER

Rozvíjajúci program s témou zmyslu života je jedným z variantov aplikácie logoterapie do výchovno-vzdelávacieho procesu. Keďže ide o rozvíjanie integrujúcich vlastností osobnosti, je vhodné vytvoriť dlhodobý program, v ktorom sú všeobecné schopnosti operacionalizované do konkrétnych činností a aktivít vyštihujúcich tému. Činnosti sú prispôbené veku detí a ich individuálnym schopnostiam. Ďalej je nevyhnutné zachovať kontinuitu, aby jednotlivé stretnutia spolu zmysluplne súviseli a plynulo na seba nadväzovali.

Súčasná globalizujúca spoločnosť vyvíja na jedinca novodobé požiadavky a nároky. Ustáť tlak týchto tendencií a naplniť svoju existenciu zmyslom predpokladá rozvinutie integrovanej osobnosti so všetkými jej troma dimenziami – fyzickou, psychickou i noetickou. Logoterapia tak postupne nachádza svoje miesto aj v pedagogike ako novodobá výchova k zodpovednosti.

## LITERATÚRA

- BALCAR, K.: Logoterapeutická péče u dětí a dospívajících. In: *Dětská klinická psychologie*. Praha : Grada, 2006, s. 536.
- BAKALÁŘ, E.: *Nové psychohry*. Praha : Portál, 1998.
- EHL, M.: *Globalizace pro a proti*. Praha : Academia, 2001.
- FRANKL, V. E.: *Lékařská péče o duši*. Brno : Cesta, 2006.
- FRANKL, V. E.: *Vůle ke smyslu*. Brno : Cesta, 2006.

- HALAMA, P.: *Zmysel života z pohľadu psychológie*. Bratislava : SAP, 2007.
- KLČOVANSKÁ, E.: *Hodnoty a ich význam v psychológii*. Trnava : Vydavateľstvo Trnavskej univerzity, 2005.
- LIEBMANN, M.: *Skupinová arteterapie*. Praha : Portál, 2005
- LUKASOVÁ, E.: *Logoterapie ve výchově*. Praha : Portál, 1997.
- NOVAK, D.: Applications of principles of Logotherapy to teaching. [online]. [cit. 2008-03-15]. Dostupné na:
- PELIKÁN, J.: *Hledání těžiště výchovy*. Praha : Karolinum, 2007.
- STŘELEČEK, S.: *Kapitoly z teorie a metodiky výchovy I*. Brno : Paido, 1998.
- ŠULAVÍKOVÁ, B. – SEJČOVÁ, E.: *Ideál dobrého života v osobnej perspektíve*. – 1. vyd. – Bratislava : Album, 2008.
- TAVEL, P., KANÁLIK, T.: Praktické možnosti psychologickéj práce s témou zmyslu života u detí a mládeže. [online]. In: *E-psychologie 2008, roč. 2, č. 1*. [cit. 2009-01-21]. Dostupné na:
- VONDROVÁ, M.: Základy logoterapie a existenciální analýzy. In: *Ročenka Společnosti pro logoterapii a existenciální analýzu*. Praha : SLEA, 2005.
- ŽILÍNEK, M.: Európska hodnotová paradigma a eticko-axiologická dimenzia výchovy v transformujúcej sa spoločnosti. In.: *Pedagogický výskum na Slovensku v európskom kontexte*. Trnava : UCM, 2004, s. 330-338.

## SUMMARY

The article is about questions of applying logotherapy in education, mostly by applying the theme of the meaning of life in practice in school environment. One of the options is to create a scholastic developing programme with searching and finding the meaning of life as core topics. We present a sample of a programme built like this as one of the variants of implementing logotherapy in education.