


Katarzyna Waniek 
Uniwersytet Łódzki



KILKA UWAG O DOBRYM ŻYCIU W BIOGRAFICZNYM DOŚWIADCZENIU I JEGO NADMIERNEJ TERAPEUTYZACJI

Analiza autobiograficznych wywiadów narracyjnych z osobami urodzonymi po 1980 roku często pokazuje ich problematyczne uwikłania w gwałtownie przyrastające, rywalizujące i zmieniające się światy społeczne, z których duża część osadzona jest w mediach społecznościowych. Choć często obdzierają one z intymności i nakłaniają do eksponowania i pielęgnowania własnego ego, to jednocześnie proponują kuszące drogi rozwoju i wizje dobrego życia. Te, w rozumieniu wielu młodych osób, nie mogą zostać osiągnięte bez zaangażowania w proces terapeutyczny, który został zainfekowany neoliberalnym dyskursem i wtóruje mu w promowaniu samorealizacji, troski o siebie, odpowiedzialności czy bycia kreatywnym. Wydaje się, że podstawową trudnością dla współczesnego człowieka jest niemożność oddzielania tego, co rzeczywiście jest „dobrym życiem” od tego, co stanowi symulakry tegoż. Artykuł ten proponuje zastosowanie narzędzi i procedur wypracowanych w metodzie autobiograficznego wywiadu narracyjnego dla dokonania takiego rozróżnienia i pokazania paradoksów tkwiących w procesie terapii, która często „zawiesza” możliwość przeprowadzania dojmujących życiowych problemów.

Słowa kluczowe: dobre życie; autobiograficzny wywiad narracyjny; paradoksy kultury terapeutycznej; dyskurs neoliberalny a indywidualne doświadczenie

Some Notes on the Good Life in Biographical Experience and its Over-therapeutisation

The analysis of autobiographical narrative interviews with people born after 1980 increasingly reveals their problematic entanglements in rapidly growing, competing and changing social worlds, an increasing proportion of which are embedded in social media. While often stripping of intimacy and urging to expose and nurture their own egos, they offer enticing avenues for personal development and some visions of the good life. The latter, as many young people believe, cannot be achieved without engaging in a therapeutic process that has been infected by neo-liberal discourse and promotes self-realisation, self-responsibility and creativity. The fundamental difficulty for contemporary people is the inability to separate an actual ‘good life’ from its simulacra. This article is an attempt of applying the tools developed in the autobiographical narrative interview method in order to make such a distinction. It aims at demonstrating the paradoxes inherent in the process of therapy, which frequently ‘suspends’ the very possibility to work through the problems.

Key words: good life; autobiographical narrative interview; paradoxes of therapeutic culture; neo-liberal discourse and individual experience

Uwagi wstępne

O dobrym życiu (traktowanym w poniższych rozważaniach jako określenie bliskoznaczne „szczęściu”) rozpisywali i rozpisują się filozofowie, socjologowie, psychologowie, a od niedawna wyraźny, jeśli nie dominujący, stał się głos terapeutów i coachów. Dla niektórych ludzi, na wzór epikurejczyków, szczęście oznaczało brak cierpienia, dla innych – jak dla cytowanego przez Władysława Tatarkiewicza francuskiego pisarza Lavedana – „życie, w którym nie brakło niczego, co należy do życia szczęśliwego” to los, w którym nie zabrakło „nawet cierpienia” (Tatarkiewicz 1965: 25). Inni, jak na przykład Charles Taylor, upatrywali źródeł dobrego życia w zwyczajnej rzeczywistości dnia codziennego, w której pełne miłości i zaufania stosunki rodzinne oraz satysfakcjonująca praca dać winny poczucie spełnienia, własnej wartości i godności (Taylor 2002: 46–48). Jeszcze inni za konieczne uważali wyjście poza ego, pełną relację z drugim człowiekiem, kontakt ze światem ducha i transcendencją. Wreszcie, wiążąc wybrane z wymienionych powyżej elementów, pojawiają się przedstawiciele nauki, którzy jako antidotum na współczesne lęki, globalne konflikty oraz proces przyspieszania i niebywałej dynamizacji zmian społecznych i tempa życia proponują swoisty rezonans ze światem, jak to ostatnio uczynił Hartmut Rosa (2020).

Nie poświęcam szczególnej uwagi przeglądowi teoretycznych koncepcji dobrego życia, są one bowiem w pełni opisane przez Annę Horolets we „Wprowadzeniu” do tej sekcji tematycznej. Pragnę skoncentrować się przede wszystkim na perspektywie oddolnej, wynikającej z jednostkowego doświadczenia uchwyconego w relacjach autobiograficznych i odsłaniającego indywidualne schematy interpretacyjne, hierarchie wartości i sposoby definiowania sytuacji w codziennej rzeczywistości. Co więcej, zamierzam pokazać, że we współczesnych złożonych społeczeństwach (określanych często mianem późno nowoczesnych) przede wszystkim młodym ludziom trudno już sięgać do zasobów własnej wewnętrznie ukształtowanej sfery biograficznych potrzeb i oczekiwań, gdy następuje geometryczny przyrost światów społecznych narzucających określone obrazy rzeczywistości, ale też oferujących kuszące projekty dobrego życia czy szczęśliwości łącznie z praktykami, technikami, taktykami i „procedurami” jego realizacji. Życia, które często gubi charakter autentyczności, a staje się narzuconym scenariuszem działania.

O pochodzeniu danych empirycznych i pierwszych ustaleniach

Swoje rozważania umieszczam w perspektywie socjologii biografistycznej Fritza Schütze (Schütze 2012a; Rokuszewska-Pawełek 1996; Waniek 2019;

Każmierska, Waniek 2020)¹ i odwołuję się do danych empirycznych mających postać opowiedzianej *ex tempore* historii życia. Pokazuję, w jaki sposób oferowane w tym podejściu narzędzia analityczne mogą umożliwić przynajmniej ogólne uchwycenie napięcia między tym, czym dla ludzi jest – wynikające z wewnętrznej potrzeby i spontaniczności – dobre życie, a tym, czym ma być – wedle zewnętrznych oczekiwań narzuconych przez innych czy forsowanych przez dyskurs publiczny – dobre życie. Zaznaczam jednak, że poniższe ustalenia mają, po pierwsze, charakter przyczynkowy i w dużej mierze odnoszą się do wstępnych wniosków uzyskanych w trakcie toczącego się procesu badawczego, a po drugie, dotyczą obszarów, których – jak powiada Tatarkiewicz w swoim traktacie *O szczęściu* – nie sposób zmierzyć (1965: 6). Nadal jednak warto przyglądać się temu, jak w swoim potocznym rozumowaniu ludzie ustanawiają sens własnej biografii; z jakich źródeł czerpią wiedzę na temat tego, czym jest dobre (godne, wartościowe, szczęśliwe, sensowne, satysfakcjonujące) życie i jak ta wiedza pracuje w ich własnym doświadczeniu, i *last but not least*, jak to, co indywidualne kształtuje to, co społeczne (w tym: rzeczywistość dyskursywną) i *vice versa*. Wstępne ustalenia pokazują jednak, że coraz częściej podręczna wiedza młodego człowieka, także o tym, czym jest i jak kształtować dobre czy przynajmniej lepsze życie, pochodzi z dyskursów terapeutycznych (także tych obecnych w mediach społecznościowych), które oferują rozmaite programy pracy nad sobą, które (pilnie realizowane) wieść mają ku pewnej szczęśliwości i samospelnieniu. Wychodząc z założenia, że indywidualne doświadczanie i dyskursy publiczne zwrótnie się modelują i wzajemnie przekształcają, stawiam pytanie o to, skąd się biorą wizje dobrego życia, kto mówi „czym ono jest” i „jak je osiągnąć”. Odwołując się do metody autobiograficznego wywiadu narracyjnego pokazuję ów obustronny wpływ. Zastrzec jednak z całą mocą muszę, że nie jest to tekst wymierzony przeciw psychoterapii, lecz poddający krytycznemu namysłowi te jej wersje, które – dzięki swym „uwodzającym” mechanizmom – dążą do wyposażenia jednostek w cechy czyniące je użytecznymi, racjonalnymi, elastycznymi, wydajnymi i konkurencyjnymi obywatelami. Zwracam uwagę na to rozumienie psychoterapii, które proponuje Anthony Giddens pisząc o jej korzyściach² i widząc ją jako metodologię planowania życia, która ma pozwolić

¹ Za Alicją Rokuszewską-Pawełek używam określenia „socjologia biografistyczna Fritza Schütze’go” pragnąc zaznaczyć całościowy i spójny charakter tego podejścia będącego wynikiem określonych ontologicznych i epistemologicznych wyborów (por. Rokuszewska-Pawełek 2002: 45–65). Zazwyczaj traktowane w badaniach biograficznych jako wykluczające się orientacje odpowiadające na pytanie „co?” osoba badana mówi lub na pytanie o to „jak?” opowiada, Schütze łączy dzięki zastosowaniu wyrafinowanej procedury analitycznej, która przez opowieść jednostki o własnym życiu pozwala dotrzeć do tego, co społeczne (por. Waniek 2020: 89–101).

² Warto już tu zauważyć, że swoją obronę terapii Giddens sformułował w odniesieniu do rozważań Christophera Lascha na temat kultury narcyzmu, do której odnoszę się dalej.

jednostce rozwinąć zdolność samorozumienia i zharmonizowania aktualnych spraw z projektami na przyszłość i psychicznym bagażem z przeszłości (Giddens 2001: 246). Nie jest to również w żadnej mierze próba podważenia znaczenia i dotkliwości zaburzeń psychicznych we współczesnych społeczeństwach oraz głębokości i kruchości doświadczeń osób nimi dotkniętych.

Dane empiryczne, do których odwołuję się w tym artykule, to autobiograficzne wywiady narracyjne przeprowadzone z osobami urodzonymi po 1980 roku w ramach dwóch projektów badawczych³. Analiza historii życia we wcześniejszym z nich (por. Kaźmierska, Waniek (red.) 2020) doprowadziła między innymi do dwóch ważnych konstatacji. Po pierwsze, dla badanych, którzy w trakcie wywiadu byli trzydziestolatkami, wejście na rynek pracy po roku 2000, jak nigdy wcześniej, związane było z presją bycia kreatywnym, przedsiębiorczym, mobilnym, odpowiedzialnym, sprawczym i dyspozycyjnym (por. Stachowiak 2013: 141–161, 2020: 39–40), a neoliberalne mechanizmy wymuszające (samo) rozwój, wykazywanie się inicjatywą, uwolnienie własnego potencjału, współzawodniczenie, odporność na sytuacje stresowe oraz konieczność podejmowania racjonalnych i ekonomicznie opłacalnych wyborów (por. Czyżewski 2013a: 22) nierzadko prowadziły do życiowych pułapek, narastającego bezładu w codziennej rzeczywistości i poczucia wiecznej niepewności (por. Waniek 2016, 2020). Po drugie, w opowieściach o własnym życiu coraz częściej i coraz bardziej widoczny stał się proces pedagogizacji życia codziennego (Czyżewski 2013b; Granosik 2020) oraz wpływ kultury terapeutycznej (Rose 1998; Jacyno 2007). Oznacza to, że: „wydarzenia i działania, trudności i nieszczęścia są problematyzowane, czyli, by tak rzec, zostają ukonstytuowane jako problemy do rozwiązania i ubrane w formę, która wydaje się wymagać interwencji ekspertów” (Miller, Rose 2008: 142, tłum. własne)⁴. To właśnie pewna tendencja do problematyzacji i terapeutyzacji własnego życia u osób urodzonych po 1980 roku (spośród

³ Projekt „Doświadczenie procesu transformacji w Polsce. Porównanie socjologiczne na podstawie analizy biograficznej” finansowany przez NCN w ramach konkursu OPUS 5 i realizowany w Katedrze Socjologii Kultury Uniwersytetu Łódzkiego w latach 2014–2019 (nr UMO-2013/09/B/HS6/03100) oraz projekt „Posttransformacja w perspektywie doświadczeń biograficznych osób urodzonych w latach 1980–2005. Analiza socjologiczna” finansowany przez NCN w ramach konkursu OPUS 21 i realizowany w Katedrze Socjologii Kultury Uniwersytetu Łódzkiego w latach 2022–2025 (nr UMO-2021/41/B/HS6/02048).

⁴ Warto wspomnieć, że Miller i Rose nie wiążą *boomu* terapeutycznego ani z kulturą narcyzmu ani z typowym dla późnej nowoczesności refleksyjnym projektem „ja”, ale z „ukształtowaniem się złożonej i heterogenicznej maszyny »terapeutycznej«, która wbudowuje się w różnorodne problemy odnoszące się do zarządzania życiem i która zespoliła je z określonym typem myślenia i sposobami działania. Ta maszyna terapeutyczna nie skolonizowała istniejącego wcześniej terytorium; jej moc polega na zdolności do rozprzestrzeniania się szczególnego sposobu rozumienia, osądzania i interweniowania w obszarze szerokiego pola praktyk i zagadnień” (Miller, Rose 2008: 170, tłum. własne).

badanych kohort 1960 i 1970) stała się teoretycznym uogólnieniem stanowiącym punkt wyjścia badań prowadzonych nad późniejszymi rocznikami (1980–2005) w kolejnym projekcie. W czasie systematycznej analizy i kontrastowego porównania zgromadzonych materiałów coraz częściej okazywało się, że wiele doświadczeń jednostki we współczesnym świecie wychodzi – parafrazując słowa Harolda Garfinkla – ze sfery ledwie widoczności i zostaje dostrzeżonych (Garfinkel 2007). Inaczej rzecz ujmując, zostaje wyodrębnionych z normalnego, oczywistego świata życia przez nadanie im rangi szczególnej ważności. Tym samym pewne, dawniej nieistotne czy mniej znaczące, kwestie stają się problemem, z którym jakoś należy się uporać i jakoś należy mu zaradzić (jak to ma miejsce na przykład z kwestią tożsamości). Tyle tylko, że w tak zdefiniowanym i tak wyostrzonym dyskursywnie sytuacjom problematycznym nie może już – ze względu na podważony autorytet – sprostać rodzina, ani odesłane do lamusa chrześcijańskie duszpasterstwo. W tej sytuacji jedynym wyjściem dla wielu wydaje się interwencja ekspertów czy profesjonalistów (najczęściej psychoterapeutów). A – jak zauważa – Paweł Ciołkiewicz, tym „nie wystarczy już doradzanie w sprawach dotyczących wychowania dzieci, ale anektują oni kolejne obszary życia społecznego upowszechniając swoje ekspertyzy i rady” (Ciołkiewicz 2016: 79). Powrót wypada do kwestii przeobrażeń współczesnej rodziny i religijności, które stanowią ważną makroskopową ramę dla rozpatrywanych tu zagadnień. Jeśli chodzi o rodzinę, to trzeba podkreślić, że w dyskursie publicznym, przy częstym wtórze nauk społecznych, coraz częściej traktowana jest ona niezwykle podejrzliwie ze względu na jej jakoby wątpliwe kompetencje wychowawcze (por. Ciołkiewicz 2016: 79). Diagnostuje się jej (negatywne) przemiany: rodzina przestaje mieć charakter więzi całościowej, lecz staje się „okresowym kontraktem” (Marody 2015: 144). Zygmunt Bauman podkreśla, że jak we wszystkie stosunki międzyludzkie w ponowoczesności, tak i w relacje rodzinne wpisana została „klauzula wypowiedzenia na żądanie jednej ze stron” (Bauman 2000: 48), a „zobowiązania do »grobowej deski« zmieniają się w umowy »na czas określony poczuciem satysfakcji«” (Bauman 2006: 253). Wreszcie – jak pokazują badania oparte na analizie autobiografii – rodzina może stanowić rezerwar bełzadu, chaosu i przyczyniać się do kumulowania się doświadczeń cierpienia szczególnie w sytuacji zawieszenia młodego człowieka między oczekiwaniami rodziców a wymaganiami kapitalistycznej gospodarki rynkowej, paradoksalnie będąc jednocześnie swoistym „wentylem bezpieczeństwa” (Waniek 2016) czy zasobem stabilizującym biografię (Kaźmierska 2019). Jeśli z kolei weźmiemy pod uwagę zjawiska mające związek z procesami zaniku mocnych identyfikacji kolektywnych, szczególnie tych zakorzenionych w religii, to warto przywołać rozważania Christophera Lascha na temat przeobrażeń, jakie miały miejsce w ubiegłym stuleciu: „»Psychologiczny człowiek« XX w. – nękaną przez lęki, depresję, nieokreślony brak zadowolenia, poczucie wewnętrznej

puszki – nie szuka ani indywidualnej twórczości, ani duchowej transcendencji, ale spokoju umysłu w coraz mniej sprzyjających warunkach. Terapeuci, a nie duchowni czy popularni propagatorzy samopomocy i ikony sukcesu [...] stają się głównymi sojusznikami w walce o spokój wewnętrzny. [...] Terapia ustanowiła siebie jako spadkobierczynię zarówno twardego indywidualizmu, jak i religii, ale to nie oznacza, że zwycięstwo terapii stało się nową religią samą w sobie” (Lasch 2018: 57). Odczytując wypowiedź Lascha w sposób kładący akcent nie tyle na kwestię zastępowania duchownych przez terapeutów, ile „indywidualnej twórczości czy duchowej transcendencji” przez terapię poszerza, jak sądzę, perspektywę. Takie postawienie sprawy podkreśla rzecz ogromnie ważną: dominację racjonalnych reguł świata nauki w procesie usensowniania czy przywracania ładu w życiu człowieka. Jak zauważa Nicolas Rose (1998: 105) „panoszenie się” dyskursu terapeutycznego w wielu obszarach życia społecznego jest następstwem rozrastania się i niebywałej popularności wszelkich nauk opatrzonych przedrostkiem „psy-” (w tym przede wszystkim: psychologii, psychiatrii, psychosocjologii). Podkreśla jednocześnie, że: „Jednym z owocnych sposobów myślenia o sposobie funkcjonowania nauk psychologicznych i o ich powiązaniu z bardziej ogólnymi przemianami społecznymi, politycznymi i etycznymi może być rozumienie ich jako *technik dyscyplinowania ludzkiej różnicy*: a zatem indywidualizowania ludzi poprzez ich klasyfikowanie, kalibrowanie ich zdolności i zachowań, przypisywanie i rejestrowanie ich atrybutów i braków, zarządzanie i wykorzystywanie ich indywidualności i zmienności” (Rose 1988: 187). Odwołując się do ustaleń tego brytyjskiego socjologa Małgorzata Jacyno podkreśla, że proces terapeutyczny dawno opuścił progi gabinetów psychologicznych i bez pardonu wkroczył w obszar mediów, reklamy, edukacji, religii czy programów politycznych (por. Jacyno 2007: 15). Dodaje przy tym, że: „pełni [on] modelujące funkcje wobec procesu konstruowania tożsamości przez jednostki, podpowiada »wzory zajmowania się sobą«, problematyzuje i projektuje realizację fundamentalnej dla kultury indywidualizmu wartości – wolności, samorealizacji, szczęścia, autentyczności, świadomości, rozwoju osobistego, sukcesu, osobowości, zdrowia i pracy” (Jacyno 2007: 15). Za Rosem rekonstruuje także porządku zajmowania się sobą: porządek poznawczy związany z technikami zagłębienia wewnątrz siebie, poszukiwaniem swoich korzeni i mentalnej genealogii, przymusem rozpoznawania talentów i potencjałów; porządek despotyczny uchwytujący wszelkie działania związane z poddawaniem się rygorom dietetycznym, systematycznym treningom sportowym i mentalnym, rozpisywaniu planów dnia codziennego i projektów życiowych, zachowaniu balansu między ciałem i duchem; wreszcie porządek „troski o siebie” dający możliwość utrzymania życiowej równowagi przez luzowanie reżimów, przyzwolenie na

odrobinę szaleństwa (niezwykle hobby), wybaczenie sobie, łamanie od czasu do czasu regularnie przestrzeganych zasad, ale też ukierunkowany na „eliminację bądź neutralizację szkód czy strat związanych z przemocą, doświadczeniem alienacji, stresem, traumą, trudnym dzieciństwem, ale też strat wynikających z nudy i rutyny reżimów (Jacyno 2007: 220–221). Paweł Ciołkiewicz podkreśla, że: „ta troska o siebie musi polegać na narzuceniu sobie ściśle określonej samodyscypliny i przyjęciu odpowiedzialności za własne decyzje i działania. Nie wystarczy jednak tylko przyjęcie do wiadomości podstawowych prawd o trosce o siebie, staje się ona czymś realnym tylko i wyłącznie poprzez stosowanie szeregu codziennych, systematycznych praktyk” (Ciołkiewicz 2017: 49). Trzeba w tym miejscu zwrócić uwagę na jeszcze jedno niepokojące i szkodliwe zjawisko polegające na rozmyciu się wiedzy profesjonalnej i roszczeniu sobie prawa do „bycia ekspertem” przez osoby, które nie mają żadnych kwalifikacji lub wątpliwe przygotowanie. Jak można przypuszczać, przyczyniła się do tego kultura społeczeństwa sieci, w której – jak sugeruje Bogusław Sułkowski – „interaktywność i partycypacja, dialogiczna wymiennność ról, zrównanie roli użytkownika z pozycją nadawcy rodzą zegalitaryzowaną i twórczą aktywność *peer to peer*, amator konkuruje z profesjonalistą, bloger z publicystą, amator z artystą, maturzysta-debiutant z biznesmenem” (Sułkowski 2011: 25). Należałoby dodać: samozwańczy znawca ludzkich dusz (często udostępniający swoje poglądy na YouTube) konkuruje z psychoterapeutą, domorosły „znawca wszystkiego” (zazwyczaj celebryta) z naukowcem – nierzadko przedstawicielem nauk ścisłych czy medycznych. W ten sposób powstają i narastają zasoby wiedzy pozornej, fałszywej – a przez to szkodliwej.

Kakofonia światów społecznych i ambiwalentność dobrych żyć

By zrozumieć współczesnego człowieka warto wziąć pod uwagę jego – będącą splotem różnych sposobów doświadczania świata – biografię w powiązaniu z uczestnictwem w przecinających się, rywalizujących, nakładających się i dyskutujących ze sobą światach społecznych określających wspólne zasoby sensu i sposoby budowania tożsamości (Piotrowski 2006: 250). Światy te są procesami interpretacji i komunikacji zogniskowanymi wokół określonych podstawowych działań, spraw czy tematów (Clarke 1991; Shibusani 1955; Strauss 1978: 119, 1982; Schütze 2012c), z których każdy odwołuje się do własnych zasobów wiedzy podręcznej, dostarcza specyficznych schematów interpretacji, inaczej definiuje i legitymizuje swoje istnienie, odsyła do odmiennych kryteriów autentyczności, posługuje się własnymi technologiami (sposobami działania) i wreszcie ustanawia odrębne standardy moralne jednocześnie roszcząc

sobie prawo do ekskluzywności i domagając się lojalności. W swej niezliczoności i różnorodności⁵ światy społeczne są dodatkowo „niepomierne elastyczne” (Schütze 2012c: 499) i zamykają się wyłącznie w przestrzeni „efektywnej komunikacji” (Shibutani 1955: 566).

Tę istotną dla poniższych rozważań ramę teoretyczną światów społecznych odczytuję dalej za Schütze, który odnosząc się do klasycznych prac Alfreda Schütza oraz Petera Bergera i Thomasa Luckmanna zauważa, że reprezentowany przez nich fenomenologiczny nurt w socjologii wiedzy ugruntowany był jeszcze na przekonaniu, że „w społeczeństwach nowoczesnych [...] istnieje podstawowy zasób równomiernie dystrybuowanej, dostępnej ogółowi społeczeństwa wiedzy podręcznej, zawierającej oczywiste założenia leżące u podstaw danego społeczeństwa, którego podstawowy budulec, będący elementarną wiedzą, związany jest z »hasłami słownikowymi« mowy potocznej tegoż społeczeństwa” (Schütze 2012c: 489). Katalogi wiedzy podręcznej, rezerwuary sensu, repertuary poznawcze, a nawet zasoby doświadczenia jego członków – mimo idiosynkratycznego wymiaru jednostkowej biografii – nadal w swej „silnie stypizowanej i abstrakcyjnej” formie stanowiły podwaliny porządku społecznego wyznaczając zakres spraw ważnych i nieważnych, inwentaryzując problemy godne i niegodne uwagi, kreśląc sposoby działania rutynowego i nierutynowego, definiując tożsamości (także zbiorowe) zwykłe i niezwykłe. Wielkie, mocne kolektywne identyfikacje takie jak naród, państwo czy Kościół współbrzmiały ze sobą porządkując świat przez nakreślenie wspólnego horyzontu sensu (por. Schütze 2012c; zob. też Brubaker, Cooper 2000). Jako światy społeczne tworzyły bowiem „wspólny, podzielany, system symboliczny obejmujący rozległy zestaw kategorii i klasyfikacji, wykorzystywany do interpretacji świata i niezbędny do efektywnego działania” (Rokuszewska-Pawełek 2002: 24–25). Jasne wydawało się, czym jest w istocie dobre życie i rewers tegoż. Ów kulturowy *mainstream* posiadał wtedy jeszcze swoją szczególną moc „formowania jednostek” wystarczająco podobnych, by tworzyć określoną całość (Boksański 2016: 61). Jak pokazywał David Riesman, głęboko osadzone w człowieku systemy aksjo-normatywne w swej oczywistości potrafiły utrzymywać człowieka na właściwym kursie (Riesman 1971), który nie tylko nieprzerwanie przybliżał go do określonego celu, ale też pozwalał względnie trwale określić siebie oraz ugruntować poczucie własnej wartości i godności. Rzecz jasna istnieje też druga strona medalu. Jak pisze Dorota Rancew-Sikora, „Zwłaszcza Erich Fromm (1997) i Herbert Marcuse (1991)

⁵ Rokuszewska-Pawełek wyjaśnia: „Istnieje niezliczona liczba światów społecznych, małych i dużych, lokalnych i międzynarodowych, wyraźnych publicznie i słabo widocznych, odseparowanych w przestrzeni i powiązanych z innymi, dobrze zorganizowanych i bardziej amorficznych, których działania i komunikacja zogniskowane są wokół różnych spraw: polityki, sztuki, religii, rekreacji, sportu, nauki itp.” (Rokuszewska-Pawełek 2002: 24).

pokazywali, jak wartości kształtowane w społeczeństwach kapitalistycznych przenikają systemy polityczne i wkraczając w sferę stosunków międzyludzkich niszczą osobiste szczęście człowieka. Zdaniem tych autorów, im bardziej kontrola rodziny nad jednostką jest rygorystyczna i ukierunkowana na dostosowanie się do systemu ekonomicznego, tym większe jest skrzywienie psychiki jednostki. Człowiek staje się w efekcie pełen frustracji i nienawiści, przygotowany zarówno do ślepej uległości, jak i do sprawowania autorytarnej władzy w systemach totalitarnych” (Rancew-Sikora 2012: 87–88). Badania oparte na analizie autobiograficznych wywiadów narracyjnych pokazują, że nadal wielu (młodych) ludzi wciąż definiuje swoją sytuację życiową jako pułapkę wynikającą z wymuszenia realizacji scenariuszy, które w istocie urzeczywistniają plany i wyobrażenia innych (najczęściej rodziców) czy z konieczności spełniania oczekiwań wytwarzanych przez określone układy społeczne, czy konteksty społeczno-kulturowe. Niektórzy z nich ratują się „ucieczką do...” – byle dalej od domu rodzinnego, grup rówieśniczych, lokalnego milieu, aktualnego stylu życia – by odciąć się od narzuconej zewnątrz organizacji codziennej rzeczywistości i na nowo podjąć próbę intencjonalnego planowania własnej biografii i wreszcie swobodnie realizować i wyrażać swoje „ja” (por. Waniek 2020). Lecz dalej w swych rozważaniach Schütze zauważa, że „niewątpliwie jednak pejzaż wiedzy w nowoczesnych złożonych społeczeństwach stały się nadzwyczaj skomplikowane” (Schütze 2012c: 491). Ma to związek z tym, że szczególnie młodzi ludzie coraz częściej należą do geometrycznie przyrastających, dynamicznie zmieniających się, rywalizujących ze sobą światów społecznych, które oferują odmienne hierarchie wartości, system odniesień, ramy interpretacyjne i ideologie. Wiele z owych światów oferuje rzekomo niepowtarzalne, autentyczne, pozornie alternatywne wizje dobrego życia. Trzeba podkreślić przy tym, że wytwarzana w nich wiedza podręczna, po pierwsze: nieprzerwanie „nabiera globalnego zasięgu” (por. Bauman 2012b), po drugie: staje się coraz bardziej wyspecjalizowana i ekspercka, choć nierzadko w swej nazbyt ogólnikowej czy jedynie wycinkowej formie bezkrytycznie uzasadnia ideologie świata społecznego tworząc (fałszywe) wrażenie teoretycznie opracowanych orientacji; po trzecie, jest nieustannie przekształcana przez „nowe nowe media” (Levison 2010)⁶, które nie tylko tematyzują wybrane wycinki rzeczywistości, unieważniając inne, ale też stylizują je w określony sposób (por. Schütze 2012c: 491)⁷. Nie bez

⁶ Paul Levison terminu „nowe media” używał w odniesieniu do języka HTML, do e-maili czy Internetu, z kolei dla takich serwisów internetowych jak: Facebook, Twitter, YouTube czy MySpace itp. – ze względu na ogromne przyspieszenie w obszarze technik informatycznych – zaproponował nazwę „nowe nowe media”.

⁷ Można zaobserwować, że zgodnie z McLuhanowską (1964) tezą, że „przekaznik jest przekazem” (*medium is the message*) – cyfrowe media nie tylko zmieniają sposób postrzegania

znaczenia jest przy tym fakt, że płynność czy biegłość funkcjonowania w wirtualnej rzeczywistości – jak powiada Marc Prensky (2001) – rozróżnia cyfrowych tubylców (*digital natives*) i cyfrowych imigrantów (*digital immigrants*)⁸. Dla tych pierwszych przestrzeń Internetu staje się często najważniejszym obszarem nieustannego, mozolnego poszukiwania akceptacji i uznania, przy czym kwestią zasadniczą staje się bycie dostrzeżonym, bo – jak twierdzi Marek Krajewski – „posiadać dzisiaj twarz, to nie tyle dbać o to, aby jej nie stracić, ile raczej o to, aby była rozpoznawana przez innych” (Krajewski 2005: 169).

Krytycznie o iksach, igrekach i diagnozach współczesnej kultury

Warto wspomnieć dodatkowo o dwóch powiązanych ze sobą rzeczach: o popularnym esencjonalizującym, ale też przenikającym do dyskursu publicznego i potocznego, podziale na generacje i o niektórych diagnozach kultury współczesnej. Kwestie te – co warto z całą mocą podkreślić – nie stanowią ramy teoretycznej, dla której ilustracją czy dokumentem mają być wybrane fragmenty historii życia, lecz które w świetle autobiograficznych wywiadów narracyjnych (i ich osadzenia w polskim kontekście społeczno-kulturowym) będą przedmiotem krytycznego namysłu. Co równie ważne, zarysowane w tym tekście hipotezy i pojęcia mają charakter uwrażliwiający i nie pokazują, czego szukać, ale w jakim kierunku się rozglądać (por. Blumer 1954: 7).

Pierwsza z nich jest o tyle ważna, że mowa jest w tym artykule o osobach, które urodziły się w latach 1980–2005 i przez to zostały – raczej na zasadzie pozornego unaukowania wiedzy potocznej w postaci „rozsądnego opisu” (Garfinkel 2007) niż pogłębionych poszukiwań badawczych⁹ – przyporządkowane albo do pokolenia Y (nazywanego także millenialsami), które przyszło na świat

i definiowania świata, ale także inicjują odmienne relacje społeczne i radykalnie modyfikują struktury poznawcze (Sułkowski 2011: 6, Olcoń-Kubicka 2009).

⁸ Ciekawie zjawisko to ilustruje komentarz teoretyczno-argumentacyjny pochodzący z autobiograficznego wywiadu narracyjnego z czterdziestodwuletnią nauczycielką Laurą, która mówi: *Dla nas sieć jest nabyta. Myśmy się z tym nie urodzili. Rodzice moich dzieci, to jest to moje pokolenie, tak. Ja jednak miałam gdzieś na etapie czwartego roku studiów fascynację tym, że mogę coś na dyskietkę nagrać wow w kafejce, kurza dupa, nie muszą siedzieć w bibliotece tylko tak. [...] No i teraz oni są w przestrzeni, której my nie rozumiemy, bo jest za głupia, nie chcemy/ nie chcemy w niej być, bo to, bo to nie jest nasz poziom. A tam jest kolorowo, jest dużo, jest bez sensu. No i nie ma umiejętności filtra żadnego, tak. Więc y a poza tym mimo wszystko w nich tkwi poczucie anonimowości, tak. I to rodzi bardzo złe instynkty. I dzieci są ozute z dziecięctwa takiego.*

⁹ Celowo nie dowoluję się tutaj do wypracowanego przez Karla Mannheim’a pojęcia „pokolenia” (1952). Ustalenie, czy w istocie można współcześnie mówić o pokoleniach, jest celem badawczym projektu „Posttransformacja...”.

w latach 1980–1994, albo pokolenia Z, które urodziło się w latach 1995–2009 (Strauss, Howe 1991)¹⁰. To ostatnie jest też za kanadyjską psycholożką Jean Twenge nazywane „iGen”, przy czym „I” symbolizuje tu zarówno Internet – naturalne, oczywiste i powszechne środowisko codziennego życia, jak też – będące nieodłącznym wyposażeniem młodych ludzi – urządzenia typu iPhone (Twenge 2019). Owe technologiczne usprawnienia i praktyki cyfrowe warunkują nie tylko regresywnie pochyłą postawę ciała, ale też jego niemal niezbywalną ekstensję (trudno jest już wyobrazić sobie człowieka, którego ręki nie przedłuża smartfon) oraz wpływają na struktury poznawcze¹¹, postawy społeczne, orientacje życiowe, nastawienia biograficzne i hierarchie wartości. Wszystko to zdaje się odzwierciedlać podtytuł książki Twenge sugerujący, że dzieciaki dorastające w sieci są mniej zbuntowane, bardziej tolerancyjne, mniej szczęśliwe – i zupełnie nieprzygotowane do dorosłości (tamże). W podobnym duchu (to znaczy akcentując rolę technologii i pokazując „przepaść” poznawczą i niemożność porozumienia między kolejnymi kohortami) wypowiada się Tomasz Szlendak, który zauważa, że „młodzi ludzie wrastają w kulturę przez kontakt z urządzeniami

¹⁰ Te próby „upchnięcia” poszczególnych roczników w chwytliwe kategorie począwszy od „baby boomersów” przez pokolenie X (iksy), Y (millenialsów) po Z (igenersów) jest w istocie zdroworoządkową próbą przypisania określonych tożsamości zbiorowych, które nie tylko upraszczają, ale też zaburzają obraz świata. Odzwierciedlają one pewną tendencję w naukach społecznych, którą Rogers Brubaker ironicznie nazywa „grupizmem”. U jego podstaw leży „ujmowanie odróżnialnych, wyodrębnionych grup jako podstawowych komponentów życia społecznego, czołowych protagonistów konfliktów społecznych i podstawowych jednostek analizy społecznej” (Brubaker 2004: 8). W tym rozumieniu grupy stanowią substancjalne, homogeniczne i zewnętrznie wyodrębnione byty, które działając w określony sposób dążą do określonego celu i realizują swoiste interesy.

¹¹ Błażej Przybylski pisząc o Baumanowskich inspiracjach dla pedagogiki przytacza za nim myśl Gregory’ego Batesona, który wyróżnia trzy poziomy edukacji: „Najniższy poziom edukacji dotyczy przekazywania informacji, którą należy zapamiętać. Drugi poziom, »deuteroedukacja«, ma na celu opanowanie »ramy kognitywnej«, w którą można wpisać lub wkomponować informacje zdobywane czy znajduwane w przyszłości. Ale istnieje też trzeci poziom, który polega na wykształceniu umiejętności rozmontowywania i przebudowywania dominującej ramy kognitywnej lub odrzucania jej całkowicie, nie zastępując jej niczym [...]. Najniższy z trzech poziomów wyróżnionych przez Batesona już się zdezaktualizował – pamięć przeniesiono z mózgu na dyski komputerowe, pendrive’y i serwery. Natomiast to, co Bateson traktował jako zrakowaciałą, a nie zdrową, tkankę, stało się tymczasem normą w procesie nauczania i uczenia się. Opisana powyżej transfiguracja stanowi, zdaniem Baumana, sedno procesów zachodzących aktualnie w edukacji. Umiejętność zapominania, eliminacji czy lekceważenia wcześniej zdobytej i utrwalonej wiedzy liczy się bardziej niż zdolność zapamiętywania i przechowywania. Wiedza stała się konstruktem nietrwałym i przemijalnym, stawiając pod znakiem zapytania zasadność jej gromadzenia i zachowania. Informacje dezaktualizują się niemal codziennie, do tego część z nich jest niesprawdzona lub fałszywa. Z kolei zbyt duże natężenie informacji redukuje możliwości pamięci, ograniczając tym samym zdolność przystosowania i reagowania na kolejne zapotrzebowania rynku” (Przybylski 2019: 77 za: Bauman 2012a: 20–21).

elektronicznymi, głównie smartfonem. A zatem czytanie trzystustronicowych książek jest dla większej części z nich, niezależnie od stopnia inteligencji, „technicznie”, poznawczo trudniejsze niż dla starszych pokoleń. A skoro nie czytamy już tych samych książek, to nie tworzymy wspólnej kultury, tylko każdy buduje własną mikrokulturę. Sposób, w jaki dziś doświadczamy kultury, nie scala już wspólnego świata, tylko kreuje wieloświaty” (Szlendak 2021: 155). Wieloświaty, które odseparowane od siebie swoistym algorytmem tworzą bańki informacyjne (*filter bubble*)¹² skupiające osoby o tożsamych zainteresowaniach, poglądach i potrzebach (Pariser 2011). Warto w tym miejscu przypomnieć rozważania Margaret Mead, która już u progu lat siedemdziesiątych ubiegłego stulecia przewidywała wyłanianie się takiego typu kultury (nazwanej prefiguratywną), w której dzieci będą stawały się coraz bardziej „zagadkowe” (*unknown*) dla swoich rodziców (2000: 96–133). Rodziców, którzy – co należy podkreślić – jako pierwsi zostali określani „wyizolowaną generacją” (tamże)¹³. Trzeba jednak zauważyć, że w okresie tak niebywale przyspieszonych zmian społecznych i technologicznych, z jakimi mamy współcześnie do czynienia, coraz bardziej „zagadkowe” są już nie tylko dzieci dla swoich rodziców, ale też rodzeństwo dla swoich nieco starszych braci czy siostr. Wydaje się, że o różnicy należy mówić już nie tyle w kontekście pokoleń czy kohort, ile następujących po sobie roczników. Choć wielu narratorów – przede wszystkim działających (pracujących) w Internecie i zarabiających dzięki swojej aktywności w mediach społecznościowych mówi o tym zjawisku, odwołam się tutaj – dla ilustracji – do słów Dominiki Słowik. Ta urodzona w 1988 roku pisarka w numerze miesięcznika „Znak”, którego tematem przewodnim było pytanie: „Co dają nam algorytmy?” analizuje swoje doświadczanie z mobilną aplikacją internetową TikTok i powiada: „Wchodząc po raz pierwszy na TikToka, natychmiast trafiamy na zupełnie

¹² Magdalena Szpunar omawia kluczowe dla nich wymiary: „Pierwszy z nich ma znaczenie nadrzędne. Mówi on bowiem o tym, iż w bańce informacyjnej znajdujemy się sami; nawet wtedy, gdy istnieje grono osób o podobnych do naszych zainteresowaniach, to nie otrzymują one tożsamego z naszym zestawu treści. Drugą immanentną właściwością bańki informacyjnej jest jej transparentność, co oznacza, że najczęściej w ogóle nie zauważamy jej istnienia. Z tej własności wynika trzecia jej cecha, a mianowicie znalezienie się w niej odbywa się poza naszą wolą” (Szpunar 2018: 194).

¹³ Generacja ta „idzie po omacku [...], niezdarnie pokonuje przeszkody i bezskutecznie próbuje rozwiązać zadania narzucone przez nowe warunki” (Mead 2000: 108) wynikające z doniosłych i szybkich zmian w latach sześćdziesiątych i siedemdziesiątych ubiegłego stulecia, które dotyczyły: „rozszerzenia źródeł energii, środków komunikacji, pojęcia ludzkości, granic dostępnego wszechświata, pewników na temat znanego i ograniczonego świata, fundamentalnych wymagań życia i śmierci” (tamże, s. 111). Wielopoziomowa i wielowymiarowa „nieprzekładalność” doświadczeń w znaczący sposób przyczyniła się już wtedy (a pamiętać trzeba, że mowa jest tu o kulturze amerykańskiej) do pogłębienia międzypokoleniowej przepaści i narastającego poczucia obcości między rodzicami a dziadkami i generasów.

niezrozumiałe treści: skrótowce, emotikony używane w nietypowy sposób, hasła-klisze, których jeszcze tak nie identyfikujemy. Gesty, mimika. Taniec, ruch. Dźwięk! Wreszcie samo wideo, z bardzo świadomym użyciem jego aspektów technicznych, takich jak montaż, kadr, słynne tiktokowe przejścia. Jeśli gdzieś po raz pierwszy wyczułam prawdziwą technologiczną barierę, która jest dla mnie trudna do przeskoczenia, to właśnie tu – sposób, w jaki młodsze pokolenie używa języka wideo, jest dla mnie w dużym stopniu obcy, znam go wyłącznie biernie, nie umiem operować wideo w aktywnej komunikacji tak jak młodszy – performować, montować, zapętląć, nagrywać, przede wszystkim nagrywać, zawsze nagrywać. Mój język komunikacji do aktywnej komunikacji w internecie to język zdjęć” (Słowik 2022: 35).

Druga istotna rzecz to sprawa socjologicznych wyjaśnień dotyczących tego, kim jest i jaka jest jednostka w ponowoczesnym czy późnonowoczesnym świecie i, co w związku z tym, definiować może jej dobre życie? Mówi się zatem (a jak można sądzić w odniesieniu do osób urodzonych po 1980 roku tendencje te narastają) o pogłębiającym się indywidualizmie, który obarczony został – jak pokazuje Zbigniew Bokszański – „odpowiedzialnością za wiele negatywnie ocenianych, a nawet potępianych aspektów współczesności. Ich lista jest długa. Wymieńmy tutaj zwłaszcza egoizm we wszystkich jego przejawach, brak zainteresowania sprawami publicznymi i »apatie polityczną«, rosnące stopy rozwodów, załamanie się przyrostu naturalnego, nasilanie się społecznych zachowań, amoralizm, a także wzrastającą wyraźnie laicyzację, skłaniającą Kościoły chrześcijańskie do przyspieszania »nowej ewangelizacji«” (Bokszański 2008: 53)¹⁴. Szeroko dyskutowaną kwestią jest również niebywała jak dotąd koncentracja na sobie, powszechny narcyzm, swoista choroba, skutek której „wszystko, co nie zmierza ku ja, ku doraźności, ku własnej osobie, ku celom osobistym i materialnym, przestaje mieć sens” (Tokarska-Bakir 2002: 32), przypadłość „niespotykana wcześniej i bliska manii zaabsorbowania sobą” (Jacyno 2007: 156–157), oparta na fascynacji własną tożsamością, biografią i emocjami (por. Sennett 2009: 15). Lecz to kompulsywne poszukiwanie uwagi i akceptacji, „wystawianie osobowości na publiczny poklask by była konsumowana i zachwalana przez innych” (Burszta, Rydlewski 2020: 175), jak pokazuje Ciołkiewicz, „często stanowi sposób na ukrycie braku pewności siebie oraz zaniżonej samooceny” (2017: 77). I podkreśla dalej, że: „ta skłonność do kolekcjonowania kolejnych przejawów »uwielbienia« jest umiejętnie inspirowana przez media oraz ekspertów zarabiających krocie na mówieniu zagubionym jednostkom, jak bardzo są wspaniałe, niepowtarzalne i wyjątkowe. Współczesny narcyz zewsząd słyszy zatem, że jest skazany na sukces i – ku swej zgubie – bardzo często

¹⁴ W tej kwestii zobacz też: Jacyno 2007; Giddens 2001, 2008; Beck, Beck-Gernsheim 2012; Marody 2015; Sennett 2006.

zaczyna w to wierzyć” (Ciołkiewicz 2015: 270). Tym bardziej że współczesna kultura jest kulturą obnażania, w której odkrywanie tego co prywatne i intymne tworzy i podtrzymuje relacje społeczne (McNair 2004), kulturą, która – jak za Baumanem zauważa Renata Dopierała – „czyni »spowiedź« powszechną niemal powinnością towarzyską, dodatkowo wszelkie sprawy interpersonalne mają w publicznych wyznaniach wyższy status niż sprawy obywatelskie” (Dopierała 2008: 105, za: Bauman 2004: 9). Wreszcie, mamy do czynienia z kulturą, w której mimo nadmiaru wszystkiego¹⁵ i mimo prób ustanowienia innych kwestii niż posiadanie ważnymi, nadal pod dyktando rynku ostentacyjnie konsumuje się rzeczy, przyjemności¹⁶ i wrażenia (Baudrillard 2006; Ritzer 2009). Co więcej, tej wszechobecnej nadmiarowości wydaje się towarzyszyć równie trwożące zjawisko przyspieszenia, które szczególnie wnikliwie opisuje Rosa (2020).

Podsumowując, można przypuszczać, że w codzienność życia wielu trzydziestolatków czy dwudziestolatków wpisana jest hiperinflacja doświadczeń i wyczerpujące uczestnictwo w wielu rozproszonych, niejednokrotnie sprzecznych ze sobą, angażujących i wymagających lojalności światach społecznych. Ten nadmiar uwikłań i doświadczeń Schütze nazywa „dysonansowym koncertem światów społecznych”, które wymagają, czy nasilają konieczność „wszechobejmującego zaangażowania się w obraz samego siebie” (Turner 2006: 279)¹⁷.

¹⁵ Szlendak pisze między innymi: „Coraz częściej coraz więcej ludzi odnosi wrażenie, że wszystkiego w kulturze zachodniej robi się za dużo. Wyborów za dużo, tożsamości za dużo, impulsów informacyjnych za dużo, nierówności za dużo, kryzysów za dużo, polityki za dużo, religii za dużo, bezbożności za dużo, pracy za dużo, bezrobocia za dużo, mobilności za dużo, słów za dużo, edukacji za dużo, regulacji za dużo, a i bezhołowia nazbyt wiele. Przedmiotów za dużo i za dużo miejsc, gdzie się te przedmioty przetrzymuje, wystawia i zużywa. Za dużo jest też seksu w przestrzeniach wszelakich, za dużo ludzkich ciał i za dużo samotności. Za dużo rozbieżnych komentarzy, zbyt wiele źródeł wiedzy i prawideł mody, a w każdym z tych obszarów mnożą się i mnożą kolejne wybory” (Szendak 2013: 7–8).

¹⁶ Neil Postman swoją książkę *Zabawić się na śmierć. Dyskurs publiczny w epoce show-businessu* zaczyna od takiej konstatacji: „Orwell bał się, że nasza kultura przeistoczy się w kulturę niewolników. Huxley zaś lękał się, że ogarnie nas kultura banału, zajmująca się jakimiś ekwiwalentami doznań, »orgią-porgią« i wirówką infantylnych igraszek. Jak to zauważył Huxley w *Nowym wspaniałym świecie*, bojownicy o prawa obywatelskie i racjoniści, którzy pozostają w stałej gotowości, aby przeciwstawiać się tyranii, »nie wzięli pod uwagę bezgranicznej niemal zachłanności człowieka na rozrywkę«. W *Roku 1984*, dodał Orwell, ludzi kontroluje się przez zadawanie im bólu. W *Nowym wspaniałym świecie* to samo jest osiągnięte dzięki dostarczaniu im przyjemności. Słowem, Orwell obawiał się, że zniszczy nas to, czego nienawidzimy, Huxley zaś, że to, co uwielbiamy” (Postman 2002: 15–16).

¹⁷ Ralph Turner rozróżniał między względnie trwałą i zazwyczaj wyidealizowaną koncepcją siebie opartą na społecznie osadzonych wspólnych wartościach, nastawieniach i postawach oraz zmiennymi i przelotnymi obrazami siebie dopasowywanymi każdorazowo do wymogów aktualnie dziedzającej się sytuacji interakcyjnej (2006: 279). Wydaje się, że współczesna kultura w swej epizodyczności, nietrwałości, płynności i nieprzewidywalności ogranicza możliwość budowania koncepcji siebie faworyzując obrazy siebie.

Niemal zawsze pociąga to za sobą „niezdolność do zobaczenia czegoś jako całości” i wywołuje systematyczne poczucie niesłabnącej irytacji (Schütze 2012c: 506). Ta kakofonia, czy – jakby powiedział Kenneth Gergen – multifrenia, stanowi (szczególnie, jak twierdzą niektórzy, w powiązaniu z narcyzmem) źródło lęku przed kompromitacją i odrzuceniem (Gergen 2009; Goffman 2000; Riemann 1971) i prowadzi do poczucia narastającego bezładu i obcości zarówno wobec świata życia, jak i siebie. Te problematyczne kwestie ma wyprostować czy uporządkować terapia. Tworzy ona jednak – i to chyba najbardziej kontrowersyjna hipoteza mojego wywodu – złudzenie panowania nad własnym życiem i „nowych podstaw działania i przejmowania kontroli” (Giddens 2001: 246), podczas gdy czasem w istocie pozwala co najwyżej podtrzymywać stan chwiejnej równowagi w dziejącym się procesie trajektorii cierpienia¹⁸. Do kwestii tej wróć poniżej.

Próba rozróżnienia zewnętrznie narzuconych i wewnętrznie inspirowanych sposobów doświadczania życia

Ze względu na wstępny charakter ustaleń prezentowanych w artykule, zarysuję tu jedynie niektóre z możliwych narzędzi i procedur metody autobiograficznego wywiadu narracyjnego pozwalających na uchwycenie rozdźwięku między zewnętrznie zramowanymi i dyskursywnie narzuconymi sposobami doświadczania swojego życia i definiowania go w kategoriach „bycia lepszym” a wewnętrzną, by tak rzec autoteliczną, potrzebą dobrego życia. Stawiam też pytanie o to, czy rozróżnienie takie jest w pełni możliwe.

Analizując w trakcie wspomnianych wyżej badań, „co?” i „jak?” (Helling 1990) opowiadają narratorzy o swoim życiu, można zauważyć, że, co do tego pierwszego, w relacjach osób urodzonych po 1980 roku coraz częściej

¹⁸ Za Gerhardem Riemannem i Fritzem Schütze trajektorię cierpienia rozumiem jako jedną z czterech struktur procesowych (obok instytucjonalnego wzorca oczekiwań, biograficznego planu działania i biograficznej przemiany), która odzwierciedla w narracji sposób doświadczania i ujmowania doświadczeń w przebiegu życia danej osoby (Schütze 1981; 1983; 1984; 2012a). Jej dynamika związana jest z narastającym poczuciem utraty kontroli nad własnym życiem, skrajną nieprzewidywalnością i coraz bardziej dojmującym wyobcowaniem wobec świata życia i siebie samego (zob. Riemann, Schütze 2012; Schütze 2012b). Ten proces pogłębiającego się bezładu przebiega zazwyczaj w uporządkowany sekwencyjny sposób: (1) narastanie potencjału trajektorijnego, (2) nagłe przekroczenie granicy między intencjonalnym działaniem a biernym reagowaniem, (3) osiągnięcie i próby utrzymania stanu chwiejnej równowagi, (4) destabilizacja owego stanu, (5) załamanie się organizacji życia codziennego i orientacji wobec samego siebie, by w niektórych przypadkach dojść do (6) prób teoretycznego przepracowania trajektorii i (7) prób praktycznego przepracowania trajektorii i uzyskania nad nią kontroli (zob. Riemann, Schütze 2012; Schütze 2012b).

(a im później przyszły na świat, tym częściej) pojawia się temat problemów związanych z własną tożsamością (także seksualną), zdrowiem psychicznym i (w związku z tym) psychoterapią, a po drugie, że przejście lub bycie w procesie terapeutycznym wpływa na formalną strukturę ich wypowiedzi na wielu poziomach. Warto już teraz zaznaczyć, że wskazane powyżej poziomy możliwego wpływu terapii na autobiograficzną relację wzajemnie się przenikają i oddziałują na siebie.

Wracając do kwestii pierwszej, to zauważyć można pewną tendencję do tematykacji i uważniania wątków odnoszących się do trudnych, niejasnych tożsamości i przynależności do konfliktowych światów społecznych, definiowania siebie jako osoby dotkniętej problemem, wyjaśnianie swoich doświadczeń lub zachowań innych osób przez odwoływanie się do jednostek chorobowych przede wszystkim do depresji, spektrum autyzmu, dysleksji, neurozy, choroby afektywnej dwubiegunowej czy ADHD. W wielu przypadkach pojawia się również motyw przejścia przez proces psychoterapeutyczny czy bycia właśnie w trakcie terapii. Przypisuje się jej przy tym stopniowe (od)zyskiwanie poczucia sprawczości, od(budowanie) własnej niezależności, ukształtowanie umiejętności aktywnego poznawania siebie, właściwej oceny i nabranie koniecznego dystansu do relacji z innymi (przede wszystkim z rodzicami), uzmysłowienie sobie przyczyn stojących za własną aktualną (problematyczną) sytuacją życiową, oswojenie lęków, odblokowanie i rozwój potencjału osobistego, efektywną i zdrową synchronizację życia prywatnego i zawodowego czy twórczego „zarządzania” własnym życiem. Towarzyszy temu przekonanie narratorów o ustanowieniu pogłębionej i szczerzej relacji z samym sobą połączonej z budowaniem własnej autonomii i – co z całą mocą należy podkreślić – brak świadomości tego, że w istocie proces terapeutyczny, w którym uczestniczą, wikła ich w neoliberalne mechanizmy sprawowania władzy i wytwarzania określonego rodzaju podmiotowości (por. Franczak, Nowicka 2013). Innymi słowy, zamiast uwalniania mamy do czynienia z ujarzmianiem, z „byciem rządzonym”, z praktykami zewnętrznego kierowania własnym postępowaniem, dzięki któremu można „stworzyć taką formułę życia rodzinnego, edukacji czy produkcji, która równocześnie maksymalizuje zdolności jednostek, ich zadowolenie z siebie i wydajność instytucji” (Rose 1998: 114) i która nie tylko rozwija u ludzi dyspozycje emocjonalno-kognitywne, ale jednocześnie powoduje ich permanentny niedosyt (por. Mokrzan 2019).

W wielu analizowanych historiach życia, w których badani czy badane opowiadają o swoich problemach i doświadczeniach z psychoterapią, można zauważyć dwa niezwykle intrygujące, paradoksalne i powiązane ze sobą zjawiska: zasygnalizowane już wcześniej „zawieszenie się” dynamiki procesu trajektorii na etapie chwiejnej równowagi oraz brak pełnej, intensywnej pracy biograficznej. Co do kwestii pierwszej, trzeba mieć na uwadze, że liczne badania oparte na

relacjach autobiograficznych pokazały, że osiągnięcie i trwanie w stanie chwiejnej równowagi kryje w sobie pewien zwodniczy i niebezpieczny mechanizm. Stosowane w radykalnie odmiennej i przeformułowanej przez proces trajektorii sytuacji życiowej rutynowe (oparte na własnym doświadczaniu) lub profesjonalne (wypracowane w różnych formach psychoterapii) sposoby i recepty radzenia sobie z problemami dają nieraz pozorne poczucie odzyskania panowania nad codzienną rzeczywistością, uporządkowania własnych doświadczeń i usensownienia osobowej tożsamości. Pozwalają w ten sposób na usuwanie z pola uwagi nie tylko rzekomo już przepracowanych, ale też innych problematycznych, obszarów doświadczenia. Co więcej, podtrzymywanie stanu chwiejnej równowagi wyczerpuje człowieka emocjonalnie i fizycznie oraz nierzadko prowadzi do uproszczania poglądu na świat. Riemann i Schütze charakteryzują ten etap procesu cierpienia tak: „Znajdująca się w coraz gorszym położeniu jednostka może popaść w stan samowyobcowania, utracić zdolność do odczuwania zaufania, szacunku dla samej siebie, a także zdolność do polegania na sobie. W większości przypadków zatem jej reakcje na trajektorię są nieodpowiednie, co zwiększa zakres i moc potencjału trajektorii. Szczytowym stadium tego zjawiska jest »skumulowany nieład«, poddany głębokiej analizie przez Straussa i jego współpracowników. Spośród ogólnych cech tego zjawiska wymienimy: a) koncentrację na jednym zbiorze problemów aż do utraty z pola widzenia innych, układów rodzących ów problem, co w konsekwencji eliminuje niezbędne miary porównawcze; b) szkodliwe skutki uboczne prób usunięcia jednych kłopotów kosztem innych w złożonej sytuacji; c) intensyfikację wzajemnego wpływu różnych układów problemowych w obrębie trajektorii” (Riemann, Schütze 2012: 408). Podkreślić zatem wypada, że dynamika trajektorii nie zostaje wyhamowana, lecz, przeciwnie – systematycznie, ale nie w pełni uświadomiony sposób – narasta, grożąc nagłą i groźną destabilizacją sytuacji życiowej (Riemann, Schütze 2012; Schütze 2012b). Sprzyja temu – a to kwestia druga – brak czasem choćby skromnej pracy biograficznej. Pracy biograficznej rozumianej jako namysł jednostki nad własnym życiem związany z oceną, ewaluacją i uporządkowaniem przeszłości, by móc nadać sens aktualnej sytuacji życiowej i całości swojej biografii także w odniesieniu do przyszłości i możliwości realizacji określonych planów biograficznych (por. Strauss i in. 1985; zob. też Kaźmierśka 2008: 29–30; Golczyńska-Grondas 2014: 114–125). Jak pokazują liczne materiały empiryczne, bez tej pracy i domknięcia kwestii trudnych wymagających zarówno teoretycznego, jak i praktycznego przepracowania skomplikowanych i obciążających relacji i wydarzeń nie da się ukonstytuować dobrego życia, można je – tkwiąc w chwiejnej równowadze – falsyfikować (do tego wątku wracam później). Wydawałoby się, i to właśnie stanowi to, co intrygujące i paradoksalne, że proces terapeutyczny (w zarysowanym na wstępie rozumieniu) winien zmierzać w podobnym kierunku, a tak właśnie nie jest. Można odnieść

wrażenie, że nierzadko ma on charakter punktowy i doraźny, a nie całościowy. Często nie uwzględnia dynamicznego procesu osadzania się znaczeń w biografii jednostki, przemian jej relacji z samą sobą, symbolicznego i negocjacyjnego charakteru interakcji społecznych – szczególnie komunikacyjnej pracy wykonywanej w relacjach ze znaczącymi Innymi, schematów interpretacyjnych, orientacji biograficznych, struktur możliwości czy hierarchii ważności osoby dotkniętej cierpieniem. Przez to może nieść ze sobą raczej negatywne konsekwencje oparte na schematyzujących uproszczeniach¹⁹. Jest to tym bardziej godne zainteresowania, gdy weźmiemy pod uwagę fakt, że wśród badanych tu kohort zaczyna dominować przekonanie, iż dobre życie nie może obejść się bez wejścia w świat społeczny (psycho)terapii, doradztwa czy coachingu. Lecz *gross* tych światów – o czym mowa była wcześniej – zostało już skolonizowanych przez neoliberalny język (sprawczości, refleksyjności, wglądu w siebie, odpowiedzialności, elastyczności, sukcesu, planowania i kontroli), który nie tylko oferuje wizję dobrego życia, ale udostępnia (jedynie słuszne) programy jego realizacji. Co także ważne, jak każdy inny świat społeczny, zobowiązuje do zaangażowania i lojalności.

Podsumowując tę część wywodu, wypada zadać pytanie, czy wizje dobrego życia – w tym te oferowane przez terapię i liczne dyskursy promujące takie trendy jak minimalizm, antykonsumpcjonizm, *slow-life*, *mindfulness* – nie są przypadkiem symulakrami skrywającymi coś innego, pozwalającymi na upozorowanie własnego życia jako wartościowego czy wręcz stworzenie jego repliki (Baudrillard 2005). Częściowo odpowiada na to pytanie Renata Dopierała, która zauważa, że: „dobre życie to idea społecznie oraz kulturowo zaprojektowana, wzorzec określający orientacje jednostkowe i ukierunkowujący ich dążenia. Poprzez wytwarzane dyskursy i praktyki społeczne oddziałuje on na wyobraźnię i aspiracje członków zbiorowości, którzy przyswajają go w sposób mniej lub bardziej świadomy” (Dopierała 2022: 85). A jednocześnie, za Jacyno, dodaje: „Współcześnie – za sprawą popularności dyskursów terapeutycznych

¹⁹ Warto zwrócić uwagę na opowieść urodzonej w 1985 roku Celestyny: *No i to było wszystko strasznie śmieszne też z perspektywy teraz czasu, jak na to patrzę, bo cała ta narracja wokół tej zmiany szkoły była taka, że moja mama, jako też (uczony) pedagog, zaczęła chodzić do poradni psychologiczno-pedagogicznej, przetestowała mnie na wszystko, co wtedy można było [...] Wszystko tam przetestować i powiedziała, że z tych testów wynika, że ((śmieje się)), że będzie mi lepiej w małej szkole, że właśnie/ że, ymm jestem takim typem osobowości, że mogę łatwo poddawać się presjom, więc w bezpiecznym środowisku będzie mi lepiej. No, więc podeszłam do tego w sposób: „Dobrze, bo tak/ jak tak pokazały badania to pora na zmianę szkoły” ((śmieje się)).* Wprawdzie narratorka z dystansem i poczuciem humoru odnosi się do tej sytuacji, ale jednocześnie wskazuje na realność konsekwencji, jakie niosła ze sobą określona diagnoza psychologiczna. Nie ma tu miejsca na drobiazgową analizę tego przypadku, ale trzeba wskazać na zachowanie matki, która niejako „zawierza” dziecko naukowemu testowi, a nie swoim codziennym obserwacjom i pracy komunikacyjnej.

i poradniczych – jest to konstrukt o szczególnie normatywnym i regulacyjnym charakterze. Liczne instrukcje, jak wieść dobre życie, funkcjonujące w przestrzeni publicznej i medialnej (niekiedy konkurencyjne wobec siebie), określają warunki skuteczności realizacji projektu, który poprzez swoją »ekspansję« staje się opresyjny i dyscyplinujący” (Dopierała 2022: 86, za: Jacyno 2007: 35).

Jeśli chodzi o kwestię drugą (to znaczy odnoszącą się do „jak?”), to coraz częściej widoczny staje się wpływ procesu terapeutycznego na formalne właściwości tekstu autobiograficznej prezentacji²⁰. Zauważyć go można na kilku powiązanych ze sobą i wzajemnie na siebie oddziałujących poziomach. Po pierwsze, może zwrócić uwagę swoista całość biograficzna – uporządkowanie splotu wydarzeń (*Gestalt*), wówczas gdy historia życia nie była odtworzona wobec badacza-socjologa po raz pierwszy²¹, ale została już jakoś sprofilowana tematycznie i jakoś usensowniona w czasie opowieści o własnych doświadczeniach wobec psychologa czy psychoterapeuty. Po drugie, nierzadko można zaobserwować przysypanie (*Verschüttung*)²² języka wypowiedzi autobiograficznej (a przez to doświadczania własnego życia) słownictwem z obszaru psychologii, terapii (coachingu, mentoringu, wszelkiego rodzaju poradników – także zaczerpniętych z Internetu). Ten narzucony język, co wcześniej już zostało wspomniane, nie tylko dostarcza sposobów wyjaśniania własnego fatalnego położenia, poczucia wyobcowania i kruchości, ale nierzadko wskazuje też wizję lepszego czy dobrego życia i scenariusze jego realizacji. Tyle tylko że – ponownie – psychoterapeutyczne słowniki pełne są kategorii, terminów i pojęć bliskoznacznych, jeśli nie tożsamy z neoliberalną „optymalizacją” stosunku do samego siebie (Czyżewski 2009: 91), nawołujących do przyglądania się sobie i własnym myślom, zaufania sobie i światu, zachęcających do ujawniania ukrytych możliwości, poszerzania własnych horyzontów, podsuwających programy pracy nad sobą, pokochania siebie, odpuszczenia sobie, dawania sobie prawa do popełniania błędów, przy jednoczesnych zapewnieniach, że to wcale nie jest takie trudne, jeśli wdrożymy (często niedarmowe) rygorystyczne programy działania. Przekonuje nas o tym choćby strona psycholożki Małgorzaty Ohme (Oh!me) i umieszczony tam artykuł: „Recepta na dobre życie wcale nie jest skomplikowana.

²⁰ Wskazanie poziomów wpływu terapii na opowieść o życiu w dużej mierze zawdzięczam doktorowi Jackowi Burskiemu i jego analizom w czasie Seminariów Badań Biograficznych prowadzonych przez Katedrę Socjologii Kultury UŁ i Sekcję Badań Biograficznych przy PTS.

²¹ Podstawowym założeniem metody autobiograficznego wywiadu narracyjnego jest improwizowana, nigdy wcześniej nie opowiadana historia własnego życia (Schütze 2014: 229). Proces terapeutyczny jest pod tym względem bardzo podobny, co w dużym stopniu eliminuje „spontaniczność” narracji.

²² Termin ten zapożyczam od Gerharda Riemanna. Został on wyłoniony i opracowany na podstawie wywiadów z pacjentami psychiatrycznymi (1987), stąd przeniesienie go na grunt psychoterapii wymaga zachowania pewnej ostrożności i uwzględnienia właściwych proporcji.

10 sposobów, aby poczuć się lepiej”²³. Jeśli uznamy psychoterapeutów za profesjonalistów czy ekspertów, którzy mają nas doprowadzić do lepszego życia i jednocześnie pamiętając, że zarówno dyskurs dotyczący spraw dobrego życia, jak i dyskurs terapeutyczny został skolonizowany czy zawłaszczony (o czym we „Wprowadzeniu” do tej sekcji tematycznej pisze Horolets) przez neoliberalny język mający na celu ujarzmienie, to rodzi się pytanie: czyje właściwie to dobre życie jest? Riemann przekonuje, że przejście języka psychoterapii może wiązać się z niebezpieczeństwem utraty autonomicznego odniesienia do własnej biografii, umiejętności samodzielnego nazywania własnych doświadczeń i budowania niezależnej linii biograficznego rozwoju, a także swobodnego opisywania rutyn dnia codziennego (por. Riemann 1987: 439–440). Pokazuje to także przywoływana tutaj kolekcja danych empirycznych, w których narratory korzystający z różnych form psychoterapii zmieniają stosunek do samych siebie, do znaczących Innych, swoje orientacje biograficzne, nastawienie wobec świata życia, oczekiwania wobec przyszłości, ale – by tak rzec – „na neoliberalną modłę”.

Kolejną ważną rzeczą, którą trzeba odnotować, jest kwestia falsyfikacji własnego życia jako dobrego czy oryginalnego. Na poziomie formalnej analizy tekstu staje się ona widoczna w momentach, kiedy narrator czy narratorka opowiadając o rzekomo własnej linii rozwoju, własnych wyborach, wyobrażeniach czy planach operuje językiem typowym dla instytucjonalnego wzorca oczekiwań. Sprawa ta wymaga krótkiego metodologicznego komentarza. Schütze i jego zespół na podstawie analizy setek narracji wyodrębnili cztery podstawowe struktury procesowe, to znaczy kluczowe sposoby doświadczania wydarzeń w życiu. Są nimi: instytucjonalny wzorzec oczekiwań, biograficzny plan działania, opisywana wcześniej trajektoria cierpienia i biograficzna metamorfoza (Schütze 1981, 1984, 2012a). Dwa pierwsze są tutaj najważniejsze. Biograficzny plan działania wywodzi się z wewnętrznej spontaniczności jednostki i wiąże się z intencjonalnym, długoterminowym działaniem, któremu towarzyszy optymistyczny nastrój, emocjonalne zaangażowanie, żywe oczekiwania, radość spełnienia i entuzjastyczne nastawienie wobec przyszłości (Schütze 1981, 1984; Waniek 2020: 107–108). Charakteryzuje go język wyrażający intencję, zaangażowanie, dobry nastrój, pozytywne uniesienie, opisujący etapy żywiołowego planowania, pełnego zaciekawienia gromadzenia wiedzy i pokonywania wszelkich trudności (Schütze 2012a: 180). Z kolei instytucjonalny wzorzec oczekiwań odnosi się do zewnętrznych normatywnych oczekiwań formułowanych przez rodziców, systemy edukacyjne, pracodawców, instytucje czy światy społeczne i charakteryzujące je dyskursy. Oczekiwania te przyjmują postać celów do osiągnięcia oraz

²³ <https://ohme.pl/lifestyle/recepta-dobre-zycie-wcale-skomplikowana-10-sposobow-aby-poczuc-sie-lepiej/>, dostęp 4 lutego 2023 r.

zespołu utrwalonych sposobów i reguł ich realizacji. W tym wypadku mamy do czynienia z językiem wyrażającym poczucie obowiązku, nużącej oczywistości, zmęczenia, rutyny, chęci lub niemożności sprostania wytyczonemu zadaniu, z językiem oddającym uporządkowane przebiegi zdarzeń, mozolną realizację określonych etapów, ale też odzwierciedlającym mechanizmy uwiedzenia czy wyobcowania wobec nakreślonych zewnętrznie wyobrażeń o życiu (Schütze 2012a: 180; Waniek 2020: 105–107). Narratorzy, stawiając się zazwyczaj w pozycji przedmiotu podporządkowanego z góry określonym wymaganiom, często mówią o swoich doświadczeniach w formie imiesłówów biernych, czy używają liczby mnogiej. Wracając teraz do nakreślonej wyżej kwestii można powiedzieć, że zachodzi swoista sprzeczność czy nieprzystawalność między tym „co” narratorzy mówią (na przykład wówczas, gdy chcą się zaprezentować jako osoby wolne, niezależne, zaradne, sprawcze, pręźnie kierujące własnym życiem), a tym „jak” to opowiadają (pokazując, że zostali uwiedzeni, ustawieni, nakierowani, poddani kontroli, czy że są „procedowani”). Oddzielenie tego, co rzeczywiście należy do wewnętrznej sfery spontaniczności jednostki i stanowi biograficzny plan działania, od tego, co jest jedynie pozornie uznawane za własny projekt życiowy, nie jest zadaniem prostym i wymaga niezwykle rzetelnej i mozolnej pracy analitycznej. Wstępne analizy materiałów z kolekcji wspomnianych tu projektów pokazują jednak, jak ważne jest to zadanie.

Wreszcie, zwraca uwagę nierzadko pojawiająca się rozbieżność między roszczeniem sobie przez narratorów prawa do poszanowania odmienności i poszukiwania akceptacji dla własnych (definiowanych nieraz jako alternatywne i postzeganych jako dobre) stylów życia, przy jednoczesnym odmawianiu prawa do różnicy innym osobom i ujmowania ich działań w schematyczny, często dyskredytujący i wykluczający sposób. Ma to związek ze słabnącą siłą jednej z podstawowych reguł zdroworozsądkowego myślenia, którą Schütz definiował jako przekładalność perspektyw (Schütz 1984, 1985). Pozwala ona – mimo wszelkich indywidualnych różnic – „osiągać czasową, otwartą zgodność poznawczą” (Piotrowski 1998: 20) dzięki założeniu, że znalazłszy się na miejscu partnera interakcyjnego zasadniczo w ten sam sposób będą widział lub widziała świat oraz że zawiesiwszy różnice w hierarchiach ważności, wynikające z naszego biograficznego usytuowania, będziemy w stanie zrealizować podjętą przez nas wspólną linię działania. Lecz (coraz częściej obserwowane) zawieszenie zasady przekładalności perspektyw blokuje możliwość budowania intersubiektywnego i wspólnego świata życia opartego za zaufaniu i swojskości (Czyżewski 2009a: 12; Schütz 2008a; 2008b). Jak powiada Schütz; „gdy wiara w zasadniczą tożsamość intersubiektywnego doświadczenia załamuje się, zniweczona zostaje także sama możliwość nawiązania komunikacji z innym. W takiej kryzysowej sytuacji zaczynamy żywić przekonanie, że każdy z nas żyje w nieprzenikliwej skorupie swego solipsystycznego więzienia, a inni dla nas, my dla innych, my dla

siebie samych stajemy się zjawami” (Schütz 1985: 253). W tym miejscu ujawnia się kolejny paradoks – problemem wielu narratorów, którzy przeszli lub są w trakcie procesu terapeutycznego, są relacje ze znaczącymi Innymi i ze światem w ogóle, tymczasem skutkiem (być może niezamierzonym) terapii staje się ekspozowanie własnej tożsamości połączone z brakiem zrozumienia i wrażliwości na doświadczenia i emocje bliźnich (por. Cyrek 2018: 106–109).

Zakończenie

Analiza autobiograficznych wywiadów narracyjnych z osobami urodzonymi po 1980 roku pokazuje, że wśród „cnót” organizujących doświadczenie biograficzne wielu z nich znajdują się między innymi: kreatywność, bycie panem własnego losu, inicjatywa, zaradność, odporność, mobilność, dbanie o siebie, reżimy żywieniowe, rutyny sportowe, konkurencyjność czy samorozwój. Wartości te często też promowane są w procesie psychoterapii (ale także w wiedzy eksperckiej czy profesjonalnej), która coraz częściej uważana jest za konieczną i ma pomóc osobom, które – także w wyniku rozmaitych, często sprzecznych procesów kulturowych i społecznych – mają potrzebę stania się biograficzną całością, (do)określenia własnej tożsamości, osadzenia się w (najczęściej wymagającej przepracowania, często bolesnej) przeszłości, w trudnych relacjach ze znaczącymi Innymi. Zmagają się one z koniecznością stawienia czoła pełnej oczekiwań i przesyconej lękami teraźniejszości i potrzebą odnalezienia się w niewiadomej i ryzykownej przyszłości. Owa zainfekowana neoliberalnym dyskursem psychoterapia niejednokrotnie wiedzie jednak na manowce i – ironicznie – zamiast rzetelnej pomocy dostarcza jedynie iluzji opanowania problemu, rzekomo przywraca poczucie panowania nad własnym doświadczeniem i uwodzi wizjami lepszego życia. Jednocześnie – dzięki tworzonym przekonaniom o swojej niezawodnej mocy uzdrawiania – ironicznie umieszcza po „nocnej stronie” to co nieracjonalne, bezładne, nieokreślone i w ten sposób pogłębia przeżycia związane z dojmującym cierpieniem, z obezwładniającą kruchością codziennych interakcji. W ten sposób wyklucza z normalnego świata życia i ugruntowuje przekonanie, że coś ze mną jest nie tak. Nie tylko zatem dezynwolturę w użyciu terminów związanych z zaburzeniami psychicznymi w dyskursie publicznym, terapeutycznym i prywatnym postrzegam jako zagrożenie, ale też tworzenie – często pozornego – wrażenia, że wdrożenie odpowiednich „technik siebie” w prosty i szybki sposób zaradzi problemowi, przywróci dobrostan i uporządkuje życie.

Ponadto, można zauważyć, że nie tylko spotkania przedstawicieli różnych kohort (między którymi dystans systematycznie się skraca), ale też rówieśników zamkniętych w swoistych informacyjnych czy społecznych bańkach (czy

mikroświatach) coraz częściej wydaje się mieć charakter relacji między kulturowo odmiennymi światami. Stają oni wobec siebie, niemal jak Odyseusz wracający do Itaki, spowici mgłą, nie rozumiejąc, kogo widzą, gdzie się znajdują i co oznaczają wypowiedane przez nich słowa. Nie rozumieją swoich schematów ekspresji i systemów istotności (Schütz 2008a), co wywołuje poczucie niepewności i sprawia, że z trudem potrafią sobie zaufać (Schütz 2008b). Ich problemy życiowe są dalece odmienne, a wybory życiowe zupełnie niezrozumiałe.

Zarysowane powyżej wnioski mają, co należy raz jeszcze i z całą mocą podkreślić, jedynie wstępny charakter i stanowią punkt wyjścia, z jednej strony, dla dalszych badawczych poszukiwań (konfrontacji z kolejnymi materiałami empirycznymi pozwalającymi na testowanie i różnicowanie uzyskanych wyników), a z drugiej, dla otwartej naukowej dyskusji i polemiki.

Bibliografia

- Baudrillard, Jean. 2005. *Symulakry i symulacja*. Przekład Sławomir Królak. Warszawa: Sic!
- Baudrillard, Jean. 2006. *Spoleczeństwo konsumpcyjne. Jego mity i struktury*. Przekład Sławomir Królak. Warszawa: Sic!
- Bauman, Zygmunt. 2000. *Ponowoczesność jako źródło cierpień*. Przekład Janusz Margański. Warszawa: Sic!
- Bauman, Zygmunt. 2004. Kultura do spożycia na miejscu. Rozmowa z W. Bursztą, *Kultura Popularna*, 2: 7–18.
- Bauman, Zygmunt. 2006. *Płynna nowoczesność*. Przekład Tomasz Kunz. Warszawa: Wydawnictwo Literackie.
- Bauman, Zygmunt. 2012a. *O edukacji. Rozmowy z Riccardo Mazzeo*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej.
- Bauman, Zygmunt. 2012b. *Wspólnota. W poszukiwaniu bezpieczeństwa w niepewnym świecie*. Przekład Janusz Margański. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Beck, Ulrich, Elisabeth Beck-Gernsheim. 2013. *Miłość na odległość. Modele życia w epoce globalnej*. Przekład Michał Sutowski. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Blumer, Herbert. 1954. What is Wrong with Social Theory? *American Sociological Review*, 1: 3–10.
- Bokszański, Zbigniew. 2008. Indywidualizm w późnej nowoczesności. *Civitas Hominibus*, 3: 53–68.
- Bokszański, Zbigniew. 2016. Indywidualizm a zmiana społeczna. W: T. Nawrocki, W. Świątkiewicz, red. *Ład społeczny i jego przedstawienia*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 59–68.
- Brubaker, Rogers. 2004. *Ethnicity without Groups*. Cambridge: Harvard University Press.

- Brubaker, Rogers, Frederick Cooper. 2000. Beyond "identity". *Theory and Society*, 29: 1–47.
- Burszta, Wojciech J., Michał Rydlewski. 2020. Narcyzm – autentyczność – atopia. Cyfrowe twarze „nowego człowieka”. *Przegląd Kulturoznawczy*, 3: 174–194. DOI: 10.4467/20843860PK.20.022.12582.
- Ciołekiewicz, Paweł. 2016. Brawo „ja”, czyli wszyscy jesteśmy narcyzami. *Interdyscyplinarne Studia Społeczne*, 1: 77–86.
- Ciołekiewicz, Paweł. 2017. Współczesne oblicza rządomyślności. Mityczna podróż bohatera i troska o siebie we współczesnej „literaturze sukcesu”. *Władza Sądzenia*, 11, 1: 34–55.
- Clarke, Adele. 1991. Social worlds/arenas theory. W: D. Maines, ed. *Social organization and social structure. Essays in honour of Anselm Strauss*. New York: Aldine de Gruyter, 119–158.
- Cyrek, Barbara. 2018. Wrażliwość wobec psychologizacji życia i kultury ekshibicjonizmu. *Kultura Współczesna*, 4: 102–110. DOI: 10.26112/kw.2018.103.09.
- Czyżewski, Marek. 2009. Między panoptyzmem a „rządomyślnością” – uwagi o kulturze naszych czasów. *Kultura Współczesna*, 2: 83–95.
- Czyżewski, Marek. 2013a. Socjologia interpretatywna i metoda biograficzna: przemiana funkcji, antyesencjalistyczne wątpliwości oraz sprawa krytyki. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 9: 14–27.
- Czyżewski, Marek. 2013b. W kręgu społecznej pedagogii. *Societas/Communitas*, 2: 43–73.
- Dopierała, Renata. 2008. Internetowe manifestacje prywatności. *Media, Kultura, Społeczeństwo*, 1, 3: 105–127.
- Dopierała, Renata. 2022. Dobrowolna prostota w optyce rezonansu Hartmuta Rosy. *Przegląd Socjologiczny*, 71, 1: 85–103. DOI: 10.26485/PS/2021/71.1/4.
- Franczak, Karol, Magdalena Nowicka. 2013. Narracje emancypacyjne w mediach – od afirmacji do krytyki. *Societas/Communitas*, 2: 117–140.
- Garfinkel, Harold. 2007. *Studia z etnometodologii*. Przekład Alina Szulżycka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Gergen, Kenneth J. 2009. *Nasycone „Ja”*. Dylematy tożsamości w życiu wspólnym. Przekład Mirosława Marody. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Giddens, Anthony. 2001. *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Przekład Alina Szulżycka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Giddens, Anthony. 2008. *Konsekwencje nowoczesności*. Przekład Ewa Klekot. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Goffman, Erving. 2000. *Człowiek w teatrze życia codziennego*. Przekład Helena Datner-Śpiewak i Paweł Śpiewak. Warszawa: Wydawnictwo KR.
- Golczyńska-Grondas, Agnieszka. 2014. *Wychowało nas państwo. Rzecz o tożsamości dorosłych wychowanków placówek opiekuńczo-wychowawczych*. Kraków: Nomos.
- Granosik, Mariusz. 2020. Praca socjalna wobec pedagogizacji życia społecznego – ujęcie krytyczne. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin – Polonia*, 1: 11–26. DOI: 10.17951/j.2020.33.1.11-26.

- Helling, Ingeborg. 1990. Metoda badań biograficznych. W: J. Włodarek, M. Ziółkowski, red. *Metoda biograficzna w socjologii*. Warszawa–Poznań: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 13–37.
- Jacyno, Małgorzata. 2007. *Kultura indywidualizmu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Każmierska, Kaja, Katarzyna Waniek. 2020. *Autobiograficzny wywiad narracyjny. Metoda – technika – analiza*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Każmierska, Kaja, Katarzyna Waniek, eds. 2020. *Telling the Great Change. The Process of the Systemic Transformation in Poland in Biographical Perspective*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Każmierska, Kaja. 2008. *Biografia i pamięć. Na przykładzie pokoleniowego doświadczenia ocalonych z zagłady*. Kraków: Nomos.
- Każmierska, Kaja. 2019. Winners and Losers of the Process of Transformation as an Etic Category versus Emic Biographical Perspective. *Qualitative Sociology Review*, 4: 238–266. DOI: 10.18778/1733-8077.15.4.11.
- Krajewski, Marek. 2005. *Kultury kultury popularnej*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Lasch, Christopher. 2018. *Kultura narcyzmu. Amerykańskie życie w czasach malejących oczekiwań*. Przekład Grzegorz Ptaszek i Aleksander Skrzypek. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie SEDNO.
- Levison, Paul. 2010. *Nowe nowe media*. Przekład Maria Zawadzka. Warszawa: Wydawnictwo WAM.
- Mannheim, Karl. 1952. *The Problem of Generations Essays on the Sociology of Knowledge*. London: Routledge.
- Marody, Mirosława. 2015. *Jednostka po nowoczesności. Perspektywa socjologiczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- McLuhan, Marshall. 1964. *Understanding Media: The Extensions of Man*. London: Routledge.
- McNair, Brian. 2004. *Seks, demokratyzacja pożądanego i media, czyli kultura obnażania*. Przekład Ewa Klekot. Warszawa: Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza.
- Mead, Margaret. 2000. *Kultura i tożsamość: studium dystansu międzypokoleniowego*. Przekład Jacek Hołówka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Miller Peter, Nikolas Rose. 2008. *Governing the Present: Administering Economic, Social and Personal Life*. Cambridge: Polity Press.
- Mokrzan, Michał. 2019. *Klasa, kapitał i coaching w dobie późnego kapitalizmu. Perswazja neoliberalnego urzędowania*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- Olcoń-Kubicka, Marta. 2009. *Indywidualizacja a nowe formy wspólnotowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Pariser, Eli. 2011. *The Filter Bubble: What the Internet is Hiding from You*. London: Penguin Books.
- Piotrowski, Andrzej. 1998. *Ład interakcji: studia z socjologii interpretatywnej*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

- Piotrowski, Andrzej. 2006. Proces kształtowania tożsamości narodowej w dyskursie potocznym i publicznym. W: A. Miszalska, A. Piotrowski, red. *Obrazy ładu i anonii. Konsekwencje i kierunki polskich przemian*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 243–256.
- Postman, Neil. 2002. *Zabawić się na śmierć. Dyskurs publiczny w epoce show-businessu*. Przekład Lech Niedzielski. Warszawa: Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza.
- Przybylski, Błażej. 2019. Z myślą o przyszłości. Baumanowskie inspiracje dla pedagogiki i edukacji. *Pedagogika Społeczna*, 4: 75–93. DOI: 10.35464/1642-672X.PS.2019.4.05.
- Rancew-Sikora, Dorota. 2012. W poszukiwaniu społecznej koncepcji depresji. *Studia Socjologiczne*, 3: 81–104.
- Riemann, Gerhard, Fritz Schütze. 2012. Trajektoria jako podstawowa koncepcja teoretyczna w analizach cierpienia i bezładnych procesów społecznych. W: K. Kaźmierka, red. *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*. Przekład Zbigniew Bokszański i Andrzej Piotrowski. Kraków: Nomos, 389–414.
- Riemann, Gerhard. 1987. *Das Fremdwerden der eigenen Biographie: narrative Interviews mit psychiatrischen Patienten*. Münschen: Fink.
- Riesman, David. 1971. *Samotny tłum*. Przekład Jan Strzelecki. Warszawa: PWN.
- Ritzer, Georg. 2009. *Magiczny świat konsumpcji*. Przekład Ludwik Stawowy. Warszawa: Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza.
- Rokuszewska-Pawełek, Alicja. 1996. Miejsce biografii w socjologii interpretatywnej. Program socjologii biografistycznej Fritza Schützego. *ASK: Społeczeństwo, Badania, Metody*, 1: 37–54.
- Rokuszewska-Pawełek, Alicja. 2002. *Chaos i przymus. Trajektorie wojenne Polaków – analiza biograficzna*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rosa, Hartmut. 2020. *Przyspieszenie, wyobcowanie, rezonans. Projekt krytycznej teorii późnonowoczesnej czasowości*. Przekład Jakub Duraj i Jacek Kołtan. Gdańsk: Europejskie Centrum Solidarności.
- Rose, Nikolas. 1988. Calculable minds and manageable individuals. *History of the Human Sciences*, 2: 179–200.
- Rose, Nikolas. 1998. *Inventing Our Selves. Psychology, Power, and Personhood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Schütz, Alfred. 1984. Potoczna i naukowa interpretacja ludzkiego działania. W: E. Mokrzycki, red. *Kryzys i schizma*, tom 1. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, 137–192.
- Schütz, Alfred. 1985. Don Kichot i problem rzeczywistości. *Literatura na świecie*, 2: 246–268.
- Schütz, Alfred. 2008a. Powracający do domu. W: tegoż. *O wielości światów*. Przekład Barbara Jabłońska. Kraków: Nomos, 203–212.
- Schütz, Alfred. 2008b. Obcy. Esej z zakresu psychologii społecznej. W: tegoż. *O wielości światów*. Przekład Barbara Jabłońska. Kraków: Nomos, 213–224.
- Schütze, Fritz. 1981. Prozeßstrukturen des Lebensablaufs. In: J. Matthes, A. Pfeifenberger, M. Stosberg, Hrsg. *Biographie in handlungswissenschaftlicher Perspektive*. Nürnberg Verlag der Nürnberger Forschungsvereinigung, 67–156.

- Schütze, Fritz. 1983. Biographieforschung und narratives Interview. *Neue Praxis. Kritische Zeitschrift für Sozialarbeit und Sozialpädagogik*, 3: 283–293.
- Schütze, Fritz. 1984. Kognitiven Figuren des autobiographischen Stegreiferzählens. In: M. Kohli, R. Günther, Hrsg. *Biographie und Sozial Wirklichkeit. Neue Beiträge und Forschungsperspektiven*. Stuttgart: Metzler, 78–117.
- Schütze, Fritz. 2012a. Analiza biograficzna ugruntowana empirycznie w autobiograficznym wywiadzie narracyjnym. Jak analizować autobiograficzne wywiady narracyjne. W: K. Kaźmierska, red. *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*. Przekład Katarzyna Waniek. Kraków: Nomos, 141–278.
- Schütze, Fritz. 2012b. Trajektorie cierpienia jako przedmiot badań socjologii interpretatywnej. W: K. Kaźmierska, red. *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*. Przekład Marek Czyżewski. Kraków: Nomos, 415–458.
- Schütze, Fritz. 2012c. Koncepcja świata społecznego w symbolicznym interakcjonizmie oraz organizacja wiedzy we współczesnych złożonych społeczeństwach. W: K. Kaźmierska, red. *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*. Przekład Agnieszka Pawlak i Katarzyna Waniek. Kraków: Nomos, 489–514.
- Schütze, Fritz. 2014. Autobiographical Accounts of War Experiences. An Outline for the Analysis of Topically Focused Autobiographical Texts – Using the Example of the “Robert Rasmus” Account in Studs Terkel’s Book, “The Good War”. *Qualitative Sociology Review*, 1: 224–283.
- Sennett, Richard. 2006. *Korozja charakteru. Osobiste konsekwencje pracy w nowym kapitalizmie*. Przekład Jan Dzierzgowski i Łukasz Mikołajewski. Warszawa: Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza.
- Sennett, Richard. 2009. *Upadek człowieka publicznego*. Przekład Hanna Jankowska. Warszawa: Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza.
- Shibutani, Tamotsu. 1955. Reference Groups as Perspectives. *American Journal of Sociology*, 6: 562–569.
- Słowik, Dominika. 2022. Czy tańczyłam na Tiktoku? *Znak*, 10: 32–37.
- Stachowiak, Jerzy. 2013. Pedagogizacja medialna i wzór „przedsiębiorcy samego siebie”, *Societas/Communitas*, 2: 141–161.
- Stachowiak, Jerzy. 2020. *Czynnik ludzki. O cywilizowaniu uprzedmiotowienia*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie SEDNO.
- Strauss, Anselm L. 1978. A Social World Perspective. *Studies in Symbolic Interaction*, 2: 119–128.
- Strauss, Anselm L. 1982. Social Worlds and Legitimation Process. *Studies in Symbolic Interaction*, 4: 171–190.
- Strauss, Anselm L., Shizuco Fagerhaugh, Barbara Suczek, Carolyn Wiener. 1985. *Social Organization of Medical Work*. Chicago: University of Chicago Press.
- Strauss, William, Neil Howe. 1991. *Generations: The history of American’s future, 1584-2069*. New York: William Morrow and Company.
- Sułkowski, Bogusław. 2011. „Społeczne ramy kultury” czterdzieści lat później. Pięć modeli komunikacji kulturowej. *Kultura i Społeczeństwo*, 2-3: 5–35.
- Szlendak, Tomasz. 2013. Kultura nadmiaru w czasach niedomiaru. *Kultura Współczesna*, 1: 7–26.

- Szlendak, Tomasz. 2021. Archipelag Mikrokultur. *Więź*, 1: 155–163.
- Szpunar, Magdalena. 2016. *Kultura cyfrowego narcyzmu*. Kraków: Wydawnictwo AGH.
- Szpunar, Magdalena. 2018. Koncepcja bańki filtrującej a hipernarcyzm nowych mediów. *Zeszyty Prasoznawcze*, 2: 193–194. DOI: 10.4467/22996362PZ.18.013.9108.
- Tatarkiewicz, Władysław. 1965. *O szczęściu*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Taylor, Charles. 2002. *Oblicza religii dzisiaj*. Przekład Adam Lipszyc. Kraków: Znak.
- Tokarska-Bakir, Joanna. 2002. Chiaromonte, czyli o samoograniczeniu. *Res Publica Nowa*, 160: 30–35.
- Turner, Ralph H. 2006. Koncepcja siebie w interakcji społecznej, W: A. Jasińska-Kania, L.M. Nijakowski, J. Szacki, M. Ziółkowski, red. *Współczesne teorie socjologiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar, 272–284.
- Twenge, Jean M. 2019. *iGen. Dlaczego dzieciaki dorastające w sieci są mniej zbudowane, bardziej tolerancyjne, mniej szczęśliwe i zupełnie nieprzygotowane do dorosłości. I co to oznacza dla nas wszystkich*. Przekład Olga Dziedzic. Warszawa: Smak Słowa.
- Waniek, Katarzyna. 2016. Potencjały bezładu i cierpienia w biografiami młodych kobiet wchodzących w świat sztuki i medycyny. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 2: 114–144.
- Waniek, Katarzyna. 2019. Lekceważone potencjały i narosłe nieporozumienia: kilka uwag o metodzie autobiograficznego wywiadu narracyjnego Fritza Schütze. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 2: 132–163.
- Waniek, Katarzyna. 2020. *Ucieczka jako przyczyna mobilności Europejczyków. Socjolingwistycznie ugruntowana analiza procesów społecznych w relacjach autobiograficznych*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Netografia:

- Oh!me <https://ohme.pl/lifestyle/recepta-dobre-zycie-wcale-skomplikowana-10-sposobow-aby-poczuc-sie-lepiej/>
- Prensky Marc. 2001. Digital Natives, Digital Immigrants. <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>