

FORMACJA CIĄGŁA OSÓB ŚWIECKICH I JEJ ZNACZENIE W JAKOŚCI WYKONYWANIA PRACY ZAWODOWEJ

Dr Anna Sereidyńska

Wyższa Szkoła Filozoficzno-Pedagogiczna „Ignatianum”, Kraków

Wydział Pedagogiczny

serekidynia@interia.pl

Streszczenie

Głównym zadaniem artykułu jest zwrócenie uwagi na jedną z metod rozwoju dojrzałości, która najczęściej jest rezerwowana dla osób duchownych i zakonnych. Jest nią „formacja ciągła”, czyli jak pisze o. Amedeo Cencini *ciągła dyspozycyjność do uczenia się*, która się wyraża w świadomie podejmowanych, twórczych, pełnych pasji działaniach. Takie działania i taka dyspozycyjność człowieka mogą być sposobem zapobieżenia u wierzącego narastającemu nieraz wyczerpaniu emocjonalnemu, depersonalizacji i poczuciu nieskuteczności swojego działania wiążącymi się z tzw. wypaleniem zawodowym.

1. Tło powstania modelu pedagogicznego o. Amedeo Cenciniego

Aby przedstawić model pedagogiczny o. Amedeo Cenciniego i jego specyfikę, należy rozpocząć od osoby twórcy oraz szkoły, w ramach której powstała ta koncepcja pracy z kandydatami do życia konsekrowanego. Ojciec Cencini jest kanosjaninem.¹ To pedagog, psychoterapeuta i kierownik duchowy. Pracuje jako wykładowca m.in. na Papieskim Uniwersytecie Salezjańskim w Rzymie. Zajmuje się formacją, głównie osób przygotowujących się do życia konsekrowanego we Włoszech. Ojciec Amedeo Cencini jest uczniem o. Luigiego Maria Rullego . Ten jezuita, lekarz, psychiatra oraz psycholog był autorem wielu książek i artykułów z dziedziny antropologii powołania chrześcijańskiego oraz formacji seminaryjnej i zakonnej.² W Stanach Zjednoczonych i Kanadzie obserwował burzliwe przemiany zachodzące w Kościele po soborze watykańskim II. Był świadkiem wielu odejść od kapłaństwa i życia zakonnego. Te fakty skłoniły go do przemyśleń związanych z powołaniem kapłańskim i zakonnym. Pod wpływem swoich refleksji w roku 1971 wraz ze swoimi współpracownikami o. F. Imodą SJ i s. J. Ridickiem SSC założył Instytut Psychologii na Uniwersytecie Gregoriańskim w Rzymie. Pracował tam długie lata jako wykładowca. Instytut ten zachęca do korzystania we wspieraniu rozwoju powołania i dojrzałego przeżywania wiary, nie tylko z teologii, ale również z osiągnięć takich nauk,

jak psychologia czy też socjologia. Myśl pedagogiczna o. Amedea Cenciniego powstała w ramach fundamentu, na jaki się złożyły poglądy o. L.M. Rullego.

Budując swoją teorię, o. Cencini zwraca uwagę na sytuację współczesnego człowieka. Czyni to szczególnie w odniesieniu do młodzieży przygotowującej się do życia zakonnego i kapłaństwa, ale również do każdego wierzącego zmagającego się ze współczesnością. Jest to według niego pewien kryzys objawiający się w kilku aspektach. W pierwszym rzędzie współcześni ludzie utracili poczucie tajemnicy.³ Dzisiejszy świat to świat „fast foodów” i „fast idei”. Charakteryzuje się dążeniem do szybkiego konsumowania. Nie ma przy tym odkrywania, nie ma czasu na tajemnicę. Współczesny człowiek boi się podjęcia ryzyka⁴, z którym każda tajemnica jest związana. Jeśli się jego nie podejmuje, nie można w żaden sposób zaakceptować tajemnicy w różnych wymiarach. Nie można przyjąć Boga – Tajemnicy, ale też nie można przyjąć siebie jako tajemnicy, nie można przyjąć drugiego człowieka, którego nigdy do końca nie można odkryć. Niestety przy takim podejściu relacje człowieka stają się powierzchowne i płytkie. Przestaje on odczuwać pasję, entuzjazm.

Kolejny przeżywany przez współczesną młodzież kryzys to kryzys pragnień.⁵ Natychmiastowe realizowanie każdej potrzeby i natychmiastowe szukanie gratyfikacji powodują zanik oryginalnych, twórczych pragnień, które wymagają wysiłku, by być spełnione.

Innym przejawem kryzysu współczesnego świata jest kryzys myślenia⁶ związany z nieumiejętnością podążania za prawdą. Współcześni ludzie myślą często nielogicznie, ich poglądy są odzwierciedleniem mody i opinii płynących z programów telewizyjnych. Brakuje im bezinteresownych odkryć i twórczości.

Z opisanych już kryzysów wynika też kryzys tożsamości.⁷ Ojciec Cencini łączy go z „narcyzmem” współczesnego świata. Człowiek zapomina, iż prawdziwie może się rozwijać jedynie w relacji ze światem i z drugą osobą. Skoncentrowanie na sobie niszczy w człowieku te relacje z ludźmi i z Bogiem.

Problemy tutaj opisane wchodzą również, jak to zostało zaznaczone, w świat młodych przygotowujących się do życia konsekrowanego, z którymi pracuje o. Amedeo Cencini. Dla nich proponuje drogę stopniowego dorastania do prawdziwej integracji. Ta droga jest jednak propozycją dla wszystkich, którzy pragną, by ich życie było skoncentrowane, by ich energia nie uciekała, by nie rozpraszała się na sprawy nieistotne, niezwiązane z pierwszym celem, którym jest dla wierzącego lepsza służba Bogu.

2. Droga „educare – formare – accompagnare”

Pierwszy etap drogi o. Amedeo Cencini określa słowem „educare”⁸. Używając tego słowa, nawiązuje do jego łacińskiego źródłosłowu „educere”. Oznacza ono „wyciąganie na zewnątrz”. Ojciec Cencini podkreśla w pierwszym etapie konieczność „wyciągnięcia” na zewnątrz prawdy o sobie. Mówiąc o tym, nawiązuje do obrazu Boga Ojca, który wyprowadza swój lud z niewoli egipskiej. Młody człowiek powinien nie tylko wyjść z niewoli, ale bardziej nawet „wyprowadzić z siebie” tę niewolę poprzez poznanie prawdy o sobie. Poznając siebie, zaczyna od zachowań, które są najłatwiejsze do zaobserwowania i najłatwiejsze do zmiany, często niestety powierzchownej. Kolejnym etapem są postawy. Według o. Cenciniego są one predyspozycjami do odpowiadania w pewien sposób na okoliczności życiowe. Są to wyuczone reakcje na życiowe sytuacje. Jedną z takich postaw podawaną przez Amedeo Cenciniego jest tzw. codzienne sumienie. Jest to pewna świadomość towarzysząca codziennym wyborom, niekoniecznie związanym z cnotą

i grzechem, ale bardziej z większym lub mniejszym dobrem, z pewną występującą u człowieka tendencją do pójścia na kompromis w drobiazgach życia codziennego. Postawy to pewne programy, style, zwyczaje, w których człowiek odnajduje radość i smak życia. Kolejnym krokiem na drodze poznania siebie jest dla wychowywanego zauważanie i rozeznawanie uczuć. Uczucia o. Cencini nazywa „afektywnym oddźwiękiem”, poprzez który człowiek przeżywa subiektywne stany w zetknięciu z życiem. Poprzez uczucia może zaobserwować to, co dzieje się w głębi jego serca. W sytuacji dużych emocji może lepiej poznać siebie. Może odkryć, skąd się rodzi dane uczucie, jakie są jego korzenie. Ojciec Cencini nazywa uczucia „ziemią misyjną”. One mówią wiele o człowieku, są kluczem do jego motywacji, które powinien uświadomić sobie w dalszym etapie. Te motywacje należy poznawać w świetle Bożej miłości. One prowadzą do odkrycia tzw. podstawowego nieporozumienia, iluzji. Ta iluzja to błąd ludzenia się, iż szczęście człowieka leży w osiągnięciu pewnych rezultatów i efektów, w pewnych rzeczach, nie zaś w Bogu. Podstawowe nieporozumienie jest związane z niespójnością człowieka. Jest definiowana ona szeroko przez twórców szkoły L.M. Rullego. Amedeo Cencini opisuje, ją stwierdzając, iż *osoba jest spójna, kiedy tak na poziomie świadomym, jak i nieświadomym, jest motywowana w swym postępowaniu przez potrzeby, które są zgodne z wartościami. Jest natomiast niespójna, kiedy jest motywowana przez potrzeby nieświadome, które nie są zgodne z wartościami.*⁹ Człowiek, który pozna siebie, może przejść na dalszy etap dojrzenia, który o. Amedeo Cencini opisuje słowem „formare”.

Na tym etapie wychowanie nabiera precyzyjnej formy.¹⁰ Wartością formacji jest dojście do wolności, zaś modelem formacji jest model integracji. W centrum życia formującego się chrześcijanina powinien być Chrystus, Jego krzyż.¹¹ Integracja jest możliwością skupienia swojej egzystencji – słabości, grzechu, sprzeczności, lęków, seksualności, instynktowności wokół Jezusa. Jezus jest tym „gorącym centrum”, które nadaje sens całemu życiu. Krzyż był znakiem i szczytem bezsensu i cierpienia, a Jezus nappełnił go sensem. Dlatego formacja na wzór Jezusa jest nadaniem sensu wszystkiemu, co wydaje się bezsensowne w życiu. Mówiąc o formacji, o. Amedeo Cencini mówi o formacji ciągłej, trwającej całe życie. O niej szerzej powiemy w dalszej części artykułu. Człowiek, który umiał zintegrować całe swoje życie wokół tego jedyne centrum, może przejść na następny etap zwany przez o. Amedeo Cenciniego „acompagnare” – „towarzyszeniem”.

Słowo to o. Amedeo Cencini wywodzi od łacińskiego wyrazu „cum-pānīs” i tłumaczy jako „wspólny chleb”.¹² Jest więc ten etap związany z pełnym byciem we wspólnocie. To czas pełnego zaufania działaniu Ducha Świętego.¹³ Dzięki poprzednim etapom człowiek może być gotowy do poddania się temu działaniu. Jest też gotowy do całościowego zaangażowania we wspólnotę międzyludzką. Może wejść w komunikację ze swoimi braćmi, nie tylko jako prowadzony, ale też jako prowadzący i formator.

3. Pojęcie „formacji ciągłej” u o. Amedea Cenciniego

Ojciec Cencini definiuje „formację ciągłą” jako: *ciągłą dyspozycyjność uczenia się, wyrażającą się w różnych codziennych działaniach dnia i działaniach nadzwyczajnych: w czuwaniu i rozpoznawaniu, w ascezie i modlitwie, w nauce i apostołacie, w weryfikowaniu osobistym i wspólnotowym itd. – w tym wszystkim, co pomaga dojrzywać tożsamości osoby wierzącej do kreatywnej wierności własnemu powołaniu w różnych okolicznościach i fazach życia.*¹⁴ Formacja ciągła, jak więc widać nie pozwala na zatrzymanie się w rozwoju swoich umiejętności, swojej osobowości. Nie pozwala na

uszczywnienie sposobów reagowania, na wycofanie się, na izolację, na brak twórczości. Jednym słowem, nie powinna pozwolić na wypalenie zawodowe ze wszystkimi jego objawami. Wypalenie zawodowe zaś jest jednym z największych zagrożeń człowieka świeckiego, najczęściej ogromnie zagonionego.

Termin „wypalenie zawodowe” jest definiowany w najróżniejszy sposób. Między innymi można go określić jako *stan fizycznego i psychicznego wyczerpania, który powstaje w wyniku działania długotrwałych negatywnych uczuć, rozwijających się w pracy i w obrazie własnym człowieka*.¹⁵ Stan wypalenia zawodowego pojawia się w związku z nadmiernymi zadaniami stawianymi człowiekowi przez fizyczne lub społeczne środowisko pracy.¹⁶ Większość badaczy uważa, że wypalenie dotyczy głównie ludzi pracujących w zawodach związanych z pomocą innym, jak również osób zaangażowanych w działalność pomocy w rodzinie. Narzędzie do badania stopnia wypalenia zawodowego stworzyły Christina Maslach i Susan Jackson. Zdefiniowały one wypalenie zawodowe jako *zespół wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji i obniżonego poczucia dokonania osobistych, który może wystąpić u osób pracujących z innymi ludźmi w pewien określony sposób*.¹⁷ Ch. Maslach podaje zawody osób badanych w sprawie stopnia wypalenia zawodowego. Byli to mianowicie: pracownicy opieki społecznej, pielęgniarki oddziałów psychiatrycznych, prawnicy udzielający porad ubogim ludziom, pracownicy opieki nad dziećmi, psychologowie kliniczni, psychiatry pracujący w szpitalu psychiatrycznym, personel więzienny i lekarze.¹⁸ Celem badań było dowiedzenie się, z jakimi interpersonalnymi stresami osoby te stykają się w pracy. Badano również, czy na studiach otrzymali oni przygotowanie do radzenia sobie z takimi stresorami. Najczęściej jednak, jak się okazuje, studenci podczas studiów nie uczą się, jak sobie radzić z trudnościami i stresem w pracy. Najprostszym zaś sposobem jest konsekwentna praca nad poznaniem siebie i formowaniem na co dzień.

Formacja ciągła jest procesem boskim i ludzkim.¹⁹ Ojciec Cencini podaje narzędzia, które ją wspomagają. Są to: relacja z Bogiem i braćmi, Słowo dnia, parafia i środowisko pracy, wspólnota kapłańska i zakonna, wszyscy ludzie, wszystkie wydarzenia, przełożeni i zwykli ludzie, znaki czasu, chryzmat wspólnoty, codzienność, wydarzenia nieprzewidywalne. Są to też takie wspólnotowe narzędzia, jak: dzielenie się Słowem Bożym, doświadczeniem duchowym, wspólnotowa ocena sytuacji, wspólnotowy projekt, upomnienie braterskie oraz rewizja własnego życia. Jak widać kilka spośród tych narzędzi jest właściwych jedynie wspólnotom zakonnym i kapłańskim, jednak większość dostępna jest również w formacji osób świeckich.

Ojciec Cencini łączy formację ciągłą z wyzwaniem czasu, z rytmem czasu. Stwierdza, iż jest ona „czasem spełnionym”.²⁰ Czas spełniony to jedność „czasu skoncentrowanego” i „czasu rozłożonego”. Pierwszy jest związany z w pełni intensywnym przeżywaniem, z ogromnym zaangażowaniem. Jest to zatrzymanie się w biegu, przeciwieństwo banalnego, niepozostawiającego śladu przeżycia. To czas przepiękny skutecznością i bogactwem. W tym czasie nabiera sensu życie, działanie człowieka staje się działaniem zaangażowanym, pełnym miłości. Od tego centrum czasu skoncentrowanego promieniuje „czas rozłożony”. To ten, który naznacza całe życie. Człowiek nie może przez cały czas być tak samo mocno skoncentrowany i zaangażowany. Jednak by jego czas był spełniony, musi harmonizować te dwa wcześniej opisane czasy. I to się dzieje w pełny sposób przeżywanej „formacji ciągłej”. Jeśli całość „czasu rozłożonego” u wierzącego nie koncentruje się w środku, którym jest Chrystus i wydarzenie Jego Zmartwychwstania, czas staje się „zagubiony”, wierzący żyje bez centrum, bez źródła. Jest wtedy bardziej narażony na wypalenie.

Ojciec Cencini stwierdza, iż *rytm formacji ciągłej to rytm życia, jej oddech jest rzeczywiście oddechem życia*.²¹ Formacja ciągła jest oparta na zwyczajności.²² Dzięki temu otwiera człowieka na posługi nadzwyczajne. Normalnie jednak uczy go żyć w zwyczajności, w codziennej pracy, w codziennej posłudze. Uczy więc żyć w takiej „szarości”, która najczęściej naraża człowieka poszukującego nadzwyczajności na wypalenie.

Formacja ciągła uczy włączać się w rytm każdego dnia i w pełni go przeżywać. Taki dzień jest związany z licznymi rytuałami.²³ Rytuały nie są jedynie charakterystyczne dla życia zakonnika, ale również dla świeckiego. Są to rytuały kolektywne, jak np.: wspólne posiłki rodzinne, obchodzenie różnych rocznic, wspólne prace, oglądanie określonych programów telewizyjnych, słuchanie muzyki, wspólna msza św. czy też modlitwa w rodzinie. Są to również rytuały osobiste, jak np.: modlitwa osobista, czytanie Słowa Bożego. Te rytuały mogą się wydawać czasami człowiekowi męczące i wypalające. Jednak o. Cencini ukazuje konieczność napełnienia ich sensem i przeżywania. Ukazuje, w jaki sposób rytuał uczy dyscypliny, konsekwencji, przedsiębiorczości, jak wyraża wolność, pozwala odkryć własną tożsamość. Napełnienie sensem codziennych rytuałów powoduje, iż życie przestaje być „szare”, „takie same”, „nudne”, a staje się twórcze.

W formacji ciągłej bardzo ważne jest zwracanie uwagi na codzienne działanie Boga.²⁴ Jak stwierdza o. Cencini, naprawdę przemienia nas codzienność, a nie nadzwyczajne wydarzenia. Odkrywanie znaków Bożych w codzienności Bóg ułatwia człowiekowi poprzez dawanie mu swojego Słowa. To Słowo jest przyjmowane rano. Potem człowiek smakuje jego słodycz, odczuwa surowość, czyni go kryterium swoich decyzji, motywacją do działania. Spełnia się ono w codziennych wydarzeniach, aż do wieczora. Czyni każdy dzień innym, twórczym, niebanalnym. Staje się również kryterium rozeznawania, kryterium oceniania swojego życia.

Kolejnym momentem odkrywania Bożych znaków jest modlitwa, eucharystia, ewentualnie Liturgia Godzin. Formacja ciągła jednak jest wzajemną wymianą między modlitwą i działaniem. Dlatego z modlitwy musi wypływać dobre działanie. Zaś ono jest odkrywaniem Boga w historii i w bliźnich. Działanie jest również realizowaniem przesłania eucharystii – daniem siebie. Przy takim rozumieniu działanie przestaje być ciężkim obowiązkiem spełnianym samotnie. Dzięki oparciu na mocy Bożej jest możliwe przeciwstawienie się wypaleniu, które niesie rutyna codziennych obowiązków.

Ojciec Cencini zwraca również uwagę na dyscyplinę czuwania i snu tak zapomnianą w dzisiejszych czasach.²⁵ Uszanowanie rytmu dnia i nocy pociąga za sobą umiejętność gospodarowania swoją energią. Noc nie może być przedłużeniem dnia. Uszanowanie tego jest akceptacją swoich ograniczeń, przeciwstawieniem się „syndromowi boga”, który uważa, iż ma władzę nad swoim ciałem do tego stopnia, iż może mu dyktować pracę bez odpoczynku. Uznanie ograniczeń fizycznych i psychicznych jest bardzo ważne w profilaktyce wypalenia zawodowego, gdyż jako jego źródło często pojawia się łamanie swojej natury w poczuciu niezastępowalności, niezłomności i niezniszczalności. Oprócz uszanowania odpoczynku nocnego o. Cencini proponuje w rytmie tygodniowym przyjęcie dnia odpoczynku – dnia pańskiego.²⁶ Uczy on nas odkrywania równowagi między pracą i wypoczynkiem, powszedniością i świętością, obowiązkiem i relaksem, Martą i Marią, między ludźmi, którymi trzeba się zająć i Mistrzem, którego trzeba słuchać, między osobistym studium i działalnością organizacyjną, między „czasem skoncentrowanym” i „rozłożonym”. W rytmie zaś miesięcznym o. Cencini stawia propozycję dnia skupienia.²⁷ Jest to propozycja w jakiś sposób wpisana w życie zakonne, dla świeckiego zaś zwykle trudna do realizacji. Jednak czasami jest konieczne znalezienie przynajmniej części dnia, które pozwala na spojrzenie

z dystansu, z boku na swoje życie. Dzięki temu dystansowi jest szansa uniknięcia wyczerpania emocjonalnego prowadzącego w skutkach do depersonalizacji w swojej pracy. Owocami zaś takiego dnia skupienia mogą być: odpowiedzialność i wrażliwość, porządek wewnętrzny i zewnętrzny, wychowanie zmysłów i uwagi, stałość i kreatywność, poczucie humoru i pogoda ducha.

Ostatecznie zaś rytmem życia człowieka to rytm roczny. Dla wierzącego jest to rytm roku liturgicznego.²⁸ I tutaj też istotnym jest pełne przeżywanie. Rok liturgiczny sprawia, iż człowiek staje się uczestnikiem świętości w swoim codziennym życiu. Chrystus staje w centrum. Z Nim łączy się każda chwila i do Niego się zbiega czas. Czas adwentu to czas oczekiwania, oczyszczenia, czas intensyfikacji swojego wzrostu, intensyfikacji pragnienia, które powiększa duszę. Czas Bożego Narodzenia jest spełnieniem. Człowiek wchodząc w relację z Bogiem Człowiekiem, z Miłością, zyskuje pewność, iż jest kochany, oraz wolność kochania. Rytm wielkiego postu to czerpanie siły i mocy życiowej z krzyża, wyzwalenie się z własnych uwikłań. Ten czas wskazuje na istnienie w człowieku słabości i ograniczeń, choroby i śmierci. Daje odwagę, by nie uciekać przed tym. Uodparnia na sytuacje kryzysowe. Czas zaś zmartwychwstania przypomina, że ostateczne zwycięstwo należy do Chrystusa. Rytm Zielonych Świątek jest ważny w formacji ciągłej, gdyż przekształca słabego człowieka w pełnego pasji i radości życia apostoła. Czyli w kogoś, kto jest zaprzeczeniem człowieka wypalonego zawodowo.

W tym rytmie roku liturgicznego o. Cencini wskazuje na wagę corocznych rekolekcji – czasu wyciszenia, wyłączenia się z codziennego życia.²⁹ Jest to przerwa na rewizję życia i na projekt dalszej egzystencji. Czas zebrania tego wszystkiego przed Bogiem. Ważne jest oddalenie się od znanych miejsc i od rutyny codzienności. Jest to praktyka, na którą wierzący świecki również może sobie pozwolić, aby móc po takiej odnowie, w pełni sił i zdystansowania rozpocząć dalszą pracę.

Ojciec Cencini ukazuje też etapy formacji ciągłej. Opisuje je na przykładzie życia zakonnego. Jednak warto się im przyjrzeć w kontekście formacji świeckich.

4. Powierzenie misji – rozpoczęcie pracy zawodowej

Na tym etapie o. Cencini wskazuje na dwie pomoce.³⁰ Pierwszą z nich jest kierownictwo duchowe. Proponuje je dla młodych kapłanów, ale też na czas kryzysów. Drugą zaś jest położenie nacisku na wspólnotę. To ona uczy przechodzić od sukcesu do rozczarowania i od nadzwyczajnych doświadczeń do codziennej wierności.

W przełożeniu na realia świeckiego kierownictwo duchowe jest ważną pomocą od początku pracy. Pozwala na bardziej obiektywne przyjrzenie się swojemu działaniu. Jest ustrzeżeniem siebie przed iluzją własnej doskonałości, niezastępowalności, bycia gwiazdą. Jest z drugiej strony ustrzeżeniem ludzi, którymi dana osoba się zajmuje, z którymi pracuje, przed jej niedoświadczeniem i brakiem kompetencji, które są zjawiskiem normalnym na początku pracy. Zresztą zawsze jest istotna weryfikacja swoich decyzji, nieraz trudnych, wobec człowieka patrzącego z boku. Po prostu jest przyjęciem własnej ograniczoności i omylności oraz poddaniem się pod osąd człowieka, ale przede wszystkim Boga, w obliczu którego odbywa się kierownictwo duchowe.

Drugą pomocą dla osoby świeckiej może być wspólnota. Ona również jest oparciem i pewnego rodzaju lustrem. Inni ludzie widzą działanie swojego kolegi bardziej realistycznie. Nawet przykre uwagi, a może szczególnie one, mogą mobilizować do rozwoju i chronić przed rutyną. Dlatego tak ważna jest grupa ludzi związanych zawodem albo też wspólną formacją religijną. Jest ona pewnym odpowiednikiem superwizji, które

stały się ostatnio bardzo popularne, a są istotne w pracy ludzi trudniących się pomaganiem innym.

5. Dojrzałość i pierwsze rozczarowania

Kolejnym etapem formacji ciągłej jest zdobywanie pewnego realizmu pastoralnego.³¹ Jest on związany z pierwszymi rozczarowaniami. Ważne jest, by człowiek nie był wtedy sam. Wspólnota, kierownik duchowy mogą pomóc w odkrywaniu prawdy o sobie. Mogą uchronić przed rezygnacją z jednej strony, a z drugiej superaktywnością, czyli głoszeniem przede wszystkim siebie. Ten czas może być okresem oczyszczenia intencji, kiedy człowiek widzi asymetrię między swoim wkładem pracy, a owocami, które otrzymuje. Wybór odnowiony staje się bardziej realistyczny, pozbawiony ciężaru własnego „ja”.

W realizmie życia osoby świeckiej jest to najważniejszy czas. Wtedy oczyszczają się jej motywacje. Niejednokrotnie dopiero wtedy uświadamia sobie, dlaczego wybrała taką, a nie inną pracę. Okazuje się, w jakim stopniu szukała siebie, szukała „bycia potrzebnym”, „bycia najważniejszym”, „bycia chwalonym”, a w jakim stopniu szukała dobra innych. Ponieważ motywacje ludzkie są złożone, dlatego też ten czas jest tak ważny, by móc w prawdzie podjąć swoją dalszą pracę. Szczególnie praca z młodzieżą jest bardzo pomocna dla takiego oczyszczenia, gdyż młodzież jest szczerą, czasami aż okrutnie. I jest to dla mądrego pedagoga błogosławieństwo. Jeśli potrafi z tego skorzystać, ma szansę wyjść z tego doświadczenia mocniejszym i pokorniejszym – co najważniejsze.

6. Czas dojrzałości właściwej lub czas wypalenia

Ojciec Cencini nazywa ten okres w formacji doświadczeniem rozwianych oczekiwań i niespełnionych nadziei.³² Ten czas powinien łączyć się z odnalezieniem smaku życia wewnętrznego. Powinien też łączyć się ze stabilizacją, przejściem od idealizmu do realizmu, z doświadczeniem. Może w wypadku osób, które nie umiały się wcześniej uczyć, wiązać się z przekonaniem, iż już nie potrzeba formacji. Za tym idzie zarozumiałość oraz przyzwyczajenie i rutyna w pracy. Może jednak z drugiej strony być czasem odpowiedzi pełnej miłości do Boga i potwierdzeniem swojego wyboru życiowego.

Dla wierzących świeckich ten etap wygląda podobnie. Albo jest czasem pełnego wypalenia zawodowego, rutyny, cynizmu wobec swojej pracy, rezygnacji z ideałów. Albo też jest pełnym pokory przyjęciem swojego miejsca w świecie, w zawodzie. Odkrywaniem na nowo powołania do służenia innym, odkrywaniem radości z tego powołania.

7. Propozycja „formacji ciągłej” jako profilaktyki wypalenia zawodowego u wierzącego

Przez cały czas próbowaliśmy pokazywać, w jaki sposób korzystanie z formacji ciągłej może ustrzec przed syndromem wypalenia zawodowego. Należy oczywiście pamiętać, że model ten w jakiś sposób dotyczy osób wierzących. Można powiedzieć, że są one uprzywilejowane. Jeśli poważnie traktują swoją wiarę, to przynajmniej jedna z przyczyn wypalenia zawodowego u nich jest nieobecna, mianowicie tzw. syndrom boga. Wierzący ma zawsze oparcie w Kimś wyższym, Kimś, kto lepiej wszystko wie, kto potrafi

wszystko przemienić, dla Kogo *nie ma nic niemożliwego* (Łk 1,37). Formacja ciągła jest właściwie stałym przypominaniem o tej prawdzie i konfrontowaniem z nią człowieka w każdym momencie jego życia. Jest uświęceniem jego czasu i spowodowaniem, iż jego codzienność ma uczestnictwo w świętym czasie Boga. To właściwe ustawienie człowieka, nieroszczenie sobie prawa do wszechwiedzy, wszechobecności, wszechstronności może być profilaktyką wypalenia zawodowego. Jest uczeniem kreatywności, radości życia, pasji, korzystania w pełni ze swojej energii w pełnych realiach ludzkiej ograniczoności i słabości. Formacja ciągła pozwala zintegrować człowieka i skierować go ku najważniejszemu Celowi, który będąc źródłem wciąż nowej siły, usuwa groźbę wypalenia zawodowego.

Formacja ciągła z pewnością pomaga również w rozwiązywaniu problemów rodzinnych, a nie tylko zawodowych. Jednak z uwagi na szerokość tematu autorka skoncentrowała się na pracy zawodowej i jej przeżywaniu przez wierzącego.

PRZYPISY:

¹ Por. *Zeszyty Formacji Duchowej. Wybory i decyzje*, Centrum Formacji Duchowej, Kraków 2002, s. 51.

² Por. Trojan, K., *Potrzeby psychiczne i wartości oraz ich implikacje religijne*, Kraków 1999, s.6–8.

³ Por. Cencini, A., *Dal punto di vista della persona consacrata*, w: Cencini, A., Pagani, S., *Bene-dire l'amore*, Milano 1997, s.11-30.

⁴ Por. Cencini, A., *Odnałeże tajemnicę*, Kraków 2001, s.10–23.

⁵ Por. Cencini, A., *Dal punto di vista della persona consacrata*, dz.cyt., s.11–30.

⁶ Por. tamże, s.11–30.

⁷ Por. tamże, s.11–30.

⁸ Por. Cencini, A., *Od wychowania do formacji*, tł. Piekarcz, D., Nagranie na kasetach, Centrum Formacji Duchowej Salwatorianie, Kraków 2003, s.1–6.

⁹ Cencini, A., Manenti, A., *Psychologia a formacja*, Kraków 2002, s.134.

¹⁰ Cencini, A., *Dal punto di vista della persona consacrata*, dz.cyt., s.11–30.

¹¹ Por. Cencini, A., *Od wychowania do formacji*, dz.cyt., s.9–10.

¹² Por. Cencini, A., *Dal punto di vista della persona consacrata*, dz.cyt., s.11–30.

¹³ Por. Cencini, A., *Oddech życia. Łaska formacji permanentnej*, dz.cyt., s. 205–218.

¹⁴ Cencini, A., *Oddech życia. Łaska formacji permanentnej*, tł. Zarzycka, J., Kraków 2002, s. 39.

¹⁵ Fengler, J., *Pomaganie mężczyznom. Wypalenie w pracy zawodowej*, tł. Pietruszewski, K., Gdańsk 2000, s. 85.

¹⁶ Por. Bilaska, E., „Jak Feniks z popiołów, czyli syndrom wypalenia zawodowego”, *Niebieska Linia*, 33(2004)4, s. 3–7.

¹⁷ Maslach, Ch., *Wypalenie w perspektywie wielowymiarowej*, tł. Radzicki, J., w: *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie*, red. H. Sęk, Warszawa 2004, s.15.

¹⁸ Por. Maslach, Ch., *Wypalenie się: utrata troski o człowieka*, tł. Radzicki, J., w: Zimbardo, P.G., Ruch, F.L., *Psychologia i życie*, Warszawa 1994, s.623–628.

¹⁹ Por. tamże, s.36–51.

²⁰ Por. T, s.59-78.

²¹ Tamże, s.79.

²² Por. tamże, s.81–86.

²³ Por. tamże, s.93–100.

²⁴ Por. tamże, s.100–113.

²⁵ Por. tamże, s.113–119.

²⁶ Por. tamże, s.120–128.

²⁷ Por. tamże, s.129–153.

²⁸ Por. tamże, s.166–219.

²⁹ Por. tamże, s.212–218.

³⁰ Por. tamże, s.221–225.

³¹ Por. tamże, s.225–228.

³² Por. tamże, s.228–237.