

Agnieszka Bzymek

ORCID 0000-0001-6495-299X

DOŚWIADCZANIE RESILIENCE W NARRACYJNEJ BIOGRAFII SENIORÓW DZIENNEGO DOMU POMOCY W GDAŃSKU

Słowa kluczowe: *resilience*, biografia narracyjna, senior, uwarunkowania indywidualne, uwarunkowania społeczno-kulturowe.

Streszczenie: Narracje opracowane w poniższym artykule zostały wykonane w ramach projektu „Wspieramy seniora w środowisku lokalnym – kultura elementem tożsamości starszego człowieka”, realizowanego w Dziennym Domu Pomocy Lokalnego Centrum Wsparcia w Gdańsku w 2016 roku. Wyrosły one z dostrzeganych przeze mnie potrzeb seniorów w opowiadaniu swej przeszłości, dzieleniu się nią i jednocześnie porządkowaniu jej, godzeniu się na jej elementy trudne, których pamięć została na zawsze utwierdzona w historii człowieka. Zadaniem, które dostrzegam, jest również potrzeba spojrzenia na własną przeszłość z próbą refleksji nad tym, co daje moc i siłę do życia. Innymi słowy, kto i/lub co pozwala mi żyć, a nawet więcej, chcieć żyć i cieszyć się z życia? Czym jest kategoria *resilience* w moim życiu? Pozostając pod wrażeniem sił jednostek, których historie obfitujące w bolesne momenty, potrafiły powiedzieć: *chce mi się żyć*, weszłam w relację, pytając o przeszłość i refleksję nad nią. Podjęłam też próbę określenia źródeł pozwalających zachować opisywaną poniżej prężność, zdolność do regeneracji. Mając na względzie treści powyższe, przyjmuję próbę ukazania doświadczenia rezyliencji narratorów za cel mojego artykułu.

Podstawy teoretyczno-metodologiczne

Koncepcja *resilience* wyjaśnia fenomen pozytywnej adaptacji osób narażonych na różnego rodzaju przeciwności losu czy wydarzenia traumatyczne (Borucka, Pisarska, 2012). Oznacza ona względnie dobre przystosowanie jednostki, mimo doświadczanych zagrożeń (Crai, Bond, Burns, Vella-Brodrick, Sawyer, 2003). Postrzeganie *resilience* jako przewyciężenie skutków negatywnych zjawisk i wydarzeń życiowych to z kolei propozycja Ogińskiej-Bulik i Jurczyńskiego (Ogińska-Bulik, Jurczyńska, 2011).

Ponieważ w języku polskim nie odnajdujemy słowa, które w pełni oddawałaby znaczenie angielskiego terminu *resilience*, termin ów wydaje się być jak najbardziej adekwatny w polskim zastosowaniu. Pokrewne pojęcia to „elastyczność”,

„odporność”, „zdolność regeneracji sił” (Borucka, Ostaszewski, 2008). W naukach społecznych termin ten zaistniał dzięki pionierom badań nad rozwojem dzieci i młodzieży w niekorzystnych warunkach życiowych (wieloletnie badania prospektywne Normana Garmezy i Michaela Ruttera), (Rutter, 1987). *Resilience* oznacza zatem pewnego rodzaju sprawne funkcjonowanie w trudnych okresach życiowych, posiadanie umiejętności odpowiednich do wieku i realizację zadań rozwojowych, mimo obecności przeciwności losu. W ujęciu szerszym *resilience* stanowi proces dynamiczny, odzwierciedlający względnie dobre przystosowanie, mimo doświadczanych zagrożeń lub traum. Bywa wreszcie *resilience*, określane „odbijaniem się od dna”, kiedy następuje powrót do zdrowia psychicznego i stosunkowo dobre funkcjonowanie po przeżyciu „silnie stresującego zdarzenia” (Borucka, Ostaszewski, 2008, s. 2–4). U Borisa Cyrulnika, psychiatry, neurologa i etnologa, wybitnego znawcy rezyliencji, problematyka ta wiąże się nieodłącznie z tzw. wartościową niszą uczuciową, która w jego rozumieniu opiera się na bezpiecznej prz przynależności do rodziców, posiadających również w swoim dziecięcym doświadczeniu emocjonalną bliskość z rodzicami (Cyrulnik 2015, s. 122–123). Co istotne, *resilience* nie jest tożsame z dobrym zdrowiem psychicznym czy wysokimi kompetencjami społecznymi, jego fenomen bowiem uwzględnia ekspozycję na szereg czynników zagrażających i względnie dobre zdrowie psychiczne jednostki, mimo działania tychże czynników.

Niekorzystne warunki rozwoju, rozumiane jako czynniki ryzyka, mogą wywoływać odchylenia w psychice. Z kolei zdaniem wspomnianego powyżej badacza, ograniczenia zasobów emocjonalnych, ale i intelektualnych oraz materialnych, skutkują podatnością na traumę (Cyrulnik 2015, s. 124). W literaturze znaleźć można czynniki ryzyka: wcześniactwo, ubóstwo, choroby psychiczne rodziców, wojna, rozwód, sprawowanie opieki nad dzieckiem przez instytucje (Borucka, Ostaszewski, 2008). Przy czym, obecność jednego czynnika ryzyka nie jest wystarczająca, aby mogło wystąpić zakłócenie w funkcjonowaniu jednostki. Istniejące cztery indeksy pomiaru ryzyka obejmują: indywidualną charakterystykę (samoocena, pogodne usposobienie, wiara, talent, towarzyskość), wpływ rówieśników, relacje rodzinne (spójność rodziny, bliskie relacje, ciepło, dobra sytuacja materialna), miejsce zamieszkania, relacje społeczne (Borucka, Ostaszewski, 2008). Z kolei obszary czynników chroniących, które mają moc przeciwdziałania zaistniałym skutkom czynników ryzyka to: cechy indywidualne, czynniki rodzinne i czynniki zewnętrzne, jak bezpieczne sąsiedztwo, przynależność do prospołecznej organizacji (Borucka, Ostaszewski, 2008). Natomiast według Cyrulnika czynnikami ochronnymi są bezpieczne poczucie przynależności oraz rozwój procesów emocjonalnych i mentalnych (Cyrulnik 2015, s. 126).

Obszarem istotnym, na który trzeba zwrócić uwagę, jest adaptacja, rozumiana tutaj jako pozytywne przystosowanie, mimo występujących zagrożeń i przeciwności losu (Borucka, Ostaszewski, 2008). Innymi słowy, to pewne psychospołeczne kompetencje, definiowane w terminach realizowania zadań rozwojowych

adekwatnych do wieku, kultury, społeczeństwa. Kolejny obszar to kompetencje, przez które rozumie się wykorzystanie zdolności, zasobów w rozwoju, by odwołać się do koncepcji zachowania zasobów S.E. Hobfoll (2006). Można zapewne odnieść się tu chociażby do problemu spełniania oczekiwań społecznych oraz indywidualnego rozwoju osobistego.

Metoda biograficzna

Opowiadanie „ma uzdrawiającą moc”, zauważa Grażyna Jagielska (Jagielska 2014, s. 82), opisując pobyt własny w Klinice Psychiatrii i Stresu Bojowego w Warszawie, gdzie jako żona korespondenta wojennego, nieustannie narażonego na śmierć, opowiada historię własną, tworząc tym samym szansę na „bycie po stronie życia” (Jagielska 2014, s. 100).

Mocy tej dowiedli liczni badacze zajmujący się biografią narracyjną (Skibińska 2006). Maria Mendel pisze: *Metoda biograficzna umożliwia analizę określonych problemów na tle życiowych narracji snuty przez osoby objęte badaniem i daje możliwość odniesień do czasu i miejsc, w których się rozgrywały* (Mendel 2007, s. 90). Funkcja terapeutyczna towarzysząca snuciu historii własnej pozwala spojrzeć na życie własne z zupełnie innej perspektywy i dokonać w nim zmian. Anthony Giddens stwierdza z kolei: *Autobiografia nie jest zwykłą kroniką minionych zdarzeń, ale korekcyjną ingerencją w przeszłość. Jednym z przykładowych aspektów takiej ingerencji jednostki we własną przeszłość jest opieka nad sobą – jako – dzieckiem* (Giddens 2002, s. 101). Odnalezienie swojego wewnętrznego dziecka, które czeka na wsparcie, przybiera wymiary terapeutyczne, daje poczucie siły i sprawczości – *każdy, kto opowiada o swoim życiu trzyma je w swoich rękach*, jak dowodzi Duccio Demetrio (Demetrio 2000, s. 9).

Posiłkując się zapleczem naukowym metody biograficznej, odwołuję się do źródeł narratywizmu, których doszukuje się w psychologii narracyjnej i w antropologii filozoficznej przełomu XIX/XX wieku (Straś-Romanowska 2005). P. Dominicè – zastanawiając się nad przyczynami zastosowań metody biograficznej – zwraca uwagę na starzenie się społeczeństwa i nowe w związku z tym spojrzenie na cykl życiowy; nadto na kryzysy ekonomiczne oraz bezrobocie, skłaniające nierzadko do nowego spojrzenia na biografię własną (Dominicè 2006). Jako badaczka interesuje mnie głównie subiektywny punkt widzenia badanych w ich narracjach oraz społeczno-kulturowy kontekst analizowanego przeze mnie zjawiska *resilience*. Stąd czerpiąc z metody biograficznej, z której metodologicznie wyprowadzona została narracja biograficzna, zapraszam rozmówców do tworzenia opowieści – narracji życia. W wykonanym przeze mnie badaniu, opartym na metodzie biograficznej przy użyciu wywiadu narracyjnego, chciałam skupić się przede wszystkim na zaprezentowaniu doświadczenia prężności u seniorów opowiadających historie własne.

Indywidualna charakterystyka, konteksty społeczno-kulturowe

W historiach szóstki seniorów, biorących udział w narracjach, odnajduję szereg elementów ujętych w problematyce *resilience*. Ich osoby określam wielką literą [S] i dodaję porządkującą cyfrę. Wśród uczestników znalazło się pięć kobiet i jeden mężczyzna, będących uczestnikami DDP Lokalnego Centrum Wsparcia w Gdańsku.

Przedstawione powyżej indeksy pomiaru ryzyka, które na użytek mojej analizy przywołuję za przyjętymi w literaturze przedmiotu przytaczanej powyżej, uznaję je za możliwie najadekwatniej odzwierciedlające wydarzenia poruszane w narracjach. W cytowanych wspomnieniach odnajduję bowiem ich elementy, jednak z uwagi na gęstość niektórych wypowiedzi niemożliwym było oddzielenie poszczególnych indeksów, które w niektórych monologach zbiegały się w jedną całość.

Większość wysłuchanych wywiadów zaczyna się indywidualną charakterystyką seniorów związaną z pochodzeniem, uwarunkowaniami rodzinnymi. Jedna z uczestniczek wprowadza kontekst społeczny swojego życia: *Kiedy wybuchła wojna miałam czternaście lat [...] rodzice martwili się o mnie [S2]*. W jej wspomnieniach odnajduję elementy związane z przestrzenią wiary i rytuałów sakralnych: *Pamiętam, że pielgrzymka, która szła z Wejherowa do Jasnej Góry, zatrzymała się w Rumi z powodu wybuchu wojny. [...] Pamiętam Pierwszą Komunię Świętą, [...] kiedy Piłsudski umarł i byliśmy w kościele na mszy za niego [S2]*. Jej dalsza historia pokazuje umiejętność realizowania własnych zamierzeń, planów: *Ciągnęło mnie do miasta. [...] Potrafiłam sobie poradzić, ukończyłam kurs kelnerski i pracowałam [...] jako kelnerka, bufetowa [S2]*. Jednocześnie wspomina o własnych pasjach: *Uwielbiam teatr i operetki. Chodziliśmy często do teatru do Opery Leśnej [S2]*. Kolejna z senierek rozpoczyna opowieść: *Urodziłam się na wsi na Mazowszu [...] miałam poczucie, że jestem szczęśliwa, o tym się nie mówiło, ale po prostu miałam takie poczucie. Kiedy spoglądałam na przyrodę, na pola, ja byłam szczęśliwa i kiedy wracam pamięcią do tego czasu, to czuję szczęście [S3]*. Jej optymizm i pogodne spojrzenie na własną egzystencję bardzo widoczne na tle innych narracji. Wreszcie jej determinacja i zaangażowanie w rozpoczęte zadania: *Tak długo siedziałam nad zadaniem, aż je rozwiązałam lub znalazłam błąd. Klasa czekała aż rozwiąże. I z reguły tak było [S3]*. Również następna narratorka opowiada o sobie poprzez określenie swego zamieszkania, począwszy od miejsca obecnego, a skończywszy na miejscu urodzenia: *Przyjechałam do Gdańska w 1975 roku z moim mężem, ponieważ dostał pracę i służbowe mieszkanie w Rafinerii Gdańskiej. Córnka miała wówczas dwa miesiące [S4]*. Siebie samą zaś widzi ona po stronie walczących o lepszy świat: *[...] bo ja jestem taka, że chcę naprawiać świat, chcę walczyć o sprawiedliwość, denerwuje mnie chamstwo. Ale człowiek nic sam nie zwojuje, musi mieć jakieś zaplecze, oparcie [S4]*. Z kolei mężczyzna biorący udział w biograficznej narracji, wspomina o miejscu urodzenia i zawodowej roli rodziców: *Urodziłem się w Krakowie w rodzinie oficera Wojska Polskiego*

w 1932 roku. *Mamusia moja była nauczycielką, a tata kapitanem* [S5]. Jego pochodzenie społeczne oraz wychowanie pozwoliło mu wybrać kierunek kształcenia (mimo doświadczeń wojennych, czego przykładem są tajne komplety). Wybrał: *III Gimnazjum imienia Króla Jana III Sobieskiego [...] po ukończeniu gimnazjum poszedłem do liceum chemicznego [...]. Rozpocząłem studia na Wieczorowej Szkole Inżynieryjnej w Krakowie. [...] W 1956 roku ukończyłem Politechnikę Śląską. Otrzymałem kolejny nakaz pracy i z dyplomem inżyniera chemika rozpocząłem pracę w Rafinerii Śląskiej w Gliwicach* [S5]. Silnie uwypuklony zostaje tu wątek edukacyjny wiążący się z pochodzeniem społecznym i związany z nim etos kształcenia. Wreszcie ostatnia z rozmówczyń zaczyna od tożsamości miejsca narodzin, ale co zaskakujące, staje zaraz w jego opozycji wyznając: *Urodziłam się w Poznaniu, nie lubiłam Poznania [...]. Lubiłam zawsze Wybrzeże. W 1953 roku wyszłam za mąż i przyjechałam do Gdańska. Byłam wtedy bardzo szczęśliwa* [S6].

Relacje rodzinne

W przypadku jednej z narratorek dzieciństwo w domu rodzinnym było okresem wyjątkowo trudnym. Jak wspomina: *W moim domu było źle. Tata mnie bił, nadużywał alkoholu. Kiedy mama mnie broniła, ojciec denerwował się, robił awantury. Miałam czternaście lat, kiedy tata mnie zgwałcił [...]. Leżałam w szpitalu [...]. Potem tata został zamknięty w więzieniu na osiem lat* [S1]. Jej dzieciństwo, naznaczone krzywdą i brakiem skutecznej obrony, determinował szereg okoliczności nieprzychylnych jej rozwojowi: *Zaczęłam uciekać z domu. Chciałam mieszkać sama, a nie być zamykana w szpitalach psychiatrycznych [...]. Mama chodziła ze mną na wizyty lekarskie i z powodu ataków epileptycznych byłam kierowana na leczenie zamknięte* [S1]. Problemy relacji rodzinnych spłotyły się silnie z problemami zdrowotnymi, te z kolei wpłynęły na kształt relacji społecznych, tak istotnych w przypadku dorastającego człowieka, by odwołać się choćby do teorii rozwoju psychospołecznego człowieka (Erikson 2002). Konsekwencje w późniejszej dorosłości okazały się bardzo niekorzystne: *zdrada męża, eksmisja z mieszkania, nadużywanie alkoholu, i w efekcie: Uciekłam z domu z córką i synem [...]. Kiedy przyjechałam do Gdańska zabrali mi córkę. A kiedy urodziłam syna, jego też mi zabrali, prosto ze szpitala, ponieważ nie miałam mieszkania i środków do życia [...]. Zostałam pozbawiona praw rodzicielskich, dzieci poszły razem do adopcji. [...] Nie miałam wyjścia. Nie miałam warunków, a mąż zmarł z powodu nadużywania alkoholu* [S1]. Kontynuuje, że nie udało się jej utrzymać relacji z dziećmi: *Mam żal, chciałabym mieć kontakt, ale nie chcieli się na to zgodzić w Ośrodku Adopcyjnym. Nie wiem, co robią teraz. Widziałam ich tylko raz, mnóstwo lat temu. [...] One też nie szukały kontaktu ze mną. Pogodziłam się z tym* [S1]. Zaznacza się tu zatem szereg czynników ryzyka związanych ze sferą więzi rodzinnych i społecznych. W historii innej z seniorek istotnym czynnikiem ryzyka była wczesna utrata matki oraz wojna: *Przed wyzwoleniem, w 1944 roku mama zmarła. Byłam najstarsza i na mnie spadła opieka nad młodszym rodzeństwem oraz prowadzenie*

domu [S2]. Sytuacja ta prawdopodobnie przyspieszyła proces dorastania, nie tylko ze względu na śmierć matki, ale i samo doświadczenie wojny: *W czasie wojny pracowałam na gospodarstwie u Niemca, dzięki czemu nie zostałam wywieziona. To była ciężka praca fizyczna* [S2]. Kiedy dorosła, wspomina: *Zachorowałam ciężko na poważną chorobę żołądka. [...] Da się żyć. Nie narzekam, bo to nic nie da. [...] Musiałam pogodzić się z chorobą* [S2]. Istotny staje się dla niej sam kształt relacji z człowiekiem i światem, o swoim mężu mówi: *Był opanowany w kontakcie, spokojny. Był bardzo lubiany, miał mnóstwo przyjaciół* [S2]. Jest ona zadowolona z faktu braku pracy zawodowej w małżeństwie: *Nie pracowałam, a prowadziłam dom i wychowywałam dzieci* [S2]. Jej historia obfituje w kolejne niezwykle trudne sytuacje: *Straciłam córkę, zmarła w 1963 roku na nowotwór. [...] Miała ataki spowodowane uciskiem nowotworu w mózgu. Zmarła szybko* [S2]. Ta sytuacja nie pozwala jej jednak pozostać w cierpieniu. Bliskie i mocne relacje rodzinne wydają się być gwarantem jej poczucia spokoju i bliskości: *Mam wspaniałą rodzinę, troszczą się o mnie, czasem wręcz nie chcą powiedzieć, że gorzej się czuję, aby nie martwili się o mnie, ale oni czuwają. I ja to czuję. Jestem zaopiekowana* [S2]. Spojrzenie dziewięćdziesięcioletniej kobiety patrzącej na życie kieruje moją uwagę na ostatni etap życia człowieka, zwany u E.H. Eriksona integralnością *ego*, który rozumiany jest jako utwierdzenie się w skłonności do porządku i sensu (Erikson, 2002). Wynika z niej akceptacja własnego, jedyne go życia. Brak czy utrata integralności *ego* oznacza lęk przed śmiercią, niepokodzenie się z upływem czasu i historią własną, zgorzknienie, smutek, nierzadko również rozpacz z powodu świadomości coraz mniejszej ilości czasu, który pozostał, by rozpocząć nowe życie i spróbować nowych dróg do integracji. Cnotą podstawową tego etapu życia jest według Eriksona mądrość (Erikson, 2002). W opowieści kobiety [S2] więzi rodzinne i czynniki indywidualne pozwalają przetrwać bolesne momenty życia, jak wczesna utrata matki, syndrom wojny, śmierć ukochanej córki i równocześnie umożliwiają realizację siebie jako kobiety, żony, matki, która umiała zadbać też o potrzeby własne.

Zgodnie z koncepcją Eriksona człowiek rozwija się przez całe życie, czemu towarzyszą przemiany rozwojowe. W momencie dojrzewania, pozostającego etapem pośrednim między dzieciństwem a dorosłością, siłą witalną staje się wierność, którą badacz rozumie jako zdolność do zaufania sobie (Erikson 2002). Brak zaufania skutkuje przede wszystkim brakiem wiary we własne siły. Wierność według Eriksona stanowi niejako pomost między „dziecięcą ufnością i dorosłą wiarą” (Erikson 2002). Jej odwrotnością jest odrzucenie roli, brak utożsamienia się z określonymi sposobami funkcjonowania, zasadami, wartościami. Ponadto dorosłość niesie za sobą możliwość bycia autorytetem, wzorem do naśladowania (Erikson, 2002). I słuchając opowieści seniorki o bliskich, pamiętających o niej, trudno nie domyślać się, jak ważną jest dla nich osoba: [...] *zawsze mnie odwiedzają, muszą przyjechać i bardzo mnie to cieszy* [S2]. Ukoronowaniem dojrzałego życia staje się integralność jednostki w końcowej jego fazie, poczucie pełni historii życia i radość z jej „przejścia”, mądrość, spełnienie, chęć bycia potrzebnym (Erikson 1997). Można zatem uznać, że

opisywane przez S.E. Hobfolla zasoby, przechowywane w jednostkach, pozwalają na ich mądre wykorzystanie w odpowiednich sytuacjach, służąc nie tylko jednostce, ale i tym, którzy pozostają w jej otoczeniu. Hobfoll (2006).

U innej z narratorek zaznacza się z kolei sentymentalne spojrzenie na minione dzieciństwo, które przypomina Proustowskie wspomnianie przeszłości, gdy mówi: *Trudno nazwać, że to było szczęśliwe dzieciństwo, chyba po prostu udane. Ale pamiętam momenty, kiedy szło się do szkoły i wracało, w odświętnej, szkolnej sukience, którą zdejmowało się w domu, aby nie splamić i nie zabrudzić, pamiętam to ogromne zadowolenie* [S3]. I dalej: *Miałam dwóch braci, dużo jeździliśmy na koniach, pływaliśmy w stawie, który był bardzo duży. Kobiety z czworaków przy folwarku przychodziły do naszego gospodarstwa robić pranie [...] [S3].* Pojawia się w jej opowieści postać ojca, jego istotna rola: *Pamiętam, gdy jechał saniami w śniegu, były piękne kuligi, kiedy tylko pojawił się śnieg. Nikt tego na wsi nie robił dla dzieci. A mój tata zabierał nas tymi saniami po polach... [S3].* I być może nie jest to nazbyt daleko idący wniosek, by w opowieści tej doszukiwać się udanej po latach relacji małżeńskiej: *To był mąż [...]. Mądry i dobry, uczciwy, z dobrej rodziny. Umieliśmy być ze sobą razem, spędzać czas, podróżować. Urodziłam syna i wówczas byłam nadal zakochana w nim. To był dobry związek* [S3].

Trudne z kolei doświadczenia w sferze rodzinnej stały się udziałem innej z seniorek: *To nie był dobry czas, gdy mój syn urodził się [...]. Mama była bardzo chora. [...] Zmarła na raka, mając zaledwie pięćdziesiąt jeden lat* [S4]. Kobieta wspomina: *Miałam bardzo kochaną mamusię. Mam starszego brata i młodszą siostrę* [S4]. Inaczej natomiast wyglądały już relacje z ojcem: *Tata często uciekał od obowiązków. [...] Miałam najlepszy kontakt z mamą. Tata miał siedemnaście lat, kiedy został wywieziony na Syberię i potem ponosił ogromne koszty zdrowotne. Nie miał z nami dobrego kontaktu, zabierał się i jechał na rybki, aby powalczyć ze swymi myślami i pobyć sam* [S4] i dalej: *Nie miałam dobrego kontaktu z ojcem, był zamknięty w sobie, mało mówił* [S4]. Bolesne koleje losu dotknęły jej także w dorosłym życiu: *Kiedy miałam trzydzieści sześć lat, mąż odszedł do młodszej kobiety, niewiele starszej od mojej córki* [S4], [...] *nie dobraliśmy się z mężem kompletnie* [S4]. Zaraz pojawia się kolejny kryzys: [...] *mój były mąż nie oddał córki. [...]. Przeżyłam wówczas pierwsze załamanie nerwowe* [S4]. Utrata córki okazała się wieloletnim doświadczeniem: *Trwało to ponad dwa lata, nim sytuacja się nie wyjaśniła. I to był cios w samo serce! Zobaczyłam córkę dopiero po paru latach* [S4]. W konsekwencji: *Przeżyłam wówczas pierwsze załamanie nerwowe. Sąsiadka [...] robiła mi zastrzyki z magnezu, które bardzo pomogły* [S4]. Trudne dzieje kobiet ze swej rodziny tłumaczy ona następująco: *Wszystkie byliśmy nieszczęśliwe, kobiety – mama, ja, córka. To jest w nas, to się dziedziczy z pokolenia na pokolenie* [S4].

Zgoła inaczej rozpoczyna się opowieść mężczyzny: *Warunki wychowywania miałem cieplarniane. Miałem starszą siostrę i starszego brata [...]. Ojciec jako żołnierz utrzymywał w domu dużą dyscyplinę* [S5]. Stan ów nie trwał jednak zbyt długo, nastąpiło bowiem rozbitcie rodziny wskutek działań wojennych: *Ojciec był mobilizowany osobno, natomiast ja z mamą, siostrą i bratem jechaliśmy*

takim wagonem towarowym [S5], i dalej: Mój tata został uwięziony przez Niemców w więzieniu przy ulicy Montelupich w czasie wojny. Lekarz niemiecki twierdził, że ma osiemdziesiąt pięć procent utraty zdrowia i musiał co tydzień stawiać się na komisji, aby pokazać, czy jeszcze żyje [S5]. Jednocześnie mimo tych trudnych doświadczeń, miał poczucie bezpieczeństwa zapewnianego przez matkę, która [...] bardzo dbała [...] o pożywienie, spanie [S5]. Wojna to ostatecznie czas utraty matki: W czasie wojny zachorowała [...] na miażdżycę i zmarła w 1942 roku [S5], i doświadczenie nieobecności ojca: Straciłem mamę, ale ta strata matki została powetowana opieką moich dziadków, u których przebywałem w czasie okupacji [S5]. Jako dorosły już człowiek zawiera związek małżeński i mówi: Idealna żona. Pierwsza miłość moja. Po ślubie wyjechaliśmy do Nowego Sącza, do samodzielnego domu po moich dziadkach [...]. Mielśmy gdzie mieszkać, wtedy były ogromne problemy mieszkaniowe [S5]. Zarysowane są tu zatem czynniki więzi oraz warunków bytowych.

Ostatnia z narratorek odwołuje się również do silnych relacji w rodzinie: *Miałam bardzo dobrych rodziców [S6]. Opowiadając o sobie, nawiązuje jednocześnie do kontekstu wojennych losów rodziny: W czasie okupacji nie było mojego tatusia, był w Niemczech, na przymusowych pracach. Wrócił po wojnie. [...], [S6]. Jej wspomnienia domu z okresu naznaczonego „wojennym scenariuszem” budzą ciepło, które wydaje się przenosić do założonej rodziny, gdzie zdecydowała się na prowadzenie domu przy wyjątkowo korzystnych warunkach: [...] dostaliśmy mieszkanie, dwa pokoje z kuchnią ze Stocznii. Mój mąż był inżynierem. Nie pracowałam. [...] Prowadziłam przede wszystkim dom i zajmowałam się wychowaniem dzieci. Nie było potrzeby, abym pracowała, poza tym mąż nie pozwalał mi pracować. To było dla mnie wygodne i to był dobry czas dla rodziny [S6], wspomina z uśmiechem.*

Wpływ rówieśników

Wpływ środowiska rówieśniczego zaznaczył się szczególnie negatywnie w historii pierwszej z senierek: *Źle wspominam czas na leczeniu, tam chodziłam do szkoły, ale miałam koleżanki, które mnie biły. Po którymś pobiciu zaczęłam się jękać [S1].* Mając na względzie okres adolescencji (Erikson 2002), dostrzegalny jest istotny wpływ dzieciństwa na rozwój relacji rówieśniczych: *Podczas ucieczek spałam u koleżanek, chodziłam do szkoły albo na wagary. Nauczyłam się palić i coraz rzadziej chodziłam do szkoły. Spałam czasem w lesie [S1].* Dalszy scenariusz jest równie trudny: *Kiedy miałam osiemnaście lat, przyjechałam do Gdańska, ale nie miałam dowodu, tylko podrobiony, który dostałam od koleżanki. Zatrzymała mnie policja, koleżanka zeznała, że go ukradłam. Trzy lata spędziłam na Kurkowej, to był stan wojenny [S1].*

Erikson pisząc o okresie dorastania, określa go mianem tożsamości/rozproszenia tożsamości, kiedy znaczącymi stają się relacje z grupą rówieśniczą i zewnętrznymi wzorami przywódczymi. Wówczas następować winno rozpoczęcie

okresu adolescencji, ewolucja fizjologiczna i pierwsze „dorosłe” zadania. Integracja postrzegana jest tu jako proces formowania tożsamości ego. Tożsamość ego jest wynikiem powstałego wcześniej zaufania do siebie samego, ciągłości i wewnętrznej identyczności (Erikson, 2002). Okres adolescencji, nazywany przez Eriksona *moratorium*, jest psychospołeczną fazą pomiędzy dzieciństwem a dorosłością, między moralnością dziecka a etyką osoby dorosłej (Erikson, 1997, s. 274). Siłą witalną staje się tu wierność pojmowana jako zdolność do zaufania sobie w okresie samookreślenia oraz poszukiwania wartości społecznych i ideałów. Z kolei brak zaufania skutkuje przede wszystkim brakiem wiary we własne siły i odrzuceniem roli, niemożnością utożsamienia się z określonymi sposobami funkcjonowania (Erikson, 2002). Narratorka [S1] wydaje się być egzemplifikacją tego stanu rzeczy, gdy dochodzi do odrzucenia roli i poczucia zupełnej samotności oraz bezsilności, doprowadzających ją ostatecznie do reakcji ucieczkowych oraz wchodzenia w grupy ryzyka. Wspomniany zamęt tożsamościowy nie pozwala jej na autentyczne zaangażowanie, toteż pozostaje ona w sztywnej rezerwie i nie jest zdolna do nawiązania bliskości (Erikson 1972). Nierzadko nawiązuje ona sztampowe relacje z rówieśnikami i mężem czy z osobami przygodnie poznanymi, gdzie nie zaznaje ona możliwości realizacji siebie (Erikson 1972).

Zgola inny scenariusz dojrzewania można znaleźć w opowieści innej z kobiet, która czerpie pokłady miłości i akceptacji z domu rodzicielskiego – i nie sposób nie odnieść owego faktu do koncepcji zachowania zasobów (Hobfoll 2006): *Miałam poczucie, że jestem szczęśliwa, o tym się nie mówiło, ale po prostu miałam takie poczucie* [S3], i dalej wspomina ojca: [...] *były piękne kuligi, kiedy tylko pojawił się śnieg. Nikt tego na wsi nie robił dla dzieci. A mój tata zabierał nas tymi saniami po polach...* [S3]. Stąd też budowała poprawne i satysfakcjonujące relacje jako nastolatka, umiając dawać z siebie: *Nie potrafiłam zostawić kogoś, kto tej pomocy potrzebował, ale i otrzymywać: Moja polonistka wówczas zmotywowała klasę, aby odegrali dla mnie skecze i zabawy ze studniówki. Specjalnie dla mnie* [S3], kiedy wskutek choroby mamy nie mogła ona uczestniczyć w studniówce. Opieka nad mamą również przyczyniła się do jej szybszej dojrzałości i odpowiedzialności: *Tak po prostu trzeba było i już* [S3].

Wątek edukacyjny

Przechodząc do zagadnienia kształcenia, zauważyć można, jak ogromnym problemem było zdobywanie wykształcenia z powodu problemów rodzinnych: *Podczas ucieczek spałam u koleżanek, chodziłam do szkoły albo na wagary. Nauczyłam się palić i coraz rzadziej chodziłam do szkoły. Spałam czasem w lesie* [S1] oraz [S3]: *Niestety świadectwo szkolne nie było najlepsze, ponieważ moja mama wówczas zachorowała, kiedy byłam w szkole średniej. Ważne znaczenie miały odległości szkół od miejsca zamieszkania: Podczas nauki byłam w internacie prowadzonym przez siostry zakonne. To były ciężkie czasy, autobus podwoził mnie do miasteczka i potem trzeba było iść cztery kilometry* [S3]; *Musiałam bardzo*

wcześnie wstawać na autobus, potem tramwajem dojeżdżałam. Czasem i pieszo chodziłam do szkoły [S6]. Istotny okazywał się też wpływ działań wojennych: *W Krakowie zaczęłam uczęszczać na tajne komplety prowadzone w prywatnych mieszkaniach przez inteligencję krakowską. [...] Kiedy weszli Rosjanie do miasta, nauka została przerwana* [S5].

Tu także zauważam stosunek do edukacji dziecka, którego wysiłek był oczekiwany i nie podlegał dyskusji: *Byłam dobrą uczennicą, ale wtedy tego nie wiedziałam, nikt o tym nie mówił [...], że jestem zdolna, to nie był temat [...]. Ale sąsiadki rozmawiały o różnych sprawach, więc słyszałam* [S3]. Seniorka potrafiła wreszcie pogodzić swoje pasje z zawodem, który nie był być może jej wymarzoną: *Skończyłam szkołę ekonomiczną, ale marzyłam całe dzieciństwo o byciu nauczycielką. Ale kiedy dostałam się do szkoły handlowej, już nie mogłam się wycofać. Nie mam żalu o to, bo w pewien sposób kompensowałam to marzenie ucząc innych tego, czego nie umieli, pomagałam w lekcjach matematyki* [S3].

Miejsce zamieszkania, relacje społeczne

Istotnym wątkiem w opowieściach narracyjnych jest zagadnienie relacji społecznych oraz miejsca zamieszkania. *Mąż po jakimś czasie znalazł inną kobietę, dostaliśmy też eksmisję z mieszkania, bo mąż nie płacił za mieszkanie, bo stracił pracę, nadużywał alkohol* [S1]. Jej dalsze koleje były tragiczne: *Zostałam pozbawiona praw rodzicielskich, dzieci poszły razem do adopcji. Nie chciałam tego, ale nie miałam wyjścia. Nie miałam warunków, a mąż zmarł z powodu nadużywania alkoholu. Pojawia się wreszcie światełko nadziei na jej drodze: Kiedy mąż zmarł, miałam już opiekuna skierowanego do mnie przez sąd i już nie chciałam wychodzić za mąż. Dostałam mieszkanie przez sąd i nie pracowałam, bo z powodu epilepsji dostałam rentę* [S1]. Dzięki temu kobieta twierdzi: *Mam więcej spokoju, chodziłam na grupę wsparcia w Bizonie i wtedy przez Urząd Pracy, zostałam skierowana do Lokalnego Centrum Wsparcia w Gdańsku na staż* [S1].

U innych natomiast ważnym momentem staje się czas wojny: *W czasie wojny pracowałam na gospodarstwie u Niemca, dzięki czemu nie zostałam wywieziona. To była ciężka praca fizyczna [...], dalej: Wiosną weszli Rosjanie. Zabrali wszystko, nawet kawałek chleba nie zostawili* [S1]. Inna z narratorek mówi z kolei: *To były trudne czasy. [...] W Żabikowie był bardzo ciężki obóz pracy. Niemcy bili wszystkich, dzieci w szkole były bite przez niemieckie nauczycielki* [S6]. To wreszcie czas ogromnej deprivacji potrzeb podstawowych: *Panował wtedy ogromny głód. Pamiętam, jak głodna chodziłam spać* [S6] oraz zaburzonego poczucia bezpieczeństwa: *Atmosfera niepokoju i lęku towarzyszyła nam codziennie. Na podwórzu przychodzili Niemcy i strzelali do kur. Przychodzili też do domu, zabrali pokój babci, w którym mieszkała mamusia* [S6]; *Atmosfera wojenna na bocznicę w Krakowie, kiedy ogłoszony był alarm przeciw bombowemu był nieprzyjemna, bez przerwy tylko te syreny. Przeżywałam to jako dziecko bardzo mocno. Uciekaliśmy wtedy do schronu* [S5]. W jego pamięć mocno wpisały się działania wojenne:

*Pamiętam wybuch wojny, byłem na uciekinierce z mamusią. [...] Cały inwentarz domowy ładowało się na wagony kolejowe, tzw. lory [S5]. Być może te niełatwe doświadczenia, w powiązaniu ze wzorami wychowawczymi z domu rodzinnego, pozwoliły mu lepiej odnaleźć się w rzeczywistości powojennej: *Wstawiałem o godzinie czwartej rano i wracałem o wpół do szóstej. Moja żona nie pracowała, ponieważ utrzymywałem w domu tradycje rodzinne [S5].**

Wpływ na losy kolejnej z rozmówczyń miały natomiast wydarzenia społeczno-polityczne: *Miałam drugie załamanie nerwowe po trudnych sytuacjach w pracy szkolnej – bo ja jestem taka, że chcę naprawiać świat, chcę walczyć o sprawiedliwość, denerwuje mnie chamstwo. Ale człowiek nic sam nie zwojuje, musi mieć jakieś zaplecze, oparcie. Byłam uczestniczką strajków [...] za co przez pół roku potracano mi pieniądze z pensji. Kiedy zaczęłam się przeciwstawiać mobbingowi w pracy, skończyło się utratą zdrowia i pobytem w szpitalu z powodu depresji [S4].* Kobieta snuje opowieść dalej: *Moja historia została opisana w książce [...]. Tutaj, pod pseudonimem Doloris, wspominam o szykanowaniu mnie, poniżaniu przez dyrekcję szkoły. Byłam bliska zakończenia swego życia. Zostałam zmuszona do podpisania wypowiedzenia [...]. Konsekwencje były ogromne, przeszłam załamanie nerwowe, przeszłam na rentę inwalidzką [...], z której trudno było się utrzymać [S4].*

Swój żywot określam jako szczęśliwy

W wysłuchanych historiach narracyjnych odnajduję elementy zagadnienia *resilience*, których czynniki chroniące (Rutter 1987) obejmują pojawiające się w opowieściach cechy indywidualne, uwarunkowania rodzinne oraz uwarunkowania zewnętrzne. Wśród znaczących cech indywidualnych rozmówców dostrzegam m.in. samoocенę, pogodne usposobienie, wiarę, talenty czy towarzyskość. Sam tytuł tego podrozdziału został zaczerpnięty przeze mnie z wypowiedzi jednego z seniorów, którego prawdopodobnie niełatwe doświadczenia uczyniły zdolnym do postrzegania piękna życia. Ale i w innych opowieściach wybrzmiewa termin „szczęście” w kontekście własnej egzystencji. Odnajduję w tym uzasadnienie wspomianej już koncepcji zachowania zasobów S.E. Hobfoll. Wydaje się, że to zasoby pozwalają na uruchomienie sił jednostki w sytuacji trudnej, ale i niezwykłym pozostaje sam fakt możliwości powiększania ich (Hobfoll 2006).

Otwartość na pomoc innym pojawia się w opowieści jednej z nich: *Opiekuję się starszą babcią, która ma sto dwa lata. Pomoc tej starszej osobie daje mi dużo sił, że mam dla kogo żyć. [...] cieszy mnie to, że mogę pomagać starszym osobom i że mam spokój [S1].* U kolejnej natomiast znaczenie ma samodzielność, wiara we własne siły: *Potrafiłam sobie poradzić, ukończyłam kurs kelnerski i pracowałam [...], [S2].* Inna mówi z kolei: *To też moja walka, dbanie o zdrowie, gimnastyka, spacer [S3],* a dalej deklaruje, ukazując swoją ogromną determinację: *Nie będę kulala, powiedziałam lekarzom, dopóki dam radę nie poddać się bólowi. Miałam kule, na samym początku, ale kiedy usłyszałam od ortopedy, że to nie do*

wyleczenia, ale mogę chodzić sześć kilometrów dziennie i nie jeść, ale tylko się odżywiać. To zaczęłam. I chodzę” [S3]. Widzenie swej siły obecne jest wreszcie u następnej narratorki: *Umiem wypowiedzieć własne zdanie i przeciwstawić się, jeśli widzę taką konieczność, i to chyba też moja siła w mojej wrażliwości jednocześnie* [S4] oraz: [...] *my mamy energię po prababce* [S4].

W opowieściach rozmówców dostrzegam również elementy samowiedzy oraz pozytywnej samooceny: *Jestem osobą sumienną i dokładną, potrafię pracować z zaangażowaniem i pasją i to też jest moją siłą* [S4]; *Jestem pogodna, cieszę w codziennym życiu* [S6]; *Nie chcę nigdy niczyjej krzywdy, może to doceniała, moją niekonfliktowość i łagodność* [S6].

W narracjach pojawiają się wreszcie pasje seniorów: *Uwielbiam teatr i operetki. Chodziliśmy często do teatru do Opery Leśnej* [S2]; *Byłem bardzo związany z Beskidem Nowosądeckim, kochałem chodzić po górach* [S5] oraz wiara będąca silnym czynnikiem chroniącym: *To jest dar od Boga, że postawił mi tyle dobrych osób na drodze, lekarzy, którzy wspierali mnie i leczyli* [S3]; *To była Opatrzność Boża, Mama czuwa nade mną* [S4].

Obok zainteresowań pojawia się także wątek realizowania własnych celów i planów życiowych: *W 1956 roku ukończyłem Politechnikę Śląską. Wstawiałem o godzinie czwartej rano i wracałem o wpół do szóstej. Moja żona nie pracowała, ponieważ utrzymywałem w domu tradycje rodzinne, moja mama nie pracowała, była służąca i ordynans. To mężczyzna pracował na rodzinę i utrzymywał ją* [S5].

Z kolei czynniki rodzinne, takie jak spójność rodziny, bliskie relacje, ciepło, dobra sytuacja materialna, pojawiają się w wielu wypowiedziach: *Mam wspianą rodzinę, troszczą się o mnie, czasem wręcz nie chcę powiedzieć, że gorzej się czuję, aby nie martwili się o mnie, ale oni czuwają. I ja to czuję. Jest zaopiekowana* [S2]; *Lubię żyć, bardzo kocham moje prawnuki, dzieci* [S2]. Kolejna twierdzi: *To był mąż z rozsądku. Mądry i dobry, uczciwy, z dobrej rodziny. Umieliśmy być ze sobą razem, spędzać czas, podróżować. Urodziłam syna i wówczas byłam nadal zakochana w nim. To był dobry związek* [S3]. Inna wyznaje: *Gdyby nie syn, nie dałabym rady* [S4]. Znaczenie atmosfery rodzinnej podkreśla senior: [...] *los mojej rodziny, moich bliskich toczył się w sposób bezkonfliktowy, w atmosferze pełnej sympatii* [S5]. O swojej zaś żonie mówi: *Idealna żona. Pierwsza miłość moja* [S5]. Cechuje go optymizm: *Swój żywot określam jako szczęśliwy* [S5]. Rolę relacji rodzinnych widzi też inna narratorka: *Moja rodzina i miłość w naszej rodzinie daje mi siłę* [S6]. Również kobieta, która doświadczyła trudnej relacji z mężem, potrafi dostrzec jego dobre strony: *Mój mąż był zdolny, malował na szkle i porcelanie, prowadząc prywatny warsztat. Potrafił znaleźć język z ludźmi na stanowiskach [...]. Tworzył projekty racjonalizatorskie w Rafinerii, które przyniosły zyski jemu i zakładowi* [S4]. Warunki lokalowo-bytowe również mają niebagatelne znaczenie i pojawiają się w kolejnej narracji: [...] *dostaliśmy mieszkanie dwa pokoje z kuchnią ze Stoczni* [S6]. Inny mężczyzna [S5] wspomina także o mieszkaniu, jakie dostał po dziadkach. *Prowadziłam przede wszystkim dom i zajmowałam się*

wychowaniem dzieci. Nie było potrzeby, abym pracowała, poza tym, mąż nie pozwalał mi pracować. [...] to był dobry czas dla rodziny, mówi [S6]. Czynniki relacji emocjonalnych to także znaczący element chroniący: *Moja teściowa mnie lubiła. Nie chcę nigdy niczyjej krzywdy, może to doceniała, moją niekonfliktowość i łagodność. Moja rodzina i miłość w naszej rodzinie daje mi siłę* [S6]. Podobnie istotne są czynniki zewnętrzne, obecne w historiach seniorów, jak bliskość przyjaciół, sąsiadów, na co zwraca uwagę jedna z narratorek, mówiąc o mężu: *Był bardzo lubiany, miał mnóstwo przyjaciół* [S2]. Inna podkreśla więzi rodzinne oraz kontakty społeczne: *Mieszkał u mnie wówczas mój starszy brat. Chodziliśmy razem na zabawy, a niedzielę do restauracji Polonia. Kasjerka w zakładzie pracy [...] dała mi wiele cennych lekcji życia* [S3]. Znaczenie relacji społecznych uwidacznia się też w historii seniorki, mówiącej: *Sąsiadka [...] robiła mi zastrzyki z magnezu, które bardzo pomogły* [S4]. Nawiązuje ona jednocześnie do szeregu swych ról zawodowych: *Pełniłam sześć funkcji w szkole: byłam sekretarzem – kierownikiem administracyjnym, kadrową, księgową, kasjerką, sekretarką w jednym i dawałam radę* [S4].

Wyzwania pedagogiczne

Wysłuchane relacje są źródłem wiedzy o życiu drugiego człowieka, zwłaszcza zaś jego szczególnie trudnych momentów i sytuacji granicznych. Nie kończą się jednak nigdy porażką czy zniechęceniem ich autorów, którzy mimo niezwykle silnych przeżyć, nie zrezygnowali z chęci do życia, nie zbudowali również negatywnego obrazu o świecie. Te niesamowite losy drugiego wzbudzają we mnie ogromny szacunek, ale i ukierunkowują w stronę poszukiwania odpowiedzi, co staje się ich siłą do życia? Powyższe historie dowodzą, jak istotne okazały się w nich czynniki chroniące – zarówno te związane z indywidualnymi predyspozycjami, jak i te społeczne – w radzeniu sobie w trudnych momentach życia. Według ujęcia psychodynamicznego, za sposób reagowania na stres odpowiadają zaburzenia w relacjach i sposoby rozwiązywania konfliktów wewnętrznych i interpersonalnych wyniesione z dzieciństwa. Z kolei według psychologii humanistycznej, umiejętności reagowania w sytuacjach trudnych w konstruktywny sposób wynikają ze stopnia zaspokojenia potrzeb z dzieciństwa, szczególnie zaś z potrzeb bezpieczeństwa (Oleś 2011). K.R. Parkes mówi, o stosowaniu adaptacyjnych strategii radzenia sobie i pewnej giętkości adaptacyjnej (Parkes 1986), zaś S.E. Hobfoll, o możliwości powiększania zasobów i racjonalnego korzystania z nich (Hobfoll 2006). Konkludując, Piotr Oleś określa ową właściwość językiem psychologii *ego* – prężnością (*resiliency*). Co więcej, uważa on, iż czynniki związane z prawidłowym rozwojem w warunkach trudnych, występujące w przypadku dzieci, są równie istotne w odniesieniu do dorosłych. Rzykuje on tezę, że czynniki te służą zdrowiu i adaptacyjnemu radzeniu sobie (Oleś, 2011). Lidia Cierpiałkowska wśród czynników wymienia: kompetencje społeczne, umiejętność rozwiązywania

problemów, autonomię, świadomość celowości i sensowności działań, nastawienie na realizację celów osobistych i ambicja (np. nauka), zainteresowania i wyobraźnię, pozytywne emocje oraz poczucie koherencji (Cierpiałkowska 2007).

Jako pedagog dostrzegam tu ogromne pole do zagospodarowania w ukierunkowaniu procesów wychowawczych w osiąganiu stanu *resilience*. Przede wszystkim zaś rola edukacji propagującej świadomość wychowawczą, budowaniu mądrych relacji rodzice – dzieci i wspieraniu rodziny w jej kryzysach. Istotnym jest także powiązanie środowiska domu ze szkołą. Pomocnymi są na pewno doświadczenia personalizmu i pedagogiki krytycznej odczytywanej jako niezgoda na zastaną rzeczywistość (Kwieciński, Śliwerski 2003). Kieruję ponadto uwagę ku takiemu rozumieniu pedagogiki, która z jednej strony wprowadza i przysposabia do społeczeństwa i kultury, z drugiej zaś – pełni funkcję emancypacyjną, pozwalającą na samodzielne i niezależne konstruowanie tożsamości. Inspirującą wydaje się na pewno psychologia humanistyczna Abrahama Masłowa, podkreślająca samorealizację jednostki (Maslow 1990), oraz Victora E. Frankla, postulującego *wychowanie do odpowiedzialności* (Frankl 1978); psychologia indywidualna Alfreda Adlera, mówiąca o poczuciu więzi społecznej (Adler 1986), oraz psychologia radykalnego humanizmu Ericha Fromma, skupiona m.in. wokół możliwości rozwojowych człowieka oraz produktywnej pracy (Fromm 1999). Podejścia te silnie podkreślają rozwój osobowości i procesy tożsamościowe człowieka. Sądzę, że nieustanne sięganie do dorobku myśli pedagogicznej może wesprzeć krytyczne podejście do wychowania i relacji społecznych, budowania potencjału człowieka, i jego pełnego wykorzystywania w momentach braku poczucia stabilności psychospołecznej.

Poszukując możliwych działań wspomagających, konkretnie ukierunkowanych na pomoc praktyczną, nie sposób jedynie nie nadmienić opinii Borisa Cyrułnika, który wsparcia doszukuje się w roli jawnego i ukrytego opiekuna w rezyliencji (Cyrułnik, 2015, s. 124–125). O ile pierwszy jest osobą wyposażoną w kwalifikacje psychologa, psychoterapeuty, nauczyciela czy duchownego, o tyle drugi, mimo braku posiadanych dyplomów i nierzadko wywodzący się z grona rodzinnego czy przyjacielskiego, staje się pomocą w „przepracowaniu” traumy. Sądzę, że to znakomita wskazówka dla nas, nauczycieli, pedagogów i wychowawców, zarówno do pracy dydaktycznej (jak przygotowywać się do pełnienia funkcji opiekuna), jak i do praktycznej (jak mądrze być opiekunem).

Bibliografia

1. Adler A. (1986). *Sens życia*. Warszawa: PWN.
2. Borucka A., Pisarska A. (2012). *Koncepcja resilience – czyli jak można pomóc dzieciom i młodzieży z grup podwyższonego ryzyka*. W: *Nowe wyzwania w wychowaniu i profilaktyce*, materiały konferencyjne. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.
3. Cierpiałkowska L. (2007). Dzieci alkoholików w perspektywie rozwojowego modelu podatności i odporności na zaburzenia psychiczne. *Czasopismo Psychologiczne*, nr 13.
4. Crai A.O., Bond L., Burns J.M., Vella-Brodrick D.S., Sawyer S.M. (2003). Adolescent resilience: a concept analysis. *Journal of Adolescence*, vol. 26.

5. Cyrulnik B. (2015). Opiekunowie w rezyliencji. *Studia Poradownicze/Counsellogy*, Vol. 4.
6. Demetrio D. (2000). *Autobiografia. Terapeutyczny wymiar pisania o sobie*. Kraków: Impuls.
7. Dominicè P. (2006). *Uczyć się z życia. Biografia edukacyjna w biografii dorosłych*. Łódź: Wydawnictwo WSHE.
8. Erikson E.H. (1972). *Adolescence et crise. La quête de l'identité*. France: Flammarion.
9. Erikson E.H. (2002). *Dopełniony cykl życia*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
10. Erikson E.H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
11. Frankl V.E. (1978). *Psychoterapia dla każdego*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
12. Fromm E. (1999). *Niech się stanie człowiek*, Warszawa – Wrocław: PWN.
13. Giddens G. (2002). *Nowoczesność i tożsamość*. Warszawa: PWN.
14. Hobfoll S.E. (2006). *Stres, kultura i społeczeństwo*. Gdańsk: GWP.
15. Jagielska G. (2014). *Anioły jedzą trzy razy dziennie. 147 dni w psychiatriku*. Kraków: Wydawnictwo Znak.
16. Kwieciński Z., Śliwerski B. (red.). (2003). *Pedagogika*. Warszawa: PWN.
17. Maslow A.H. (1990). *Motywacja i osobowość*, Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
18. Mendel M. (2007). *Spółeczeństwo i rytuał. Heterotopia bezdomności*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
19. Oleś P. (2011). *Psychologia człowieka dorosłego*. Warszawa: PWN.
20. Ogińska-Bulik N., Jurczyński Z. (2011). Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – Polska skala SPP 18. *Polskie Forum Psychologiczne*, Vol. 1, 16.
21. Parkes K.R. (1986), Coping in stressful episodes: The role of individual differences, environmental factors, and situational characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51.
22. Rutter M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *Orthopsychiatry*. Vol. 57(3), s. 316–331.
23. Skibińska E.M. (2006). *Mikroświaty kobiet. Relacje autobiograficzne*. Warszawa: Wydawnictwo ITE – PIB.
24. Straś-Romanowska M. (2005). Zmiana pozycji narracyjnej podmiotu jako przejaw jego rozwoju. Analiza biograficzna wybranych postaci literackich. W: E. Chmielnicka-Kuter, M. Puchalska-Wasył (red.), (2005). *Polifonia osobowości*. Lublin: Wydawnictwo KUL.

The experience of resilience in narrative biography in Daily Care Home in Gdansk

Keywords: *resilience*, narrative biography, senior, individual conditioning, social and culture conditioning.

Abstract: The narratives included in this article were collected within the framework of the project „We Support Senior Citizens in the Local Environment – Culture as an Element of the Identity of the Elderly”, implemented in the Daily Care Home of the Local Support Center in Gdansk in 2016. They are the result of the author’s personal observations of seniors being in need of telling their past, sharing it, and at the same time sorting it out, and reconciling themselves with the difficult moments in their lives. There is also a need for reflection on one’s past, which gives power and strength to go on in life. In other words, who and/or what makes you want to live and

even enjoy life? What is *resilience* in my life? Remaining impressed by the power of their stories, the stories of people who in the moments of difficulty and pain were able to say: 'I want to live', and asking them to reflect on the past, I have come to realise what it is that determines the sources to keep the *resilience* described below and the ability to regenerate.

Dane do korespondencji:

dr Agnieszka Bzymek

Ateneum – Szkoła Wyższa w Gdańsku

Wydział Studiów Edukacyjnych

a.bzymek@ateneum.edu.pl