


Ewa Pieczyńska<sup>1</sup>

Akademia Ignatianum w Krakowie

## Wzajemne implikacje kryzysu powołania i kryzysu psychologicznego w kontekście powrotu sióstr zakonnych do życia świeckiego

 <https://doi.org/10.15633/9788363241926.07>

Wybór własnej życiowej drogi stanowi jedną z ważniejszych decyzji, przed jaką staje człowiek. Rozpoczęcie życia zakonnego zawsze wiąże się pewną niepewnością oraz ryzykiem błędnie rozeznanego powołania, które jest weryfikowane przez wieloletni okres formacji. Kondycja psychiczna osób wstępujących na drogę życia zakonnego z jednej strony może w znacznym stopniu warunkować, na ile będą w stanie sprostać wymaganiom życia zakonnego oraz stawić czoła pojawiającym się rozmaitym kryzysom, które towarzyszą rozwojowi dojrzałego powołania. Z drugiej strony pojawiające się wątpliwości co do wyboru konkretnego powołania mogą prowadzić do poważnego kryzysu egzystencjalnego, a opuszczenie wspólnoty zakonnej stanowi bez wątpienia krytyczne wydarzenie życiowe, którego następstwem może być utrata równowagi psychicznej.

---

1 Ewa Pieczyńska – absolwentka Międzywydziałowych Indywidualnych Studiów Humanistycznych i pedagogiki na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu oraz pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej w Wyższej Szkole Europejskiej w Krakowie, studentka pracy socjalnej oraz podyplomowych studiów teologiczno-katechetycznych na Uniwersytecie Papieskim Jana Pawła II w Krakowie, doktorantka na Akademii Ignatianum w Krakowie w dyscyplinie pedagogika.

Niniejszy artykuł jest próbą przedstawienia tematu wzajemnych powiązań kryzysu powołania i kryzysu o charakterze psychicznym oraz przedstawienia wyników badań empirycznych dotyczących kryzysów psychicznych, przeprowadzonych wśród kobiet, które opuściły wspólnotę zakonną.

## Kryzys psychiczny i kryzys powołania

W kontekście omawianego problemu pomocne będzie przywołanie definicji kryzysu wprowadzonej przez Lawrence M. Brammera, na którą również powołuje się ustawa o pomocy społecznej. Kryzys określany jest tam jako „stan dezorganizacji, w którym człowiek staje w obliczu zniweczenia ważnych celów życiowych lub głębokiego zaburzenia swego cyklu życiowego i metod radzenia sobie z czynnikami stresującymi”<sup>2</sup>. Tę ogólną definicję kryzysu można odnieść zarówno do kryzysu psychicznego, jak i kryzysu powołania, zwłaszcza, jeśli prowadzi on do opuszczenia domu zakonnego. Z pewnością bowiem realizacja powołania zakonnego stanowi jeden z centralnych celów życiowych osoby decydującej się na wybór takiego stanu, a fakt odejścia z zakonu oznacza ich zniweczenie i może powodować głębokie zaburzenie cyklu życiowego oraz wymaga od jednostki znalezienia nowych metod radzenia sobie w odmiennym kontekście życiowym.

Natomiast, jeśli chodzi o kryzys psychiczny, to według Heleny Sęk charakteryzuje się on utratą równowagi emocjonalnej, silnym pobudzeniem i napięciem oraz różnymi trudnościami w obszarze emocjonalnym, poznawczym, fizjologicznym i behawioralnym. W wymiarze afektywnym wiąże się on z występowaniem takich uczuć i reakcji emocjonalnych jak: strach, poczucie bezradności, obawa przed utratą kontroli oraz własnej integralności i tożsamości, złość oraz rozpacz. W obszarze poznawczym typowymi przejawami kryzysu jest brak zrozumienia zaistniałej sytuacji oraz poczucie niemożności znalezienia rozwiązań, trud-

---

2 R. K. James, B. E. Gilliland, *Strategie interwencji kryzysowej. Pomoc psychologiczna poprzedzająca terapię*, Warszawa 2005, s. 25, 27.

ności z koncentracją, wrażenie wewnętrznego rozbicia i dezorientacji. Do charakterystycznych symptomów kryzysu należą również rozmaite objawy fizjologiczne jak na przykład: zaburzenia snu i dolegliwości somatyczne. Kryzys przejawia się wreszcie w nieskoordynowanych, zdezorganizowanych lub nietypowych zachowaniach, takich jak: niezdolność do wykonywania codziennych czynności, brak spójności między doświadczanymi emocjami i reakcjami behawioralnymi, trudności w relacjach interpersonalnych, problemy z korzystaniem z pomocy oraz zachowania destrukcyjne i autodestrukcyjne<sup>3</sup>.

Kryzysy mogą się różnić nasileniem. Kryzysy w stanie ostrym są subiektywnie interpretowane przez jednostkę jako przekraczające jej możliwości radzenia sobie i charakteryzują się znacznymi zaburzeniami funkcjonowania w trzech podstawowych obszarach (poznawczym, afektywnym i behawioralnym) oraz trwają przeważnie od sześciu 6 do ośmiu tygodni<sup>4</sup>. Do ostrych objawów kryzysu Zenomena Płużek zalicza poczucie zmęczenia i wyczerpania fizycznego, liczne symptomy somatyczne, poczucie „zamętu”, bezradności i beznadziejności, lęk, tendencje samobójcze oraz dezorganizację funkcjonowania w pracy, rodzinie i w grupie<sup>5</sup>.

Kryzysy psychologiczne klasyfikowane są przez badaczy w rozmaity sposób. Zgodnie z klasycznym podziałem Geralda Caplana można je podzielić na kryzysy normatywne rozwojowe oraz nienormatywne sytuacyjne. Johan Cullberg rozwinął ten podział, wprowadzając do niego także kryzysy chroniczne<sup>6</sup>. Nieco inną typologię proponuje Branner, który oprócz kryzysów rozwojowych i sytuacyjnych wyróżnia również kryzysy egzystencjalne<sup>7</sup>.

---

3 H. Sęk, *Wprowadzenie do psychologii klinicznej*, Warszawa 2001, s. 262.

4 W. Szlagura, *Rzeczywistość kryzysu – pojęcie, definicje, teorie, dynamika*, <http://www.interwencjakryzysowa.pl/rzeczywistosc-kryzysu-pojecie-definicje-teorie-dynamika> (23.03.2020).

5 Z. Płużek, *Psychologia pastoralna*, Kraków 1994, s. 99, 124, 137.

6 W. Badura Madej, *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej. Poradnik dla pracowników socjalnych*, Warszawa 1999, s. 17.

7 R. K. James, B. E. Gilliland, *Strategie interwencji kryzysowej. Pomoc psychologiczna poprzedzająca terapię*, Warszawa 2005, s. 25, 27.

Kryzysy powołania, będące przedmiotem niniejszego artykułu, stanowią szczególny rodzaj kryzysu egzystencjalnego. Samo powołanie rozpatrywane jest w kategoriach psychologii religii jako „rodzaj doświadczenia religijnego opartego na zidentyfikowaniu przez jednostkę biegu swojego życia jako zaproszenia do udziału w sprawach Boga”<sup>8</sup>. Istotą powołania do życia zakonnego jest poświęcenie swojego życia Bogu oraz dążenie do szczególnego upodobnienia się do Chrystusa poprzez zachowanie ewangelicznych rad ubóstwa, czystości i posłuszeństwa<sup>9</sup>. Według Beaty Zarzyckiej kryzysy powołania pojawiają się w sytuacji, kiedy

radykalna wierność Bogu na drodze życia zakonnego przestaje być dla człowieka czymś istotnym i ważnym, a zastępują go alternatywne opcje realizowania własnego życia, postrzegane jako ważniejsze lub atrakcyjniejsze od uprzednio wybranej drogi powołania<sup>10</sup>.

Można jednak spojrzeć na kryzysy powołania w zupełnie inny sposób i połączyć je także z kryzysami towarzyszącymi kształtowaniu się dojrzałej religijności. Płużek<sup>11</sup> wiąże je z doświadczeniem głębokiej potrzeby doskonalszego zaangażowania religijnego oraz wewnętrznej przemiany, wyrażającym się w dylematach, wątpliwościach, a czasem również buncie, które mogą prowadzić do zrewidowania dotychczasowych decyzji powołaniowych i poszukiwania bardziej autentycznych dróg realizowania swojej życiowej misji. Kryzys powołania można również rozpatrywać w kategoriach kryzysu tożsamości<sup>12</sup>, a także kryzysu wyboru drogi życiowej, a konkretniej, wyboru drogi realizowania życia religijnego, czyli

---

8 C. Walesa, *Doświadczenie religijne młodzieży*, w: *Nauki społeczne o młodzieży*, red. T. Ożóg, Lublin 1994, s. 119.

9 K. Dębowska, *Życie konsekrowane, jego istota i aktualna sytuacja w Polsce*, w: *Leksykon zakonów w Polsce. Instytuty życia konsekrowanego i stowarzyszenia życia apostołskiego*, red. B. Łoziński, Warszawa 2002, s. 13.

10 B. Zarzycka, *Psychologiczne korelaty kryzysu w trakcie formacji zakonnej*, Łódź 2008, s. 430.

11 Z. Płużek, *Psychologia pastoralna*, Kraków 1994, s. 99, 124, 137.

12 J. Baniak, *Wierność powołaniu a kryzys tożsamości kapłańskiej. Studium socjologiczne na przykładzie Kościoła w Polsce*, Poznań 2008.

zaangażowania zgodnego z wolą Bożą oraz z własną indywidualnością<sup>13</sup>. U podstaw kryzysu powołania mogą leżeć również rozmaite kryzysy religijne. Jak zauważa Płużek<sup>14</sup>, może do niego dojść w wyniku doświadczenia poważnej frustracji, blokującej gorliwość życia duchowego. Może być ona następstwem różnych urazów psychicznych, utraty zaufania do osób duchownych oraz konfrontacji ze słabością i grzechem w Kościele.

Jak więc widać, kryzys powołania nie jest zjawiskiem jednolitym i jednoznaczny. Starając się zdefiniować go w sposób bardziej ogólny, można go rozpatrywać jako każdą sytuację, w której zostaje podana w wątpliwość dotychczasowa droga zaangażowania religijnego i wybór stanu życia, co w konsekwencji może doprowadzić do rezygnacji z obranego kierunku powołania. Przyczyną takiego kryzysu może być błędnie rozeznane powołanie albo też problemy w jego realizowaniu, u podstaw których mogą leżeć zarówno przyczyny osobowościowe, jak i środowiskowe.

Weryfikacji autentyczności powołania służy proces rozeznawania duchowego, podczas którego analizowany jest zarówno jego element nadprzyrodzony, jak i naturalny – z jednej strony opiera się na rozpoznaniu znaków Bożego wezwania, a z drugiej umożliwia ocenę predyspozycji osobowościowych do odpowiedzi na to wezwanie oraz zbadanie faktycznych motywacji na poziomie świadomym i nieświadomym<sup>15</sup>. Jak bowiem zauważa Benito Goya<sup>16</sup>: „Nie wystarczy być pewnym wezwania Bożego, trzeba także być w stanie na nie odpowiedzieć wystarczającymi dyspozycjami ludzkimi”. W wyniku takiego rozeznawania możliwe jest stwierdzenie braku powołania, jego błędnego rozpoznania lub obecności powołania przedwczesnego<sup>17</sup>. Pierwszym kryterium autentyczności powołania są właściwe motywacje: szczerza intencja całkowitego oddania się na chwałę Bogu oraz dostateczna wolność. Obok motywacji wartościowych, mogą pojawiać się również motywacje niewystarczające, nieau-

13 Z. Płużek, *Psychologia pastoralna*, s. 99, 124, 137. A. Jacyniak, Z. Płużek, *Świat ludzkich kryzysów*, Kraków 1997, s. 135.

14 Z. Płużek, *Psychologia pastoralna*, s. 99, 124, 137.

15 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, Warszawa 2004, s. 34, 47–59.

16 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, s. 34, 47–59.

17 K. Dyrek, M. Kożuch, K. Trojan, *Powołanie. Rozeznanie i rozwój. Aspekt psychologiczny*, Kraków 1993, s. 27–34, 66, 75–76.

tentyczne lub nieodpowiednie, z których wiele ma charakter nieuświadomiony<sup>18</sup>. Obecność tego typu motywacji nie wyklucza jednak całkowicie autentyczności powołania, byleby tylko nie były one głównymi i jedynymi motywami oraz mogły być one stopniowo uświadamiane i oczyszczane w dynamicznym procesie rozwoju powołania<sup>19</sup>. Drugim kryterium jest tak zwana przydatność do życia zakonnego, czyli zespół cech lub podstaw, które uzdalniają kandydata do realizacji powołania<sup>20</sup>, wśród których kluczową rolę odgrywa zdrowie psychiczne, a także dojrzałość psychiczna, uczuciowa, społeczna, moralna i religijna. Jak bowiem zauważa Goya, osoby niedojrzałe są zdecydowanie bardziej podatne zarówno na kryzysy powołaniowe, jak i psychiczne: „brak dojrzałości wywiera negatywny wpływ na rozwój powołania i kolejne kryzysy egzystencjalne”<sup>21</sup>. Pewne trwałe problemy natury psychicznej (jak na przykład niepełnosprawność intelektualna czy poważniejsze choroby psychiczne), z reguły uważa się za niemożliwe do pogodzenia z życiem zakonnym i są to „przeciwskazania absolutne” do prowadzenia takiego życia, chociaż są również od tej sytuacji wyjątki. Z kolei zaburzenia psychiczne, które nie zmieniają całkowicie sposobu myślenia czy postępowania, okresowe epizody nerwicowe, a nawet psychotyczne, a także różnorakie anomalie psychologiczne mogą znacząco utrudniać, jednakże nie czynić niemożliwym realizację powołania zakonnego, dlatego też określane są one jako „przeciwskazania względne”<sup>22</sup> i każdy taki przypadek powinien być rozpatrywany indywidualnie. Taką dyspozycją wewnętrzną, która może znacząco blokować jednostkę w pełnej realizacji ideału powołania oraz w wewnętrznym wzroście, jest opisana przez włoskiego jezuitę Luigiego M. Rullę „niespójność psychiczna”<sup>23</sup>. Wyraża się ona w wewnętrznym

18 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, s. 34, 47–59.

19 E. Ożóg, *Psychologiczna koncepcja powołania religijnego*, „Collectana Theologica” 4 (1974) nr 2, s. 45–60, 1974.

20 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, s. 34, 47–59.

21 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, s. 34, 47–59.

22 B. Goya, *Psychologia i życie konsekrowane*, s. 34, 47–59. B. Soiński, *Psychologiczne uwarunkowania podejmowania decyzji na drodze powołania zakonnego w świetle teorii L. M. Rulli*, „Filozofia Chrześcijańska” (2013) nr 10, s. 174, 177–178.

23 K. Dyrek, M. Koźuch, K. Trojan, *Powołanie. Rozoznanie i rozwój. Aspekt psychologiczny*, s. 27–34, 66, 75–76. E. Ożóg, *Psychologiczna koncepcja powołania religijnego*,

rozdarciu pomiędzy wartościami i ideałami powołaniowymi a potrzebami psychicznymi, najczęściej nieuświadomianymi. W wyniku silnego wpływu podświadomych, nieuporządkowanych potrzeb jednostka żyje w stanie nieustannego napięcia i frustracji. Alessandro Manenti<sup>24</sup> określa ten stan mianem niewydolności powołaniowej, bowiem człowiek niespójny psychicznie ma trudności z rozpoznawaniem, czego chce od niej Bóg, a co pochodzi z jego własnych potrzeb i uczuć oraz nie jest zdolny do przeżywania w sposób wolny wartości powołaniowych, których nie potrafi zinternalizować i stają się dla niej ciężarem trudnym do udźwignięcia, podobnie jak własna uczuciowość. Badania Rulli wykazały, że problemy niespójności nie rozwiązują się same, jeśli w czasie formacji nie są zauważone i poważnie potraktowane<sup>25</sup>. Dlatego kluczowa jest trafna diagnoza problemu oraz odpowiednie towarzyszenie, dzięki czemu możliwe jest zrozumienie i przezwyciężenie problemu. Tymczasem, jak zauważa Manenti, czasami pochopnie uznaje się, że jeśli u danej osoby występują niespójności, to znaczy, że jest chora psychicznie i nic nie da się dla niej zrobić, albo też przypisuje się jej zachowanie brakowi dobrej woli i otwarcia na Bożą łaskę, co powoduje przeważnie jeszcze większą frustrację<sup>26</sup>.

Odpowiednio wczesne rozpoznanie trudności natury psychologicznej może zapobiegać wystąpieniu poważniejszych kryzysów w życiu zakonnym. Dlatego też podkreśla się rolę, jaką pełni psychologia w formacji zakonnej. Manenti<sup>27</sup> wyróżnia obok jej funkcji formacyjnej i integracyjnej także funkcję selekcyjną, zapobiegawczą oraz terapeutyczną. Funkcja selekcyjna służy wstępnej weryfikacji kandydatów. Jak podkreśla Borys Soiński, selekcja na początku formacji pozwala uniknąć sytuacji, gdy zbyt późno rozpoznaje się pewne trudności i odsyła się kandydatów po wielu latach formacji, co zazwyczaj niesie za sobą trudne psychologicz-

---

„Collectana Theologica” 4 (1974) nr 2, s. 45–60, 1974. A. Manenti, *Powołanie. Psychologia i łaska*, Kraków 1995, s. 13–26, 60, 77.

24 A. Manenti, *Powołanie. Psychologia i łaska*, s. 13–26, 60, 77.

25 K. Dyrek, M. Kożuch, K. Trojan, *Powołanie. Rozeznanie i rozwój. Aspekt psychologiczny*, s. 27–34, 66, 75–76.

26 A. Manenti, *Powołanie. Psychologia i łaska*, s. 13–26, 60, 77.

27 A. Manenti, *Powołanie. Psychologia i łaska*, s. 13–26, 60, 77.

nie i duchowo konsekwencje<sup>28</sup>. Funkcja zapobiegawcza psychologii nie-  
sie możliwość odkrycia jeszcze przed wstąpieniem pewnych problemów,  
które w przyszłości mogłyby się rozwinąć, oraz poznania tych sfer oso-  
bowości, które wymagają dojrzewania. Natomiast funkcja terapeutyczna  
wiąże się z pomocą w przewyciężaniu niespójności psychologicznej, co  
jednak, jak zauważa Manenti, nie oznacza ich całkowitego usunięcia, ale  
ich akceptację bez ulegania wpływowi<sup>29</sup>.

Rozeznawanie powołania jest procesem ciągłym trwającym przez cały  
okres formacji początkowej. Pierwsze lata życia zakonnego, nazywane  
„okresem próbnym” (aspirat, postulat, nowicjat oraz juniorat) służąc  
mają weryfikacji pierwotnego wyboru powołaniowego przed ostatecz-  
nym zaangażowaniem w postaci ślubów wieczystych. O rezygnacji z ży-  
cia zakonnego może zdecydować sama osoba, która podjęła taką drogę,  
albo też jej przełożeni. Mają oni możliwość, z uzasadnionych przyczyn,  
nie przyjąć danego kandydata do nowicjatu, bądź nie dopuścić go do zło-  
żenia (lub odnowienia) profesji czasowej albo ślubów wieczystych<sup>30</sup>. Pra-  
wo kanoniczne określa również, że osoby rozpoczynające życie zakonne  
są aż do momentu złożenia profesji czasowej wolne, aby w każdym mo-  
mencie odejść<sup>31</sup>. Natomiast jeśli z ważnej przyczyny planują wystąpić już  
w trakcie obowiązujących ich ślubów, muszą zwrócić się z prośbą o dys-  
pensę, czyli o tak zwany indult odejścia<sup>32</sup>. Osoby po ślubach wieczystych,  
zgodnie z kodeksem prawa kanonicznego, nie powinny o niego prosić,  
jak tylko „z bardzo ważnych przyczyn rozważonych wobec Pana”<sup>33</sup>.

Przyczyny odejść są rozmaite i najczęściej mają charakter złożony.  
Według Józefa Baniaka głównym problemem jest najczęściej brak au-  
tentycznych motywacji religijnych stojących za decyzją wejścia na dro-  
gę życia zakonnego, który może dotyczyć nawet jednej trzeciej wszyst-

---

28 B. Soiński, *Psychologiczne uwarunkowania podejmowania decyzji na drodze powo-  
łania zakonnego w świetle teorii L. M. Rulli*, „Filozofia Chrześcijańska” (2013) nr 10,  
s. 174, 177–178.

29 A. Manenti, *Powołanie. Psychologia i łaska*, s. 13–26, 60, 77.

30 *Kodeks prawa kanonicznego*, Poznań 2008, kan. 689.

31 *Kodeks prawa kanonicznego*, kan. 653.

32 *Kodeks prawa kanonicznego*, kan. 688, 691.

33 *Kodeks prawa kanonicznego*, kan. 691.



kich zakonnic<sup>34</sup>. Trudności z realizowaniem powołania mogą wynikać z przyczyn personalnych (np. wspomniana już niespójność psychiczna, niedojrzałość, zranienia wyniesione z rodziny, słabe motywacje, problemy osobiste i zdrowotne, brak osobistego związku z Chrystusem, utrata „pierwotnej miłości” oraz postawa tymczasowości i niezdolność do zachowania wierności podjętym zobowiązaniom<sup>35</sup> lub też środowiskowych (np. dysfunkcje wspólnoty, problemy strukturalne, różnego rodzaju nadużycia i wypaczenia życia zakonnego, przeciążenie pracą, sytuacje losowe<sup>36</sup>. W dokumencie posynodalnym o odnowie życia zakonnego *Młode wino, nowe bukłaki*<sup>37</sup> jako najważniejsze przyczyny odejść wymieniane są osłabienie wiary, konflikty w życiu braterskim oraz nieprawidłowości w sprawowaniu władzy<sup>38</sup>. Jak zauważono, to właśnie kryzysy psychologiczne stanowią często bezpośrednią przyczynę odejścia. W tym samym dokumencie zauważa się, że często źródłem kryzysów emocjonalnych siostr decydujących się na odejście są w rzeczywistości poważne problemy w życiu wspólnoty: „rozziew między tym, co proponuje się na poziomie wartości, a tym, czym żyje się w konkretności”<sup>39</sup>. Z kolei Soiński stoi na stanowisku, że tym, co warunkuje kryzys powołania są przede wszystkim czynniki wewnętrzne osobowości:

Oddziaływania zewnętrzne i środowiskowe (np. zgorzenie), o ile są silne, mogą jedynie naruszyć wcześniejszą niestabilną równowagę płynącą z nie-

- 
- 34 J. Baniak, *Powołania kapłańskie i zakonne w Kościele katolickim w Polsce*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Pedagogika” 18 (2009), s. 143–157.
  - 35 J. Olech, *Wierność i wytrwanie*, <https://urszulanki.pl/biblioteka/artykuly-matki-jolanty-olech/2002-wiernosc-i-wytrwanie> (23.04.2020).
  - 36 M. Bielawski, *Odejścia*, Kraków 2007.
  - 37 Kongregacja do Spraw Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostolskiego, *Młode wino, nowe bukłaki. Życie konsekrowane od Soboru Watykańskiego II i wyzwania nadal otwarte. Ukierunkowania*, Warszawa 2017, s. 34, 51, 56.
  - 38 Kongregacja do Spraw Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostolskiego, *Młode wino, nowe bukłaki. Życie konsekrowane od Soboru Watykańskiego II i wyzwania nadal otwarte. Ukierunkowania*, s. 34, 51, 56.
  - 39 Kongregacja do Spraw Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostolskiego, *Młode wino, nowe bukłaki. Życie konsekrowane od Soboru Watykańskiego II i wyzwania nadal otwarte. Ukierunkowania*, s. 34, 51, 56.

spójności wewnętrznej. W ten sposób mogą one jedynie pogorszyć wcześniejszy stan niespójności danej osoby<sup>40</sup>.

## Raport z badań własnych

W celu zbadania charakteru kryzysów, których doświadczają osoby rezygnujące z życia zakonnego, przeprowadzono badania empiryczne, posługując się metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem kwestionariusza ankiety własnej konstrukcji, z pytaniami o charakterze zamkniętym i otwartym. Przeprowadzone w pierwszym kwartale 2022 roku badanie było częścią większego projektu badawczego. W badaniu zebrano między innymi informacje na temat przyczyn odejścia z zakonu, a także kondycji psychicznej w ocenie badanych osób opuszczających domy zakonne, które są przedmiotem zainteresowania niniejszego artykułu. Badanie miało charakter pogładowy, a jego celem była wstępna eksploracja pola badawczego służąca zaprojektowaniu właściwych badań.

Badaniem objęto próbę 90 kobiet, które na różnych etapach formacji opuściły wspólnoty zakonne (aspirat (11%), postulat (24%), nowicjat (17%), juniorat (36%), po ślubach wieczystych (12%)). 56% badanych sama podjęła decyzję o rezygnacji z życia zakonnego, w przypadku 24% zadecydowali o tym przełożeni, a u 20% badanych była to wspólnie rozeznana decyzja. Przyczyny odejścia przeważnie były złożone, a najczęściej wymienianymi było zmęczenie, przeciążenie i wypalenie (36%), trudności w relacjach i z życiem wspólnym (36%) oraz nadużycia władzy i sumienia (30%), trudności z wypełnianiem ślubów zakonnych i niezaspokojone potrzeby (27%). Także załamanie nerwowe i problemy psychologiczne były jedną z częściej wymienianych przyczyn opuszczenia domu zakonnego (26%). Co zatem istotne, kryzys psychiczny często już poprzedza moment odejścia.

---

40 B. Soiński, *Psychologiczne uwarunkowania podejmowania decyzji na drodze powołania zakonnego w świetle teorii L. M. Rulli*, „Filozofia Chrześcijańska” (2013) nr 10, s. 174, 177–178.

Na pytanie „Czy po odejściu z zakonu doświadczyłaś stanu, który możesz określić jako kryzys?” 61,1% respondentek odpowiedziało „tak”; 27,8% udzieliło odpowiedzi „raczej tak”; 7,8% „raczej nie”, a zaledwie 3,3% „nie”. Wśród badanych widoczna jest wyraźna zależność między wystąpieniem kryzysu a okolicznościami rezygnacji z życia zakonnego. Doświadczyły go praktycznie wszystkie badane, których odejście było spowodowane decyzją zgromadzenia („tak” = 86%, „nie” = 14%). Natomiast najmniejszy odsetek przeżywających kryzys był wśród tych badanych, które decyzję o odejściu rozeznały wspólnie ze wspólnotą zakonną. Także zdecydowanie częściej wskazywały na doświadczenie kryzysu respondentki, których decyzja o odejściu dokonała się nagle („tak” = 75%), niż te, u których przebiegała ona stopniowo („tak” = 52,1%).

Doświadczany przez osoby badane kryzys miał najczęściej charakter wielowymiarowy i obejmował różne sfery życia (materialno-bytową, społeczną, psychologiczną, duchową), jednak najsilniej był on doświadczany przez nie właśnie w wymiarze psychologicznym: w jego aspekcie emocjonalnym i egzystencjalnym.

Duża część badanych po wyjściu z zakonu doświadczała różnych tendencji depresyjnych (41%), a niektóre korzystały z leczenia psychiatrycznego: u 16% zdiagnozowano depresję lub inne zaburzenia psychiczne.

Wśród negatywnych stanów emocjonalnych pojawiających się po opuszczeniu zakonu dominujące było poczucie krzywdy i zranienia (60%), poczucie straty (52%) oraz długotrwałe obniżenie nastroju i smutek (41%). Duża część badanych wskazała również na silne napięcie emocjonalne odczuwane również w ciele (32%) oraz lęk i niepokój (32%) – wymieniały tu lęk w kontaktach społecznych, przed zaufaniem i podejmowaniem decyzji oraz przed przyszłością. Kolejnymi reakcjami na kryzys było zamartwianie się oraz trudny do zniesienia napór myśli i pytań (31%), złość (30%), powracające wspomnienia wywołujące negatywne przeżycia (29%), a także wahania nastroju i gwałtowne wybuchy emocji (28%). Doświadczały również tak trudnych uczuć jak wstyd (29%), poczucie pustki (28%), poczucie winy (24%) oraz rozpacz (16%). Nasilały się również nieprzepracowane wcześniej problemy emocjonalne oraz dawne zranienia (18%).

Temu wszystkiemu stosunkowo często towarzyszyły różnorodne dolegliwości somatyczne (np. bóle, brak apetytu) (23%), poczucie wyczerpania (23%) oraz apatia (21%) i bezsenna (15%). Zaburzone były również procesy poznawcze: obniżona efektywność (21%) i problemy z koncentracją (14%).

Doświadczany kryzys prowadził czasem do dezorganizacji zachowań oraz tendencji autodestruktywnych. U 12% pojawiały się myśli samobójcze, a u 7% akty autoagresji. Część badanych uciekała w pracoholizm i przesadny aktywizm (16%), w zachowania kompulsywne, na przykład objadanie się (12%) oraz w uzależnienia od używek (10%). Niektóre wykazywały także brak odczuwalnej satysfakcji i poczucia sensu tego, co robią (25%), brak zainteresowania otoczeniem (9%) oraz zaniedbywanie codziennych obowiązków (9%).

Odejściu z zakonu towarzyszy szereg problemów egzystencjalnych. Jedną z głównych trudności, na którą wskazywały badane była konieczność zdecydowania na nowo o wyborze swojej drogi życiowej (59%) i towarzyszący temu nieraz brak celów życiowych (31%), poczucie beznadziei (29%), bezradności oraz braku kontroli nad swoim życiem (21%), a także brak sensu życia (19%) oraz lęk przed kolejną złą decyzją. Wiele badanych doświadczała dezorientacji powołaniowej. Większości towarzyszyło poczucie zagubienia, dezorientacji i niepewności – zarówno wobec przyszłości (56%), własnej tożsamości (26%), jak i co do słuszności podjętej decyzji (38%). Wśród tych osób, które podjęły decyzję o odejściu, niektóre przez wiele lat mierzą się z wątpliwościami czy postąpiły zgodnie z wolą Bożą oraz czy nie zmarnowały czasem powołania. Natomiast wśród tych, o których odejściu zdecydowali przełożeni, w wielu przypadkach najtrudniejsze było to, że nie rozumiały przyczyny tej decyzji, której nikt im nie wyjaśnił.

Jednym z najbardziej charakterystycznych przejawów doświadczanego kryzysu było także poczucie straty (52%), dotyczącej prawie wszystkiego, co stanowiło do tej pory o ich życiu. Odchodzące z zakonu siostry utraciły większość dotychczasowych punktów oparcia i stanęły przed koniecznością budowania swojego życia od nowa.

Osoby odchodzące ze wspólnot zakonnych doświadczają nieraz problemów z własną tożsamością (26%), którą muszą na nowo zdefiniować. Dla niektórych duży problem stanowi określenie swojego aktualnego imienia (13%) oraz zdjęcie habitu (21%). Wiele doświadcza trudności w przystosowaniu się do nowego sposobu funkcjonowania oraz poczucia „nieprzystosowalności” do świata i wyobcowania (37%). Po wyjściu z zakonu niektóre osoby wciąż silnie identyfikują się z byłą wspólnotą (22%), szczególnie siostry, które musiały opuścić zgromadzenie na skutek decyzji przełożonych (43%).

Można przypuszczać, że osobom, które w momencie odejścia już mierzą się z poważnymi problemami natury psychologicznej, tym trudniej będzie odnaleźć stan równowagi, kiedy dołączą do tego także wszystkie trudności związane z odejściem i towarzyszące temu cierpienie. Idealnie więc, jeśli jeszcze przed odejściem mogą otrzymać odpowiednią pomoc psychologiczną, aby móc sprostać potem kolejnym wyzwaniom. Dzięki takiej możliwości jedna z badanych mogła pokonać załamanie nerwowe oraz przepracować jej trudne wydarzenia życiowe i dopiero później podejmować decyzję, co dalej zrobić z własnym życiem. Są też osoby z zupełnie innym doświadczeniem, które zostały postawione przed koniecznością szybkiego opuszczenia swojej wspólnoty w stanie kryzysu emocjonalnego, z poczuciem, że są dla niej wyłącznie problemem.

Duża część badanych szukała pomocy w rozwiązaniu kryzysu u specjalistów. 26% skorzystało z poradnictwa psychologicznego, a 18% podjęło leczenie psychiatryczne. Dzięki odpowiedniej diagnozie jedna z ankietowanych mogła zrozumieć, jakie były źródła jej dotychczasowych problemów i zacząć odpowiednie leczenie, co było dla niej przełomem w doświadczanym kryzysie. Prawie połowa (47%) ankietowanych sięgnęła po pomoc psychoterapeuty – dla kilku z nich podjęcie psychoterapii miało kluczowe znaczenie w przewyciężaniu kryzysu. Jednocześnie duża część badanych zwróciła uwagę na to, że najbardziej zabrakło im właśnie pomocy terapeutycznej – z uwagi na barierę finansową i długi czas oczekiwania na terapię w ramach NFZ. Chociaż większość korzystających z psychoterapii ocenia ją jako bardzo pomocną, to jednak nie dla wszystkich okazywała się ona skuteczna między innymi z uwagi na

brak możliwości zintegrowania płaszczyzny psychologicznej i duchowej. Niektóre badane miały duży problem ze znalezieniem odpowiedniego specjalisty, który prawidłowo zrozumiałby ich problem oraz specyficzny kontekst zakonny. Dużą pomocą okazało się dla wielu znalezienie kierownika duchowego (z jego pomocy skorzystało 56% badanych) lub stałego spowiednika (47%). Niektórym jednak osobom mocno brakowało towarzyszenia duchowego i trudno było im znaleźć kogoś, kto mógłby im pomóc i zrozumieć ich sytuację.

## Zakończenie

W niniejszym artykule przedstawiono, w jaki sposób kryzys powołania może się wiązać z kryzysem psychicznym. Związek ten jest dwukierunkowy: kryzys powołania z jednej strony może być spowodowany kryzysem psychicznym, a z drugiej doświadczenie kryzysu powołania oraz rezygnacja z życia zakonnego może poważnie zakłócić funkcjonowanie psychiczne jednostki.

Pojawienie się kryzysu emocjonalnego u osoby konsekrowanej może odsłonić dotychczas nieuświadomiane problemy, a uważne przyjrzenie się im, może służyć weryfikacji autentyczności powołania oraz zdolności do życia zakonnego. Kryzys psychiczny może być bowiem skutkiem napięć związanych z obecnością konfliktów wewnętrznych związanych z nieświadomionymi motywacjami objęcia drogi życia zakonnego, z życiem w niezgodzie z sobą samym i ze swoim prawdziwym powołaniem, byciem niejako „nie na swoim miejscu”. U źródeł kryzysu mogą leżeć także poważne zaburzenia psychiczne, które w wielu przypadkach uniemożliwiają prowadzenie życia zakonnego ze wszystkimi jego wymaganiami i mogą być przeszkodą do dopuszczenia danej osoby do złożenia ślubów. Do kryzysu psychicznego może także prowadzić nagromadzenie napięć związanych z życiem w dysfunkcyjnym środowisku i doświadczanych tam nadużyć oraz różnorodnych wypaczeń życia zakonnego. W wielu przypadkach do odzyskania równowagi psychicznej konieczna jest zmiana środowiska i sposobu życia. Nieraz opuszczenie zakonu wydaje

się najlepszą drogą, aby móc zadbać o swoje zdrowie psychiczne. W wielu różnych sytuacjach odejście może mieć pozytywny wpływ na stan psychiczny jednostki, stwarzając lepsze warunki do przyjrzenia się sobie i swoim problemom z innej perspektywy i w większej wolności. Kryzys psychiczny wcale jednak nie musi być przeszkodą w kontynuacji życia zakonnego, ale wręcz okazją do duchowego wzrostu oraz wewnętrznej integracji: uporządkowania wewnętrznych konfliktów, lepszej znajomości siebie, duchowego oczyszczenia i budowania dojrzałej religijności oraz bardziej świadomego zaangażowania w dotychczasową drogę powołania. Aby było to możliwe, niezwykle istotne jest dokładne rozeznanie sytuacji, towarzyszenie doświadczonemu formatorowi oraz odpowiednia pomoc psychologiczna.

Poza tym fakt opuszczenia życia zakonnego – a więc następstwo kryzysu powołania – stanowi krytyczne wydarzenie życiowe, które może być początkiem rozwoju kryzysu psychologicznego lub też przyczynić się do jego pogłębienia. Wiąże się to przede wszystkim z doświadczeniem gwałtownej zmiany życiowej, która domaga się reorganizacji praktycznie wszystkich obszarów funkcjonowania. W tej sytuacji wysokie obciążenie stresem oraz nagromadzenie licznych zmian oraz nowych trudności może przekroczyć zdolności radzenia sobie jednostki i doprowadzić do utraty równowagi emocjonalnej i powstania reakcji kryzysowej.

Potwierdzają to przeprowadzone badania, według których zdecydowana większość kobiet opuszczających życie zakonne przyznaje się do doświadczenia kryzysu po swoim odejściu. Wśród moich badanych wiązał się on z utratą równowagi emocjonalnej, dezorganizacją funkcjonowania i szeregiem negatywnych uczuć, wśród których dominujące było poczucie krzywdy, smutek, lęk i poczucie straty. Towarzyszyło temu doświadczenie egzystencjalnej niepewności: konieczność ułożenia sobie życia na nowo oraz lęk przed przyszłością, wątpliwości co do słuszności podjętej decyzji oraz pytania o własną tożsamość oraz sens życia, a także poczucie samotności i brak przynależności.

Z przeprowadzonych badań wynika, że na wystąpienie kryzysu mają znaczący wpływ okoliczności odejścia – wśród badanych, które musiały opuścić zgromadzenie na skutek decyzji przełożonych wszystkie wskaza-

ły na doświadczenie kryzysu. Ponadto im bardziej była to nagła decyzja, im gorsza kondycja psychiczna w momencie odejścia i im większe nagromadzenie różnorodnych trudności oraz izolacja społeczna, tym większe staje się ryzyko wystąpienia kryzysu w stanie ostrym i tym trudniejszy powrót do równowagi psychicznej.

Co można zatem zrobić, aby zapobiegać tego rodzaju kryzysom oraz odpowiednio wspierać osoby opuszczające wspólnoty zakonne? Odpowiedź na to pytanie wymaga pogłębionej refleksji i wykracza poza ramy niniejszego artykułu. Należy jednak podkreślić przede wszystkim potrzebę integralnego podejścia zarówno ze strony zakonnych formatorów, jak i udzielających profesjonalnej pomocy specjalistów, gdyż w kryzysie powołania spotyka się często zarówno aspekt ludzki, jak i duchowy, a do pełni zdrowia konieczna jest integracja tych dwóch wymiarów.

## Abstrakt

*Wzajemne implikacje kryzysu powołania i kryzysu psychologicznego w kontekście powrotu siostr zakonnych do życia świeckiego*

Niniejszy artykuł jest próbą ujęcia problematyki wzajemnych powiązań kryzysu psychicznego i kryzysu powołania. Związek ten jest dwukierunkowy: trudności w realizowaniu powołania do życia zakonnego mogą być z jednej strony uwarunkowane problemami psychologicznymi, a z drugiej doświadczenie kryzysu powołania oraz rezygnacja z życia zakonnego może poważnie zakłócić funkcjonowanie psychiczne jednostki. W pierwszej części artykułu przedstawiono ogólne pojęcie kryzysu oraz scharakteryzowano zjawisko kryzysu psychologicznego. Zdefiniowano termin kryzys powołania, a także przedstawiono problematykę rozeznawania powołania oraz przyczyn opuszczania wspólnoty zakonnej. W drugiej części artykułu przedstawiono wyniki badań empirycznych dotyczących kryzysów emocjonalnych, których doświadczają kobiety opuszczające życie zakonne.



**Słowa kluczowe:** kryzys psychiczny, kryzys powołania, odejście z życia zakonnego

## Bibliografia

- Badura Madej W., *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej. Poradnik dla pracowników socjalnych*, Warszawa 1999.
- Baniak J., *Powołania kapłańskie i zakonne w Kościele katolickim w Polsce*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Pedagogika” 18 (2009), s. 143–157.
- Baniak J., *Wierność powołaniu a kryzys tożsamości kapłańskiej. Studium socjologiczne na przykładzie Kościoła w Polsce*, Poznań 2008.
- Bielawski M., *Odejścia*, Kraków 2007.
- Dębowska K., *Życie konsekrowane, jego istota i aktualna sytuacja w Polsce*, w: *Leksykon zakonów w Polsce. Instytuty życia konsekrowanego i stowarzyszenia życia apostołskiego*, red. B. Łoziński, Warszawa 2002, s. 13–19.
- Goya B., *Psychologia i życie konsekrowane*, Warszawa 2004.
- Dyrek K., Kożuch M., Trojan K., *Powołanie. Rozeznanie i rozwój. Aspekt psychologiczny*, Kraków 1993.
- Jacyniak A., Płużek Z., *Świat ludzkich kryzysów*, Kraków 1997.
- James R. K., Gilliland B. E., *Strategie interwencji kryzysowej. Pomoc psychologiczna poprzedzająca terapię*, Warszawa 2005.
- Kodeks prawa kanonicznego*, Poznań 2008.
- Kongregacja do Spraw Instytutów Życia Konsekrowanego i Stowarzyszeń Życia Apostołskiego, *Młode wino, nowe bukłaki. Życie konsekrowane od Soboru Watykańskiego II i wyzwania nadal otwarte. Ukierunkowania*, Warszawa 2017.
- Manenti A., *Powołanie. Psychologia i łaska*, Kraków 1995.
- Olech J., *Wierność i wytrwanie*, <https://urszulanki.pl/biblioteka/artykuly-matki-jolanty-olech/2002-wiernosc-i-wytrwanie> (23.04.2020).
- Ożóg E., *Psychologiczna koncepcja powołania religijnego*, „Collectana Theologica” 4 (1974) nr 2, s. 45–60.
- Płużek Z., *Psychologia pastoralna*, Kraków 1994.

- Sęk H., *Wprowadzenie do psychologii klinicznej*, Warszawa 2001.
- Soiński B., *Psychologiczne uwarunkowania podejmowania decyzji na drodze powołania zakonnego w świetle teorii L. M. Rulli*, „Filozofia Chrześcijańska” (2013) nr 10, s. 161–186.
- Szlagura W., *Rzeczywistość kryzysu – pojęcie, definicje, teorie, dynamika*, <http://www.interwencjakryzysowa.pl/rzeczywistosc-kryzysu-pojecie-definicje-teorie-dynamika> (23.03.2020).
- Walesa C., *Doświadczenie religijne młodzieży*, w: *Nauki społeczne o młodzieży*, red. T. Ożóg, Lublin 1994, s. 107–138.
- Zarzycka B., *Psychologiczne korelaty kryzysu w trakcie formacji zakonnej*, Łódź 2008.