

SAMOTNOŚĆ
CZY PUSTYNIA OSAMOTNIENIA?

Akademia Wojsk Lądowych im. gen. Tadeusza Kościuszki
we Wrocławiu



Wydział Zarządzania

SAMOTNOŚĆ CZY PUSTYNNIA OSAMOTNIENIA?

Praca zbiorowa pod redakcją:

Dr hab. Antoniego Magdonia

Ks. prof. dr hab. Jana Zimnego

Stalowa Wola 2020

© Copyright by *Jan Zimny*

Wszelkie prawa zastrzeżone

Kopiowanie, przedrukowywanie i rozpowszechnianie całości lub fragmentów niniejszej publikacji bez zgody wydawcy zabronione

Recenzenci:

Kks. prof. dr hab. Kazimierz Bełch

Doc. ThDr. Prokop Patrik Maturkani , Ph.D., CFSsS

Prof. dr hab. Jrzey Szczerbiak

Projekt okładki: ks. Jan Zimny

ISBN 978-83-953289-4-6

Printed in Poland

Drukarnia: Eikon Plus, 31-302 Kraków, ul. Wybickiego 46,

Tel. 12/636-27-13; fax: 832-77-87; eikonplus@eikon.net.pl;

www.eikon.net.pl

Słowo wstępne

Samotność to stan odczuwany przez większość ludzi w danym momencie ich życia. Dla niektórych stanowi okres przejściowy, spowodowany szczególnymi okolicznościami, dla innych staje się wyznacznikiem długofalowego czasu. Analizując stan i uczucie samotności zwraca się uwagę głównie na jej negatywne aspekty i towarzyszące emocje, które są barierą w drodze do pełnego poznania i nawiązania relacji interpersonalnych pomiędzy jednostkami. Konieczność jak i dobrowolność samotności (ta druga często jest wynikiem personalnych decyzji o różnych motywach) może być spowodowana dowolnym zdarzeniem, które pojawia się w życiu człowieka. Zwykle do zdarzenia o charakterze destruktywnym zalicza się śmierć, porzucenie, rozstanie czy odrzucenie przez członków społeczności. Samotność społeczna może być również generowana zarówno przez warunki społeczno-kulturowe, jak i psychologiczne cechy i właściwości danej jednostki¹.

Nic nie trwa wiecznie – to początek i koniec, to kierunek aktywnych zmian wpływających na kształt jutra. Ludzie nie czują się do zmian, lecz do bycia zmienianymi. To motto, które towarzyszy każdemu z nas od początku do końca własnej egzystencji. Prawdą jest, że nie wszyscy ludzie dobrze sobie radzą z takimi gwałtownymi metamorfozami, a niepewność jest ważnym gruntem pod niepokój. Niepokój, który wywołuje szereg czynników psychologicznych, zwiększających prawdopodobieństwo poczucia samotności. Takim czynnikiem jest słabe poczucie własnej wartości, która powoduje unikanie kontaktów z innymi z obawy przed odrzuceniem, uruchamiając spiralę efektów. Niska samoocena prowadzi do braku zaufania do innych oraz do własnych możliwości, co wywołuje unikanie kontaktów społecznych, a to z kolei implikuje samotność, wynikiem której jest utrwalenie się niskiej samooceny. Człowiek może doświadczyć krótkich, chwilowych stanów samotności, pomimo posia-

¹ Więcej informacji: URL <http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/1999/K_170_99.PDF>, [10.12.2013].

dania adekwatnych zwińzków z innymi ludźmi. Jak wykazują obserwacje, w dużych aglomeracjach wzrost samotności powodują warunki wymuszające sztucznie i płytko interakcje międzyludzkie, relacje interpersonalne stają się niepełne, a kontakty powierzchowne, przypadkowe i urywane.

Wszędzie można spotkać samotnych. „Samotność! – cóż po ludziach, czym piewaka dla ludzi?” – krzyknął chyba ten wiersz z III części „Dziadów” Mickiewicza, chociaż – prawdę powiedziawszy – nie znaczy on wiele. Ale już ten sam wieszcz w innym swoim utworze pisze: „Samotności! Do ciebie biegnę jak do wody z codziennych uciążliwości”. Trochę starszy ode Goethe powiada: „Samotność jest dla mego serca radosnym balsamem”. Wtórzy im chociażby Borys Pasternak w Doktorze Żiwago, pisząc, że „prawdy szukają tylko samotnicy” albo Władysław Tatarkiewicz: „Samotność jest przyjemnością dla tych, którzy jej pragną i męką dla tych, co są do niej zmuszeni”. Czy samotność była nie tylko pustką, odosobnieniem, brakiem kontaktów, ale ostoją, w której można się chronić od „codziennych uciążliwości”? Biblijna opowieść o miłosiernym Samarytaninie jest w istocie opowieścią o tej samej samotności Odrzuconego, która budzi zgrozę. Przeciwny, którego ów Samarytanin przykładowo opatrzył, długo leżał i cierpiał przy drodze, którą przechodzili lub przejeżdżali inni – obojtni, nieczuli, pogardliwi. Nawet Hiob w swoim cierpieniu nie był odrzucony, bo odwiedzili go przyjaciele, choć pomóc mu nie mogli. Zgrozę budzi nie tyle samotność, nie tyle cierpienie, ile obojtność i pogarda innych, szczególnie tych ludzi. Przeciwny każe nam – i to na pewno nie raz jeden – znaleźć się w sytuacji tych obojtnych i pieszczyliwych za swymi sprawami przechodniów, których szczególnie wyrzywał ów Samarytanin. Ale skąd pewność, że akurat taki pocziwiec za mną kroczy i robi to, co do mnie należało? Tak samo, gdy mamy do czynienia z cierpiącym, jak i z odmieńcem; obcym rasowo, skrzywionym mentalnie, bezdomnym. Jeżeli cierpliwie Odrzuconego wystawiona jest na straszne próby, to jeszcze straszniejszej poddane są sumienia odrzucających; tylko, że ci mają zawsze mnóstwo usprawiedliwień. Miał rację Jan Paweł II, kiedy prosił: „Czujesz się osamotniony? Postaraj się odwiedzić kogoś, kto jest jeszcze bardziej samotny”. To jest jednocześnie sposób na przełamanie trywialnej pop-samotności. Ale jak to on

trudny, czasem wymagaj cy zaparcia si samego siebie. Czy wolisz sp dza wi cej czasu w samotno ci czy raczej w ród ludzi? Dlaczego w ród ludzi, niektórzy czuj si samotni?

Samotno jawi si jako zjawisko niezwykle zło one, niejednokrotne, sprawiaj c spory dotycz ce jego przyczyn oraz zakresu. Odmienne podej cie w definiowaniu samotno ci przedstawia socjologia, która zajmuje si kwestiami zaspokojenia potrzeb yciowych i standardu ycia ró nych profesji². Samotno dla socjologa przejawia si brakiem wi zi naturalnej z lud mi, poprzez ycie w lu nych relacjach społecznych lub poza nimi³. Pedagog interesuje si celami, d eniami oraz kierunkami rozwoju człowieka⁴, za psycholog rozpatruje samotno na gruncie braku wi zi psychicznych. Odmienne koncepcj prezentuj aksjologowie oraz morali ci upatruj c samotno jako brak sensu, sprecyzowanych planów, ideałów, warto ci co do dalszego ycia, najogólniej mo na ni okre li kryzys warto ci⁵. Psychologia społeczna traktuje samotno jako subiektywne, nieprzyjemne uczucie towarzyszące człowiekowi w wyniku istotnych niedoborach relacji społecznych, zarówno pod wzgl dem ilo ciowym jak równie jako ciowym. Stanowi dysproporcj pomi dzy kontaktami jakie człowiek posiada a tymi, których pragnie i potrzebuje⁶. Interdyscyplinarne podej cie do tematyki samotno ci wynika głównie z potrzeby kompleksowego wyja nienia kwestii owego bardzo wa nego zjawiska, po to, aby w zglobalizowanym cyberprze-strzennym wiecie, w którym zacieraj si granice, rozwi za pal cy problem jakim jest pustka i osamotnienie.

Mo na współcześnie zaobserwowa osamotnienie cywilizacyjne, manifestuj ce si w wymiarze globalnym. Wyró nia si trzy grupy przyczyn osamotnienia: osobowo ciowe (wewn trzne), rodowiskowe

² R. Bera, *Aksjologiczny sens pracy a poczucie jako ci ycia młodych emigrantów polskich*, Lublin 2008, s. 55.

³ Tam e.

⁴ Tam e.

⁵ Zob. M. Grabowski, *Samotno w wiecie warto ci*, [w:] P. Domeracki, W. Tyburski (red.), *Zrozumie samotno . Studium interdyscyplinarne*, Toru 2006, s. 496.

⁶ Zob. hasło: *Samotno* , [w:] J. Czapi ski (red.), *Encyklopedia Blackwella - Psychologia Społeczna*, Warszawa 1995, s. 340.

(zewn trzne) oraz cywilizacyjne o najszerszym zasięgu⁷. Przyczyny osobowo ciowe obejmuj mi dzy innymi indywidualna podatno na destrukcyjny tendencje jak: apatia, nerwice, labilno emocjonalna, pesymizm, cynizm. Przyczyny rodowiskowe s z kolei zwi zane z najbli szym otoczeniem jednostki, jej kr giem rodzinnym i przyjaciółmi, a dokładniej z trwało ci i jako ci wi zi uczuciowych oraz wspólnotowych, jakie owa jednostka nawi zuje i podtrzymuje. Wreszcie, najbardziej znamienne i interesuj ce dla niniejszych rozwa a – uwarunkowania cywilizacyjne, obejmuj ce nadmiern urbanizacj , przenikanie techniki do wszystkich sfer ycia, hiperkonsumpcjonizm, marginalizacj religii i roli autorytetów (tak e wieckich, na przykład naukowych, moralnych), skrajny indywidualizm, kultur masow hołduj c u rednionym gustom oraz estetyk mroku i brzydoty. Zbyszko Melosik i Tomasz Szkudlarek zwracaj ponadto uwag na takie aspekty ponowoczesno ci jak: tyrania chwili, społecze stwo naturystyczne i wiadome wysokiego stopnia ryzyka w ró nych dziedzinach (nuklearne, ekologiczne, zdrowotne) ora tzw. migotanie znacze , tj. nieci gło i ulotno sensów, relatywizm i wiele interpretacji – ponowoczesno jest wi c epok pozbawion trwałych punktów orientacyjnych i "zakotwicze wiatopogl dowych" dla jednostek i grup. to wła nie owe przyczyny cywilizacyjne składaj si na zjawisko zwane samotno ci w tłumie⁸.

L k przed samotno ci towarzyszy człowiekowi od jego prapoczek. Rozumiał to Stworzyciel, kiedy dał Adamowi towarzyszk . Ale – jak przewrotnie zauwa Paulo Coelho – „Grzech pierworodny nie polegał na tym, e Ewa zjadła jabłko, tylko e podzieliła si z Adamem, aby ze swoim odkryciem nie czu si samotna”. Ale mo e – pomimo tego l ku – skoro samotno prze laduje nas od urodzenia a po grób, warto troch si do niej zbli y , cho by przez analiz jej przeciwie stwa: szcz cia. Jest ono w dzisiejszych czasach nie tylko najbardziej po dan warto ci , ale i najlepiej sprzedaj cym si towarem: wr cz nie wypada by nieszcz liwym,

⁷ P. Gajda., *Trzy aspekty samotno ci jako determinanta stylu ycia i uczestnictwa w kulturze*; [w:] P. Domeracki, W. Tyburski (red.): *Zrozumie samotno . Studium interdyscyplinarne*, Toru 2006, s. 179-187.

⁸ Z. Melosik., T. Szkudlarek., *Kultura, to samo i edukacja. Migotanie znacze* , Kraków 1998, s. 17.

to w złym tonie. Je li nie jeste szcz liwy, tu i teraz, natychmiast, to znaczy e twoje ycie jest nieudane. Je li nie odnosisz sukcesów – nie istniejesz. Wi c chocia si samotno ci boimy, to jeste my skazani na ycie z ni i w niej, samotnie przychodzimy na wiat i odchodzimy ze , samotnie rozprawiamy si ze swoim sumieniem, samotnie stajemy przed Bogiem. Nawet ci, którzy do wiadczej tylko pop-samotno ci i pop-szcz cia; oni tak e przez cale ycie nios na grzbiecie to swoje schronienie, jak limak muszl . Bo samotno jest tak e cich ostoj , gdzie mo emy – jak ranne zwierz – schroni si po zadanych ciosach, nabra sił, uporz dkowa my li. Dotyczy to nawet tych – powi zanych ze wiatem tysi cem nici, rodzin , obo wi zkami i podległo ci słu bow – dla których samotno nie mo e by ju niezale no ci jak dla Hessego; dla nich zawsze mo e pozosta schronieniem. Bez tego schronienia człowiek nie mógłby y , nawet gdy na nie narzeka.

Czy wi c samotno stanowi w dzisiejszym wiecie rzeczywisty problem, czy te jest jedynie kwesti wykreowan i wyolbrzymion przez media? Bez w tpienia mówi si o niej wiele. Regularnie, co jaki czas, powracaj kampanie maj ce na celu zmniejszenie znieczulicy społecze stwa w stosunku do osób starszych. Istniej programy rz dowe wspieraj ce samotne matki. Systemy adopcyjne dbaj o odpowiedni opiek nad wychowankami domów dziecka. Du y nacisk kładzie si tak e na u wiadomienie rodziców o niebezpiecze stwach jakie niesie ze sob nadmierne u ytkowanie przez dzieci komputera i Internetu. Jednym z takich zagro e jest wła nie odizolowanie od rówie ników, a z czasem stopniowy zanik umiej tno ci społecznych. Skrajny przykład takiego autodestrukcyjnego zachowania, stanowi gło ny film Jana Komasy *Sala samobójców*⁹. Tu znajdziemy pełen wachlarz emocji towarzyszy cych dojrzewaniu młodego chłopaka, który przez bezmy lne wygłupy, z dnia na dzie stał si po niewiskiem całej szkoły. Cios nast pił znienacka, zaburzył dostatnie i stabilne dot d ycie Dominika. Musiał on przewarto ciowa swoje priorytety i odnale si w samotnym wiecie, do którego został wrzucony. Okazał si to jednak zbyt du y ci ar, jak dla nastolatka o wra liwym usposobieniu. Ulokował swoje zaufanie w

⁹ *ibidem*.

anonimowych postaciach wirtualnego świata gry. Życie w odosobnieniu zmieniło towarzyskiego i lubianego bohatera w samotnika i odrzutka, który w zasadzie przez resztę filmu (jak i życia) nie przekroczył bezpiecznej bariery własnego pokoju. Gdyby nie uderzające zakończenie filmu, moglibyśmy określić go mianem kolejnej smutnej historii o chłopcu z pogranicza subkultury Emo, dla którego zderzenie z przeszkodami rzeczywistego świata okazało się niezmiernie bolesne. Jednak reżyser zapewnił sobie miejsce w pamięci odbiorców przejmując sceny samobójstwa, które nie wydarzyło się bynajmniej w wirtualnym wymiarze tytułowej Sali samobójców.

Niniejsza monografia to szeroko pojęta refleksja nad samotnością w różnych jej aspektach. Takie ujęcie czyni monografię przejrzystą w treści, a jednocześnie nie uprzedkowaną w spojrzeniu na zagadnienie samotności jako szeroko pojęte zjawisko indywidualne, społeczne i perspektywiczne. Zapewne czytelnik wzbogaci swoją wiedzę, a przede wszystkim osobistą refleksję na temat.

Publikacja ma na celu lepiej zrozumieć rzeczywistość samotności nie tylko w odniesieniu do siebie samego, lecz także jako społeczne zjawisko. Humanistycznego rodzaju autoramentu, codzienna obserwacja upewniając, że samotność stała się swoistym *signum temporis* współczesności.

Ponadto samotność stała się jednym z do powszechnych przydło egzystencjalnej XXI wieku, a mało rozumianym przez współczesność. Dziś wiele środowisk z różnym stopniem zaangażowania próbuje się zmierzyć z tym tematem, i dokonuje się to z różnym skutkiem. Dotychczas programowy namysł osadzał się przede wszystkim w obszarze filozoficznym. Coraz częściej wiele środowisk pochyla się w innych kontekstach i aspektach, widząc potrzebę bardziej szerszego spojrzenia i analizy tego zjawiska.

Należy mieć nadzieję, że niniejsza publikacja choć w niewielkim stopniu przyczyni się do bliższego poznania zjawiska samotności i osamotnienia oraz próby rozwiązania z tym kwestii dla dobra poszczególnych jednostek i ogółu społeczeństwa.

Ks. Jan Zimny

Rozdział I

Samotność jako zjawisko społeczne

Miło przeżywana antidotum na samotno

Wst p

Od zarania dziejów człowiek szuka odpowiedzi dotyczącej jego podmiotowości i osoby. Nowożytnym czasom myśli ludzkiej towarzyszyło odkrywanie „Ja” człowieka. Za sprawą tzw. personalizmu dialogowego, wiadomo podmiotowi, to kim ja jestem, powstaje dzięki relacji człowieka do człowieka. Zasadniczym odkryciem personalizmu dialogowego jest konstatacja, że człowiek staje się osobą dopiero w relacji z drugim człowiekiem jako osobą. Przenosić to na wymiar teologiczny należy powiedzieć, że człowiek staje się osobą w relacji między Bogiem i sobą. Takie osobowe istnienie człowieka jest istnieniem w relacji. W ten sposób powstaje pierwsza forma dialogu. Człowiek odkrywa swoją podmiotowość i osobowość poprzez istnienie w dialogicznej relacji. Dzięki niej nie tylko odkrywa siebie, ale również wartości, na których opiera cały swój aksjologiczny świat i jako swojego życia.

W tym świecie aksjologicznym najważniejszą wartością jest miłość, o której mówi Pismo Święte, a teraz trwają te trzy: wiara, nadzieja i miłość, ale miłość z nich jest najważniejsza. Należałoby dodać, że nie chodzi o miłość teoretyczną, ale miłość życia, miłość realizowaną w codziennym życiu. Owa miłość warunkuje wiele rzeczywiście, bez której one nie istnieją. Jedną z nich jest ekumenizm, a w ekumenizmie najważniejszy jest dialog, który tylko zbudowany na fundamencie miłości może mieć byt. Człowiek pragnąc odkryć i określić siebie jako osobę, musi wystąpić w dialogicznej relacji do drugiego. Ten drugi jest niezbędny dla odkrywania swojej osobowości. Jednakże świat relacji, w który człowiek wchodzi jest bardzo bogaty. Wydaje mi się, że należałoby wyróżnić cztery podstawowe relacje, dzięki którym człowiek odkrywa siebie: najpierw relacja do Boga, do Transcendencji, dalej do drugiego człowieka, do świata stworzonego i w końcu do siebie samego. Tylko taka relacja może pozwolić czło-

wiekowi na zbudowanie fundamentu dialogu, a ten stanie się antidotum na osamotnienie w negatywnym wymiarze.

1. Miłość jako wartość

Miłość stanowi fundamentalną wartość w życiu ludzkim. „Bóg stworzył człowieka na swój obraz i podobieństwo i powołał go do istnienia i miłość go powołała do istnienia (...). Miłość jest zatem podstawowym i wrodzonym powołaniem każdej istoty ludzkiej” (Jan Paweł II FC, 11). Chrześcijaństwo uznaje miłość za nieodzowny czynnik autentycznego rozwoju człowieka i człowieka. Pełni ona funkcję twórczą - aktywizującą. Inspiruje wszelkie decyzje człowieka, aktywizuje i ukierunkowuje go w życie. Miłość jest również inicjatorem samego istnienia, któremu nadaje sens. Jest podstawą życia naturalnego i nadprzyrodzonego, warunkując wielopoziomowy rozwój człowieka: biologiczny, psychiczny, moralny i religijny¹.

Miłość określa się jako postawę, czyli kształtującą się w psychice człowieka strukturę poznawczą - emocjonalną. Należy rozróżnić przeżywanie uczu, czyli aktualny proces który jest przeżywanym, od stałej struktury do takich przeżyć, czyli odpowiedniej postawy. To rozróżnienie między miłością - procesem, a miłością - postawą wskazuje na fakt, że miłością trzeba się uczyć i trzeba jej uczyć innych. Według Marii Grzywak-Kaczyńskiej pojęcie miłości można określić: „Jest to pozytywne ustosunkowanie się człowieka do jakiegoś obiektu, które wyraża się specyficznym upodobaniem sobie w tym obiekcie i w związku z tym mniej lub bardziej silnym dążeniem do niego, a do zjednoczenia się, utożsamienia, całkowitego zespolenia”². Jednak dokładne zdefiniowanie miłości nie jest możliwe, gdy jest ona wartością i postawą bardzo dynamiczną. Fundamentalna, autentyczna miłość jest jedna, ale istnieje jej różne postacie, jak miłość Boga, miłość ogólnoludzka, rodzinna, erotyczna, miłość przyrodzona i nadprzyrodzona.

Filozof i psycholog amerykański E. Fromm w książce pt. „O sztuce miłości” ukazał procesy i elementy fundamentalnej miłości

¹ Por. S. Kowalczyk., *Podstawy wiatoopł du chrześcijańskiego*, Wrocław 1986, s.32

² Zob. M. Grzywak., *Trud rozwoju*, Warszawa 1988

mi dzyludzkiej oraz miło ci człowieka do Boga. Punktem wyjścia dla każdej postaci miło ci jest spostrzeżenie, że warto ci duchowej lub zmysłowej, jakiego dobra w Bogu, w drugim człowieku, ojczy nie, przyrodzie. Gdy umysł lub oczy nasze spostrzegają warto (dobro, piękno), wola nasza spontanicznie nachyla się ku tej wartości, pragnie upodobanie, chce być blisko niej, a nawet z nią się zjednoczyć: z Bogiem, człowiekiem, a nawet z pięknem. Następnym aktem procesu rodzącej się miło ci i następnym jej komponentem jest szacunek dla odkrytej wartości. W stosunku do Boga jest to akt adoracji i uwielbienia. Bardzo ważnym kolejnym elementem dojrzałości miło ci jest wyzwalenie. Wyraża się ona autentycznym pragnieniem dobra dla istoty, w której odkryli my wartość. Wyzwalenie jest przełomowym etapem rodzącej się miło ci, przejściem od postawy egocentrycznej do altruistycznej. Wiąże się z radością dawać człowiekowi dawać anieli branie. Z postaw wyzwalających się niezerwalnie troska i odpowiedzialność. Troska zmierza do ochrony i zabezpieczenia dobra w istocie cenionej. Odpowiedzialność jest to wiadomo, że musimy dbać o dobro każdego człowieka, ponieważ człowiek stanowi zaraz po Panu Bogu najwyższą wartość. Szczytowym elementem i sprawdzianem fundamentalnej miło ci jest gotowość do poświęceń i ofiary dla spostrzeżonej wartości - przede wszystkim osobowej. E. Fromm podkreśla, że dawać czegoś wartościowego z siebie, a w końcu całego siebie jest szczytem prawdziwej miło ci³. Jezus Chrystus uczy nas; „Nikt nie ma większej miło ci nad tą, jeżeli ktoś życie swe oddaje za przyjaciół swoich” (J 15,13).

Jezus tak o ofiarach przyjął, oddając całego siebie za grzesznych ludzi. On ukochał nas miło cią najwyższą. Dla nas chrześcijan, miło ci Chrystusa, która zaprowadziła Go na krzyż jest miarą, do której mamy dorastać. Jesteśmy zobowiązani przez codzienne gesty bezinteresownej miło ci umierać dla innych. Człowiek czyni to, gdy zadaje miarę wszystkiemu, co jest owocem grzechu pierworodnego: egoizmowi, pysze, pragnieniu znaczenia, posiadania i użycia, niezdrowym ambicjom, lenistwu i innym przywarom, które zamykają go we własnym, niedostępnym świecie. Zadając miarę własnemu „ja”, człowiek musi bardziej żyć dla innych, ożywia w sobie wrażliwość na drugiego czło-

³ E. Fromm., *O sztuce miło ci*, Warszawa 1973, s.22

wieka, na jego duchowe i moralne potrzeby i wzbudza wol wycho-
dzenia im naprzeciw, na miar swoich mo liwo ci⁴.

Tyle człowiek kocha, ile gotów jest ofiarowa , po wi ci , od-
da drugiej osobie – Bogu lub człowiekowi. Tak poj te dawanie jest
sprawdzianem autentycznej miło ci. Szczytow posta miło ci
chrze cijanie nazwali z j zyka greckiego *agape*. Jest to miło fun-
damentalna, nasycona łask nadprzyrodzon . *Agape* oznacza we-
wn trzne ycie, w którym trzy Boskie Osoby s absolutn jedno ci .
Okre lenie to wyra a Boski sposób kochania, mianowicie całkowite
oddanie si „ja” na rzecz „ty”. W tej wierze, w jakiej człowiek po-
twierdza czynem istniej c w nim zdolno i gotowo do miło ci -
agape i rozwija je w kierunku ku Bogu i bli nim, powstaje analog-
icznie do Trójcy wi tej - jedno człowieka z Bogiem i Boga z
człowiekiem. Chrystus jedno t okre lił w krótkiej formie jako
absolutne urzeczywistnienie prawa stworzenia: „Aby wszyscy stan-
owali jedno, jak Ty Ojczy we Mnie, a Ja w Tobie, aby i oni stanowi-
li w Nas jedno, aby wiat uwierzył, e Ty Mnie posłał. [...] Oby si
tak zespolili w jedno aby wiat poznał, e Ty mnie posłał i e Ty
ich umiłowal, tak jak Mnie umiłowal” (J 17,20-23)⁵. „Bóg jest
miło ci ” (J 4,8).

T sam miło ci , jak Ojciec od wieków miłuje w Duchu
wi tym Syna, miłuje równie ludzi. Z miło ci Bóg stworzył czło-
wieka, by podzieli si z nim swoim yciem i szcz ciem. Gdy
człowiek zgrzeszył, Bóg postanowił go ratowa i zbawi . Kierowany
t miło ci wybrał i otoczył opiek naród izraelski, aby przez ten lud
przygotowa zbawienie dla całego wiata. Najwi ksy za dowód
swej miło ci do ludzi dał Bóg, posyłaj c swego Syna Jezusa, aby
obdarował ludzi swoj miło ci , by przez swoj m k , mier i
zmartwychwstanie odniósł zwyci stwo nad grzechem i egoizmem.
Przez Chrystusa miło Bo a zamieszkała w ród ludzi, aby zjedno-
czy ich z Bogiem oraz mi dzy sob ⁶. W odnajdywaniu własnego
„ja” człowiek musi urzeczywistnia swoj osob , a mo e to uczyni

⁴ P. Ptasznik., *Miło na miar Chrystusa* [w:] „ródło” nr 18:1997

⁵ G. Hansemann., *Wychowanie religijne*, Warszawa 1988, s.21

⁶ Katechizm Religii Katolickiej. *Z Chrystusem przetwarzamy wiat*, Pa-
ry 1977

tylko wtedy, gdy w miłość ci, jak jest agape, otworzy się na ludzkie i Boskie „ty”⁷.

Miłość nadprzyrodzona obejmuje miłość siebie samego, miłość ludzi i miłość Boga. Jezus Chrystus słowem i czynem uczy nas tej miłości jako najwyższej wartości moralnej. Na pytanie uczonego w Prawie: które przykazanie jest najważniejsze, Jezus odpowiada: „Będziesz miłował Pana Boga swego całym swoim sercem, całym swoim rozumem i całym swoim umysłem. To jest najważniejsze i pierwsze przykazanie. Drugie podobne jest do niego: Będziesz miłował swego bliźniego jak siebie samego” (Mt 22,37-39). Wszystkie inne przykazania Jezus sprowadza do wymogu miłości ci: „Na tych dwóch przykazaniach opiera się całe Prawo i Prorocy” (Mt 22,40).

Miłość jest nieodzownym warunkiem życia wiecznego, ale jest też nieodzownym warunkiem pokoju i szczęścia na ziemi. Zatem konsekwentnie wszystko musi być prześwietlane miłością i wszystko tej miłością podporządkowane. Problemy istnienia, życia i postępowania na wszystkich płaszczyznach muszą być widziane w świetle miłości i na nią zorientowane⁸.

Miłość siebie samego jest istotnym warunkiem prawdziwej miłości ci. „Jeśli nie umiesz kochać siebie, nie potrafisz kochać naprawdę bliźniego” - powiedział św. Augustyn. Nie można na autentycznie kochać siebie, nie kochając innych, gdyż tylko przez wspólnotę z innymi ludźmi potwierdzamy i rozwijamy naszą osobowość. Nieegoistyczna miłość siebie jest pierwowzorem miłości ci bliźniego⁹.

Pan Jezus poucza nas, w jaki sposób należy kochać drugiego człowieka, gdy po umyciu nóg Apostołom podczas Ostatniej Wieczerzy mówi: „Przykazanie nowe daję Wam, abyście się wzajemnie miłowali tak, jak Ja was umiłowałem” (J.13,34). Kochać miłością nadprzyrodzoną „oznacza kochać miłością Boga, i kochać to, co Bóg ukochał, i w ten sam sposób, jak Bóg kocha, a więc siłą miłości ci, która pochodzi od Boga - bo „miłość jest z Boga” (J 4,7) - i jest umacniana w sercach ludzkich przez Ducha Świętego”¹⁰.

⁷ Por. G. Hansemann., *Wychowanie religijne*, Warszawa 1988

⁸ Zob. G. Urbaniak., *Istota miłości ci*, [w:] *Młodzi i Miłość*, Wrocław 1997

⁹ S. Kowalczyk., jw. 33

¹⁰ Por. F. Adamski., *Miłość - Małe stwo - Rodzina*, Kraków 1978.

Miłość drugiego człowieka winna uzewnętrznić się zarówno w słowach i czynach. Miłość bliźniego nie są jeszcze najpiękniejsze choćby deklaracje. Agape nie jest miłością słabą i bierną. Jest miłością czynną, oznacza zrozumienie i przejawienie dobrej woli wobec wszystkich ludzi. Prawdziwa miłość jest realistyczna, dostrzegając zarówno duchowe i materialne potrzeby człowieka. Wypowiada się w pomocy dla bliźnich, obejmując nie tylko wartości materialne ale przede wszystkim ofiarowanie samego siebie: czasu, serca, osoby. Przykazanie miłości bliźniego rozciąga się na wszystkich ludzi. W interpretacji chrześcijańskiej uniwersalna miłość jest możliwa, gdy jednoczymy się wokół Boga. W nim kochamy wszystkich ludzi¹¹.

Intencjonalna miłość wszystkich ludzi aktualizuje się wobec tych, których spotykamy na drodze swego życia. Miłość bliźniego jest czyświ integralnie z miłością Boga: nie możemy kochać Boga - nie kochając bliźnich. Miłość Boga nie przekreśla miłości człowieka lecz ją nakazuje i pogłębia. Im bardziej dojrzała jest miłość bliźniego, tym bardziej autentyczna jest miłość Boga. Boga należy kochać nade wszystko. Bóg, miłość osobowa i absolutna, jest dostępny człowiekowi poprzez akty miłości. Istnieje wiele form miłości, lecz najwyższą pośród nich jest miłość Boga. Ona najbardziej człowieka ubogaca, uaktywnia i nadaje trwały sens ludzkiemu istnieniu¹². Agape jest miłością, która tworzy wspólnotę ludzi oraz zmierza do jej zachowania i pogłębienia. E. Fromm stwierdza: „miłość jest siłą cementującą cały rodzaj ludzki, klan, rodziny, społeczeństwo. [...] Bez miłości ludzkość nie mogłaby istnieć ani jednego dnia”¹³.

Ojciec wiary ty Jan Paweł II w Adhortacji "*Familiaris consortio*" ukazuje miłość jako źródło i siłę wspólnoty rodzinnej: „Tak jak bez miłości rodzina nie jest wspólnotą osób, tak samo bez miłości nie może ona żyć, wzrasta i doskonali się jako wspólnota osób” (FC,18). „Miłość ożywia stosunki międziosobowe poszczególnych członków rodziny stanowi siłę wewnętrzną, która kształtuje i wzmacnia komunie i wspólnoty rodzinne” (FC, 21).

¹¹ Por. R. Johann., *Wiara, nadzieja, miłość*, Warszawa 1971

¹² S. Kowalczyk., jw.

¹³ E. Fromm., jw. 44

Miło jest komuni osób z zachowaniem ich indywidualizmu. Nie jest posiadaniem drugiego człowieka, lecz ofiarowaniem własnych warto ci i samego siebie, dyspozycyjno ci dla drugiego. Jest gotowa do po wi ce w imi ludzkiej wspólnoty, do wielkoduszno ci na podobie stwo Bo e, do przebaczenia. „Miło jest prawdziwa wówczas, gdy tworzy dobro osób i wspólnot i gdy tym dobrem obdarowywuje drugich”¹⁴.

Agape jest miło ci bezinteresown , która nie pragnie własnego dobra, lecz dobra bli niego. Jest to miło człowieka, ze wzgl du na niego samego, ze wzgl du na to e jest człowiekiem, e jest naszym bli nim. Niezale nie od tego czy jest człowiekiem sympatycznym czy niesympatycznym, przyjacielem czy wrogiem, agape jest skierowana na ka dego. Przykład takiej nadprzyrodzonej miło ci dała całym swym yciem Matka Teresa, o której Jan Paweł II powiedział, e jest ona najwspanialsz wyrazicielk Miło ci Chrystusa a powołanie do wi to ci zrealizowała w całej pełni. Matka Teresa pochylała si nad człowiekiem najbardziej ubogim, głodnym, tr dowatym, umieraj cym na ulicy, samotnym i opuszczonym. Widziała w tym człowieku i kochała w nim Jezusa Chrystusa. Oto jej słowa: "By naprawd chrze cijaninem to znaczy autentycznie przyj Chrystusa, sta si ka dy dla ka dego jakby drugim Chrystusem, to znaczy umiłowa tak, jak sami czujemy si umiłowani, jak Chrystus nas umiłował na krzy u, to znaczy miłowa si wzajemnie i siebie innym ofiarowa ”¹⁵. Miło objawiona przez Chrystusa, „Miło której Paweł apostoł po wi cił słowa swego hymnu z pierwszego listu do Koryntian [...] jest z pewno ci wymagaj ca. Pi kno jej wła nie na tym polega, e jest wymagaj ca i w ten sposób kształtuje prawdziwie dobro człowieka oraz promieniuje prawdziwym dobrem”¹⁶.

¹⁴ Jan Paweł II., Adhortacja Apostolska o zadaniach rodziny chrze cijan skiej w wiecie współczesnym - *Familiaris consortio*. [w:] Wychowanie do miło ci. Praca zbiorowa pod red. ks. bp prof. dr K. Majda skiego. Warszawa 1987

¹⁵ G. Urbaniak., *Istota miło ci*, [w:] *Młodzi i Miło* , Wrocław 1997

¹⁶ Jan Paweł., jw.

2. Miło w uj kard. Karola Wojtyły

Miło według Karola Wojtyły jest zjawiskiem wieloetapowym i niejednorodnym. Mie ci w sobie kilka składników i dopiero komplementarne zaistnienie ich wszystkich tworzy istot miło ci. Składnikiem miło ci, który najcz ciej pierwszy dochodzi do głosu, jest **upodobanie**. Upodobanie nie jest wynikiem naszej wiadomej refleksji, przemy lanej postawy, czy te postanowienia. Dzieje si niejako bez udziału rozumu. Mo e dotyczy warto ci zmysłowo-seksualnych przedmiotu naszego upodobania, ale mo e si tak e odnosi do jego zalet intelektualnych, moralnych czy duchowych. Aby by blisko przedmiotu upodobania, móc zaistnie w jego wiadomo ci, wzbogacamy nasz egzystencj o pewne postawy. Na pewno upodobanie b dzie miało trwalszy charakter, kiedy b dzie nie tylko upodobaniem zewn trznego pi kna człowieka, ale i jego wn - trza. Takie upodobanie mo e zainicjowa miło , cho na pewno nie wystarczy do jej wszechstronnego rozwoju.

Podobnie jak upodobanie jest zakorzenione w naturze człowieka, tak z niej wypływa również **po danie**. Pragnienie drugiej osoby wył cznie jako dobra dla siebie jest sprzeczne z ide miło ci, w której zawarty jest raczej imperatyw do chcenia dobra drugiej osoby.

Uczuciowo to kolejny element miło ci. Niejednokrotnie miło uczuciow mo emy uto sami z miło ci duchow . Cz sto bowiem, kiedy swoje upodobanie opieramy wył cznie na wra eniach, nie jest istotna dla nas prawda o przedmiocie miło ci, prawda o jego cechach wewn trznych, ale raczej nasze wyobra enie o tych cechach. Dobrze, kiedy składnikiem miło ci jest tak e przyjacielska yczliwo . Wyra a si ona w pragnieniu dobra dla drugiego - swego partnera, poniewa yczliwo to przyjazne, yczliwe odnoszenie si do kogo . yczliwym jest ten, kto jest przychylnie, przyja nie nastawiony. Powtarza si tu przysłówki - przyja nie, czyli przyjacielski, b d cy przyjacielem.

Miło wymaga postawy **yczliwo ci**. Koniecznie powinna si pojawi afirmacja warto ci samej osoby. Tutaj ju nie mamy do czynienia z zaciemnieniem pola widzenia, jak to ma miejsce w upodobaniu. To wła nie afirmacja warto ci osoby pozwala nam trwa przy

osobie w chorobie, w chwilach słabo ci, złego samopoczucia. Afirmacja warto ci osoby nadaje zupełnie inny kontekst całej osobie.

W jednej z popularnych powie ci M. Musierowicz padło stwierdzenie, e miło jest bardziej spraw silnej woli, ni nam si wydaje. W tym stwierdzeniu zdaje si by prawda zaczerpni ta z do wiadcze wielu zwi zków. Mo e młodzie b dzie miała okazj zrozumie t prawd podczas podobnych, szkolnych czy akademickich konfrontacji.

3. Owoc miło ci Jana Pawła II to „pi ta” Ewangelia

Kiedy media ogłosiły mier Papie a, w kilka minut po tym fakcie, zadzwoniła do mnie – a był to ju wieczór – dziennikarka z Radia Kielce. Na samym pocz tku postawiła bardzo wa ne pytanie: kim był dla ksi dza Jan Paweł II? Zaskoczony tym pytaniem, bowiem uwa ałem, e b dzie to pytanie dotycz ce samego faktu, czyli mierci Papie a. Ale nie zastanawiaj c si zbyt długo - pami tam - odpowiedziałem, e Jan Paweł II był i pozostanie dla mnie pi t Ewangelii . Redaktorka radia prosiła o wyja nienie tego zwrotu. Poniewa udawałem si do katedry sandomierskiej, aby wł czy si do modlitwy, której wówczas przewodniczył znany wielu tu obecnym Ksi dz Arcybiskup Andrzej Dzi ga, postanowiłem na ten temat co wi cej powiedzie . W kilka dni pó niej napisałem artykuł na ten temat uzasadniaj c, dlaczego takie okre lenie. Otó skrótem my lowym mo na powiedzie , e wszystkie cztery ewangelie przepojone s duchem miło ci. To jest naczelna tre tych ksi g. Patrz c na osob Jana Pawła II, bez oporu mo emy powiedzie , e to człowiek wielkiej miło ci. Wystarczy przywoła jego pielgrzymki, spotkania, audycje, podczas których pochylał si nad ka dym człowiekiem, a szczególnie oczekuj cym miło ci – chorymi, dzie mi, młodzie . Zatem symbolem i znakiem pi tej Ewangelii to miło Jana Pawła II do Boga i człowieka, do ka dego człowieka.

Jednak mówi c o owocach miło ci Sługi Bo ego Jana Pawła II jako pi tej ewangelii, nale ałoby przywoła wiele aspektów tej miło ci. Ale dzi nie sposób tego uczyni , bowiem jest to temat szeroki i bardzo zło ny. St d z racji tematyki dzisiejszej konferencji, dotkn jednego aspektu, który tak e zawiera w sobie miło . Tym aspektem, szczególnym wymiarem jego posługi, pontyfikatu jest ekumenizm. Z

tej racji, a i dzisiejsza konferencja po wi cona jest ekumenizmowi, dlatego moja krótka refleksja oscylowa b dzie wokół miło ci budu-
cej jedno ekumeniczn .

Jak wiemy pojednanie Ko ciołów chrze cija skich znalazło si w programie przekazanym na Soborze Watyka skim II. Od czasu zako czenia Soboru uczyniono ju bardzo wiele w tym kierunku i, mimo mijaj cych lat, w wysiłkach tych, Ko ciół nie ustaje, zach cany i wspierany arliw modlitw Jezusa: *aby stanowili jedno* (J 17,21). ycie w duchu ekumenii nie jest dzisiaj dla katolika kwestii alternatywy, ale jest obowi zkiem, który powinien wyra a si szczególnie w umiłowaniu prawdy, poniewa *umiłowanie prawdy*, jak pisze Jan Paweł II, *jest najgł bszym wymiarem autentycznego d enia do pełnej komunii mi dzy chrze cijanami*¹⁷. Temu aspektowi ycia w duchu ekumenii – umiłowaniu prawdy – warto po wi ci wi cej uwagi.

Jan Paweł II w rozmowie z dziennikarzem V. Messorim powiedział, e *wzajemny szacunek jest wst pnym warunkiem autentycznego ekumenizmu*¹⁸. Szacunek ten wypływa wprost z przykazania miło ci i powinien by nieodł cznym elementem dialogu ekumenicznego. Szacunek dla interlokutora nie mo e jednak powodowa pomijania w dyskusji spraw trudnych. Zasad t w prostych słowach podaje si obecnie tak e młodzie y: *ekumenizm nie przemilcza prawdy, by łatwiej zjedna rozmówc*¹⁹.

Niebezpiecze stwo tkwi w tym, e *podział dokonuje si w Ko-
ciele wtedy, kiedy pojawia si rysa w samym wyznaniu wiary i
sprawowaniu sakramentów; wszystkie inne ró nice wła ciwie si nie
licz , mo na ich nie bra pod uwag , gdy nie powoduj istotnego
podziału Ko cioła*²⁰. Sam zreszt *podział chrze cijan*, jak naucza Jan
Paweł II w encyklice po wi conej działalno ci ekumenicznej, *pozosta-
je w sprzeczno ci z Prawd , której głoszenie jest ich misj , a tym
samym szkodzi powa nie ich wiadectwu*²¹. Dla ycia w duchu eku-

¹⁷ Jan Paweł II, *Ut unum sint*, 36, Wrocław 2000, s. 41.

¹⁸ Jan Paweł II, *Przekroczy próg nadziei*, Lublin 1995, s. 128.

¹⁹ S. C. Napiórkowski, S. J. Koza, *Ekumenizm*, [w:] M. Rusecki (red.), *By chrze cijaninem dzi . Teologia dla szkół rednich*, Lublin 1999, s. 632.

²⁰ J. Ratzinger, *Ko ciół*, dz. cyt., s. 232-233.

²¹ Jan Paweł II, *Ut unum sint*, 98, dz. cyt., s. 108.

menii powy sze zdanie ma decyduj ce znaczenie, poniewa , jak na innym miejscu poucza papie Polak, *prawda, któr jest Chrystus, ma moc doprowadzi do pojednania*²². W rozumieniu Jana Pawła II prawda w ruchu ekumenicznym spełnia ogromnie wa n rol . Jest to rola po pierwsze wyzwala ją ca, po drugie – kształtu ją ca. Je li prawda poddaje sumienia i czyny, to niew tpliwie wymaga tak e pokory. I o tym pami tał papie w swojej encyklice, gdy stwierdził, e z *wymia-rem wewn trznym i osobowym dialogu musi si ł czy duch miło ci do rozmówcy i pokory wobec prawdy, któr si odkrywa i która mo e si domaga zmiany pogl dów i postaw*²³.

Na rol miło ci w ruchu ekumenicznym zwrócił uwag tak e kard. J. Ratzinger, obecny papie Benedykt XVI. Powiedział on wprost, e *najpilniejszym zadaniem dialogu ekumenicznego jest znalezienie odpowiedzi na pytanie, co w tej chwili konkretnie oznacza przykazanie miło ci*²⁴. Miło to fundament ekumenizmu. Bez autentycznej miło ci nie mo emy mówi o ekumenizmie.

W jednym z przemówie Jan Paweł II przypomniał Europie, e wydarzenia ostatniego okresu zdaj si wskazywa na odradzenie si „Europy ducha”. Europejczycy s wezwani do odnalezienia tych duchowych korzeni; dla Europy nadszedł czas solidarno ci. Owa solidarno dotyczy tak e sfery duchowej, sfery wiary. Bowiem tylko w takim duchu jedno ci mo na by razem. A wiemy, e wiara oparta jest tak e na miło ci. Wiara ł czy si z umiłowaniem tego, w kogo si wierzy.

Wiele czasu po wi cił budowie jedno ci pomi dzy Ko cioła- mi chrze cija skimi. Sam podkre lał tak e wa no ekumenizmu w swoim pontyfikacie, m.in. w encyklice *Redemptor hominis* *napisał: nigdy nie przestan tego podkre la i b d popierał ka dy wysiłek podejmowany w tym kierunku na wszystkich płaszczyznach, w których spotkamy naszych braci chrze cijan.*

Jan Paweł II wielk wag przywi zywał do stosunków z lud mi innej wiary, nie tylko w ramach chrze cija stwa, ale tak e członków innych religii i ateistów. W 1999 papie ucałował Koran

²² Jan Paweł II, *Ut unum sint*, 82, dz. cyt., s. 92.

²³ Jan Paweł II, *Ut unum sint*, 36, dz. cyt., s. 41.

²⁴ J. Ratzinger, *Ko ciół*, dz. cyt., s. 240.

przywieziony w prezencie przez muzyłma skich duchownych. Osobi cie uczestniczył we wspólnym trwaniu w modlitwie w Asy u przedstawicieli kilkudziesi ciu religii wiatowych.

Jan Paweł II wielokrotnie nadmienia, e w ekumenicznym dialogu nie chodzi o narzucanie kultury, ale o wspólne szukanie Prawdy i wzajemne wzbogacanie si . To natomiast, czy i kiedy znajdziemy wspólnie Chrystusa, czy stanie si to udziałem całych religii, czy poszczególne jednostki przejd z jednej religii do drugiej, zostawiamy samemu Bogu. Dialog ekumeniczny, który za pontyfikatu Jana Pawła II zyskał rang głównego celu Ko cioła jako zgromadzenia Ludu Bo ego, mo e doprowadzi do szeregu uzgodnie doktrynalnych, do zbli enia kultur i j zyków, a zarazem do zaakceptowania ró nic tradycji kultury religijnej innych wspólnot ko cielnych, a nawet innych religii.

Trzeba przyzna , e karta ekumenizmu jest wyj tkowo g sto i ró norodnie zapisan kart w wielkiej ksi dze dokona Sługi Bo ego Jana Pawła II. Ujmuj c sumarycznie wkład Jana Pawła II w prace nad przywróceniem jedno ci chrze cijan nale y uj go w trzech wymiarach: doktryna, podró e apostołskie i spotkania ekumeniczne.

Na pierwszy wymiar składaj si dokumenty po wi cone ekumenizmowi: encyklika *Slavorum Apostoli*, list apostolski *Orientalis lumen*, encyklika *Ut unum sint* (25 maja 1995 r.). Nie wchodz c w szczegóły bogatej tre ci encykliki, trzy jej elementy zasługuj na szczególn uwag . Pierwszy z nich stanowi energiczne wpisanie sprawy d enia do zjednoczenia w gł boki rytm ycia Ko cioła. Zawiera to lapidarny tytuł jednego z fragmentów jej tekstu wyra ony w wymownym stwierdzeniu: „Droga ekumenizmu drog Ko cioła”. Drugim wa nym członem encykliki jest niew tpliwie tre rozdziału II, zatytułowanego równie wymownie „Owoce dialogu”. W rozdziale tym Papie daje zdecydowan odpowied wszystkim pesymistom ekumenicznym, zawiedzionym z powodu rzekomego braku rezultatów intensywnej, ale przedłu aj cej si działalno ci na rzecz jedno ci chrze cijan. Trzecim wreszcie doniosłym członem encykliki jest zawarty w zatytułowanym znac co jej III rozdziale – *Quanta est nobis via?* apel do odł czonych od Ko cioła katolickiego o wspólne przeanalizowanie katolickiej doktryny o „posłudze jedno ci biskupa Rzymu”.

Ostatnim doktrynalnym fragmentem wkładu Jana Pawła II w sprawę ekumenizmu jest tzw. *Nowe Dyrektorium Ekumeniczne*. Nowe Dyrektorium, z 25 marca 1993 r., po części czyło w jedną całość treść pierwszego, a ponadto dostosowało do nowych okoliczności zasady ekumenizmu duchowego i praktycznego w życiu i działalności Kościoła katolickiego. Do tego imponującego rozdziału pisanej doktryny ekumenicznej Jana Pawła II dodaćby trzeba również poprzedni rozdział doktryny, który ma za nazwę „doktryna mówioną”, bo zawarta jest w Jego przemówieniach z okazji licznych podróży, zwłaszcza tych, które miały wyrazić charakter ekumeniczny.

Zakończenie

Nie sposób wyczerpać całości zagadnienia, bowiem pontyfikat Sługi Bożego Jana Pawła II ma za nazwę niewątpliwie pontyfikatem papieskim w dążeniu do jedności i wszędzie Kościoła. I choć to dążenie miało na celu przede wszystkim „umacnianie braci” w wierze katolickiej, to przecież nie brakowało w nich mocnych akcentów ekumenicznych. Sam Jan Paweł II mówi o tym wyraźnie w encyklice *Ut unum sint*: „Oprócz waszych spotkań ekumenicznych w Rzymie, znamienne są moje wizyty duszpasterskie po całym świecie, w których przede wszystkim wiodą do zjednoczenia chrześcijan. Niektóre z tych podróży wykazują pewnego rodzaju ekumeniczny «priorytet»” (nr 71). Taki priorytet posiadały przede wszystkim pielgrzymki do krajów, w których wiśni mieszkańcy stanowią przedstawicieli prawosławia czy innych religii. W kręgu tych wypraw ekumenicznych podróży papieskich znalazły się m.in. pielgrzymka do Turcji i Konstantynopola, Grecji, Rumunii, Bułgarii, na Bliski Wschód, Jerozolimę i Ziemi Świętej, Bośni i Hercegowiny czy Ameryki Północnej a także do Niemiec, Anglii i Skandynawii. Nie ulega wątpliwości, że wspomniane podróże stanowiły milowe kroki na drodze zbliżenia chrześcijańskiego i stanowiły dobitne świadectwo zaangażowania Sługi Bożego Jana Pawła II w odbudowywanie jedności chrześcijańskiej.

Niewątpliwym osiągnięciem dotychczasowej działalności ekumenicznej jest tzw. dialog miłości. Niech zatem Sługa Boży Jan Paweł II, który za kilka dni wyniesiony zostanie na ołtarze, będzie ordownikiem tego dialogu jak był życiowym jego realizatorem.

Streszczenie:

W życiu każdego człowieka miłość odgrywa istotną rolę zarówno w relacji do Boga, drugiego człowieka i siebie samego. Ponadto miłość pozwala wejść w pokłady ludzkiej egzystencji duchowo-cieleśnej. Analizując rolę miłości w życiu człowieka zwykle odkrywamy, że jest ona zwornikiem określonych relacji i budulcem rzeczywistości. Dlatego nikt, niezależnie od tego w jakim wieku jest, w jakim czasie żyje, nie może przejść obok miłości obojętnie. Przedstawiciele różnych dyscyplin nauki pragną pomóc człowiekowi w przybliżeniu i ukazaniu jej znaczenia dla wartości życia człowieka takiego, aby było życiem pełnym radości, nadziei, szczęścia zarówno ziemskiego jak i wiecznego. W tym celu podejmuje się wiele działań i wysiłków, aby owa miłość mogła pomóc człowiekowi w jego trudnych chwilach życiowych. Tak więc jednym z najbardziej istotnych przesłańek, na podstawie których podejmuje się próby dania jednej z możliwych odpowiedzi na postawione pytanie, czym jest i jakie ma znaczenie miłość, przyjdzie przekonanie o naturalnej zdolności i potrzebie miłości.

Słowa kluczowe: miłość, szczęście, Jan Paweł II, owoce, przeżycie,

Summary:

Love lived as an antidote to loneliness

In every person's life, love plays an important role in relation to God, other people and oneself. Moreover, love allows you to enter the layers of human spiritual and bodily existence. When analyzing the role of love in human life, we usually discover that it is the keystone of specific relationships and the building block of reality. Therefore, no one, no matter what age he is, what time he lives, can pass by love indifferently. Representatives of various disciplines of science want to help man to accept and show its importance for the value of human life so that it is a life full of joy, hope, happiness, both earthly and eternal. To this end, many activities and efforts are undertaken so that this love could help man in his difficult life moments. Thus, one of the most important premises on the basis of which attempts are made to give one of the possible answers to the

question, what is love and what does it mean, is the belief in the natural ability and need for love.

Keywords: love, happiness, John Paul II, fruit, experience,

Bibliografia:

- Adamski F., *Miłość - Matka i Stwo – Rodzina*, Kraków 1978.
Fromm E., *O sztuce miłości*, Warszawa 1973
Grzywak M., *Trud rozwoju*, Warszawa 1988
Hansemann G., *Wychowanie religijne*, Warszawa 1988
Jan Paweł II, *Przekroczy próg nadziei*, Lublin 1995
Jan Paweł II, *Ut unum sint*, 36, Wrocław 2000
Jan Paweł II., Adhortacja Apostolska o zadaniach rodziny chrześcijańskiej w świecie współczesnym - *Familiaris consortio*. [w:] *Wychowanie do miłości*, Praca zbiorowa pod red. ks. bp prof. dr K. Majdańskiego, Warszawa 1987
Johann R., *Wiara, nadzieja, miłość*, Warszawa 1971
Katechizm Religii Katolickiej, *Z Chrystusem przetwarzamy świat*, Pary 1977
Kowalczyk S., *Podstawy wiary chrześcijańskiej*, Wrocław 1986
Napiórkowski S. C., Koza S. J., *Ekumenizm*, [w:] M. Rusecki (red.), *By chrześcijaninem dziś. Teologia dla szkół średnich*, Lublin 1999, s. 632.
Ptasznik P., *Miłość na miarę Chrystusa* [w:] „ródło” nr 18:1997
Ratzinger J., *Ko ciół, Wspólnota w drodze*, Wyd. Jedno . Kielce 2009
Urbaniak G., *Istota miłości*, [w:] *Młodzi i Miłość*, Wrocław 1997

Znamiona przestępnego zaniechania udzielenia pomocy poszkodowanemu (art. 162 k.k.)

Wstęp

Wartość ludzkie zajmuje naczelną miejsce pośród dóbr prawnych człowieka. Jak słusznie zauważa ono, bez wartości nie ma człowieka, a bez człowieka wszystko, co ludzkie, traci swój sens na zasadzie *contradictio in adiecto*¹. Wykluczenie respektowania wartości człowieka pozbawiałoby człowieka wszelkiej podmiotowości prawnej. Na straży wartości ludzkiego stoi Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej², uznając je za najcenniejsze dobro i eksponując koniecznie jego ochronę. Z ustawy zasadniczej wynika więc przysługująca jednostce prawo do wartości, ale też zobowiązanie ogółu do ochrony wartości. Ochrona wartości i zdrowia człowieka wymaga powstrzymywania się od działania naruszających te dobra na niebezpieczeństwo. Jednocześnie wymagana jest aktywność mająca na celu uchylanie bezpodlegnie niebezpieczeństwa grożącego wartości i zdrowiu ludzkiemu³.

Wartość ludzkie chronione jest z dwóch aspektów. Po pierwsze wartość jest przedmiotem ochrony jako wartość obiektywna o znaczeniu społecznym, niezależnym od stosunku do niego dzierżyciela. Również przedmiotem ochrony jest prawo do wartości danej jednostki, które jednak nie wyczerpuje uzasadnienia ochrony wartości. Dopiero przyjęcie stanowiska, że wartość stanowi dobro społeczne, którym dzierżyciel tego dobra nie ma prawa swobodnie roz-

¹ M. Cieślak, [w:] I. Andrejew, L. Kubicki, J. Waszczyński, *System prawa karnego, t. 4: O przestępstwach w szczególności*, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź 1985, s. 288.

² Art. 38 Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. 1997 nr 78 poz. 483).

³ J. Kosonoga-Zygmunt, *Obowiązek udzielenia pomocy w przypadku sprzeciwu osoby zagrożonej w świetle art. 162 Kodeksu karnego*, „Zeszyty Prawnicze” 2015, nr 15/1, s. 150.

porządka⁴, pozwala na zobowiązanie ogółu do ochrony życia i zdrowia ludzkiego.

Szczególny wyraz ochrony życia ludzkiego stanowi kryminalizacja zachowania zaniechania udzielenia pomocy drugiemu człowiekowi w sytuacji, gdy jego życie lub zdrowie znajdują się w stanie zagrożenia. Przesłstwo nieudzielenia pomocy to przesłstwo z abstrakcyjnego naruszenia, które może zostać popełnione tylko w formie zaniechania. Przepisy Kodeksu karnego nie precyzują jednak, na czym ma polegać realizacja powinności udzielenia pomocy. Takie niedookreślenie z jednej strony jest zasadne, z drugiej zaś powoduje szereg wątpliwości w wiadków sytuacji, kiedy życie lub zdrowie innego człowieka jest zagrożone.

Celem artykułu jest omówienie warunków odpowiedzialności za zaniechanie udzielenia pomocy osobie zagrożonej. Konieczne jest również zbadanie okoliczności budzących wątpliwości interpretacyjne, jak na przykład obowiązku udzielenia pomocy w sytuacji, gdy dziejący się z różnymi powodami sprzeciwia się ratowaniu jego życia lub zdrowia. Należy jednak zaznaczyć, iż zakres rozważań w niniejszym artykule będzie jedynie podsumowaniem dotychczasowych poglądów doktryny i orzecznictwa w najważniejszych kwestiach związanych z przesłstwem zaniechania pomocy w niebezpieczeństwie oraz przedstawieniem pewnych kwestii spornych tego typu rodzajowego.

1. Obowiązek udzielenia pomocy i pojęcie zaniechania

Obowiązek udzielenia pomocy powstaje z chwilą powzięcia informacji o istniejącym bezpodstawnym niebezpieczeństwie dla życia lub ciękiego uszczerbku na zdrowiu innego człowieka. Przesłstwo nieudzielenia pomocy człowiekowi w niebezpieczeństwie uregulowane zostało w art. 162 Kodeksu karnego⁵. Typizacja tego przesłstwa „stoi na straży powszechnego ogólnoludzkiego obowiązku

⁴ A. Zoll, [w:] *Kodeks karny. Część szczególna. Komentarz II*, red. A. Zoll, Kraków 2006, s. 231, s. 282 i 290.

⁵ Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, 1517).

przyjcia z niezwłocznie pomoc człowiekowi, który znalazł się w położeniu groźnym bezpodległym niebezpieczeństwem dla życia”⁶.

Penalizacja nieudzielenia pomocy poszkodowanemu ma wielowiekową historię. Różni karalność zaniechania pomocy w niebezpieczeństwie należy doszukiwać się już w regulacjach starożytnego Rzymu i Egiptu⁷. Przykładem wczesnej penalizacji samego zaniechania pomocy w polskiej państwowości może być natomiast zawarty w przywileju udzielonym wódcom wielkopolskim przez księcia kaliskiego Bolesława w 1264 r. nakaz pospieszenia z pomocą (pod rygorem kary) napadniętemu, jeżeli ten „przez wydanie krzyku zachodzi na pomoc siadów”⁸.

Na gruncie polskiego ustawodawstwa już w okresie obowiązywania Kodeksu karnego z 1932 r.⁹ podkreślano obowiązek zekratowania innej osoby z położenia groźnego bezpodległym niebezpieczeństwem dla życia, o ile nie wiążą się z zagrożeniem potencjalnie zobowiązanej osoby bliżej na niebezpieczeństwo osobiste. Kodeks karny z 1969 r.¹⁰ znacznie szerzej ujęła obowiązek pomocy, wymieniając także zagrożenie cię kim uszkodzeniem ciała lub cię kim rozstrojeniem zdrowia, przy jednoczesnym zawaleniu działaniach klauzuli uchylającej karalne zaniechanie pomocy jedynie do sytuacji, w których zachodzi niebezpieczeństwo dla życia lub poważnego uszczerbkuna

⁶ Por. uchwała SN z dnia 19 stycznia 1961 r., sygn. akt VI KO 43/60.

⁷ J. Paygert, *Zbrodnicze zaniechanie*, Lwów 1905, s. 3, 21, 66; W okresie późniejszym zostaje ono powiązane z przestępstwem porzucenia noworodka przez matkę, a następnie z przestępstwem narażenia na niebezpieczeństwo jako takim, ulegającym z czasem rozszerzeniu zarówno podmiotowemu, jak i przedmiotowemu; por. M. Cieślak, *Indywidualne zagrożenie życia*, „Nowe Prawo” 1952, nr 4, s. 14; A. Ratajczak, *Przestępstwo porzucenia w ujęciu polskiego prawa karnego (na tle prawnoporównawczym)*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny” 1976, nr 4, s. 34; A. Zoll, [w:] *System prawa karnego. O przestępstwach w szczególności*, t. IV, cz. 1, red. I. Andrejew, L. Kubicki, J. Waszczyński, Wrocław 1985, s. 464;

⁸ K. Rastawicki, *Z historii kształtowania się przestępstw bezskutkowych (formalnych)*, „Palestra” 1989, nr 3, s. 71.

⁹ Art. 247 rozporządzenia Prezydenta Rzeczypospolitej z dnia 11 lipca 1932 r. - Kodeks karny (Dz. U. 1932 nr 60 poz. 571).

¹⁰ Art. 164 ustawy z dnia 19 kwietnia 1969 r. Kodeks karny (Dz. U. 1969 nr 13 poz. 94).

zdrowiu. Ponadto ustawodawca postąpił si okre leniem „pomoc”, a nie np. „uchylenie niebezpiecze stwa”, co w znamienny sposób ukazuje zakres oczekiwanej od adresata formy aktywno ci. Granic obo wi zku udzielenia pomocy było zaistnienie gro by bezpo redniego niebezpiecze stwa utraty ycia lub zdrowia¹¹.

Obo wi zek udzielenia pomocy istnieje zawsze, gdy zachodz cho by minimalne szanse wyprowadzenia dobra ze stanu bezpo redniego niebezpiecze stwa. Dotyczy to tak e pomocy, która ze wzgl du na okoliczno ci czy doznane obra enia mo e ograniczy si wy ł cznie do zmniejszenia cierpie fizycznych lub psychicznych. Wobec powy szego udzielenie pomocy to poj cie znacznie szersze ni oddalenie niebezpiecze stwa. W my l art. 162 k.k. udzieleniem pomocy mo e by np. u mierzenie bólu u osoby miertelnie rannej¹².

Znamienne dla omawianego przepisu jest to, e obo wi zek pomocy jest niezale ny od konkretnych okoliczno ci. Bez znaczenia pozostaje, czy działanie, którego sprawca zaniechał, rzeczywi cie przyniosłoby ratunek. Norma zawarta w art. 162 k.k. zawiera bowiem wymóg udzielenia pomocy, a nie obo wi zek uchylenia niebezpiecze stwa dla zagro onego dobra. Obo wi zek pomocy poszkodowanemu jest sankcjonowany tak e wtedy, gdy obiektywnie nie jest mo liwe zmniejszenie lub uchylenie niebezpiecze stwa¹³. W nauce i orzecznictwie trafnie podkre la si , e„oboj tn rzecz jest, czy akcja ratowania (pomoc), której sprawca [...] nieprzeds i wzi ł, byłaby skuteczna, czy te bezskuteczna”¹⁴. Z kolei w wyroku z 3 lutego 1986 r. S d Najwy szy stwier-

¹¹ Por. wyrok SA z dnia 14 marca 1997 r., sygn. akt II AKa 26/96; wyrok SN z dnia 15 wrze nia 1971 r., sygn. akt II KR 163/71.

¹² M. Filar, *Odpowiedzialno karna lekarza za zaniechanie udzielenia wiadczenia zdrowotnego (nieudzielenie pomocy)*, „Prawo i Medycyna” 1999, nr 3, s. 37.

¹³ R. Kokot, *O przest pnym i nieprzest pnym zaniechaniu udzielenia pomocy w niebezpiecze stwie w uj ciu kodeksu karnego z 1997 r.*, „Nowa Kodyfikacja Prawa Karnego” 2013, t. 29, s. 64.

¹⁴ Por. S. Pławski, *Przeł d orzecznictwa S du Najwy szego w zakresie prawa karnego materialnego (II półrocze 1959 r.)*, „Nowe Prawo” 1960, nr 7/8, s. 957; M. Filar, *Odpowiedzialno karna lekarza...*, op. cit., s. 37; M. Siewierski, *Kodeks karny i Prawo o wykroczeniach. Komentarz*, Warszawa 1965, s. 311; A. Spotowski, *O obo wi zku udzielania pomocy*, „Studia Iuri-

dził, i „beznadziejno sytuacji nie zwalnia od obowiazku niesienia pomocy”¹⁵. Przy takiej wykładni zdaje się nie ulegać wątpliwość, iż przestępstwo zaniechania pomocy w niebezpieczeństwie jest przestępstwem naruszenia na niebezpieczeństwo¹⁶.

Wobec powyższego powszechnie przyjmuje się również, że zarówno w doktrynie, jak i w orzecznictwie, przestępstwo z art. 162 k.k. jest tzw. właściwym przestępstwem zaniechania (*delictum reomissivum*)¹⁷. Warto też w tym miejscu zauważyć, iż w przypadku karygodnego przestępstwa zaniechania konieczne jest, by sprawca posiadał możliwość uczynienia zadość obowiązkowi. Zaniechanie oznacza „niewykonanie” pewnych działań.

Mówiąc potocznie o konsekwencjach zaniechania, wskazuje się na jakiś konkretny akt sprawcy, który kwalifikowany jest jako zaniechanie. Kwalifikacja ta nastręcza jednak wielu trudności interpretacyjnych. Zaniechaniem czego sprawca nie wykonuje bowiem czynności specjalnych, nie przedsięwzięcia, nie przygotowuje, a także nie wykazuje żadnej aktywności. Innymi słowami, nie przejawia on jakiegoś szczególnego, uchwytnego i aktywnego zachowania, a wyłącznie nie działa¹⁸. W doktrynie wyciągany bywa wniosek, że zaniechanie nie jest przyczynowe z uwagi na to, że zaniechanie nie należy do kategorii zdarzeń. Uznaje się, że zaniechanie określonego działania przez sprawcę równoznaczne jest z niewykonaniem działania, do wykonania którego jest się zdolnym¹⁹.

dica” 1991, nr 19, s. 190; Wyrok SN z dnia 27 czerwca 1974 r., sygn. akt R w 370/74.

¹⁵ Wyrok SN z dnia 3 lutego 1986 r., sygn. akt I KR 446/86; tak też K. Buchała, *Prawo karne materialne*, Warszawa 1980, s. 685.

¹⁶ K. Buchała, *Glosa do wyroku SN z 23 XII 1959 r. (III K 976/59)*, „Państwo i Prawo” 1960, nr 7, s. 183.

¹⁷ Por. Z. Kubec, *Przestępstwa zaniechania*, „Państwo i Prawo” 1965, nr 3, s. 393; J. Majewski, *Prawnokarne przypisywanie skutku przy zaniechaniu*, Kraków 1997, s. 10; wyrok SN z dnia 31 stycznia 1949 r., sygn. akt Tok. 909/48; wyrok SN z dnia 15 marca 1950 r., sygn. akt Wa K. 38/59.

¹⁸ M. Klinowski, *Przyczynek do zagadnienia przyczynowości zaniechania*, „Diametros” 2009, nr 21, s. 64.

¹⁹ G. H. von Wright, *Norm and Action – a Logical Enquiry*, London 1963, s. 45.

W wyroku z dnia 9 czerwca 2005 r. Sąd Najwyższy stwierdził, że z obowiązku udzielenia pomocy nie ma zwolnienia nawet w sytuacji zranienia napastnika w warunkach i w ramach obrony koniecznej, o ile nie ma niebezpieczeństwa kontynuacji zamachu²⁰. Po wszechnie przyjmowany jest także pogląd, że sprawca nastęstwa niedzielenia pomocy może być lekarz²¹. Odpowiedzialność karna na podstawie art. 162 k.k. może on jednak ponieść wyłącznie wtedy, gdy nie ciąży na nim prawny szczególny obowiązek troszczenia się o osobę zagrożoną, a więc np. podczas urlopu wypoczynkowego czy poza godzinami pracy. Gdyby jednak lekarz w swoim czasie wolnym znalazł się w obszarze omawianej regulacji, to obowiązany jest do powinnego udzielenia nie jakiegokolwiek pomocy, ale pomocy fachowej - lekarskiej²².

Z punktu widzenia odpowiedzialności karnej z art. 162 k.k. obojętne jest, jaka przestrzenna blisko znajduje się pomiędzy osobą zagrożoną a zobowiązanym do pomocnego działania. Wobec tego sprawca niedzielenia pomocy może być ten, w czyjej obecności doszło do powstania zagrożenia, a więc naoczny świadek zdarzenia, jak również ten, kto powziął informację o zdarzeniu z jakiegokolwiek innego źródła.

2. Warunki odpowiedzialności sprawcy zaniechania

Przestępstwo niedzielenia pomocy jest przestępstwem powszechnym, co oznacza, że sprawcą może być każdy, kto spełnia ogólne warunki odpowiedzialności karnej oraz ma wiadomo istniejącego zagrożenia, zawartego w dyspozycji art. 162 k.k. Ustawa nie wprowadza przy tym żadnych ograniczeń, a więc podmiotem tego przestępstwa może być także ten, kto uprzednio wytworzył stan

²⁰ Wyrok SM z dnia 9 czerwca 2005 r., sygn. akt V KK 446/04.

²¹ Por. W. Witczak, *Odpowiedzialność karna lekarza za niedzielenie pomocy w stanie zagrożenia życia*, [w:] *Ius et lex. Księga Jubileuszowa ku czci Prof. Adama Strzembosza*, red. A. Dąbki, A. Grzekowiak, K. Wiak, Lublin 2000.

²² R. Kokot, *O przestępstwach i nieprzestępstwach zaniechaniu...*, op. cit., s. 52.

niebezpieczeństwa kryminalizowanego w omawianym przepisie²³. W takiej sytuacji spowodowanie niebezpieczeństwa eliminowałoby odpowiedzialność za nieudzielenie pomocy²⁴, gdy przyjąć należy, iż między tymi zachowaniami zachodzi błąd niewłaściwy zbieg przestępstw²⁵. Wobec tego zaniechanie pomocy powinno być traktowane jako współukarany czyn następny.

Przy ustalaniu odpowiedzialności karnej decydujące jest to, że sprawca, widząc utrzymując się lub nawet pogłębiając zagrożenie dla życia lub zdrowia człowieka, nie podejmuje żadnych możliwości działań, które miałyby na celu uchylić lub choćby pomniejszy zagrożenie²⁶. Przepięstwo dokonane jest z chwilą uchylenia się od udzielenia pomocy osobie zagrożonej, w którym to czasie możliwa była jeszcze realizacja obowiązku działania, chociaż nie nastąpiłby adekwatny efekt w postaci śmierci lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu ich dzieciny. Zaznaczyć należy, że przepięstwo spenalizowane w art. 162 k.k. nie jest karalne na etapie przygotowania. Przyjąć należy, że usiłowanie przepięstwa nieudzielenia pomocy zachodzi od chwili upływu czasu potrzebnego do niezwłocznego podjęcia działania, a nie czy się w momencie poprzedzającym ustanie obowiązku udzielenia pomocy.

W doktrynie przyjmuje się, że możliwe jest także nieudolne usiłowanie udzielenia pomocy, które błądnie miało miejsce wówczas, gdy sprawca nie udziela pomocy szkodząc, a może by ona jeszcze udzielona, a więc nie mając wiadomości zgonu ofiary oraz wtedy, gdy sprawca nie chcąc udzielić pomocy błędnie zakłada, że zachodzi bezpodobieństwo niebezpieczeństwa, chociaż w rzeczywistości tak nie jest²⁷.

Jako kryterium dla określenia czy dane zagrożenie jest bezpodobieństwem należy przyjąć prawdopodobieństwo nastąpienia skutku, a do-

²³ Por. J. Kulesza, *Przepięstwo nieudzielenia pomocy w niebezpieczeństwie: art. 162 k.k. na tle uwag dotyczących § 323c niemieckiego kodeksu karnego*, Łódź 2008, s. 140.

²⁴ Por. A. Zoll, *System prawa karnego, t. 4, O przestępstwach w szczególności ci, cz. 1*, Wrocław 1985, s. 479.

²⁵ Wyrok SN z dnia 18 listopada 1982 r., sygn. akt Rw 989/82.

²⁶ Wyrok SN z dnia 27 czerwca 1974 r., sygn. akt Rw 370/74; wyrok SA w Katowicach z dnia 1 lutego 2008 r., sygn. akt II AKa 382/07.

²⁷ R. Kokot, *O przestępstwach i nieprzestępstwach zaniechaniu...*, op. cit., s. 60.

datkowo uwzględniając brak konieczności wystąpienia dodatkowych przyczyn, nieuchronności skutku czy wreszcie bliskości czasów. Katalog możliwości zdarzenia dobra prawnego, aktualizujący tego obowiązku pomocy, jest bardzo szeroki. Zaliczyć tu należy zachowania ludzi – przestępstwa oraz prawnie irrelewantne; działania sił przyrody, takie jak powódź, pożar, osunięcie ziemi czy lawina oraz bezpodlegnie ze strony zwierząt. Równie nieistotne jest, czy aktualnie istnieje bezpodlegniebezpieczeństwo wystąpiło nagle²⁸, czy jest wynikiem długotrwałego procesu, np. choroby. Obowiązek udzielenia pomocy dotyczy także sytuacji, kiedy to potrzebujący sam sprawadza na siebie zagrożenie lub jej potrzebuje²⁹.

Obowiązek pomocy ustaje razem z ustaniem zagrożenia³⁰. Obowiązek ten istnieje do: nastąpienia skutku śmiertelnego³¹; ustania niebezpieczeństwa lub co najmniej jego bezpodlegnie oddziaływania na dobro prawne; zmiany charakteru niebezpieczeństwa, które nie grozi już co najmniej takim uszczerbkiem na zdrowiu; udzielenia skutecznej pomocy przez inną osobę lub instytucję; utraty możliwości podjęcia pomocnych działań. Zaznaczyć należy, że w sytuacji, gdy niebezpieczeństwo nie grozi już takim uszczerbkiem na zdrowiu, prawnie nakazany obowiązek pomocy zmienia się w powinność o charakterze moralnym. W takiej sytuacji w dalszym ciągu osobie zagrożonej może grozić pogłębienie się takiego uszczerbku na zdrowiu³².

Przepięstwo zaniechania udzielenia pomocy osobie zagrożonej popełnione może być czynem umyślnie. Sprawca zaniechania musi godzić się lub wprost chcieć nieodwracalnego zagrożenia dobru prawnemu, a więc musi „chcieć nieudzielenia pomocy” lub „godzić

²⁸ Np. w przypadku ukłszenia, wypadku drogowego, przewrócenia łodzi; por. E. Szwedek, *Nieudzielenie pomocy w niebezpieczeństwie (art. 164 k.k.)*, „Problemy Praworządności” 1978, nr 4, s. 33; A. Spotowski, *O obowiązkach...*, op. cit., s. 191.

²⁹ Np. samobójca, który się w niedozwolonym miejscu, kierując pojazdem mechanicznym pod wpływem alkoholu.

³⁰ Por. wyrok SN z dnia 15 marca 1950 r., sygn. akt Wa K. 38/59.

³¹ Wyrok SN z dnia 15 marca 1959 r., sygn. akt WaK 38/59.

³² Wyrok SN z dnia 27 października 1958 r., sygn. akt II K 928/58.

si na to, e jej nie udziela”³³. Aby mo na było mówi o zaniechaniu udzielenia pomocy, konieczna jest bowiem wiadomo sprawcy, e inna osoba znajduje si w sytuacji gro cej jej bezpo rednim niebezpiecze stwem utraty ycia lub ci kiego uszczerbku na zdrowiu. To z kolei przekłada si na uchylenie od udzielenia pomocy, pomimo, e sprawca mo e jej udzieli bez nara enia siebie samego lub innej osoby na takie samo niebezpiecze stwo³⁴. Do popełnienia czynu spenalizowanego w art. 162 k.k. wystarczy sam ewentualny zamiar, kiedy sprawca ma wiadomo okoliczno ci modalnych zaniechania udzielenia pomocy. Co istotne, sprawca zaniechania nie musi tak e dysponowa pełn i szczegółów wiedz na temat niebezpiecze stwa zagra aj cego dobru prawnemu, a dalej id c – nie musi nawet wyobra a sobie mo liwych skutków swego zaniechania³⁵.

W sytuacji, gdy stan ryzyka dla dobra prawnego rozci ga si na wi cej ni jedn osob , stan ryzyka powinien by oceniany przez przyzmat okoliczno ci wpływaj cych na wymiar kary. W ustawie brak bowiem typu kwalifikowanego ze wzgl du na jednoczynowe zaniechanie udzielenia pomocy wi cej ni jednej osobie. Gdy nie ma mo liwo ci udzielenia pomocy wszystkim osobom zagro onym, zastosowanie znajduje art. 26 § 5 k.k. o tzw. kolizji obowi zków. Kiedy osob zagro on jest kobieta w ci y, to w wietle obowi zuj cego stanu prawnego zaniechanie udzielenia pomocy mo e by rozpatrywane wył cznie w kontek cie zagro enia jej ycia i zdrowia, nie za ycia i zdrowia nienarodzonego dziecka³⁶. Takie kryterium przyjte równie zostało w orzecznictwie s dowym. W uchwale z dnia 26 pa dziernika 2006 r. S d Najwy szy wyraził pogl d, e „przedmiotem ochrony przewidzianym w art. 160 k.k. (a tym samym tak e w innych przepisach tego rozdziału) jest ycie i zdrowie człowieka od rozpocz cia porodu, a w przypadku operacyjnego zabiegu cesarskiego ci cia ko cz cego ci – od podj cia czynno ci zmierzaj cych do przeprowadzenia tego zabiegu”³⁷.

³³ Wyrok SA we Wrocławiu z dnia 30 listopada 2006 r., sygn. akt AKa 299/06.

³⁴ Postanowienie SN z dnia 11 lutego 2003 r., sygn. akt V KK 112/02.

³⁵ J. Kulesza, *Przest pstwo nieudzielenia pomocy...*, op. cit., s. 344.

³⁶ Por. M. Filar, *Odpowiedzialno karna lekarza...*, op. cit., s. 37.

³⁷ Uchwała SN z dnia 26 pa dziernika 2006 r., sygn. akt I KZP 18/06.

Art. 162 k.k. nie precyzuje, na czym ma polegać realizacja powinno ci udzielenia pomocy. Przyjmuje się, że w grani wchodzi może także zachowanie uchylające to niebezpieczeństwo lub co najmniej je umniejszające. Wobec tego może to być pomoc o charakterze osobistych działań, jak np. przeprowadzenie sztucznego oddychania, zatamowanie krwotoku, ale także zainicjowanie pomocy kogo innego - np. wezwanie pogotowia. Na zobowiązany do udzielenia pomocy ci obowiązek podejmowania nie jakichkolwiek działań, zmierzających potencjalnie do neutralizowania lub redukcji niebezpieczeństwa, ale działań, które je neutralizują lub redukują w sposób najbardziej racjonalny w danych okolicznościach, przy wykorzystaniu wszelkich dostępnych metod i środków³⁸.

Udzielenie pomocy nie polega wyłącznie na usunięciu niebezpieczeństwa zagrażającego dobru prawnemu. Treść obowiązku wynikającego z art. 162 k.k. jest także podejmowanie działań zmierzających do możliwego w danej sytuacji zredukowania w jakimkolwiek stopniu wagi konkretnego zagrożenia. Ponadto udzielenie sankcjonowanej w tym przepisie pomocy powinno nastąpić niezwłocznie, bez zbędnej opieszałości, aby zapobiec ewentualnemu pogłębieniu się stanu bezporadnego zagrożenia dobru prawnemu.

Udzielana pomoc nie może mieć charakteru jakichkolwiek działań. Zgodnie z sankcjonowaną w art. 162 k.k. pomoc powinna ona w pierwszym rzędzie być skuteczna, a jeżeli to niemożliwe – to chociażby częściowo skuteczna. Gdy również i taki charakter pomocy nie jest możliwy, to wówczas udzielenie pomocy powinno polegać na łagodzeniu cierpienia człowieka znajdującego się w sytuacji bezporadnego niebezpieczeństwa dla życia lub zdrowia. Do odpowiedzialności karnej za przestępstwo nieudzielenia pomocy pociągnięty będzie także ten, kto wprowadził podjęte działania mające na celu pomoc zagrożonemu dobru prawnemu, jednak nie doprowadził tych działań do końca, a więc zakończył swoją aktywność zanim niebezpieczeństwo ostatecznie ustało³⁹.

³⁸ R. Kokot, *O przestępstwach i nieprzestępstwach zaniechaniu...*, op. cit., s. 62.

³⁹ Np. gdy sprawca co prawda wyciągnął nieprzytomnego tonącego na brzeg, jednak pozostawił go w takim stanie bez podejmowania dalszej akcji ratunkowej.

Artykuł 162 k.k. zawiera także klauzule uchylające karalne zaniechanie pomocy. Ustawodawca określa granice oczekiwanego poświęcenia własnych dóbr dla ratowania cudzych, biorąc pod uwagę to, czego może wymagać od przeciwnego członka społeczeństwa⁴⁰. Należy podkreślić, iż klauzula zawarta w art. 162 § 1 k.k. znajduje zastosowanie już w razie wystąpienia zagrożenia dla wspomnianych tam dóbr, a nie dopiero zagrożenia bezpodmiotowego⁴¹. Oczywiście klauzula własnego bezpieczeństwa nie działa w przypadku zagrożenia jedynie rednym lub lekkim uszczerbkiem na zdrowiu⁴², czy naruszeniem nietykalności cielesnej, ani zagrożenia innych dóbr, w szczególności ciemienia⁴³.

Kwestia wyjątkowo problematyczna z punktu kryminalizacji art. 162 k.k. jest zaniechanie udzielenia pomocy niedoszłemu samobójcy zgodnie do wyrażonego przez niego sprzeciwu. Pamiłta bowiem należy, że ani Konstytucja RP, ani żaden inny akt prawa powszechnie obowiązujący tego nie ustanawia obowiązku pomocy. Nie ma wobec tego przeszkód, by uznać, że także zadanie sobie samej śmierci należy w sferze wolności jednostki. Tak istotna sfera, jak jest samodecydowanie o swoim życiu i zdrowiu powinna być jednoznacznie uregulowana. Obecnie w prawnokarnym spojrzeniu na kwestię doprowadzenia się jednostki do swojej śmierci w drodze nieleczenia się albo czynnego targnięcia się na swoje życie utrzymuje się dualizm⁴⁴. Badania nad samobójstwem dowodzą, że w wielu przypadkach decyzja targnięcia się na swoje życie jest wyborem pomiędzy dwiema sytuacjami, której jednostka nie może lub nie potrafi sprostać, a sytuacją, w której nie będzie zmuszona do podejmowania

⁴⁰ V. Konarska-Wrzošek, *Uwagi o przestępstwie pozostawienia człowieka w położeniu groźnym niebezpieczeństwem*, „Państwo i Prawo” 1997, nr 3, s. 83.

⁴¹ Z. Kubec, *Przestępstwa z zaniechania*, „Prokuratura i Prawo” 1965, nr 3, s. 842.

⁴² K. Daszkiewicz, *Przestępstwa przeciwko życiu i zdrowiu. Rozdział XIX Kodeksu karnego. Komentarz*, Warszawa 2000, s. 408, 416.

⁴³ L. Hochberg, *Przestępstwa przeciwko życiu, wolności, obyczajności i czci według nowego kodeksu karnego*, Warszawa 1969, s. 25.

⁴⁴ A. Wasek, *Prawnokarna problematyka samobójstwa*, Warszawa 1982, s. 151.

wysiłków zmierzających do regulowania swojego stosunku do otaczającego go świata⁴⁵. Wobec powyższego, w razie jakiegokolwiek niebezpieczeństwa dla życia i zdrowia, w razie zagrożenia na skutek spowodowanego na siebie bezpodległego niebezpieczeństwa sprzeciwu wobec czynności ratowniczych, należałoby przyznać prymat ratowaniu jej życia i zdrowia⁴⁶.

Zgodzić się należy ze stanowiskiem Sądu Apelacyjnego w Katowicach, że możliwe jest wymaganie od zobowiązanego jedynie dostępnego dla niego środków⁴⁷. Podobnie wypowiedział się Sąd Najwyższy w wyroku z dnia 9 marca 1949 r.⁴⁸ o niepodjęciu dostępnymi środkami dla przeciwstawienia się niebezpieczeństwu. Przyjmując odmienne stanowisko istnieje duże prawdopodobieństwo wymagania rzeczy niemożliwych i karania za zaniechanie pomocy także wtedy, gdy sprawca nie był w stanie spełnić obowiązku, a to z kolei stanowiłoby oczywiste pogwałcenie podstawowych zasad odpowiedzialności. Jako nadrzędnych zasad przyjmiemy, że jeżeli zobowiązany nie dysponuje środkiem najskuteczniejszym do udzielenia pomocy, brak jest po jego stronie w ogóle czynu⁴⁹.

Podsumowanie

Do udzielenia pomocy osobie będącej w stanie zagrożenia życia lub zdrowia obligują nie tylko normy moralne, ale także przepisy prawa. Polskie ustawodawstwo zapewnia prawną ochronę życia i zdrowia ludzkiego. Ochrona taka przejawia się nie tylko w powstrzymywaniu się od działań, które mogłyby doprowadzić do narażenia tych dóbr na niebezpieczeństwo, ale także na aktywność ukierunkowaną do uchylenia tego niebezpieczeństwa. Obowiązek udzielenia pomocy powstaje z chwilą zaistnienia sytuacji, w której zachodzi ryzyko bezpodległego zagrożenia dla życia lub poważnego uszczerbku na zdrowiu, a także czy

⁴⁵ B. Hołyst, *Kryminologia*, Warszawa 1999, s. 598.

⁴⁶ J. Kosonoga-Zygmunt, *Obowiązek...*, op. cit., s. 157.

⁴⁷ Wyrok SA w Katowicach z dnia 1 lutego 2008 r., sygn. akt II AKa 382/07.

⁴⁸ Wyrok SN z dnia 9 marca 1949 r., sygn. akt K 2128/48.

⁴⁹ J. Kulesza, *Glosa do wyroku SA w Katowicach z dnia 1.II.2008 r.*, sygn. akt II AKa 382/07, „Prokuratura i Prawo” 2010, nr 5, s. 179.

si w momencie mierci lub ci kiego uszczerbku na zdrowiu lub z chwil ustania zagro enia tych dóbr.

Art. 162 §1 Kodeksu karnego stanowi, e kto człowiekowi znajduj cemu si w poło eniu gro cym bezpo rednim niebezpiecze stwem utraty zdrowia lub ci kiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mog c jej udzieli bez nara enia siebie lub innej osoby na niebezpiecze stwo utraty ycia lub ci kiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolno ci do lat 3. W rozumieniu tego artykułu nieudzielenie pomocy jest przest pstwem powszechnym, gdy jego podmiotem mo e by ka dy człowiek, który mog c udzieli pomocy osobie znajduj cej si w niebezpiecze stwie, tego nie czyni.

Przykładem takiego post powania mo e by zaniechanie udzielenia pomocy osobie poszkodowanej w wypadku drogowym przez osob , która nie jest nara ona na niebezpiecze stwo utraty ycia lub ci kiego uszczerbku na zdrowiu. Zgodzi si nale y jednak ze stanowiskiem prof. Andrzeja Zolla, e obowi zek niesienia pomocy nie jest bezwzgl dny. ycie ka dego człowieka stanowi tak sam warto , i w zwi zku z tym przepisy prawa nie wymagaj od osoby, która mo e udzieli pomocy, aby nara ała swoje ycie lub zdrowie.

Przest pstwo nieudzielenia pomocy mo na popełni tylko umy lnie. Sprawca zaniechania musi wi c chcie lub godzi si na nieodwracanie niebezpiecze stwa gro cego dobru prawnemu. Sprawca musi wi c zdawa sobie spraw ze swoich mo liwo ci przyczynienia si do uchylenia lub pomniejszenia niebezpiecze - stwa, w którym inna osoba si znajduje. Warunkiem karalno ci w my l tego artykułu bowiem jest niepodj cie działań zmierzaj cych do udzielenia pomocy, nawet w sytuacji, gdy szanse uchylenia niebezpiecze stwa byłyby niewielkie.

Podsumowuj c nale y podkre li , e nieudzielenie pomocy poszkodowanemu stanowi nie tylko naruszenie przepisów prawa, ale tak e wiadczy o niskim morale osoby, która mogłaby pomocy udzieli i w orzecznictwie s dów taka postawa traktowana jest jako istotna okoliczno obci aj ca przy orzekaniu kary.

Streszczenie:

Kryminalizacja zachowa zaniechania udzielenia pomocy drugiemu człowiekowi w sytuacji, gdy jego życie lub zdrowie znajdują się w stanie zagrożenia stanowi szczególny wyraz ochrony życia ludzkiego. Przestępstwo nieudzielenia pomocy to przestępstwo z abstrakcyjnego narażenia, które może zostać popełnione tylko w formie zaniechania oraz umyślnie. Celem artykułu jest omówienie warunków odpowiedzialności za zaniechanie udzielenia pomocy osobie zagrożonej. Obowiązek udzielenia pomocy powstaje z chwilą powzięcia informacji o istniejącym bezpodstawnym niebezpieczeństwie dla życia lub ciała kiego uszczerbku na zdrowiu innego człowieka. Przestępstwo nieudzielenia pomocy człowiekowi w niebezpieczeństwie uregulowane zostało w art. 162 Kodeksu karnego. Przepis ten nie precyzuje jednak na czym ma polegać realizacja powinności udzielenia pomocy. W doktrynie przyjmuje się, że udzieleniem pomocy jest każde zachowanie uchylające lub co najmniej umniejszające niebezpieczeństwo zagrożenia życia lub zdrowia ludzkiego.

Słowa kluczowe: nieudzielenie pomocy, osoba zagrożona, odpowiedzialność karna, poszkodowany w wypadku, pierwsza pomoc,

Summary:

Signs of a criminal failure to provide assistance to the aggrieved party (Article 162 of the Criminal Code)

Criminalizing behavior consisting in refraining from helping another human being in a situation where his life or health is in danger is a special expression of protecting human life. The crime of lack of assistance is an abstract threat crime that can only be committed by omission or intentionally. The aim of the article is to discuss the conditions of liability for failure to provide assistance to a person at risk. The obligation to provide assistance arises from the moment of learning about the immediate threat to life or serious damage to the health of another human being. The crime of failure to provide assistance to the endangered person is regulated in Art. 162 of the Criminal Code. However, this provision does not specify what the fulfillment of the obligation to provide assistance is to consist of. The doctrine assumes that helping is any behavior that prevents or at least reduces the risk of threat to human life or health.

Keywords: failure to provide assistance, the person at risk, criminal responsibility, injured in accident, first aid.

Bibliografia:

Akty prawne:

Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. 1997 nr 78 poz. 483).

Rozporządzenie Prezydenta Rzeczypospolitej z dnia 11 lipca 1932 r. - Kodeks karny (Dz. U. 1932 nr 60 poz. 571).

Ustawa z dnia 19 kwietnia 1969 r. Kodeks karny (Dz. U. 1969 nr 13 poz. 94).

Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (t.j. Dz. U. z 2020 r. poz. 1444, 1517).

Orzecznictwo:

Postanowienie SN z dnia 11 lutego 2003 r., sygn. akt V KK 112/02.

Uchwała SN z dnia 19 stycznia 1961 r., sygn. akt VI KO 43/60.

Uchwała SN z dnia 26 października 2006 r., sygn. akt I KZP 18/06.

Wyrok SA w Katowicach z dnia 1 lutego 2008 r., sygn. akt II AKa 382/07.

Wyrok SA we Wrocławiu z dnia 30 listopada 2006 r., sygn. akt AKa 299/06.

Wyrok SA z dnia 14 marca 1997 r., sygn. akt II AKa 26/96.

Wyrok SM z dnia 9 czerwca 2005 r., sygn. akt V KK 446/04.

Wyrok SN z dnia 15 marca 1959 r., sygn. akt WaK 38/59.

Wyrok SN z dnia 15 września 1971 r., sygn. akt II KR 163/71.

Wyrok SN z dnia 18 listopada 1982 r., sygn. akt Rw 989/82.

Wyrok SN z dnia 27 czerwca 1974 r., sygn. akt Rw 370/74.

Wyrok SN z dnia 27 października 1958 r., sygn. akt II K 928/58.

Wyrok SN z dnia 3 lutego 1986 r., sygn. akt I KR 446/86.

Wyrok SN z dnia 31 stycznia 1949 r., sygn. akt Tok. 909/48.

Wyrok SN z dnia 9 marca 1949 r., sygn. akt K 2128/48.

Wyrok SN z dnia 15 marca 1950 r., sygn. akt Wa K. 38/59.

Literatura:

Buchała K., *Glosa do wyroku SN z 23 XII 1959 r. (III K 976/59)*, „Państwo i Prawo” 1960, nr 7.

Buchała K., *Prawo karne materialne*, Warszawa 1980.

Cielak M., [w:] I. Andrejew, L. Kubicki, J. Waszczyński, *System prawa karnego, t. 4: O przestępstwach w szczególności*, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź 1985.

Cielak M., *Indywidualne zagrożenie życia*, „Nowe Prawo” 1952.

Daszkiewicz K., *Przestępstwa przeciwko życiu i zdrowiu. Rozdział XIX Kodeksu karnego. Komentarz*, Warszawa 2000.

Filar M., *Odpowiedzialność karna lekarza za zaniechanie udzielenia świadczenia zdrowotnego (nieudzielenie pomocy)*, „Prawo i Medycyna” 1999, nr 3.

Hochberg L., *Przestępstwa przeciwko życiu, wolności, obyczajności i czci według nowego kodeksu karnego*, Warszawa 1969.

Hołyst B., *Kryminologia*, Warszawa 1999.

Klinowski M., *Przyczynek do zagadnienia przyczynowości zaniechania*, „Diametros” 2009, nr 21.

Kokot R., *O przestępstwach i nieprzestępstwach zaniechaniu udzielenia pomocy w niebezpieczeństwie w ujęciu kodeksu karnego z 1997 r.*, „Nowa Kodyfikacja Prawa Karnego” 2013, t. 29.

Konarska-Wrzošek V., *Uwagi o przestępstwie pozostawienia człowieka w położeniu groźnym niebezpieczeństwem*, „Państwo i Prawo” 1997, nr 3.

Kosonoga-Zygmunt J., *Obowiązek udzielenia pomocy w przypadku sprzeciwu osoby zagrożonej w świetle art. 162 Kodeksu karnego*, „Zeszyty Prawnicze” 2015, nr 15/1.

Kubec Z., *Przestępstwa z zaniechania*, „Państwo i Prawo” 1965, nr 3.

Kulesza J., *Przestępstwo nieudzielenia pomocy w niebezpieczeństwie: art. 162 k.k. na tle uwag dotyczących § 323c niemieckiego kodeksu karnego*, Łódź 2008.

Kulesza J., *Glosa do wyroku SA w Katowicach z dnia 1.II.2008 r., sygn. akt II AKa 382/07*, „Prokuratura i Prawo” 2010, nr 5.

Majewski J., *Prawnokarne przypisywanie skutku przy zaniechaniu*, Kraków 1997.

Paygert J., *Zbrodnicze zaniechanie*, Lwów 1905.

Pławski S., *Przełom orzecznictwa Sądów Najwyższych w zakresie prawa karnego materialnego (II półrocze 1959 r.)*, „Nowe Prawo” 1960, nr 7/8.

Rastawicki K., *Z historii kształtowania się przestępstw bezskutkowych (formalnych)*, „Palestra” 1989, nr 3.

Ratajczak A., *Przestępstwo porzucenia w ujęciu polskiego prawa karnego (na tle prawnoporównawczym)*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny” 1976, nr 4.

Siewierski M., *Kodeks karny i Prawo o wykroczeniach. Komentarz*, Warszawa 1965.

Spotowski A., *O obowiązkach udzielania pomocy*, „Studia Iuridica” 1991, vol. nr 19.

Szwedek E., *Nieudzielenie pomocy w niebezpieczeństwie (art. 164 k.k.)*, „Problemy Praworządności” 1978, nr 4.

Wojcik A., *Prawnokarna problematyka samobójstwa*, Warszawa 1982.

Witczak W., *Odpowiedzialność karna lekarza za nieudzielenie pomocy w stanie zagrożenia życia*, [w:] *Ius et lex. Księga Jubileuszowa ku czci Prof. Adama Strzembosza*, red. A. Dobycha, A. Grzekowiak, K. Wiak, Lublin 2000.

Wright G. H., *Norm and Action – a Logical Enquiry*, London 1963.

Zoll A., [w:] *Kodeks karny. Część szczególna. Komentarz II*, red. A. Zoll, Kraków 2006.

Zoll A., [w:] *System prawa karnego. O przestępstwach w szczególności, t. IV, cz. 1*, red. I. Andrejew, L. Kubicki, J. Waszczyński, Wrocław 1985.

Samotno jako forma życia oraz forma pokuty w wietle ksiąg pokutnych – analiza wybranych kanonów

Wstęp

Samotno w dzisiejszych czasach bywa różnie rozumiana. Z jednej strony może jawić się jako doświadczenie dramatyczne – człowiek boi się, że zostanie sam, że nikt się nim nie zainteresuje i nikt nie będzie o nim pamiętał¹. Ludzie potrzebują drugiej osoby, z którą będą mogli porozmawiać, doradzić się w razie potrzeby, wymienić poglądy. Z drugiej strony coraz częściej można zaobserwować młodych ludzi, którzy prowadzą życie samotne, a wręcz od innych osób. Nie chcą z nikim rozmawiać, rzadko wychodzą z domu, wydaje się im, że nie potrzebują utrzymywać relacji z rodziną i przyjaciółmi, a swoje życie prowadzą wirtualnie. Na podstawie takiej pobieżnej analizy współczesnego człowieka można postrzegać samotność jako coś złego, bo izoluje ludzi, czy to jako konsekwencja dokonanych wyborów, czy przez zaistniałe okoliczności.

Należy jednak zauważyć, że samotność sama w sobie nie jest czymś złym, niewłaściwym, a może być jednak sposobem jej przeżywania. W niniejszym artykule przedstawione zostanie teologiczne spojrzenie na kwestię samotności, ze szczególnym uwzględnieniem ról, jakie spełniają księgi pokutne. Na ich podstawie oraz w oparciu o literaturę uzupełniającą samotność zostanie przedstawiona jako forma życia mniszego oraz forma nakładanej pokuty. Wstępem do wspomnianej

¹ Zagadnienie troski o pozostanie w pamięci ludzkiej towarzyszy człowiekowi już od starożytności. Bohaterowie antyczni chcieli zostać zapamiętani jako najdzielniejsi, jak np. Achilles, bohater *Iliady* Homera (Por. Homer, *Iliada*, IX, 410-416 [i inne], tłum. K. Jędruska, Warszawa 2005). Także pisarze, szczególnie poeci starożytni przez swoje utwory chcieli pozostać w pamięci potomnych. Najbardziej znanym przykładem jest oda *Exegi monumentum* Horacego (Por. *Pieśń XXX*, [w:] Horacy, *Dzieła wszystkie*, tłum. A. Lam, Warszawa 2019, s. 97).

w tytule analizy wybranych kanonów pokutnych, b dzie ukazanie biblijnego uj cia samotno ci.

2. Biblijne uj cie samotno ci

Dla zrozumienia czym jest samotno z punktu widzenia teologii, nale y najpierw si gn do wybranych fragmentów Pisma wi tego². Patrz c na pierwszy fragment biblijny dotycz cy samotno ci, pochodz cy z Ksi gi Rodzaju: „Nie jest dobrze, eby m czyzna był sam; uczyni mu zatem odpowiedni dla niego pomoc” (Rdz 2,18), mo na stwierdzi , e w Bo ym zamy le samotno nie jest czym dobrym, a człowiek do pełnego ycia potrzebuje drugiej osoby. Ten biblijny opis stworzenia człowieka zdaje si tłumaczy społeczn natur ludzk i konieczno współdziałania z innymi lud mi dla realizacji zada jakie stawia przed nim jego natura³.

Człowiek według Biblii do wiadczwał osamotnienia gdy został odrzucony przez rodzin lub społeczno . Miało to miejsce np. w przypadku biblijnego Józefa, syna Jakuba (Rdz 37-48). Z powodu zazdro ci braci został on sprzedany w niewol do Egiptu, gdzie chocia ył w relacjach z innymi lud mi, to do wiadczwał osamotnienia bo był pozbawiony wi zi rodzinnych. Tekst biblijny nie przytacza dokładnego opisu jego prze y w kraju niewoli, wiemy jednak, e spotkanie z bra mi po latach rozł ki wywołało u niego wzruszenie. Bóg z jego osamotnienia wyprowadził dobro, poniewa jego pozycja w Egipcie pozwoliła uchroni przybyła rodzin przed mierci głodow .

Jednym z aspektów do wiadczenia samotno ci, opisywanym w Biblii, było wykluczenie człowieka z powodu nieczysto ci rytualnej. Stary Testament du wag przywi zywał do czysto ci rytualnej. Człowiek stawał si nieczysty z licznych powodów, o których mówi m.in. fragment z Ksi gi Kapła skiej (Kpł 11-16). Człowiek stawał si nieczystym m.in. przez dotkni cie zmarłego, zjedzenie zwierz t zakazanych przez prawo, dotkni cie padliny nieczystego zwierz cia, zara enie tr dem (i innymi chorobami), zakazane czyny zwi zane z

² W niniejszym artykule cytaty biblijne pochodz z *Biblii Tysi clecia: Pismo wi te Starego i Nowego Testamentu*, wyd. 5, Pozna 2014.

³ Por. P. St pie , *Pokonanie samotno ci „Adama” przez stworzenie kobiety*, *Warszawskie Studia Teologiczne*, 14 (2001), s. 9-10.

seksualno ci i wiele innych przyczyn. Ksi ga Liczb precyzuje, e kto zaci gn ł nieczysto i pozostał nieoczyszczonym powinien by wył czonym ze społeczno ci (Lb 19). Dopiero po zło eniu ofiary przebłagalnej i uznaniu człowieka za uwolnionego od nieczysto ci mógł by on przyj ty do społeczno ci. Nieczystymi były tak e wszystkie sprz ty, którymi si posługiwał, miejsce jego mieszkania oraz ludzie, którzy z nim przebywali. Przymusowe osamotnienie było wynikiem zaci gni tej według prawa nieczysto ci⁴.

Samotno ci do wiadczał tak e ludzie powołani przez Boga do szczególnego zadania, jak prorok Jeremiasz i w. Jan Chrzciciel. Cała Ksi ga Jeremiasza opisuje losy proroka, który z Bo ego polecenia nie zało ył rodziny, a z powodu wypełniania zleczonej mu przez Boga misji napominania ludu musiał y w osamotnieniu, odrzucany przez innych, na co sam si skar ył (Jr 15-16). Jeremiasz w swoim poło eniu szukał pomocy u Boga, ufaj c w Jego pomoc i opiek . Cz sto jednak do wiadczał poczucia opuszczenia wobec przeciwno ci. Równie ostatni starotestamentalny prorok, Jan Chrzciciel, ył w osamotnieniu z powodu Bo ego wezwania. W jego przypadku samotno polegała na yciu na pustyni, gdzie miał karmi si szara - cz i miodem. Było to przygotowanie do misji, któr było głoszenie przyj cia Mesjasza do swego ludu (J 1; Łk 3). Pustynia osamotnienia w. Jana Chrzciciela miała doprowadzi go do pó niejszego udzielania chrztu nawrócenia, gromadzenia uczniów, ogłoszenia przyj cia Zbawiciela – Baranka Bo ego, oraz m cze skiej mierci⁵.

Samotno ci podczas pobytu na pustyni do wiadczył tak e Chrystus (Łk 3,23-38). W interpretacji biblijnej ten czas był dla Niego przygotowaniem do trzyletniej działalno ci publicznej, a dla Jego uczniów wzorem walki z pokusami⁶. Jezus cz sto do wiadczał osamotnienia wynikaj cego z niezrozumienia głoszonej przeze nauki oraz zatwardziało ci serc rodaków, którzy słuchali Jego słów, ale nie

⁴ Por. M. Rosik, *Ofiary przebłagalne: od rytuału do teologii (Kpł 4,1-35; Lb 15,22-31)*, Verbum Vitae, 8 (2005), s. 39.

⁵ Por. M. Wróbel, *wiadectwo Jana Chrzciciela w czwartej ewangelii*, Verbum Vitae, 28 (2015), s. 228.

⁶ Szerzej na temat kuszenia Chrystusa i interpretacji tego biblijnego wydarzenia, zob. D. Gardocki, *Jezus i Jego misja w wietle kuszenia na pustyni*, Warszawskie Studia Teologiczne, 20 (2007), s. 167-178.

chcieli zmieniać swojego życia. Jednocześnie nie w czasie swojej działalności ci Jezus wskazał na wartość samotności, którą podejmuje się ze względu na królestwo niebieskie: „Nie wszyscy to mogą, lecz tylko ci, którym to jest dane. Bo są niezdatni do małżeństwa, którzy z łona matki takimi się urodzili; i są niezdatni do małżeństwa, których ludzie takimi uczynili; a są i tacy bez ęnni, którzy dla królestwa niebieskiego sami zostali bez ęnni. Kto może, niech podejmie!” (Mt 19,11-12). Chrystus wskazywał, że obok życia małżeńskiego, które jest pierwotnym powołaniem człowieka, istnieje także powołanie do życia samotnego, które nie jest ucieczką, lecz po prostu wycieniem dla wyższych celów. W takim rozumieniu będzie podejmowane życie samotne w Kościele – dla realizacji drogi rad ewangelicznych⁷.

Analizując poszczególne fragmenty Pisma Świętego można odnieść wrażenie, że raz przedstawiana jest ona jako coś złego, a innym razem jako coś dobrego. Obejmuje jednak całość ciowego biblijnego spojrzenia na temat samotności⁸. Należy stwierdzić, że nie jest ona czymś złym. Człowiek do wyprawienia pustyni jest potrzebny aby przygotować się do pełnienia misji zleczonej przez Boga, albo do wyjazdu Jego szczególnej obecności w życiu. Człowiek został stworzony jako istota tworząca relacje, jednak podstawową z nich jest dialog ze Stwórcą. Ludzie do wyjazdu prawdziwego osamotnienia gdy oddalają się od Boga⁹.

3. Samotność jako forma życia

W pierwszych wiekach chrześcijaństwa przez ładowania wyznawców Chrystusa były bardzo częste. Dla wielu wyznawców Chrystusa oddanie życia za wiarę było czymś bardzo pożądanym i stanowiło najwyższą wartość. Przez przelanie krwi męczennik w

⁷ Por. P. Warchoła, *Zbawczy wymiar samotności oraz jej konsekwencje dla chrześcijanina*, Zeszyty Naukowe Centrum Badań im. Edyty Stein – Wobec Samotności, 12 (2014), s. 39-40.

⁸ Motyw samotności człowieka i jego modlitwy do Boga (czasem w formie skargi), który nigdy nie opuszcza swoich wiernych, podejmują również inne fragmenty biblijne, nieopisane szerzej w treści artykułu, jak. np. Księga Psalmów (Ps 22; 69) oraz Księga Hioba (Hi 2).

⁹ Por. J.O. Sanders, *Facing Loneliness: the starting point of a new journey*, Grand Rapids 1988, s. 51-58.

doskonały sposób na ładował Zbawiciela i stawiał si Jego wiadkiem wobec ludzi¹⁰. Po ogłoszonym w 313 r. tzw. edykcje mediola - skim, który zrównał chrze cija stwo z innymi religiami Cesarstwa Rzymskiego, czas wielkich krwawych prze ładowa si sko czył. W takich okoliczno ciach wielu wyznawców Chrystusa szukało innej drogi dla osi gni cia doskonało ci ycia. Szukaj c uzasadnienia w słowach Chrystusa (przywołanych wy ej) zacz ła rozwija si idea ucieczki od wiata, polegaj ca na samotno ci poł czonej z modlitw i ascezy¹¹. W ten sposób narodził si monastycyzm, który mo na okre li jako form ycia ukierunkowan na osi gni cie dóbr duchowych oraz zbawczych. Sam termin pochodzi od greckiego słowa *monos* tłumaczonego jako samotny, sam (w przyszło ci b dzie to ródłostów dla poj cia *monachos* – mnich). Sama forma takiego ycia jest starsza od chrze cija stwa i wi zała si z pewn pogard dla ycia doczesnego, materialnego i afirmacji ycia duchowego w ubóstwie, czysto ci, umartwieniu i kontemplacji¹².

Za twórca monastycyzmu chrze cija skiego uwa a si w. Antoniego, nazywanego ojcem mnichów. Pod wpływem duchowego do wiadczenia, poszukuj c wi kszej doskonało ci ycia, postanowił sprzeda maj tek oraz zerwa zwi zki ze wiatem. Pocz tkowo ył w pobli u rodzinnej wioski w Egipcie, by korzysta jeszcze z rad do wiadzonego starca. Pó niej zamieszkał w opuszczonym rzymskim forcie by w ko cu osi na pustyni. Jego ycie samotne polegało przede wszystkim na modlitwie, pracy, pokucie i ascezie¹³. Monastycyzm rozszerzał si w Ko cie le ju za ycia w. Antoniego oraz pó niej, przybieraj c zróżnicowane formy, jak chocia by zgromadzenia anachoretów, cenobityzm, wspólnota bazylijska, formacja

¹⁰ Por. G. Bachanek, *Josepha Ratzingera teologia m cze stwa*, Warszawskie Studia Teologiczne, 25 (2012), s. 141-142.

¹¹ Por. J. Danielou, H.I. Marrou, *Historia Ko cioła*, t. I, tłum. M. Tarnowska, Warszawa 1986, s. 210-211.

¹² Por. K. Skotnicka, *Obraz mnichów w wietle relacji autorów historii ko cielnych wczesnego Bizancjum*, Łódź 2015, s. 50-51.

¹³ Por. K. Biskup, *Istotne elementy duchowo ci pustelniczej w pierwszych wiekach chrze cija stwa*, Łódzkie Studia Teologiczne, 27 (2018), s. 213-216.

rzymska w. Hieronima, czy w późniejszych latach zakony oparte na regule w. Benedykta i innych założyli¹⁴.

Jedną ze specyficznych form życia monastycznego było życie zakonne w Irlandii. Po misji ewangelizacyjnej w. Patryka, która miała miejsce w V w., chrześcijanie irlandzcy szukali formy doskonalszego życia, na wzór męczenników, o których słyszeli, a których nie mogli naśladować ponieważ chrystianizacja dokonała się na ich terenach bez rozlewu krwi. Dla ich potrzeb duchowych pojawiło się życie zielonego męczennika (*glasmarte*), które polegało na oddaleniu się od społeczności do lasu albo w góry i poświęcenie życia na modlitwy i rozmyślanie nad słowem Boga¹⁵. W kolejnych latach pojawił się inny sposób życia monastycznego. Chatki mnichów, przypominające ule, nie były już budowane w odosobnieniu, lecz wokół kościołów. Mnisi nadal mieszkali sami, jednak spotykali się w jednym miejscu na modlitwie a później także na posiłkach. Kolejne lata przyniosły następne zmiany i przejście do życia we wspólnotach klasztornych pod jednym dachem¹⁶.

W rodowisku mnichów irlandzkich od VI w. zaczęły powstawać księgi pokutne (*liber poenitentiales*), czyli zbiory pokut nakładanych na penitentów podczas spowiedzi. Jest to cenne źródło do poznania praktyki indywidualnej pokuty, która wywodzi się z Wysp Brytyjskich oraz materiał na temat życia religijnego i społecznego chrześcijanów wczesnym średniowieczu¹⁷. Poniżej zostaną przytoczone i zanalizowane fragmenty (tekst krytyczny oraz tłumaczenie polskie) penitencjałów poruszające zagadnienia samotności.

¹⁴ Por. M. Kanior, *Monastycyzm chrześcijański: geneza, formy, cel*, Peregrinus Cracoviensis, 1 (1995), s. 24-29.

¹⁵ Por. J. Strzelczyk, *Iroszkoci w kulturze średniowiecznej Europy*, Warszawa 1987, s. 38-39.

¹⁶ Por. T. Cahill, *How the Irish saved civilization*, New York 1996, s. 152-156.

¹⁷ W późniejszych wiekach penitencjały powstawały także na kontynencie europejskim, w Galii, Italii oraz Hiszpanii. Szerzej na temat ksiąg pokutnych, zob. J. McNeill, and H.M. Gamer, *Medieval handbooks of penance: a translation of the principal libri poenitentiales and selections from related documents*, Columbia 1990.

W jednej z ksiąg pokutnych zatytułowanej *Synodus alia S. Patricii*, datowanej na VII w., znajduje się kanon określający kim jest mnich:

„Monachi sunt, qui solitarii sine terrenis opibus habitant sub potestate episcopi vel abbatis. Non sunt autem monachi sed vactro peritia, hoc est contemptores solliciti ad vitam perfectam in aetate perfecta. Hoc est a viginti annis debet unusquisque constringi non adtestando sed voto perficiendo, ut est illud, *unusquisque sicut proposuit corde suo faciat*, et ut *vota mea reddam in conspectu Domini*, et reliqua; quo voto vivitur, situs locorum coartat, si superabundantia in omnibus devitetur in vita, quia *in frigore et nuditate, in fame et siti, in vigiliis et ieiuniis vocati sunt*”.

„Mnichami są ci, którzy mieszkają samotnie bez ziemskich bogactw pod władzą biskupa lub opata. Nie są mnichami, lecz jakby pielgrzymami, którzy niewzruszenie dążą do doskonałego życia w doskonałym czasie. Taki od 20 roku życia ascetycznego modli się, *ka dy, niech czyni tak jak przedstawił w swoim sercu, i moje modlitwy przedstawi przed Panem*, itd. Powinien być twardy w modlitwie, ograniczony miejscem jeżeli pycha w życiu będzie omijana, ponieważ *zostali powołani do chłodu, nagości, głodu, pragnienia, czuwania i postów*”¹⁸.

Autor penitencjału podaje zwięzłą definicję mnicha. Jest to człowiek, który wiadomie decyduje się prowadzić życie samotne, rezygnując z ziemskich wygód, postanawia realizować ewangeliczne nakazy bez względu na wszystko, zostawienia wszystkiego. Przełożonym mnicha jest opat lub biskup (człowiek pełniący te w klasztorach iroszkockich były funkcje), który decyduje o życiu podwładnego. W tym kontekście samotność ma być drogą mnicha, która doprowadzi go do zbawienia.

¹⁸ *Synodus alia S. Patricii*, 17, tłum. B. Frontczak: *Drugi synod w tego Patryka*, w: *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 67.

Inna księga pokutna, *Poenitentiale Pseudo-Cummaeani*, datowana na VIII w., która we wstępie autora zawiera opis dwunastu sposobów nawrócenia (odpuszczenia grzechów), mówi tak o jednym z kanonów o sposobie życia samotnym :

„Decima, conversio et salus aliorum, Iacobo confirmante: Qui converti fecerit peccatorem ab errore viae suae, salvabit animam eius a morte, et operit multitudinem peccatorum suorum. Sed melius est tibi ut infirmus fueris et vitam solitariam ducere, quam perdere cum plurimis”.

„Dziesiątka: nawrócenie i ocalenie innych, o czym świadczył Jakub: Kto nawróciłby grzesznika z błędnej jego drogi, ocali jego duszę od śmierci i zgładzi wiele swych grzechów. Jednak lepiej dla ciebie, byś był zdrowy i prowadził życie samotnie, niż je utracił z wieloma”¹⁹.

Pośród dwunastu sposobów nawrócenia²⁰ znajduje się także przytoczony powyżej, który wprost mówi o tym, że lepiej jest żyć w odosobnieniu, by w ten sposób unikać okazji do grzechu niż, żyjąc w świecie, narażać się na upadek. Ten kanon może być również odniesiony do życia mniszego – mnisi rezygnowali z życia w świecie, by poświęcić się poszukiwaniu wiary w życiu samotnym.

4. Samotność jako forma pokuty

Jak pokazano powyżej samotność była formą życia mniszego, która miała pomóc mnichom w dążeniu do osobistej wiary w to przed doskonałymi naśladowaniem Zbawiciela i realizacji Jego nakazów. Analiza penitencjałów wskazuje, że w niektórych wypadkach czaso-

¹⁹ *Poenitentiale Pseudo-Cummaeani*, Wstęp, 11, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Pseudo-Kummeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 87.

²⁰ Motyw dwunastu sposobów albo dróg odpuszczenia grzechów (nawrócenia) był powtarzany także w innych penitencjałach oraz dokumentach starożytnych. Szerzej na ten temat, zob. M. Kieling, *Dwanaście sposobów odpuszczenia grzechów? Praktyka pokutna wczesnośredniowiecznego Kościoła na podstawie „Penitencjału Egberta”*, *Teologia Praktyczna*, 13 (2005), s. 83-95.

we b d do ywotnie odosobnienie mogło by tak e form pokuty. Rodzaj nakładanego zado uczynienia zale ał od popełnionego grzechu. Ni ej dokonana zostanie analiza kilku kanonów, które zakładały zadanie odosobnienia. W ksi dze *Paenitentiale Cordubense*, pochodz cej z pocz tku XI w., w nawi zaniu do biblijnego fragmentu mówi cego o domaganiu si zwrotu nale no ci (Pwt 15,1-18), znajduj si takie zapisy:

„Qui repetit auferenti quae sua sunt Deum contra interdictum, tribuat indi gentibus quae repetivit, pro quibus Dominus dicit: *Venite, benedicti patris mei et cetera*. Iste talis quanto tempore sic mansit, tanto tempore sic vivat nullatenus leto. Sin autem, abscidatur, si autem, paenitentiae tempore, quia vivit in contradictione steterit tanto in paenitentia semotus vivit”.

„Kto domaga si zwrotu od tego, kto od niego po yczył, wbrew nakazowi Pana, niech rozda [potrzebuj cym], co odzyskał; o nich mówi Pan: *Przyjd cie, błogostawieni Ojca Mego* itd. Ów człowiek, jak długo takim pozostaje, tak długo winien y w uni eniu. W przeciwnym razie nale y go odrzuci . Je li [czynił to] w okresie pokuty, poniewa ył w sprzeczno ci, tak długo niech pokutuje w samotno ci”²¹.

Człowiek, który domaga si zwrotu nale no ci (chocia słusznie mu si ona nale y), sprzeciwia si Panu, który troszczy si o ubogich i biednych (by mo e chodzi wi c o natarczywe naleganie o zwrot od tych, którzy nie s w stanie jeszcze odda nale no ci, ale nie jest to precyzyjnie okrelone). Najpierw człowiek taki wezwany jest do rozdania potrzebuj cym tego, co zostało mu zwrócone. Gdyby dopu cił si czynu uwa anego za grzeszny w okresie pokuty (prawdopodobnie chodzi o okres pokuty liturgicznej), zostaje odesłany na ycie w odosobnieniu. Kar mo na uwa a za surow , bo

²¹ *Paenitentiale Cordubense*, 85-87, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Ksi ga Pokutna z Kordoby*, [w:] *Ksi gi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 444.

nakazuje człowiekowi zmianę formy życia, bez określenia, czy będzie to odosobnienie czasowe czy dożywotnie.

Podobna karę odosobnienia nakłada w określonych okolicznościach wspomniana wyżej księga *Poenitentiale Pseudo-Cummaeani*:

„Si quis laicus per ignorantiam cum haereticis communicaverit, stet inter catechumenos, id est, separatus ab ecclesia XL diebus, et aliis XL in eremis poeniteat, et sic culpam suam diluat. Si vero postquam illi sacerdos praedicaverit, ut cum haeretico non communicaverit, et iterum fecerit, uno anno poeniteat, et tribus Quadragesimis, et tribus annis abstineat se a vino et carne”.

„Gdyby wiecki nie wiadomie przyjął komunię z heretykami, niech stoi w ród katechumenów, czyli odłączony od Kościoła na 40 dni, kolejne 40 niech pokutuje w odosobnieniu i w ten sposób obmyje swe winy. Gdyby później kapłan uczył go, by nie przyjmował komunii z heretykami, a on znów by to zrobił, niech pokutuje rok, 3 czterdziestnice i 3 lata żyje bez wina i mięsa”²².

Pierwsze wieki chrześcijaństwa związane były z istnieniem licznych herezji. Błąd w wyznawaniu wiary dotarł także na Wyspy Brytyjskie, dlatego konieczna była troska o czystość doktryny. Temu zagadnieniu również poświęcono uwagę w *libri poenitentiales*. Człowiek wiecki, który przyjąłby komunię u heretyków, a więc uczestniczyłby w heretyckim kulcie, skazywany był na 80 dni pokuty, z czego 40 miał przeżyć w odosobnieniu. Można się domyślać, że taka nakazana samotność miała być czasem refleksji nad wiarą i służyć jej umocnieniu i oczyszczeniu. Być może pokutującemu towarzyszył przewodnik czuwający nad procesem odnowienia.

Chrześcijaństwo, którzy wsłuchiwali się w pouczenia Chrystusa, chcieli żyć w pokoju, unikać wojen i konfliktów, starali się by wszystkich traktować jak braci. Jednak spory, także zbrojne, były obecne w dziejach ludzkości niemal od samego początku, dlatego

²² *Poenitentiale Pseudo-Cummaeani*, XI, 18, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Pseudo-Kummaeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 107.

zdarzały si sytuacje, gdy uczestnictwo w wojnie było konieczno ci równie dla wyznawców Chrystusa. Z tego powodu w penitencjałach znajduj si kanony, które odnosz si do sytuacji zwi zanych z grzechami dokonanyi podczas wojny lub w szerszym rozumieniu zwi zanyi z przemoc . Przykładem s dwa fragmenty z datowane-go na VII w. *Poenitentiale Cummaeani*:

„Qui praebent ducatum barbaris, XIII annos poeniteant, si tamen non accederit stragis christianorum, sin vero, relictis armis, usque ad mortem, mundo mortui Deo vivant”.

„Ci, którzy słu w wojsku barbarzy ców winni pokutowa 14 lat, je li nie doszło do rzezi chrze cijan, w innym razie a do mierci, bez broni, jako zmarli dla wiata, winni y dla Boga”²³.

„Qui homicidium odii meditatione facit, relictis armis usque ad mortem mortuus mundo vivat Deo. Si autem post vota perfectionis, cum peregrinatione perenni mundo moriatu”.

„Kto popełni zabójstwo z rozmy lnej nienawi ci, ma zło-y bro i jako umarły dla wiata y dla Boga. Je li jest po lubach, niech b dzie umarły dla wiata na do ywotnim wygnaniu”²⁴.

Chrze cijanin d cy do pokoju stawał czasem przed dylema-tem uczestnictwa w wojnie. By mógł w niej uczestniczy , musiała to by wojna uzasadniona (np. przez obron wiary lub terytorium pa-stwa). Dopuszczony był udział w wojsku prawowitego władcy, nigdy za w wojsku barbarzy skim. Ka de zabójstwo, lub inny akt przemocy, były traktowane jako grzech, jednak okoliczno ci, w jakich

²³ *Poenitentiale Cummaeani*, IX, 13, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Ksi ga pokutna Kummeana*, [w:] *Ksi gi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 81.

²⁴ *Poenitentiale Cummaeani*, IV, 5-6, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Ksi ga pokutna Kummeana*, [w:] *Ksi gi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 76.

ich dokonano, wpływały na wielko pokuty. Gdy popełniono najcięższe zbrodnie, a więc jak wspomniano, rzeź chrześcijan przez wojsko barbarzyńskie, lub zabójstwo z nienawiści, wtedy penitencjał przewidywał dożywotni karę odosobnienia (określonego jako śmierć dla świata – życie dla Boga). Choć księgi nie podają szczegółów, można domyślać się, że taki pokutnik prowadził życie na wzór mnicha, a nie białego mnicha. Swoją czas powinien on poświęcić na modlitwę, pracę oraz ascezę. Zapewne osoba taka nie żyła w klasztorze, lecz w miejscu oddalonym od społeczności, w którym sama wyhodowała lub znalazła w lesie. Nie wiemy czy opisane przypadki były częste, jednak skoro zostały uwzględnione w księgach pokutnych, to należałyby przypuszczać, że miały miejsce.

W księgach pokutnych znajdują się także zapisy mówiące o pokucie nakładanej na mnichów. Można by wydawać się paradoksem, że na tych, którzy żyli samotnie, mogła zostać nałożona pokuta w formie odosobnienia. Przykładem tego jest księga *Poenitentiale Egberti*, datowana na VIII w.:

„Si quis monachus sanctionem regulae violaverit, et contra usum veterum, vesci carnibus praesumpserit, per sex mensium spatium retrusioni et poenitentiae subiacebit”.

„Gdyby jakiś mnich naruszył więc reguły i wbrew staremu zwyczajowi żył sobie, niech się podda pokucie i odosobnieniu na okres 6 miesięcy”²⁵.

Również w księgach *Poenitentiale Cummaeani* znajdują się dwa zapisy, zgodnie z którymi na mnicha popełniającego cwał przestępstwa nałożona została pokuta odosobnienia:

„Fratrem cum furore maledicens, et ei cui maledixerit placat, et VII diebus cum pane et aqua vivat remotus”.

²⁵ *Sancti Egberti Eboracensis archiepiscopi poenitentiale libri V, V, 28*, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Penitencjał w. Egberta arcybiskupa Yorku w pięciu księgach*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 244.

„Gdy kto gwałtownie brata przeklina, to niech załagodzi tego, kogo przeklinał i pozostanie 7 dni w odosobnieniu, o chlebie i wodzie”²⁶.

„Qui causa invidiae detrahit, vel libenter audit detrahentem, IIIIor diebus cum pane et aqua separetur ieiunet”.

„Kto z powodu zawiści rzuca oszczerstwa na kogoś lub ktoś nie słucha oszczerstw, winien po nim w odosobnieniu 4 dni o chlebie i wodzie”²⁷.

Dogłębna lektura ksiąg pokutnych pozwala stwierdzić, że we wczesnym średniowieczu chrześcijanom, a szczególnie mnichom, towarzyszyło wielkie pragnienie wycofania się do samotności. Paradoksalnie, mimo że w tym czasie nakładano pokuty, które z perspektywy obecnych czasów wydają się bardzo wymagające i czasem wręcz niemożliwe do spełnienia. Taką rolę w tym czasie odegrała pokuta odosobnienia, która na mnicha, który przeciekał się w samotności. Wydaje się jednak, że zadanie uczynienia sprowadzało się w tym przypadku do ograniczenia spotkań z innymi mnichami podczas wspólnych modlitw lub posiłków przez określony czas, albo do przebywania w pustelni oddalonej od mniszej siedziby. Księża nie precyzują formy odbycia pokuty. Z pewnością ten czas miał być poświęcony na wywyższenie i dłuższe modlitwy z rozmyślaniami nad drogą osobistego uświęcenia.

Podsumowanie

Księża pokutne, będące zbiorami pokut nakładanych przy okazji popełnienia grzechów, są takimi cennymi źródłami dostarczającymi informacji na temat życia chrześcijan we wczesnym średniowieczu. Penitencjały powstawały najpierw w środowisku klasztorów iroszkockich, dlatego pozwalają odtworzyć niektóre aspekty życia mniszego.

²⁶ *Poenitentiale Cummaeani*, IV, 12, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Kummeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 76.

²⁷ *Poenitentiale Cummaeani*, VIII, 8, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Kummeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 78.

Mnisi byli ludźmi decydującymi si ę dobrowolnie na życie samotne, że wiadomo ci, że jest to droga oparta na ewangelicznym wezwaniu do wi ę to ci. Samotno ść rozpatrywana w tym kontekście nie jest czym ę złym i dramatycznym, jak dzisiaj często bywa przedstawiana. Jest ona wiadomym wyborem – rezygnacją z życia światowego i poświęceniem si ę w wi ęszym stopniu modlitwie, pracy i umartwieniom. Obok życia rodzinnego, życie samotne jawi si ę jako jedna z form realizacji osobistego powołania do wi ę to ci.

Wspomniane penitencjały zaczęły powstawać od VI w. w środowisku mnichów irlandzkich, pó ńniej także w ośrodkach na kontynencie europejskim. W zbiorach („taryfikatorach”) pokut znajdują si ę ró żne formy nakładanego podczas spowiedzi zadania uczynienia. Jedną z nich było przymusowe odosobnienie, które mogło by ę zadane zarówno osobie świeckiej jak i mnichowi. Długą pokutę zalecała od rodzaju popełnionego przewinienia.

Nie znajdujemy dokładnie określonego przebiegu odbywanej w samotności pokuty. Można jednak przypuszczać, że była ona czasem poświęceniem na modlitwę, poświęceniem rozmyślanie oraz prac i umartwienie. Chocia ę taki rodzaj samotności był kar ę, nie można go uważać za coś złego. Mógł on bowiem pomóc w odnalezieniu właściwej drogi prowadzącej do zbawienia – celu każdego człowieka, nie tylko średnio-wiecznego mnicha.

Streszczenie:

Samotność bywa wielorako rozumiana we współczesnym świecie. Najczęściej jest ona kojarzona negatywnie. Bardzo często powtarza si ę opinia, że ludzie są istotami społecznymi i samotność jest dla nich stanem obcym. Z perspektywy chrześcijańskiej samotność nie powinna by ę uważana za coś złego. W niniejszym artykule autor chce ukazać samotność w kontekście teologicznym. Głównym celem opracowania jest przedstawienie dwóch ujęć samotności – jako formy życia oraz jako formy nakładanej pokuty w świetle ról, jakie są jej pokutne. Metoda zastosowana w tekście to analiza i interpretacja wybranych kanonów pochodzących z penitencjałów. Dla przejrzystości artykuł został podzielony na trzy główne części z poprzedzającym wstępem oraz podsumowaniem. Na początku autor zarysował biblijne rozumienie samotności. W następnym punkcie

ukazana została samotno jako forma życia w kontekście chrześcijańskiego monastycyzmu. Ostatni paragraf poświęcony został omówieniu wybranych kanonów z ksiąg pokutnych, w których formą nakładanej pokuty było odosobnienie grzesznika.

Słowa kluczowe: pokuta, księgi pokutne, mnisi irlandzcy, monastycyzm, samotność

Summary:

Loneliness as a form of life and a form of penance according to penitential books – an analysis of selected canons

Loneliness is understood in many ways in the contemporary world. Most often it is associated negatively. The opinion that people are social creatures and that loneliness is a foreign state is often repeated. From a Christian perspective, solitude should not be considered a bad thing. In this article, the author wants to show loneliness in a theological context. The main aim of the study is to present two approaches to loneliness – as a form of life and as a form of imposed penance according to penance books. The method used in the text is the analysis and interpretation of selected canons from penitential books. For the clarity, the article has been divided into three main parts with a preceding introduction and a summary. At first, the author outlined the biblical understanding of loneliness. In the next section, loneliness is presented as a form of life in the context of Christian monasticism. The last paragraph is devoted to the discussion of selected canons from the penitential books, in which the form of penance imposed was the seclusion of the sinner.

Keywords: penance, penitential books, Irish monks, monasticism, loneliness

Bibliografia:

Bachanek G., *Josepha Ratzingera teologia męceństwa*, Warszawskie Studia Teologiczne, 25 (2012), s. 141-154.

Biskup K., *Istotne elementy duchowości pustelniczej w pierwszych wiekach chrześcijaństwa*, Łódzkie Studia Teologiczne, 27 (2018), s. 211-231.

Cahill Th., *How the Irish saved civilization*, New York 1996.

Danielou J., Marrou Henri Irene, *Historia Kościoła*, t. I, tłum. M. Tarnowska, Warszawa 1986.

Gardocki D., *Jezus i Jego misja w świetle kuszenia na pustyni*, *Warszawskie Studia Teologiczne*, 20 (2007), s. 167-178.

Homer, *Iliada*, tłum. K. Jędraszewska, Warszawa 2005.

Horacy, *Dzieła wszystkie*, tłum. A. Lam, Warszawa 2019.

Kanior M., *Monastycyzm chrześcijański: geneza, formy, cel*, *Peregrinus Cracoviensis*, 1 (1995), s. 20-32.

Kieling M., *Dwanaście sposobów odpuszczenia grzechów? Praktyka pokutna wczesno średniowiecznego Kościoła na podstawie „Penitencjału Egberta”*, *Teologia Praktyczna*, 13 (2005), s. 83-95.

McNeill J. Gamert H. M., *Medieval handbooks of penance: a translation of the principal libri poenitentiales and selections from related documents*, Columbia 1990.

Pismo wiary Starego i Nowego Testamentu (Biblia Tysiąclecia), wyd. 5, Poznań 2014.

Paenitentiale Cordubense, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga Pokutna z Kordoby*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 429-454.

Poenitentiale Cummaeani, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Kummeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 70-85.

Poenitentiale Pseudo-Cummaeani, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Księga pokutna Pseudo-Kummeana*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 86-114.

Sancti Egberti Eboracensis archiepiscopi poenitentiale libri V, tłum. A. Baron, J. Łukaszewska-Haberko, H. Pietras: *Penitencjał w Egberta arcybiskupa Yorku w pięciu księgach*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 201-245.

Synodus alia S. Patricii, tłum. B. Frontczak: *Drugi synod w tego Patryka*, [w:] *Księgi pokutne*, red. A. Baron, H. Pietras, Kraków 2011, s. 65-69.

Rosik M., *Ofiary prześlągalne: od rytuału do teologii* (*Kpł 4,1-35; Lb 15,22-31*), *Verbum Vitae*, 8 (2005), s. 31-49.

Sanders J. O., *Facing Loneliness: the starting point of a new journey*, Grand Rapids 1988.

Skotnicka K., *Obraz mnichów w wietle relacji autorów historii ko cielnych wczesnego Bizancjum*, Łód 2015.

St pie P., *Pokonanie samotno ci „Adama” przez stworzenie kobiety*, „Warszawskie Studia Teologiczne”, 14 (2001), s. 9-27.

Strzelczyk J., *Iroszkoci w kulturze redniowiecznej Europy*, Warszawa 1987.

Warchoł P., *Zbawczy wymiar samotno ci oraz jej konsekwencje dla chrze cijanina*, *Zeszyty Naukowe Centrum Bada im. Edyty Stein – Wobec Samotno ci*, 12 (2014), s. 37-43.

Wróbel M., *wiadectwo Jana Chrzciciela w czwartej ewangelii*, *Verbum Vitae*, 28 (2015), s. 213-233.

Kwestie do wiadczenia izolacji przez ludzi oparte na różnych sposobach formowania relacji i ich deficytu

Wprowadzenie

Jako naszych wiążących decyduje o tym, kim w życiu jesteś, jak się czujemy i co robimy. Określając izolację społeczną możemy rozpatrywać w kategorii zaburzenia w sferze naszego funkcjonowania społecznego, nieumiejętności interpersonalnych lub zakłóconych kontaktów z innymi ludźmi. Poczucie osamotnienia odzwierciedla się silnym pragnieniem, tęsknotą za brakiem relacji z drugim człowiekiem, czy w poczuciu albo wywołanym rozstaniem lub utratą kogoś. Trudno jest porozumiewać się, wynika z nieumiejętności wyrażania siebie oraz w sytuacjach, kiedy to ludzie zamykają się na innych, poprzez własne schematy przekonania i uprzedzenia. Obawy przed trudnymi w nawiązaniu relacji, często są nam dobrze znane i wydają się proste do zlokalizowania, a utrudnienia mogą być w nas samych, innych ludziach lub czynnikach od nas niezależnych. Do wiadczenia związane z izolacją społeczną wzmocniają niepewność, postawę do rezygnacji i przekonanie o niskim poczuciu własnej wartości. Często, kiedy człowiek przedziurawia się przed sobą za dobrami materialnymi, to jest sprawcą nakręcania sobie przeróżnych niekorzystnych dla siebie sytuacji i ograniczeń, które osłabiają go i powodują chwiejność postaw życiowych. Wiąże z konsumpcyjnym trybem życia, powoduje to, że człowiek staje się narzdzem w rękach nieuczciwej i bezwzględnej selekcji, która stawia przed nim wysokie wymagania, warunki funkcjonowania i granice, których nie jest w stanie podjąć, wpędzając się w różne niekorzystne sytuacje społeczne, skomplikowane stany psychiczne, ograniczenia ekonomiczne i beznadziejne relacje społeczne.

1. Problematyka do wiadczenia izolacji przez ludzi

Wycofanie społeczne spowodowane jest niechęcią do życia z innymi ludźmi. Towarzyszy temu zjawisku silne przeżycie związane z

brakiem przydatności, stresem, wyczerpaniem psychologicznym, trudnościami w nawiązaniu relacji lub utratą kontroli nad własnym życiem. Pracujcie nad własnym wyposażeniem w sferze wartości duchowych, lepiej rozumiemy świat i prawa nim rządzące. Odnosząc się do postępowania ludzkiego, zwiastanego z różnego rodzaju społecznymi wykluczeniami, przytocz słowa wiaty tego Charbela, który był mistrzem w opanowaniu samotności, a do życia wystarczyła mu tylko mała cela. Słowa te brzmią następująco: „e ka dy człowiek sam sobie robi drewno, wrzuca je do ognia, roznieca płomień i wskakuje do ognia, które sam sobie rozpala i do tego jeszcze zastanawia się nad tym, dlaczego się oparzył. Ludzkość jest zagubiona, człowieka dotykają wewnętrzne zaburzenia i choroby duszy, a świat płonie. Ludzie zagubili się siedząc na skarbach, które sami zakopali i są nieszczęśliwymi właścicielami własnej duchowości, a martwi szczują przepychem własnych grobów¹”.

Charbelowi chodziło o to, że człowiek nie umie spotykać z korzyścią dla siebie własnej energii, a uwagę kieruje na niekorzystne rzeczy, które nie sprzyjają jego życiu i rozwojowi duchowemu. Ludzie stali się w nawiązaniu własnego dążenia do przepychu, którzy uważają za najważniejszy cel życiowy, a do tego przechwalają się swoim luksusem i osiągnięciami. Samotność, którą opanował wiaty Charbel, była nadprzyrodzoną umiejętnością wsłuchiwania się we własne myśli, sumienie, wolę i intuicję. Rozpoznawalnym znakiem duchowości arabskich Maronickich mnichów, do których należał wiaty Charbel, było wewnętrzne pragnienie odosobnienia. Słowo pustelnik po arabsku oznacza habiss, czyli wiaty, kto izoluje się w celi, czuwając nad swymi zmysłami i myśłami z wielką starannością.

Rodzaj samotności, który często kojarzy nam się z odosobnieniem i smutkiem, spowodowany jest przez odrzucenie i lekceważenie innych, a wywołany przez celowe zachowania. Odczuwanie samotności w takiej postaci, kojarzy się nam z byciem niechcianym, odsuniętym i odrzuconym, nawet wtedy, kiedy przebywamy wśród ludzi. Przyczyną poszukiwania akceptacji u innych osób, jest brak poczucia przynależności, miłości, uwagi, zrozumienia i bliskości

¹ R. Nadera, *Wiaty Charbel. Orędzie z nieba*, Wyd. AA, Kraków 2013, s.71.

przez swoich najbliższych. Paul Walzalawick, badacz zajmujący się pragmatyką ludzkiej komunikacji, twierdził, że nie ma większego utrapienia dla człowieka, niż umieszczenie go w świecie, w którym ma on możliwość robienia wszystkiego, co tylko chce, lecz nikt nie dostrzega jego istnienia. Taki stan oznacza potępienie i umieranie. Kiedy udajemy się do jakiegoś miejsca i wchodzimy tam orientujemy się, że zostaliśmy potraktowani tak, jakby nas nie było, jakby my nie istnieli, to czujemy się z tym źle². Lekceważenie innych jest działaniem, które wpływa niekorzystnie na relacje, a jednak często stosowanym. Deficytem w nawiązaniu relacji międzyludzkich, jest brak umiejętności zachowania się w danej sytuacji, świadomości o braku wprawy lub czyjejś niewiedzy związanej z wyrażaniem siebie, która artykułuje się niezahartowanymi postawami do życia lub słabymi zdolnościami do podejmowania decyzji i działań. Przyczyną oddalania się od innych ludzi, jest wzmacnianie niekorzystnych przekonań w sobie, które są przejawem naszej pychy, narcyzmu, przekonania projekcyjnych i do wiadczeń o poczuciu krzywdy. Człowiek czasami nie zastanawia się nad destrukcyjnymi schematami w relacjach interpersonalnych i wchodzi bez przyjrzenia się w różne niekorzystne stany, do których należy skrajna desperacja, izolowanie się, zawiść, zazdrość, niechęć, wrogość do innych, agresywne nastawienie i wycofywanie, co utrudnia lub uniemożliwia nawiązanie zdrowych więzi międzyludzkich. Czasami to my sami własnymi postawami do życia, możemy wielu ludzi do nas zrazić, przyciągnąć lub odbić tylko przechodzili obok innych ludzi niezauważeni. Rozwój technologii sprawia, że żyjemy w szybkim tempie, gonimy za dobrami materialnymi i rzadziej skupiamy się na drugim człowieku. Bardzo często to jednostki, które są nieproduktywne wypadają z tego biegu. Nasze relacje przekuwamy na korzyść i pieniądze ucząc się różnych technik manipulacji i udawania, zapominając o tym, że żyjemy obok nas innych ludzi.

Znaczącym problemem współczesnego świata, jest izolacja społeczna, a wielu ludzi cierpi z powodu samotności i opuszczenia. Samotność sama w sobie, może działać pozytywnie na człowieka,

² P. Scquizzato, *Kłamstwo iluzji. Siedem grzechów głównych, między duchowością, a psychologią*, Wyd. W drodze, Poznań 2013, s.25.

je eli słu y do wypoczynku, pozbierania my li, uspokojenia si , czy zastanowienia si nad własnym yciem. Człowiek sam nadaje znaczenie własnej samotno ci, która mu towarzyszy w yciu, poniewa czasami potrzebujemy poby sami ze sob . Człowiek ma takie momenty, e bardziej dla niego warto ciowa jest samotno , ni bycie w relacji z innymi lud mi, które mog szkodzi lub b d powodem ró nych zaburze funkcjonowania, jak, np. współuzale nienie. Collette Dowling pisał, e stosunki mi dzy lud mi s jak taniec, pomi dzy osobami, które ł czy wzajemny stosunek, przepływa w obie strony, wyczuwalny strumie energii. Niektóre stosunki powoduj powolny i ponury taniec mierci. Earnie Larsen, współuzale nienie, definiuje jako, wyuczone autodestrukcyjne zachowania lub wady chrakteryzuj ce si upo ledzon zdolno ci do inicjowania zwi zków mi dzyludzkich i brak zdolno ci do uczestniczenia w nich³.

Z praktyki terapeutycznej wynika, e współuzale nienie wzmacnia stany niepewno ci, zniech cenia, wyczerpania i bezradno ci, które mog prowadzi do wycofywania, izolacji i osamotnienia. W takiej sytuacji, nie ma si na nic ochoty, a najlepszym rozwi zaniem, jakie przychodzi na my l, jest poszukiwanie miejsca, po to by zaszy si w samotno ci. Powodem osamotnienia w rodzinie mo e by problem współuzale nienia, który wyra a si poprzez unikanie kłótni z partnerem i szukanie sposobu na uspokojenie si . ycie w zwi zku z problemem współuzale nienia, tak naprawd znaczy ycie z kim , ale osobno, poniewa relacje partnerskie maj charakter niszczyielski i toksyczny, a partnerzy z reguły unikaj siebie i nie podejmuj konfrontacji. Osoba do wiadczej ca współuzale nienia, wpada w pułapk braku kontroli nad kierowaniem własnym yciem, d y do kontrolowania partnera za wszelk cen i wykazuje si zachowaniami nadopieku czymi, a ludzie ze sob yj niy razem, ale na odległych przestrzeniach rzeczywiście ci. Słowa te, mo na odnie do cytatu, e je li nie dajemy, to nie b dzie nam dane, je li nie kochamy to nie b dziemy kochani, je li nie wybaczymy, zło nie zosta-

³ B. Melody, *Koniec współuzale nienia*, Wyd. Media Rodzina, Pozna 2003, s.48

nie nam wybaczone, je li nie oka emy miłosierdzia innym, to Bóg nie b dzie miłosierny dla nas⁴.

Nieporozumienia wzmacniają poczucie odrzucenia, unikania siebie i osamotnienia, które mają swoje źródło w braku podstawowej wiedzy na temat zasad komunikacji, rozwiązywania konfliktów, niekompetencji w zakresie ujawniania i docierania do własnych destabilizacyjnych przekonań na temat świata, innych ludzi i funkcjonowania człowieka. Dlatego wskazane jest zdać sobie sprawę z naszych ułomności, a to, co jest oczywiste dla nas, niekoniecznie jest oczywiste dla drugiej osoby, z którą wchodzimy w relacje⁵. Zatem zdrowe relacje, identyfikujemy takim stanem, gdy w związku partnerzy traktują się z szacunkiem i na równi i aden z partnerów nie ma skłonności, by wykorzystywać drugiego i nie ma takiego poczucia, że jest w niego niebezpieczny i jego potrzeby są nadzmiernie.

W programie HALT, jedna z czterech zasad, odnosi się do niechęci do samotności, podczas próby, jak przechodzi człowiek w momencie wychodzenia z uzależnienia. Proces ten jest wtedy znacznie łatwiejszy, kiedy wspiera nas rodzina, w pracy ludzie są przychylni, a znajomi trzymają za nas kciuki. Trudniej jest odzyskiwać równowagę psychiczną, kiedy zostajemy sami ze sobą, z problemami, które nas przytłaczają i negatywnymi emocjami⁶. Osobowość człowieka uzależnionego od środków psychoaktywnych, powoduje spustoszenie i zaburzenia w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego, który ma swoje przełożenie na życie społeczne, upośledzając funkcjonowanie człowieka na wielu płaszczyznach. Ludzie używający substancji psychoaktywnej, często uciekają od rzeczywistości, ponieważ nie radzą sobie z wyzwaniami, jakie stawia przed nimi świat. Mechanizm iluzji i zaprzeczenia zniekształca rzeczywistość oraz powoduje, że otoczenie staje się mało atrakcyjne. Używanie substancji psychoaktywnych, może stać się drogą ucieczką od cierpienia w sytuacji do wiadcze-

⁴ J. Fulton. Sheen, *My I wla ciwie i yj szcz liwie*, Wyd. Rafael, Kraków 2018, s.322

⁵ M. Florant, O. Florant, *Sztuka wiernej miłości*, Wyd. W drodze, Poznań 2017, s.34.

⁶ Zob. Meszuga, *Alkoholik*, Wyd. WAM, Kraków 2018.

nia nieakceptacji, samotno ci lub poczucia odrzucenia. Doznawanie poczucia samotno ci w uzale nieniu, prowadzi do obni enia własnego samopoczucia, pogł biania si problemów z zakresu zdrowia psychicznego i mo e wzmacnia stany depresyjne. W uzale nieniach maj miejsce zaburzenia wyst puj ce w sferze relacji mi dzyludzkich, które obrazuj si w destrukcyjnej orientacji yciowej, odnosz si do destrukcyjnych schematów relacji mi dzyludzkich, tendencji autodestrukcyjnych i destrukcji systemu warto ci. Nałogowe zachowania prowadz do izolacji społecznej, które s przyczyn wielu problemów i kłopotów rodzinnych. Człowiek uzale niony do wiadczaró nego rodzaju przykro ci w relacjach z lud mi, jak poczucie odrzucenia, ignorowania, poni ania, czy pomniejszania własnego znaczenia, w tej sytuacji za ywanie rodków psychoaktywnych, jest ucieczk od doznawania nieprzyjemno ci i niepowodze . Wła ciw decyzj , jest wyj cie z niszczej dla nas sytuacji, odpuszczanie sobie konfliktów społecznych, by nie marnowa czasu i energii na niszcze nałogowe zachowania, które nie przynosz po ytku, nie wnosz nic warto ciowego w nasze ycie, a s powodem chaosu i zagubienia.

2. Nadawanie znaczenia form wi zi

Wi duchowa z samym sob , jest bardzo wa nym aspektem w yciu człowieka, poniewa odnosi si do metod projektowania i po ytkowania samotno ci. Mamy skarby w rodku, nie potrzebujemy przecie tych wszystkich skarbów, które niszczy rdza czy muł i po które włami si złodzieje i je zniszcz ⁷. Samotno pozwala nam w poszukiwaniu naszej duchowo ci i ułatwia poszukiwanie harmonii ze wiatem, jest to dobry sposób na leczenie nieporz dkowanych my li, niespokojnego umysłu i niszczej liwego ycia. Rozumienie siły wi zi duchowej, mo na uzasadni poprzez podej cie terapeutyczne zwane logo terapi , Viktora Emila Frankla, który wzbogacił prac terapeutyczn o wymiar duchowy nawi zuj cy do Boga, sensu istnienia i sfery prze y ludzkich. Logoterapia ma charakter noetyczny, czyli daj cy si poj rozumem, która ukierunkowana jest na pomoc

⁷ J. Fulton, Sheen, *My l włai ciwie i yj szcze liwie*, Wyd. Rafael, Kraków 2018, s.275

człowiekowi w odnalezieniu i wzmocnieniu sensu ludzkiego życia. Skupiaj ca si na analizie egzystencji człowieka, opisywaniu osobistych mo liwo ci, ponoszeniu odpowiedzialno ci za własne decyzje oraz wolno do własnego wyboru. Frankl w procesie terapeutycznych zmian nawi zywał do rozwoju wiadomo ci, pośl biania poczucia sensu życia i zmian w systemie warto ci. Logoterapia wskazuje drog do odnalezienia sensu i szukania dowodów na to, e życie ma wiele do zaoferowania i ma sens. Frankl skupiał si na wypełnianiu pustki maj cej posta ludzkich słabo ci, niedostatku energii lub braku wewn trznej struktury stabilno ci, która oddziałuje na ludzi sposób destrukcyjny i prowadzi do poczucia zaburze w sferze relacji mi dzyludzkich. Logoterapia odnosi si do opisu wolno ci, czyli wolno ci do bycia odpowiedzialnym za realizacj własnych warto ci, czyli tego, co dla człowieka jest wa ne oraz wolno ci od pop dów, impulsów, wpływu sytuacji i zaburze w sferze charakteru. Człowiek ma wolno do samodzielnych wyborów i sam decyduje jak b dzie wypełniał własn pustk wewn trzn . Rozumienie staro ytnych mnych i ich prowadzenia duchowe nawi zuj do współczesnych aspektów pojmowania samotno ci, których celem jest uwolnienie od toksycznych wzorców yciowych, uzdrowienie z rami doprowadzenie do Boga. Mnisi pierwszych wieków, b d c przewodnikami duchowymi, pełnili te funkcje dzisiejszych terapeutów, rozwi zuj c ró ne problemy yciowe ludzi.

Człowiek wi kszo swojego czasu w życiu, przebywa sam ze sob , a samotno mo e by rozumiana, jako wła ciwy okres do pracy nad sob i nad rozwijaniem wiedzy na temat zrozumienia samego siebie, poniewa wła ciwe pojmowanie samotno ci, daje operatywniej zrozumie wiat, nasze istnienie i funkcjonowanie. Prawdziwym problemem, który dotyka ludzi w dzisiejszym wiecie, jest pogo za materialnymi dobrami. W tym p dzie człowiek, cz sto zostaje sam ze swoimi my lami. Z drugiej strony obawa bycia bez rodków do życia, do wiadczenie wykluczenia społecznego, oznacza to, e powodem izolacji społecznej staje si popadanie w funkcjonalne nieprawidłowo ci. Uczestnicz c ró nych inicjatywach społecznej integracji, mamy ró ne wyobra enia bycia w relacjach, jednak do ukształtowania trwałych wi zi i wytworzenia blisko ci z drugim człowiekiem, potrzebna jest nam orientacja spo ytkowania nale -

cych do nas indywidualnych kompetencji. Człowiek ma do dyspozycji posługiwanie się własnymi wewnętrznymi zdolnościami w relacjach międzyludzkich, które nabywa w trakcie swojego życia, poprzez wzmacnianie cech indywidualnych, między innymi nabytych w procesie adaptacyjnym i naukę zrozumienia swoich reakcji. Fundamentalną podstawą odporności życiowej, jest budowanie wiary z samym sobą, zdrowe myślenie i dbanie o relacje z innymi ludźmi. Droga poszukiwania w zaspokajaniu własnych potrzeb przynależą do niego, wpisuje się w pomysł i sposób na własne życie, poprzez rozwinięcie różnych opcji oraz do wiadczenia błędów, porażek i stanów niepewności. Często nie zastanawiamy się nad tym i wpadamy w pułapki ograniczające nasze relacje międzyludzkie, nie przewidując szkód społecznych, spowodowanych uwikłaniem się w koncepcje kreowane przez myślenie ideologiczne i propagandowe, narzucane odgórnie przez trendy globalne i media społeczno-ciowe. Człowiek wiadomie lub nie wiadomie zajmuje pewne stanowisko w społeczeństwie i szuka poglądu, którym będzie się utożsamiał, by ukontentować własne potrzeby relacyjnie. Zaburzenia relacji mają swoje podłoże w wykluczeniach spowodowanych zaburzeniami osobowości, do których należą, projekcja, poczucie krzywdy, mechanizm iluzji i zaprzeczania, chciwość, pycha, narcyzm, gniew, poczucie winy, obniżenie własnej wartości, destrukcyjne przekonania, zawiść i zazdrość. Związane jest to ze słabym rozwojem życia psychicznego i duchowego, nieprawidłowościami rozwojowymi, niezdolnością do odczuwania empatii i destrukcyjnym wzorem życia.

Do wiadczenia izolacji społecznej przez ludzi, jest bardzo szeroki pojęciem. Teraz wzajemne izolowanie się ludzi od siebie ma podłoże relacyjne, ponieważ ludzie wykluczają się wzajemnie z życia społecznego. Obecne zmiany na świecie spowodowane są zjawiskiem przemian politycznych, ekonomicznych, społecznych, kulturowych, gospodarczych, instytucjonalnych, czy globalnych. Mówi się o wykluczeniu społecznym ma się na myśli zjawiska, takie jak, bieda, bezrobocie, bezdomność, bezbractwo, uzależnienia, niepełnosprawność i alkoholizm. Jednak dzisiejsze czasy, ukazują nam nową formę zaburzeń funkcjonowania w sferze życia społecznego, takie jak, uzależnienia behawioralne, zaburzenia adaptacyjne i trudnościami z zakresu kreowania własnej tożsamości. Mankamenty relacyjnie

człowieka tworzą bariery społeczne, skutkiem działalności człowieka, jako ujemny proces funkcjonowania społecznego i nieprawidłowość ci poznawczych, gdzie przekaz dostarczany jest, poprzez niepewne dla zdrowego rozwoju informacje, które zniekształcają obraz rzeczywistości i zakłócają proces zdrowienia psychicznego. W obecnej sytuacji na wście szukanie informacji, powinno być ogólnodostępne, w sposób dogłębny, dokładny i przemyślany, na temat zjawisk, które aktualnie się pojawiają powszechnie. Zatem badania nad rolą relacyjno-ści, zobligowane są ujmować dokładne przyjrzenie się prawidłowości i nieprawidłowości funkcjonalności człowieka. Izolacja w wyniku wykluczenia jednostki z życia zawodowego, społecznego, kulturalnego, duchowego i psychologicznego, sprawia ograniczenie możliwości uczestniczenia w życiu ogólnodostępnym, jest efektem procesu ukształtowanego poprzez miejsce jednostki w strukturze społecznej spowodowane przez przeszłe doświadczenia życiowe i jej oczekiwania⁸.

Relacje są zdolnościami, które nabywamy podczas rozwoju podstawowych aspektów poznania funkcji ludzkiego istnienia do stawiania się człowiekiem, które pozwalają nam doświadczać, przeżywać, komunikować się, dzielić się własnym doświadczeniem i zdobywać informacje od innych. Nadawanie znaczenia wiążemy z ludzką wpisuje się w wymiar czasowy i umiejętność obchodzenia się dysponowaną przez nas wiedzą. Wchodząc w relacje z innymi stajemy się bardziej świadomi tego, z czego wcześniej nie zdawali sobie sprawy. Wiedza psychoterapeutyczna uświadamia nas na fakt, że ten, kto jest blisko nas, to zna nas dobrze i może zobaczyć to, czego my nie dostrzegamy. Jeśli psychoterapeuta mówi coś na temat danego uczestnika terapii, ma to wielkie znaczenie dla niego, niż gdyby powiedziałby to mu ktoś bliski z jego otoczenia. Ten, kto jest obok nas posiada pewne doświadczenia o nas samych, które dobrze byłoby spotykać z korzyścią dla siebie. Poznanie samego siebie, dotyczy zarówno własnych słabości, jak i mocnych stron, jest to podstawowy krok do wejścia na drogę prawdy o sobie, przez co zdajemy sobie sprawę z tego, jacy byliśmy w przeszłości. Droga poznawania siebie

⁸ M. Jarosz, *Naznaczeni i napiętnowani. O wykluczeniu politycznym*, Wyd. PAN, Warszawa 2020, s.28.

trwa przez całe nasze życie i uczymy się życia z samym sobą, czyli z naszym wewnętrznym samotnościami. Zamiast pozwalać wiatu wpływać na stan naszego umysłu, sami wpływamy na stan naszej duszy, za pomocą, której mierzymy się ze wiatem. Dusza niesie ze sobą atmosferę Boga, lekceważąc burzliwe wydarzenia wiatu zewnętrznego. Czas, jaki człowiek na coś przeznaczają, zależy od wagi, jak przypisuje danej rzeczy, przez co człowiek sam nadaje znaczenie własnej samotności⁹.

Relacja z samym sobą zależy, od tego jak myślimy o sobie, czy samotność jest dla nas utrapieniem, czy czasem dla nas owocnym. Nasze myślenie wpływa na nasze życie i na to, co się z nami dzieje, zatem ważne jest, by uczyć się pielęgnować w sobie szlachetne myśli, porzucić własne życie wewnętrzne, podejmując pracę nad doskonaleniem naszego wyposażenia psychologicznego i duchowego. W samotności ważne jest, jak myślimy o sobie, innych ludzi i do czego jesteśmy, ponieważ nasz rozum przeznaczony jest na odkrywanie celów, zamiarów i przeznaczeń. W relacjach międzyludzkich, ważne jest autentyczne i pokazanie swojego prawdziwego oblicza, a czasami aby je odkryć i ukazać musimy podjąć pracę nad sobą, ponieważ wydobywanie z siebie tego, co najlepsze, wymaga wysiłku, wyrzeczeń i ciężkiej pracy. Jako wiążąc się samym z sobą, ma wpływ na relacje społeczne, rodzinne i zawodowe. Wiat oferuje fałszywy obraz człowieka, fałszywe poczucie władzy i fałszywe poczucie bezpieczeństwa. Jezus ostrzega nas przed wszystkim, co pozorne i fałszywe, nie bądź chwalebny, lizusem i pozorantem, traktuj ludzi tak, by czuli się wagi i docenieni. Jeśli chcesz widzieć, co wiat naprawdę o tobie myśli, to zacznij ujawniać swój prawdziwy sił, która jest w tobie, mów to, co myślisz, stań w obronie słabszego i nie gódź się na głuپی polityk¹⁰.

Do wiadczenia relacji z drugim człowiekiem, pokazuje nam znaczenie przytomności naszego umysłu, służącej do oceny danej sytuacji oraz nauczania się stosowanych reakcji w zależności od

⁹ J. Fulton. Sheen, *Id do nieba. Duchowa mapa do wieczności*, Wyd. Esprit, Kraków 2020, s.73.

¹⁰ J. Eldredge, *Dziki serce. Tęsknota mskiej duszy*. Wyd. W drodze, Poznań 2019, s.171

okoliczności, jakie nas spotykają. W procesie komunikacji człowiek odznacza się zdolnością obserwowania i odczytywania czyichś emocji, postaw i zachowań, mając do dyspozycji wyspecjalizowane narządy z grupy komórek nerwowych, znajdujących się w mózgu, które nazywamy neuronami lustrzanymi, co nakreśla zachowania i emocje w trakcie obserwowania, wykonywanych czynności przez inne osoby. Neurony lustrzane odpowiadają za nasze reakcje emocjonalne i na zachowania drugiego człowieka. Człowiek jest istotą społeczną, a w życiu społecznym bardzo ważną jest umiejętność odczytywanie emocji innych ludzi i własna reakcja na nie. W relacjach z innymi kształtujemy nasze cechy charakteru, które nas identyfikują i wyrażają, co nazywamy własnym "ja". Realny kontakt z drugim człowiekiem, jest bardzo istotny w budowaniu relacji i wzajemnych doświadczeniach. Bliskość cielesna zajmuje pierwsze miejsce w życiu człowieka i nie powinna być mylona z bliskością seksualną. Mianowicie chodzi o to, że dziecko doświadcza rozwoju cielesnego, przebywając dziewięć miesięcy w ciele swojej matki, natomiast kontakt cielesny, jest wpisany w prawidłowy rozwój dziecka, do którego zalicza się przytulanie i głaskanie dziecka. Zatem bliski kontakt ma dla niego budujące we wszystkich fazach rozwoju życia ludzkiego. Bliskość może być posegregowana na bliskość emocjonalną, społeczną, intelektualną, cielesną i duchową.

Zaburzenia występują w sferze relacji społecznych, obrazują zaburzenia postrzegania rzeczywistości, wiata i odbierania innych ludzi. Pycha utrudnia w nawiązaniu zdrowych stosunków opartych na wzajemności, która powoduje negatywne uczucia w ludziach i tworzy zaburzony dystans. Pycha jest postawą, która charakteryzuje się przecenianiem własnej wartości, wiedzy i własnych zasług. Pycha we wzajemnych relacjach ukazuje się poprzez postrzeganie innych ludzi, jako tych gorszych. Człowiek, którego dotyka pycha ma poczucie, że jest lepszy, ma wysokie mniemanie o sobie, daje poznać po sobie, że nie liczy się z nikim, ponieważ na pierwszym planie są jego potrzeby i interesy. Pycha rozumiana jest przede wszystkim, jako nadwartościowanie własnej osoby, w kontaktach interpersonalnych stawianiem się wyżej od innych, ze względu na własne cechy, zdolności, wiedzę, pochodzenie, majątek i własne cele. Pycha oznacza zbyt wysoką samoocenę o sobie, połączoną z podstawowymi sz-

ciow wzgl dem innych ludzi, która symbolizuje wyniosłość, zarozumiałość, próżność i nieszczerą w działaniu i w stosunku do innych ludzi. Obecne czasy przyjęły negatywne zachowania, jako normę, która staje się najprostszą drogą do osiągnięcia sukcesu. Ludzkie relacje i kontakty traktowane są, jako narzędzia mające na celu dawanie korzyści osobistych, które zostały opracowywane przez ekspertów świata mediów, biznesu, globalnej gospodarki i polityki. To ludzie zrodzili pychę rozumu, oddzielając moralność od Boga, nie jest to prawo zapisane przez Stwórcę w naturze i stanowionym przez niego przedstawicielu, pochodzi z ludzkiej kultury, obyczajów i czasów ludzkiego życia¹¹.

Relacje z samym sobą decydują o tym jak będziemy się czuli, czym człowiek jest starszy, powinien mieć większe obycie w kontaktach społecznych. Ludzie z różnych powodów izolują się od reszty społeczeństwa. Na izolację społeczną narażeni są ci, którzy będą negatywnie oceniani przez innych. Nie znaczy to jednak, że samotni ludzie mają deficyty w sferze komunikacji, wyrażania swoich uczuć i nie potrafią współczuć drugiemu człowiekowi. Bardzo ważnym czynnikiem dla utrzymywania dobrego dobrostanu psychicznego, samopoczucia i poczucia bezpieczeństwa, jest budowanie osobistej interakcji oraz utrzymanie przyjaznych relacji z innymi ludźmi, co sprzyja naszemu zdrowiu psychicznemu.

Natomiast powstające zaburzenia ograniczające relacje, powodują zaniżone poczucie własnej wartości, obniżone samopoczucie, niezadowolony, pogłębiony niesprawiedliwoci społecznej, co prowadzi do osamotnienia. Niezabudnymi czynnikami do lepszego funkcjonowania społecznego, jest zdobywanie do wiadomości, poprawa umiejętności i nabywanie wiedzy. Do pracy nad sobą odwołał się, w tym Ignacy Loyola, który skierował następujące słowa do nakłaniających do poprawy świata. Niech od siebie rozpocznie, inaczej prace jego daremna. Skoro chce się innych ze wszystkich błędów uwolnić, to uczy się siebie ideałem, po czym bezpiecznie się zabierzesz do poprawy świata. Tyle tylko doskonałość ci na innych przelewamy,

¹¹ L. Nieciermiński, *W sporze z złymi myślnymi. Lektura Ewagriusza z Pontu Dzisiaj*, Wyd. M, Kraków 2018, s.142.

ile sami jej posiadamy. Najpierw ty sta się pilnym uczniem, potem spodziewaj się tego od innych, a za słowami musz sta czynny¹².

Podsumowanie

Problematyka izolacji społecznej na podstawie relacji i ich deficytu, ma w sobie różne zabarwienie odbioru przez człowieka, który nadaje jej znaczenia na podstawie własnych interpretacji. Uporządkowane relacje z innymi ludźmi powodują, że człowiek doświadcza szczęścia w swoim życiu i odczuwa radość. Im większa izolacja od prawdziwego poznania samego siebie i sfery duchowej, tym większe blokady w nas samych, prowadzące do izolacji. Człowiek w życiu sam zmaga się ze swoimi wyborami i ich konsekwencjami. Współczesny człowiek zapomina o wartościach, które ułatwiają mu przetrwać trudne chwile. Należałoby sobie zadać pytanie, w jaki sposób wypełni pustkę duchową i dlaczego ludzie odchodzą od wartości duchowych, które wyposażają nas w niezłomne narzędzia na przetrwanie trudnych okoliczności, jakie nas dotykają. Samotność ma dla Ciebie budującą rolę w sytuacjach, kiedy to poddajemy się wyciszeniu, odcinamy się od codziennego stresu i chaosu zaburzonej rzeczywistości. Szukamy spokoju umysłu, który wprowadza w nasze życie porządek, zasady i uczymy się uważać na to, co się dzieje z nami wewnątrz oraz co pozwala nam przetrwać trudy i nasze niepokoje. Podpatrywanie najlepszych sposobów na osiągnięcie stanu wyciszenia i kontemplacji, znajduje się w poszerzaniu własnej wiedzy na temat posługiwania się własnym wyposażeniem duchowym, psychologicznymi metodami uniwersalnymi, przekazanymi nam przez Boga.

Streszczenie:

Artykuł przybliża problematykę doświadczenia odosobnienia przez człowieka, opierając się na przykładach powstawania różnych sposobów formowania relacji. Formy orientacji życiowej, mogą odnosić się do sposobów radzenia sobie z trudnościami, które zostały uskutecznione na podstawie posługiwania się własnym potencjałem życiowym. Rozumienie deficytu relacji międzyludzkich w psychote-

¹² I. Loyola, *Maksymy w Jego Ignacego*, Wyd. WAM, Kraków 2014, s.262.

rapii, opisuje się z perspektywy samo introspekcji przyglądania się relacji interpersonalnym. Pojmowanie wiążących i dziłudzkich oraz własnych obszarów intrapersonalnych, ma fundamentalny wpływ na jakość naszego życia, relacje z drugim człowiekiem i szczęście osobiste. Zatem samotność może być czasem słuszym do robienia dla siebie pożytecznych rzeczy lub do wiadczeniem nieprzyjemnych uczuć, które biorą się z zależności od innych ludzi. Odosobnienie słusze do intensyfikowania duchowości i wzmacnia harmonię z światem, jest dobrym sposobem na leczenie nieuporządkowanych myśli, niespokojnego umysłu i problemów życiowych.

Słowa kluczowe: izolacja, relacje, deficyt, kwestia, do wiadczenie

Summary:

The issue of experiencing isolation by humans based on different ways of forming relations and their deficit

The article will present the issues of experiencing isolation by a human, based on the examples of the emergence of various ways of forming relationships. Life orientation forms may refer to ways of coping with difficulties, which have been made effective on the basis of using their own life potential. Understanding the deficit of interpersonal relationships in psychotherapy, it is described from the perspective of self introspection and looking at the interpersonal relationship. Understanding interpersonal ties and own intrapersonal areas, has a fundamental impact on our quality of life, relationships with other people and personal happiness. So loneliness can be a time to do useful things for yourself or to experience unpleasant feelings that comes from being dependent on other people. Isolation is used to intensify spirituality and strengthens harmony with the world, it is a good way for the treatment of disordered thinking, restless mind and life problems.

Key words: insulation, relations, deficit, issue, experiencing

Bibliografia:

Długosz A., *Narkomania, ucieczka donik d. Co zrobi , aby chroni dzieci i młodzie przed uzale nieniami*, Wyd. DWN, Łódź 2007.

Dziewiacki M., Porzeziński R., Raciński J., *Wolny człowiek. Dwanaście kroków nie z tej ziemi. Program HALT*, Wyd. Rajmedia, Warszawa 2018.

Eldredge J., *Dziki serce. Tęsknota w duszy*, Wyd. W drodze, Poznań 2019.

Fausti S., *Sztuka rozważania i podejmowania decyzji. Okazja, czy pokusa*. Wyd. OO Franciszkanów, Kraków. 2000.

Florant M. N., Florant O., *Sztuka wiernej miłości*, Wyd. W drodze, Poznań 2015.

Franken E. R., *Psychologia motywacji*, Wyd. Gdańskie Psychologiczne, Gdańsk 2005.

Fulton Sheen J., *Idź do nieba. Duchowa mapa do wieczności*, Wyd. Esprit, Kraków 2020.

Jarosz M., *Naznaczeni i napiętnowani. O wykluczeniu politycznym*, Wyd. PAN, Warszawa 2020.

Loyola I., *Maksymy świętego Ignacego*. Wyd. WAM, Kraków 2014.

Nieciór Omi L., *W sporze ze złymi myślimi. Lektura Ewangelii z Pontu Dzisiaj*, Wyd. M. Kraków 2018.

Maillard E., *Rewolucja miłosierdzia. Gdy Bóg przekracza granice*, Wyd. Promic, Warszawa 2019.

Melody B., *Koniec współzależności. Jak przestać kontrolować życie innych i zacząć troszczyć się o siebie*, Wyd. Media, Rodzina, Poznań 2003.

Michalski D., *Wierzyć w życie praktyczne*, Wyd. WAM, Kraków 2018.

Nadera R., *Wierzyć w Charbel. Orędzie z nieba*, Wyd. AA. Kraków 2013.

Scquizzato P., *Kłamstwo iluzji. Siedem grzechów głównych, miłuj duchowo cię, a psychologię*, Wyd. W drodze, Poznań. 2013.

Wielek M., *Wierzyć w Charbel. Kolekcja nasza wiara*, Wyd. M. Kraków 2025.

Wożyła K., *Miłość i odpowiedzialność*, Wyd. Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1977.

Samotno młdzie y we współczesnym wiecie

Wst p

Samotno nie jest problemem nowym, który pojawił si dopiero współcze nie. Stanowi za to zjawisko tak stare jak dzieje ludzko ci. Trudno jednak odnale jego uniwersaln definicj , obejmuj c cał specyfik zjawiska. Jest to problem zło ony, który zale y zarówno od czynników wewn trznych (np. wra liwo ci danego człowieka oraz uznawanego przez niego poczucia warto ci), jak i zewn trznych, społeczno-kulturowych. Zjawisko samotno ci mo na rozpatrywa w odniesieniu do ró nych kategorii wiekowych, rozwa aj c problemy nie tylko ludzi starszych, ale i dzieci, młdzie y oraz osób dojrzałych. Wydaje si , e szczególnie mocno dotyka ludzi młodych, poniewa to przede wszystkim ich dotycz problemy: startu zawodowego, kształtowania si to samo ci, mo liwo ci okre lania i urzeczywistnienia celów yciowych¹. W niniejszym eseju podj ty został wi c temat samotno ci młdzie y we współczesnym wiecie.

XXI wiek wraz ze swoimi udogodnieniami technicznymi wydaje si pot gowa poczucie samotno ci. Nowinki technologiczne zamiast zbli a ludzi do siebie, oddalaj ich. Oferuje si ró ne mo liwo ci sp dzania czasu, zaciekawia tym, co jest dalekie i egzotyczne. S to jednak pozorne dobrodziejstwa, płytkie kontakty. Nieustanny po piech powoduje, e ztraca si rado chwili obecnej. wiat konsumpcji staje si dzisiaj czym normalnym i obowi zkowym. Nast piło przesuni cie warto ci z by na mie . Trudno jest zachowa prawidłowe, silne relacje, poniewa wymaga to równowagi pomi dzy tym, co człowiek otrzymuje i tym, co daje od siebie. Współczesna cywilizacja działa na człowieka dwojako. Z jednej strony daje mu mo liwo wi kszej niezale no ci i samodzielno ci, natomiast z drugiej czyni go człowiekiem wyizolowanym, wyalienowanym, sa-

¹ L. Jakubowska, *Współczesne oblicza samotno ci w ród młdzie y*, „Kultura i Edukacja” 2004 nr 4, s. 75-76.

motnym i przerażającym. Wskazywał to choćby E. Fromm. Powstały określenia takie jak: samotność w tłumie i samotność w sieci. Wskazują one na zdolności komunikacyjne nowoczesności, ale te towarzyszą jej ulotność i powierzchowność. Intensywność znajomości zawieranych przez Internet świadczy o samotności i potrzebie jej zagłuszenia, co jeszcze bardziej potęguje uporczywe poczucie samotności, gdy sama obecność ludzi w realnym czy wirtualnym świecie nie zapewnia szczęścia, poczucia zrozumienia, akceptacji, bliskości, bezpieczeństwa. Nie liczy się bowiem intensywność, ale jako relacji z innymi ludźmi. Kiedy człowiek nie doświadcza miłości, bliskości, przynależności i akceptacji innych, to w miejscu tych uczuć pojawia się rozpacz, poczucie samotności oraz odrzucenia². Można na oczywiste polemicznie z twierdzeniem, że Internet potęguje samotność. Występują również osoby, dla których stanowi on świetne narzędzie poszerzenia grona znajomych i swoich kontaktów. Nie da się jednak zaprzeczyć, że oprócz tego w wielu przypadkach jest przyczyną wykluczenia.

1. Przyczyny samotności

W literaturze przedmiotu można spotkać się z wieloma rozważaniami na temat samotności dzieci i młodzieży, zarówno w sensie społecznym, aksjonormatywnym, jak i emocjonalnym. Utrudnienia w kontakcie z rodzicami są powodem niezdolności w nabywaniu i formowaniu umiejętności społecznych, a także nasilania się poczucia osamotnienia u młodzieży i dorastającej. Samotność może towarzyszyć młodym ludziom od najmłodszych lat i nawet nie wiadomo by wspomaganą przez najbliższe otoczenie. Niektóre relacje i strategie radzenia sobie w życiu powinny być podane w odpowiednim czasie. Tylko wtedy pomagają. Jeśli dziecko nie uczestniczy w życiu społecznym z rówieśnikami, np. z powodu decyzji rodziców lub słabego zdrowia, to nie będzie ono potrafiło wchodzić w relacje, nie nabędzie kompetencji społecznych, ani znajomości. Może się okazać, że wieki relacji z rówieśnikami został zachwiany do tego

² B. Krupa, *Samotność – znak czasu* [w:] Z. B. Gałuszka (red.), *Człowiek na rozdrożu. Zrozumieć, aby pomóc*, Innovatio Press Wyd. Naukowe, Lublin 2013, s. 104-105.

stopnia, a jego późniejsze próby naprawy będą skazane na niepowodzenie. Dziecko zostanie zepchnięte do roli obserwatora, samotnika, a nie uczestnika życia klasy. Samotność szkolna jest problemem również u dorosłych. Może być wynikiem przeniesienia samotności z domu na warunki szkolne. Człowiek wyobcowaniu ulegają dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, zarówno geniusze, jak i te z trudnościami w nauce. Kolejne do wiadomości przynosi wiek dorastania. Jest to czas pierwszych problemów, z wyglądem. Presja i propagowany kult ciała, odstępstwo od obowiązującego schematu, niezgodność z trendami, wpływają negatywnie na postrzeganie siebie, rodzą kompleksy, które trwają latami. Wszelka inność jest wychwytywana przez rówieśników i powoduje poczucie nieszykowności. Brak akceptacji otoczenia powoduje, że nawet w dorosłym życiu wstydzimy się swojego ciała, nie potrafimy dostrzec w nim atutów, a po wielu latach związanych z poprawą wyglądu okazuje się, że problemy te wcale nie znikają. Rodzi to następne frustracje i powoduje zamykanie się we własnym pancerzu³.

Samotność młodzieży może na rozpatrywać w aspekcie pozytywnym i negatywnym. Pozytywny charakter dotyczy okresu adolescencji, kryzysu to samoświadomości. Jest to celowe i okresowe poddanie się samotności, aby móc poznać i wydobyć swoje „Ja”, zbudować koncepcję życia, poprawić koncentrację, związać aktywność uczenia się, medytacji, znaleźć aktywność artystyczną. Samotność w tym sensie jest czymś potrzebnym. Negatywny aspekt samotności dotyczy dystansowania się od ludzi wraz z jednoczesnym rozpaczliwym dążeniem do komunikacji z nimi. W okresie dorastania człowiek uczy się szybciej, niestety również samotności. Ulega presji otoczenia. Współczesna rzeczywistość jest determinowana przez pieniądze i konsumpcję oraz wolność wyboru. Wywołuje to u młodzieży poczucie zagubienia i lęk o własną przyszłość. Według J. Mastalskiego młody człowiek musi zmagać się z różnymi problemami cywilizacyjnymi. Do nich zalicza zagubienia, które ma cztery wymiary: samotność w rodzinie (brak wsparcia w sytuacjach trudnych, brak konsekwencji ze strony rodziców, brak zaspokojenia podstawowych po-

³ Tamże, s. 105-107.

trzeb emocjonalnych nastolatka itp.), rozczarowuj ca szkoła b d ca jedynie miejscem przetrwania, niepokoj cy wiat warto ci i poczucie chaosu, cywilizacyjne pułapki (medialny nałóg, moda na odurzanie si , wszechobecna psychomanipulacja). Po redni konsekwencj samotno ci s objawy depresji i uzale nienie. Depresje i nerwice dotykaj co czwartego nastolatka i niemal co drugiego młodego dorosłego (19-29 lat). Samotno zyskała miano epidemii XXI w., poniewa zaprzecza podstawowym potrzebom ka dego człowieka, zaburza jego rozwój, zagra a zdrowiu, a nawet yciu jednostki⁴. Jest czym niezwykle niebezpiecznym, tym bardziej, e wci nie do ko ca wiadomo, jak skutecznie dawa sobie z ni rad .

2. Samotno a osamotnienie

Wskazuje si na ró nic pomi dzy samotno ci jako tak a osamotnieniem. Samotno mo e by stanem po danym w yciu człowieka, o czym była ju mowa wy ej, natomiast osamotnienie zawsze pełni rol negatywn i dezintegruj c . Według Tarnogórskiego samotno w pozytywnym sensie jest stanem wybranym wiadomie. Nie wyklucza otwarcia na inny wiat, a nawet sprzyja mu. To stan wybrany przez jednostk . W takim rozumieniu samotno mo e mie wymiar pozytywny, je li nie trwa zbyt długo. Przy takim podejciu brana jest pod uwag rola samotno ci w rozwoju ludzko ci i zwi kszeniu samo wiadomo ci człowieka. Osamotnienie ma za to charakter wył cznie negatywny i sprowadza si głównie do braku wi zi psychicznej, czy te fizycznej nieobecno ci bliskich osób. Osamotnienie mo e by te konsekwencj długotrwałej samotno ci. Omawiane zjawiska cz sto id w parze. Trudno jest znale granic pomi dzy samotno ci a osamotnieniem, chocia poj cia te nie s synonimami. Osamotnienie to ciemna strona samotno ci, która jest całkowita, spowodowana brakiem bliskich osób, co w ród młodzie y raczej si nie zdarza⁵. Deficyt relacji widoczny jest w wymiarze emocjonalnym (wynikaj cym z braku intymnych relacji z innymi) i społecznym (brak sieci zwi zków mi dzyludzkich, mo liwo ci dzielenia zainteresowa , aktywno ci, skutkuj cy poczuciem bezcelowo-

⁴ Tam e, s. 107-109.

⁵ L. Jakubowska, *Współczesne...*, dz. cyt., s. 75-76.

ci) osamotnienia. Szczepanski twierdzi, że osamotnienie to stan, w którym człowiek nie znajduje oparcia w innych ludziach ani w swoim świecie wewnętrznym. Stan ten wynika zwykle z jakoś ciowej oceny relacji interpersonalnych, a nie z ich obiektywnej (ilościowej) charakterystyki. Preferencje i indywidualne oceny mogą sprawiać, że niezależnie od rzeczywistej liczby i jakości kontaktów, osoby o podobnej liczbie kontaktów doświadczają w różnym stopniu poczucia osamotnienia⁶.

Piotr Czekanowski, analizując różne definicje samotności, dokonał jej podziału na trzy rodzaje: stan obiektywny, fizyczny brak innych ludzi; stan psychologiczno-filozoficzno-społeczny (subiektywny, względny do siebie); sytuację dychoomiczną (samotność to sama z osamotnieniem). Porządkując zagadnienie samotności, wprowadza się typologię różniącą trzy jej wymiary. Pierwszym jest samotność społeczna, czyli fizyczny stan przebywania samego, życia w pojedynkę. Jest to stan obiektywny, a zatem możliwy do zaobserwowania przez otoczenie. W przypadku dzieci i młodzieży ma on negatywne skutki, ponieważ dorastający ludzie potrzebują innych osób, aby móc się właściwie rozwijać i uczyć samodzielnie. Człowiek dorosły, który jest w pełni niezależny i samodzielny ma prawo wyboru własnej jakości życia. Jeśli chce się z dala od innych, jako singiel lub jako duchowny, to społeczeństwo powinno mu to umożliwić i zaakceptować jego wybór. Drugim rodzajem jest samotność emocjonalna. Jest ona czymś subiektywnym, czego nie widać. To poczucie opuszczenia, braku innych ludzi. Można mieć wielu znajomych oraz rodzinę, ale w sytuacjach trudnych nie mieć na kogo liczyć. Samotność ta ma wymiar negatywny, niezależnie od wieku do wiadczącej jej osoby. Człowiek nie zaspokaja potrzeby bliskości, traci poczucie bezpieczeństwa, przynależności i miłości. Rodzi się w nim poczucie pustki, której nie potrafi on wypełnić w adekwatny sposób. Stan ten może prowadzić do wielu przykrych konsekwencji, takich jak: pojawienie się lęku, niepewności, depresji, a nawet najbardziej drastycznej, czyli samobójstwa. Trzeci typ to samotność

⁶ K. Szafranska, *Problematyka samotności i poczucie osamotnienia młodzieży, wychowanków młodzieży owdych rodziców wychowawczych*, „Resocjalizacja Polska” 2017 nr 13, s. 194-195.

aksjonormatywna. Mo e by zarówno stanem obiektywnym, jak i subiektywnym. Polega na niemo no ci skonstruowania własnego systemu warto ci opartego o aprobowane normy społeczne. Skutkuje poczuciem pustki moralnej, zagubieniem to samo ciowym i egzystencjalnym jednostki. O ile jest chwilowa, mo e pełni funkcj pozytywn . Pomaga przeczyci y kryzys yciowy lub rozwojowy. Jednak przedłu anie takiego stanu mo e doprowadzi do wykształcenia si patologicznej samotno ci, która niczemunie słu y, a zatrzyma rozwój i spowoduje problemy emocjonalne oraz zakłóci relacje społeczne⁷.

3. Badania nad samotno ci

Na powstanie samotno ci u dzieci i młodzie y bez w tpienia wpływa sytuacja rodzinna i relacje z grup rówie nicz . Badania dowiodły, e głównymi czynnikami ryzyka zwi zanego z pojawieniem si tego stanu s : brak ustalonych zasad i norm w rodzinie, niewła ciwa atmosfera w niej panuj ca, brak poczucia stabilno ci, niektóre wydarzenia (np. rozwód rodziców), odrzucenie przez rówie ników, a tak e niewystarczaj ce kompetencje społeczne, czy trudno ci w nawi zywanu relacji społecznych. Du e jest równie znaczenie mediów, a zwłaszcza Internetu. Człowiek nie maj c realnego kontaktu z innymi osobami, szuka go w wiecie wirtualnym. Taka pozornia komunikacja zaspokaja potrzeb blisko ci, uznania, podnosi samoocen . Dziecko odczuwa rado i satysfakcj z kontaktu ze znajomymi w sieci, po wi ca im coraz wi cej czasu, zaniedbuj c przy tym wiat realny, który nie sprostał jego wymaganiom i nie zaspokoił potrzeb. To z kolei mo e przyczynia si do szybkiego rozwoju uzale nienia od tego rodka komunikacji. Wykonano ju wyniki bada , które to potwierdzaj . W Turcji w 2012 r. przeprowadzono badanie na grupie 1157 uczniów w wieku 11-19 lat. Odkryto w nim, e istotnymi czynnikami ryzyka uzale nienia od Internetu s : u ywanie Internetu codziennie, przed 12 rokiem ycia i powy ej 2 godzin dziennie. Dostrze ono zwi zek pomi dzy cyberuzale nieniem, a odczuwaniem przez młodych ludzi samotno ci. W Grecji przebadano 100 osób w wieku 13-15 lat. Badania te udowodniły, e uczniowie uza-

⁷ K. Wasilewska-Ostrowska, *Młodzie wobec samotno ci w wiecie bada porównawczych*, „Kultura i Wychowanie” 2014 nr 8, s. 132-133.

le nieni od Internetu charakteryzowali si wy szym poziomem poczucia samotno ci ni uczniowie nieuzale nieni. W Indiach tak e stwierdzono zwi zek pomi dzy uzale nieniem od Internetu a samotno ci . Badanie z Hong-Kongu pokazało, e nadmierne korzystanie z sieci zwi ksza poczucie samotno ci, a relacje w wiecie wirtualnym nie zmniejszaj tego poczucia. W Polsce badanie uczniów w wieku 14-19 lat potwierdziło te ustalenia. Wykazano zwi zek pomi dzy uzale nieniem od Internetu, a samotno ci emocjonaln ⁸.

W badaniach porównawczych przeprowadzonych w 2006 i 2013 r. K. Wasilewska-Ostrowska postawiła sobie za główny cel zbadanie postaw młodzie y wobec samotno ci. Jak si okazało, młodzie najcz ciej definiuje samotno poprzez jej aspekt emocjonalny i społeczny, rzadziej aksjonormatywny. Wi kszo ankietowanych nie akceptuje tego zjawiska i wskazuje, e samotno ma dla nich negatywne konotacje, mniej osób mówiło o stosunku ambiwalentnym czy pozytywnym. Badani najcz ciej spotykali si z samotno ci społeczn , rzadziej z samotno ci emocjonaln i aksjonormatywn . Podkre lali za to emocjonalne i społeczne przyczyny samotno ci oraz jej skutki dla sfery społecznej. Zdaniem respondentów samotno ł czy si z negatywnymi uczuciami, najcz ciej wyst puje w relacjach z rówie nikami oraz nauczycielami i mo na jej zapobiec. W 2006 r. połowa respondentów potwierdziła, e samotno jest elementem ich do wiadcze , a połowa zaprzeczyła. Z kolei w 2013 r. wi kszo badanych nie uwa ała, aby ich rówie nicy byli samotni. Przez siedem lat dziel cych badanie, mo na zauwa y tendencj zwi kszenia si akceptacji dla stanu samotno ci. Jednocze nie okazuje si , e zmniejsza si akceptacja dla samych osób samotnych. Co raz wi cej młodzie y zaczyna te podkre la pozytywny aspekt tego stanu. Zmniejszyła si tak e liczba badanych, którzy twierdz , e młodzie jest dzi samotna. Za to wi ksza grupa badanych w 2013 r. uwa ała, e zjawisko to dotyczy relacji z nauczycielami, mniej do wiadcza go w kontaktach z rodzicami i rówie nikami. Zmieniło si tak e wyobra enie na temat tego, kto mo e pomóc w przewyci e-

⁸ K. Wasilewska-Ostrowska, *Chroniczna samotno jako czynnik ryzyka zachowa autodestrukcyjnych w ród młodzie y*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2018 nr 3, s. 66-67.

niu samotno ci. Najcz cie j za takie osoby uznawani s koledzy i rodzina oraz nauczyciele. Pewne znaczenie dla postaw wobec samotno ci ma płe badanych. Po pierwsze, w 2006 roku dziewcz ta cz - cie j ni chłopc y wskazywały na społeczne skutki samotno ci, dostrzegały samotno w rodzinie i mówiły o powszechno ci tego zjawiska we współczesnym wiecie, za w 2013 roku jest odwrotnie, to chłopc y cz cie j ni dziewcz ta zauwa aj te aspekty⁹.

Samotno mo e dotyczy człowieka w ka dej fazie jego rozwoju, a w zale no ci od okresu, w którym si pojawi, przybiera odmienne formy. Badania nad wpływem samotno ci na jednostk prowadzone s najcz cie j w odniesieniu do populacji dorosłych, natomiast znacznie rzadziej badana jest populacja dzieci i młodzie y, chocia te wła nie grupy wiekowe s szczególnie nara one na do wiadczenie ró nych postaci samotno ci, mog ce j nie ze sob po wa ne nast pstwa fizyczne, intelektualne oraz emocjonalne. Szczególnie dotkliwe jest poczucie samotno ci w ród dzieci i młodzie y z niepełnosprawno ci intelektualn . Bada nad tym problemem pod j ł si m.in. Andrzej Giry ski. Udowodnił w nich, e osoby z niepełnosprawno ci intelektualn w wi kszym stopniu ni osoby pełno- prawne intelektualnie odczuwaj samotno w kontaktach interpersonalnych. Mało satysfakcjonuj ce interakcje dla osób z niepełnosprawno ci intelektualn , wyst piły zarówno w kontaktach z rówie- nikami, jak te z rodzicami oraz osobami znaczymi. Młodzie odczuwała brak akceptacji i oboj tno w kontaktach z rówie- nikami i rodzicami. S to rodowiska podstawowe dla funkcjonowania młodzie y z niepełnosprawno ci intelektualn , co jest szczególnie nie- pokoj cym zjawiskiem z uwagi na przebieg procesu socjalizacji i osi gania przez t grup kompetencji społecznych. Poziom samotno- ci odczuwanej przez dziecko z niepełnosprawno ci intelektualn jest uwarunkowany postawami rodziców, takimi jak: bezradno wobec dziecka, nieumiej tno radzenia sobie z nim, bezsilno , skutkuj ce niewła ciwym systemem opieki oraz wymaga ; nadmierne ochranianie dziecka przed obowi zkami, wyr czanie go w czyn- no ciach, skutkuj ce kształtowaniem si u dziecka postawy biernej społecznie. B. Szczupał przeprowadziła badania maj ce ukaza wy-

⁹ Tam e, s. 142-143.

brane uwarunkowania i aspekty poczucia samotności młodzieży z niepełnosprawnościami ruchowymi. Badana młodzież miała niepełnosprawność wrodzoną lub nabytą we wczesnym dzieciństwie. Na podstawie wyników można wnioskować, że młodzież niepełnosprawna ruchowo oraz młodzież pełnosprawna – czy samotność przede wszystkim z: izolacją od osób bliskich, brakiem intymnych więzi, zaufania, za przyczyn samotności doszukuje się głównie w swoich cechach fizycznych, charakterologicznych i osobowościowych. Jak wykazano, młodzież z niepełnosprawnościami w znacznie większym stopniu odczuwa samotność w kontaktach interpersonalnych niż ich pełnosprawni rówieśnicy¹⁰. Zjawisko samotności stanowi integralną część jej wewnątrz i zewnętrznej rzeczywistości.

Zakończenie

Mówi się, że samotność jest syndromem XXI w. i źródłem występujących w nim problemów. Młodzi ludzie i dzieci sięgają zwykle po substancje chemiczne dlatego, że borykają się z cierpieniem psychicznym, niezdolnością do radzenia sobie w sytuacjach stresowych, brakiem miłości rodzicielskiej, kryzysami rodzinnymi, odrzuceniem, izolacją społeczną oraz właśnie samotnością. Współczesna młodzież wyposaiona jest w zdobycze cywilizacji, doskonale radzi sobie z nimi technicznie, ale te ulega im. Technologia ograniczyła umiejętność nawiązywania bezpośrednich, międzyludzkich kontaktów. Ucieczka w świat wirtualny pozwala zachować bezpieczną anonimowość bez ryzyka spotkania się twarzą w twarz z drugim człowiekiem i konieczności natychmiastowej reakcji. Zawieranie znajomości przez Internet stało się swoistym pułapką współczesności. Za pomocą klawiatury rozmawiamy, robimy zakupy, rezerwujemy bilety. Można odnieść wrażenie, że oglądamy świat przez szybę, która nas od niego izoluje. Czy istnieje coś, co zapobiega zjawisku samotności, gdy nasza wiedza o niej jest wciąż niepełna. Młodzi ludzie, pomimo posiadania rodzin i przyjaciół, spotykają się z niezrozumieniem nawet wśród najbliższych, co z kolei powoduje, że

¹⁰ B. Szczupał, *Samotność młodzieży z niepełnosprawnościami jako problem pedagogiczny*, „Studia Socialia Cracoviensia” 2016 nr 2, s. 171, 173-175.

musz sami stara si sprosta wymogom wspóczesno ci. Udaje im si to z mniejszym lub wi kszym powodzeniem.

Streszczenie:

Zjawisko samotno ci mo na rozpatrywa w odniesieniu do ró nych kategorii wiekowych. Udogodnieniami technicznymi wydaje si pot gowa poczucie samotno ci. Nowinki technologiczne zamiast zbli a ludzi do siebie, oddalaj ich i towarzyszy im ulotno i powierzchowno . Intensywno znajomo ci zawieranych przez Internet wiadczy o samotno ci i potrzebie jej zagłuszenia, co jeszcze bardziej pot guje uporczywe poczucie samotno ci. Młody człowiek, musi zмага si z bardzo wieloma problemami cywilizacyjnymi, nieustannie jest wystawiany na ocen , musi dokonywa wielu wa - nych wyborów, poszukiwa akceptacji.

Słowa klucze: samotno , osamotnienie, dorastanie, nowocze - sno , młodzie

Summary:

Loneliness of youth in the modern world

The phenomenon of loneliness can be considered in relation to various age categories. Technical improvements seem to increase the feeling of loneliness. Technological innovations, instead of bringing people closer together, distance them and are accompanied by elusiveness and superficiality. The intensity of contacts made via the Internet proves loneliness and the need to suppress it, which further intensifies the persistent feeling of loneliness. A Young Man has to deal with many civilization problems, he is constantly evaluated, he has to make many important choices and seek acceptance.

Keywords: loneliness, isolation, adolescence, modernity, youth

Bibliografia:

1. Jakubowska L., *Wspóczesne oblicza samotno ci w ró d młodzi y*, „Kultura i Edukacja” 2004 nr 4
2. Krupa B., *Samotno – znak czasu* [w:] Z. B. Ga (red.), *Człowiek na rozdro u. Zrozumie , aby pomóc*, Innovatio Press Wyd. Naukowe, Lublin 2013

3. Szafranska K., *Problematyka samotności i poczucie osamotnienia młodzieży, wychowanków młodzieżowych o rodaków wychowawczych*, „Resocjalizacja Polska” 2017 nr 13
4. Szczupał B., *Samotność młodzieży z niepełnosprawnościami jako problem pedagogiczny*, „Studia Socialia Cracoviensia” 2016 nr 2
5. Wasilewska-Ostrowska K., *Chroniczna samotność jako czynnik ryzyka zachowań autodestrukcyjnych w rodzinie młodzieży*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2018 nr 3
6. Wasilewska-Ostrowska K., *Młodzież wobec samotności w świetle badań porównawczych*, „KiW” 2014 nr 8

Daniel Tabi

Samotno dzieci i młodzie y szkolnej w XXI w.

Wst p

XXI w. to czasy, kiedy bieg ycia cz sto przytłacza. Wszyscy wiemy, i mamy do czynienia z epidemi koronawirusa. Jest o tym gło no. Bez ró nicy, czy wł czymy telewizj , radio, czy otworzymy portal internetowy, wsz dzie COVID-19. Liczba nowych zaka e itd. Jednak nale y wspomnie , o jeszcze jednej epidemii, która nie jest a tak nagło niona...- epidemii samotno ci.

Cho nie ma jej w mi dzynarodowej kwalifikacji chorób i zaburze psychicznych to badania naukowe nie daj złudze . Wska - nik miertelno ci (niezale nie od przyczyny mierci) jest wy szy w populacji osób rozwiedzionych, owdowia ych i y cych samotnie i to bez wzgl du na ras i płe . Perspektywy nie s kolorowe. W Polsce, co czwarte gospodarstwo domowe jest jednoosobowe, a z prognoz demograficznych i statystycznych wynika, e za pi tna cie lat nawet co trzecie gospodarstwo b dzie prowadzone w pojedynk ¹.

Ci głe problemy, tempo pogoni za pieni dzem, ch bycia „topowym” na ka dej płaszczy nie powoduj , e nasza psychika nie zawsze wytrzymuje. Cz sto, ludzie doro litak bardzo zabiegani i pochłoni ci własnymi problemami, nie skupiaj si na dzieciach, które w ich oczach nie maj problemów. Powtarzaj : „*Co to za problemy? Skup si na nauce. Co ja mam powiedzie ?!*”. Takie dziecko zostaje samo. Cz sto dochodz do tego równie kłótnie i ró ne patologie rodowiskowe. Dziecko traci ch ycia. Robi wszystko z przymusu i zamyka si w sobie. Chciałbym skupi si nad tematem samotno ci dzieci i nastolatków, która nierzadko powoduje depresj , a w nast pstwemio e prowadzi do tragicznych skutków.

¹ [https://www.msn.com/pl-pl/zdrowie/mentalhealth/psychologowie-
alarmuj%20-%20samotno%20-%20to-ju%20-%20chorobak%20-%20zabija/ar-AACFh9P](https://www.msn.com/pl-pl/zdrowie/mentalhealth/psychologowie-alarmuj%20-%20samotno%20-%20to-ju%20-%20chorobak%20-%20zabija/ar-AACFh9P), (dost p: 28.11.2020)

1. Pojcie samotności w różnym okresie swojego życia

Na początku należy zastanowić się, czym jest samotność. Nie jest to pojęcie łatwe do skonkretyzowania, głównie przez to iż dotyczy ono człowieka - istoty silnie zindywidualizowanej.

Polski psycholog Józef Koziński w książce „Człowiek wielowymiarowy” definiuje ją jako: „wiadome przekonanie o utracie lub zagrożeniu emocjonalnych kontaktów z ludźmi oraz przyrodą (...). Rodzi się ona wtedy, gdy jednostka zdaje sobie sprawę, że więzi uczuciowe między nią a światem zostały zerwane lub osłabione”².

Mamy tutaj do czynienia ze wskazaniem samotności jako czegoś wiadomego... Czy w taki sposób ją wybieramy? Może pojawia się ona jak nieproszony gość i bardzo ciężko jej pozbyć się? W poszczególnych okresach życia jest ona spowodowana różnymi czynnikami. U dwudziestopięcioletków i trzydziestolatków to przede wszystkim wybory życiowe. Często towarzyszy im presja na ustąpienie i założenie własnej rodziny. Osoby w tym wieku doświadczają również niesprawiedliwych porównań do swoich rówieśników.

Po 40 roku życia, dużo osób narzeka na pogarszający się stan zdrowia. Pojawiają się myśli o tym, jak szybko upływa czas. W tym wieku, tracimy również swoich najbliższych m.in. rodziców.

Samotność, w późniejszym wieku (powyżej 60 r.) jest spowodowana odczuwaniem braku najbliższych i zblizaniem się z wizją swojej śmierci.

2. Aspekty samotności wg Janusza Gajdy

Krzysztof Chałas w artykule *Dwa oblicza samotności szkolnej* podaje, iż polski pedagog Janusz Gajda w książce „Samotność” rozróżnia samotność w aspekcie pedagogicznym na społeczną, psychiczną i moralną. Pierwsza z nich to: „sytuacja charakteryzująca się osłabieniem lub brakiem więzi naturalnej z innym człowiekiem, życie niejako w bardzo luźnym związku ze społeczeństwem lub nawet poza nim”³. Według Gajdy powstaje ona m.in. w następujących

² J. Koziński, *Człowiek wielowymiarowy*, Warszawa 1998, s. 237.

³ K. Chałas, *Dwa oblicza samotności szkolnej wychowanka*, Roczniki Nauk Społecznych, Tom XXX, zeszyt 2- 2002, s. 21-35.

sytuacjach: kiedy, człowiek nie zało ył rodziny lub izoluje si , albo jest izolowany od społecze stwa. Druga, samotno psychiczna jest: „*stanem braku wi zi psychicznej – bliskiego kontaktu z drugim czło- wiekiem*”. Ostatnia, samotno moralna jest spowodowana brakiem sensu ycia⁴.

W aspekcie teoretycznym to tylko niewielki fragment definiowania samotno ci. Słowa polskiego filozofa Władysława Tatar-kiewicza: „Samotno jest przyjemno ci dla tych, którzy jej pragn i m k dla tych, co s do niej zmuszeni”, najlepiej oddaj sens jej odczuwania. Je li jest ona celowa, to mo emy traktowa j w aspek- cie pozytywnym. Pomaga ona człowiekowi zebra my li, zastanowi si nad swoim yciem i dokona czasami fundamentalnych zmian. Jednak istnieje równie jej aspekt negatywny. Wtedy samotno przychodzi sama i niestety nie jest łatwo si jej pozby . Mo e cał- kowicie zamkn nas na wiat i ludzi. Stajemy si zgorzkniali. Tak samo dzieje si równie w przypadku dzieci i młodzie y.

3. Dom jako najwa niejsze miejsce w procesie kształtowa- nia psychiki młodego człowieka

Dom jest pierwszym rodowiskiem w procesie socjalizacji. To od niego zale y, w co młody człowiek id cy do szkoły zostanie wy- posa ony. Je li w rodzinie brakuje silnej wi zi emocjonalnej to ju na tym etapie zaczynaj si problemy. Silne dziecko b dzie jej szu- ka w szkole, w grupie rówie niczej. Mniej odporne psychicznie, zamknie si w sobie i nie nawi e nowych kontaktów. Je li do tego doło ymy problemy natury socjalnej spowodowane niekorzystn sytuacj yciow rodziny, to młody człowiek b dzie wstydzi si wchodzi w nowe relacje, aby jak najmniej ludzi dowiedziało si np. o ubóstwie, czy problemie alkoholowym w domu. W efekcie izolacja si pogł bia.

Podobne problemy zamykania si w sobie dziecka, pojawi si w odwrotnej skrajno ci. Je li rodzice s maj tni i dziecku niczego materialnie nie brakuje. Mo nabybyło my le , e wszystko jest tak jak nale y... Nic bardziej mylnego. Potrzeby materialne to nie wszystko. Jednak w XXI wieku, wielu rodziców tak s dzi, spychaj c

⁴ Tam e.

dziecko na drugi plan, po wyciszeniu kariery. Nowy tablet, PlayStation, obóz zimowy sprawiają radość, ale tylko na chwilę. Szybko się znudzi i nie rekompensuje braku rozmowy, wspólnego obiadu, czy przytulenia. Wiele dzieci nie usłyszało nigdy od rodzica „zwykłego - niezwykłego”: Kocham Cię. Jeśli dziecko w domu nie zostało nauczone wyrażania uczuć, to nie będzie w stanie w przyszłości samemu wchodzić w relacje. Samotność dziecka, młodego człowieka będzie jak cegła pomiędzy blokami, wyrasta z niezaspokojenia potrzeby emocjonalnego bycia, przytulenia, codziennej obecności. Brak rozmowy, mówienia o swoich uczuciach i słownego zapewnienia o miłości prowadzi do wyizolowania i zamykania się w sobie⁵.

Człowiek kłótnie, dom jako pole walki rodziców powoduje i dziecko, któremu nie tłumaczy się wszystkiego, idzie do szkoły z myślną i, i z kilkanaście godzin znów wróci do tej przytłaczającej atmosfery. Nie chodzi tu tylko o kłótnie same w sobie, ale połączone z innymi patologiami. Dziecko, czując się jedynie trzecie w rodzinie „głowa” rodziny. Jednak to nie rola dla niego.

4. Szkoła jako miejsce, gdzie samotność przebiera na siłę

Można się spotkać, a w szkołach, gdzie jest czasami kilkaset uczniów nie ma miejsca na samotność. Niestety to nieprawda. W każdej szkole na korytarzu można zauważyć dzieci samotnie spędzające przerwy, siedzące same w ławce szkolnej. Dzieci te są ciche, nie chcą aby zwracać na siebie uwagi. Jednak, zadaniem nauczycieli powinno być właśnie pochylenie się nad takim uczniem i znalezienie przyczyny tego marazmu. Dziecko może doświadczać alienacji z grupy, kiedy nie zgadza się z jej zasadami lub stosuje niezgodne z zasadami wyniesionymi z domu, czy z własnym sumieniem. Nierzadko, idzie z tym w parze wyobcowanie. Dziecko posiadające inne zainteresowania, czuje się bardziej wyobcowane jak np. muzyka powolna, czy teatr mogą spowodować, że nie znajdzie zbyt wielu kolegów do rozmów na ten temat.

Wyobcowanie społeczne ma również miejsce, kiedy młody człowiek z braku rodziców nie może pozwolić sobie na dołączenie do

⁵ <https://deon.pl/inteligentne-zycie/dziecko/szkolna-samotnosc,103200>, (dostęp: 28.11.2020 r.)

grupy, w której posiadanie drogich ubra jest na pierwszym miejscu. Dziecko czuje się wtedy gorsze.

Kolejną płaszczyznę odczuwania samotności u dziecka są wyniki w nauce. I to kryterium również jest bardzo niejednoznaczne. Dziecko może mieć problemy z nauką, może stać się samotne ze względu na brak szerokiego grona znajomych, zainteresowania rówieśników i nauczycieli. Osoby, które uczą w nauce, również mogą spowodować, że rówieśnicy, którzy nierzadko czują się gorsi. Oliwy do ognia dolewa również wszechobecna zazdrość. Uczniowie zapatrzeni na świat dorosłych wpadają już od dzieciństwa w wyścigi szczurów. To zmniejsza ich chęć do nawiązywania bliźszych relacji, gdy traktują rówieśników jako potencjalne zagrożenie np. do stypendium.

Bo dając przy tym ocenę, musimy przytoczyć historię, którą miałem okazję usłyszeć. Nie jest ona wesoła. Na potrzeby tego artykułu, główną bohaterką nazwę Sylwią. Wychowywała się ona w zamkniętej rodzinie. Tata pracujący za granicą, mama zajmowała się Sylwią i jej młodszym bratem. Mogłoby się wydawać idealna rodzina... Od najmłodszych lat, Sylwia nie miała zbyt wielu znajomych. Mama nie chciała, aby dziewczynka bawiła się z innymi dziećmi. Nadszedł okres szkoły podstawowej. Sylwia nie mogła odnaleźć się w szkole. Siedziała sama w ławce i na korytarzu. Skarżyła się mamie, że nie ma kolegów. Ta stwierdzała, że szkoła jest od nauki, a nie od rozmów. Dziewczyna przychodziła ze szkoły i uczyła się. Oczywiście przekładało się to na oceny. Miała najniższe średnie w klasie. Jednak wcale jej to nie cieszyło. Przyszło Gimnazjum, nauki były coraz więcej. Okazało się, że dostanie trójki to katastrofa dla jej mamy. Zaczęła się jeszcze większa presja. Sylwia nie chciała iść na studia, a do technikum fryzjerskiego. To była jej pasja. Ta wizja nie mieściła się w głowie jej matki, która ze względu na sytuację finansową swojej rodziny nie mogła się kształcić, mimo chęci. Swoje niespełnione ambicje przelewała na córkę, która była bardzo samotna. W praktyce pracy z uczniami spotkałem się z wieloma sytuacjami, gdzie rodzice za wszelką cenę chcą zrobić z dzieci prymusów, najlepiej z każdego przedmiotu, nie zwracając uwagi na jego indywidualne zainteresowania. Dziecko często staje się robotem idącym na kilka godzin do szkoły, póki nie na wszystkie możliwe

zajcia dodatkowe, bo inne dzieci przecie te s zapisane. Tylko, e ich mo e to interesuje...

Wracaj c do Sylwii, to niestety coraz bardziej doskwierał jej brak znajomych, osób do podzielenia si swoimi problemami. Chciała mie kole anki. W okresie dojrzewania młody człowiek jeszcze bardziej odczuwa samotno . Sylwia sko czyła gimnazjum z wyró - nieniem i nerwic ... Mama Sylwii chciała, aby kontynuowała ona nauk w presti owym liceum w wi kszym mie cie. O technikum fryzjerskim nie było mowy. Egzaminy ko cowe nie poszły jej wspa - niale, ale zadowolaj co. Jednak nie dla matki. Wyniki wystarczyły na dostanie si do liceum, alenie tego presti owego. Przez okres nauki w liceum, matka wypominała córce, i nie dostała si do najlepszego liceum. A ona wszystko dla niej po wi ciła. Zmiana otoczenia nie pozwoliła Sylwii na nawi zanie relacji z innymi rówie nnikami. Dalej była sama. Czuła wewn trznie, e nie potrafi nawi za nowych rela - cji. Nauk zapełniała swój czas. Tak nauczyła si y . Presja w domu była coraz wi ksza, bo zbli ała si matura. A po niej, oczywi cie studia medyczne. Sylwii w ogóle to nie interesowało. Wa ne, e mama mogła pochwali si swoim nielicznym znajomym, jak ma m dr córk . Nie potrwało to długo. Sylwia tydzie przed matur próbowała targn si na swoje ycie. Na szcz cie została odrato - wana. Jednak bardzo długo leczyła si psychiatrycznie.

Mo na zada sobie pytanie: czemu nikt nie zwrócił uwagi na stan Sylwii? Gdziebyli nauczyciele, rodzina? Czemu nikt nie poroz - mawiał z Sylwi o jej samotno ci?

W dzisiejszych czasach, je li dziecko dobrze si uczy to dla szkoły nie jest problemem. A ona nie szuka ich na sił . Na uboczu ycia szkolnego yj równie dzieci dotkni te ró nych chorobami np. otyło ci , czy niedowidzeniem oraz innymi widocznymi defek - tami. Popularne jest zjawisko, e taki ucze sam stara si nie poka - zywa w centrum uwagi. Wa n rol , powinien w takiej sytuacji odgrywa nauczyciel, dobry nauczyciel, który podejmie si pracy nad aktywizacj i integracj takiego dziecka. A nie taki, który chce zaliczy kolejny temat w dzienniku, zrobi sprawdzian i wróci jak najszybciej do domu. Osoba wykonuj ca ten zawód, a raczej spełnia - j ca swoje powołanie powinna by jak drugi rodzic. Jednak czasami, to ona sama powoduje, e dziecko czuje si w klasie gorzej. Publicz -

na krytyka, brak pochwał, wpisywanie kolejnej uwagi, czy oceny niedostatecznej bez poznania przyczyny takiej sytuacji powoduje, że dziecko wycofuje się. Beznadziejna sytuacja powoduje brak chęci do podjęcia działań. Wielu nauczycieli nie reaguje w szkole na wy-miewanie, przemoc psychiczną swoich uczniów, aby nie zaognia sprawy. Nie rzadko słyszy się, że takie „zamiatanie problemów pod dywan” powoduje tragiczne konsekwencje.

5. Samotnicy szkolni wg Stanisława Kawuli

W 1999 roku Stanisław Kawula na podstawie badań empirycznych wyodrębnił 7 modelowych typów samotników szkolnych:

- „*Mól księkowy*” to samotnik, który poszukuje odosobnienia, by rozwijać swoje pasje i zainteresowania, np. czytelnictwo lub artystyczne upodobania. Jego samotność jest samotnością z wyboru, dostarcza mu wolności i poczucia spełnienia. Nie dajmy się jednak zwieść – za demonstrowaniem chęci życia na uboczu kryje się niezrządkiem pragnienie bliskiego kontaktu z innymi.

- „*Nadwrażliwa*” osoba (niekoniecznie płci żeńskiej), skłonna jest do nadmiernego przeżywania lęków. To dziecko niepewne siebie i swoich możliwości, one mielone w kontaktach z innymi. Odnosiśmy wrażenie, że odbiera wiat nadmiernie wrażliwie i z wielkim cierpieniem. Każda niemal sytuacja może stać się dla niego bodźcem do wycofania się i zamknięcia w sobie.

- „*Zawiedziona*” osoba przeżywa rozczarowanie i rozgoryczenie po stracie bliskich relacji z wybraną dla siebie postacią lub z grupą osób. Jej własne potrzeby: przynależność, miłość, a czasem także bezpieczeństwo nie są zaspokojone. Takiemu uczniowi towarzyszy poczucie pustki, rozczalenia, frustracji i zawodu.

- „*Dyslektyk*” ma trudno ci w nauce, szczególnie jego relacje z nauczycielami, a czasem także z innymi uczniami, są zaburzone. Gdy nie otrzymuje adekwatnej pomocy i wsparcia, czuje się wyobcowany i niezrozumiany przez otoczenie. Przeżywa swój dramat w bolesnym oddaleniu od innych.

- „*Ordynus*” sprawia trudno ci wychowawcze, szczególnie ze zrozumiałych względów nie jest uczniem szczególnie lubianym. Arogantki, krnąbrny i nie liczący się z innymi, bywa strofowany przez nauczycieli, czasem także izolowany przez uczniów. Najwyraźniej ujawnia

nia różnego rodzaju problemy osobowe i kłopoty w ujawnianiu siebie oraz własnych niepokojów.

• „*Uzale niony od rodziny*” do wiadcza swojej szkolnej samotno ci wskutek kłopotów, jakie prze ywa w rodzinie. Mo e to by rozpad mał e stwa rodziców, rozwód lub separacja, domowe kłótnie i pijackie awantury. Dysharmonia i chaos ycia rodzinnego, pełna napi cia atmosfera domu wpływaj na izolacj od rówie ników oraz prze ywanie dramatu w separacji od wiata.

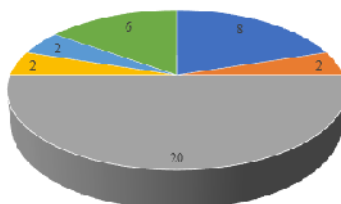
• „*L kliwa*” osoba zamyka si w sobie, gdy rodzice pragn j chroni przed zgubnymi wpływami otoczenia. Kontakty z rówie nikami s ograniczane i przedstawiane jako zagra aj ce. Czasem dotyczy płci przeciwnej, czasem przyja ni z uczniami, którzy w ocenie rodziców mog nie zepsucie lub niski poziom kultury⁶.

Naley jednak pami ta , e te niedługie opisy typów samotników szkolnych to tylko uogólniony szkic. Ka dy przypadek jest indywidualny.

6. Analiza bada własnych

Przedmiotem moich bada było wskazanie metod walki z samotno ci podejmowanych przez 40 osób w wieku 11- 14 lat. Wyniki prezentuj si nast puj co.

Metody walki z samotnością podejmowane przez młodzież



- Próba nawiązania kontaktu z rówieśnikami, rodzina
- Ucieczka w naukę, świat książek
- Szukanie rozrywki w Internecie
- Słuchanie muzyki
- Sen
- Nie podejmowanie żadnych działań

Tabela 1. Metody walki z samotno ci podejmowane przez młodzie , ródło: opr. własne

⁶ <http://pomocdziecku.um.warszawa.pl/wiadomosc/125-samotnosc-w-szkole>, (dost p 28.11.2020 r.)

Z anonimowej ankiety wynika, że 50% osób wybiera Internet jako źródło pomocy ze samotności. 20% ankietowanych podejmuje próbną zmianę kontaktu z rówieśnikami, rodziną. 15% dzieci nie podejmuje żadnych działań, aby poradzić sobie z samotnością. 5% ucieka w naukę, wiatki, wybiera sen lub słuchanie muzyki.

Z wyników badań wysuwają się wiele wniosków. Po pierwsze, należy dołożyć wszelkich starań, aby Internet był przestrzenią bezpieczną. Niestety, młody człowiek samotny i zagubiony szukałby szybkiego pocieszenia i rozmowy, często nie zastanawiając się nad prawdziwością wirtualnej relacji, która może spowodować wiele poważnych skutków. W tym rolę powinna odgrywać szkoła. Lekcje wychowawcze dają przestrzeń do zajęć integracyjnych i poruszania ważnych problemów dotyczących młodych ludzi. Chciałbym, aby raz w miesiącu wychowawca przeprowadzał rozmowę z każdym uczniem prowadzonej przez siebie klasy. To na pewno pozwoliłoby reagować na różne problemy i nie zostawiać młodych ludzi samym sobie.

Zakończenie

Epidemia, która raz dzieli od jakiegoś czasu światem, wprowadza w niepewność nie tylko dorosłych, ale i dzieci. Wprowadzone obostrzenia sprawiły, iż dzieci zostały tak naprawdę zamknięte w domu przez komputerem. Samotność stała się bardzo popularna. Monotonna codzienność, brak realnego kontaktu z kolegami, koleżankami, kłótnie z rodziną, która nie jest przystosowana do przebywania ze sobą 24h na dobę, zestresowani rodzice z problemami w pracy - to wszystko wywiera ogromny wpływ na rozwijającego się młodego człowieka.

Młodzi ludzie nie radzą sobie z tak wieloma lękami, których doświadczać. Boją się o zdrowie swoje i najbliższych. Obawiają się o swoją przyszłą edukację, o egzaminy. W tym natłoku problemów organizacyjnych uczniowie często zostają z tym wszystkim sami, ponieważ nikt nie wie co będzie dalej. Zadaniem dorosłych, a szczególnie rodziców i nauczycieli jest uważne obserwowanie każdego dziecka i szybkie reagowanie, aby nie było za późno.

Streszczenie:

Niniejsza publikacja przedstawia pojęcie samotności w różnych aspektach. Porusza problem tego zjawiska w rodzinie i szkole. Autor wskazuje dom jako pierwsze i najważniejsze miejsce w procesie kształtowania psychiki młodego człowieka, podaje możliwe problemy w nim występujące. Szkoła jest kolejnym ważnym miejscem, w którym spotykamy się z przejawami samotności. Autor przedstawił czynniki takie jak sytuacja rodzinna, wyniki w nauce, trudności adaptacyjne, relacje rówieśnicze i z nauczycielami jako najważniejsze, które mogą powodować wystąpienie u dziecka samotności. Wskazuje również kluczowe role dorosłych w szybkim reagowaniu na przejawy samotności. W publikacji zawarte są wyniki i wnioski przeprowadzonych przez autora badań własnych na temat metod walki z przejawami samotności podejmowanych przez młodzież.

Słowa kluczowe: samotność, dzieci, młodzież, dom, szkoła, rozwój psychiczny, rozwój społeczny

Summary:

Loneliness of children and adolescents

This publication presents the concept of loneliness in various aspects. It raises the problem of this phenomenon among children and adolescents. The author indicates home as the first and most important place in the process of shaping young person's psyche, presenting possible problems to occur. School is another important place where we encounter manifestations of loneliness. The author presents factors such as a family situation, learning results, adaptation difficulties and relationships with both peers and teachers, as the most important ones that can cause loneliness in a child. He also points out the main role of adults in reacting quickly to the manifestations of loneliness. The publication contains results and conclusions of the author's own research on methods of fighting loneliness undertaken by the youth.

Key words: Loneliness, children, youth, home, school, mental development, social development

Bibliografia:

Albisetti V., *Dobrodziejstwo samotno ci*, Wyd. "Jedno ", Kraków 1999.

Chałas K., *Dwa oblicza samotno ci szkolnej wychowanka*, Roczniki Nauk Społecznych, Tom XXX, zeszyt 2- 2002, s. 21-35.

Domeracki P., Tyburski W., *Zrozumie samotno* , Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toru 2006.

Jagięła J., *Narcystyczna. szkola. O psychologicznej rzeczywistości ci szkoły*, Wyd. Rubikon, Kraków 2007.

Kozielecki J., *Człowiek wielowymiarowy*, Wyd. Akademickie ak, Warszawa 1998.

Ole M., *Psychologiczna charakterystyka dzieci o wysokim i niskim poczuciu osamotnienia*, Roczniki psychologiczne, Tom IX, numer 1 – 2006, s. 121-140.

Netografia

<https://deon.pl/inteligentne-zycie/dziecko/szkolna-samotnosc,103200>

<https://www.msn.com/pl-pl/zdrowie/mentalhealth/psychologowie-alarmuj%C4%85-samotno%C5%9B%C4%87-to-ju%C5%BC-choroba-kt%C3%B3ra-zabija/ar-AACFh9P>

<http://pomocdziecku.um.warszawa.pl/wiadomosc/125-samotnosc-w-szkole>

Marta Pietrycha

Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie

Wst p

Osamotnienie jest zjawiskiem towarzyszącym człowiekowi od zarania dziejów. Przez lata termin ten zmieniał znaczenie, dziś przyjął wymiar, który słusznie określił P. Domaradzki, mówiąc, i naukowcy w tym socjologowie, psychologowie, pedagogowie bije dziś na alarm. Ich powodem tego jest osamotnienie a nawet „jej epidemia, ze zdziwieniem i obawą witań we współczesnym świecie”¹. Jak podaje autor; „Witana z obawą bo mało kto tak naprawdę się jej dziś spodziewał a już tym bardziej przygotował na jej ewentualność”².

Problematyka poczucia osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie jest obszarem wieloaspektowych badań i czysto samiana jest z samotnością, która na potrzeby niniejszej publikacji należy odróżnić.

1. Poczucie osamotnienia

Na wstępie analizując termin osamotnienia należy odróżnić poczucie samotności oraz osamotnienia. Samotność jest „stanem koniecznym dla rozwoju osobowości”³. Są osoby, które wiadomie szukają samotności, by moc uzyskać dystans wobec problemów „powstałych w związku z własną aktywnością społeczną, oceną swoich dotychczasowych osiągnięć oraz planowaniem przyszłości”⁴. W momencie samotności człowiek osiąga spokój, ostoję w życiu wewnętrznym, dystans wobec innych osób, rzeczy czy zjawisk⁵. Tak

¹ M. Kierzkowska, *O samotności dziecka we współczesnym świecie*, „Kultura i Wychowanie”, 2012, nr 3, s.131.

² Tamże.

³ B. Matyjas, *rodła prowadzące do osamotnienia dziecka w rodzinie*, „Wychowanie w Rodzinie”, 2011, nr 4, s. 127.

⁴ Tamże.

⁵ I. Niewiadomska, *Osamotnienie sprzyja toksykomanii*, „Problemy Alkoholizmu”, 1994, nr 8 – 9, s. 13.

wi c samotno „jest stanem po danym w yciu człowieka”⁶. Z kolei osamotnienie oznacza „prze ywan samotno : fizyczne oddalenie od innych, subiektywne do wiadczenie psychiczne, odczucie braku wi zi z innymi lud mi a tak e z samym sob ”⁷. Stan ten jest zawsze dokuczliwy, nigdy nieoczekiwany i niewybierany. Zdaniem J. Gajdy uczucie osamotnienia pogł bia si gdy:

— w rodowisku traktowany jest w sposób instrumentalny b d przedmiotowy,

— kontakty z innymi osobami, rodzaj i ich cz stotliwo s coraz bardziej ograniczone,

— sami mamy wiadomo , e nikt o nas nie my li, nie pa mi ta⁸.

Zdaniem J. Szczepa skiego samotno i osamotnienie to „dwa ró ne stany i postaci ludzkiego bytowania i mylne jest przypisywanie skutków osamotnienia – samotno ci⁹. I tak według J. Szczepa - skiego osamotnienie to efekt braku kontaktu z innymi lud mi i z samym sob , tutaj stanem idealnym jest mier . Z kolei samotno to obcowanie wył cznie z sob samym oraz skupianie uwagi tylko na swoich wewn trznych sprawach¹⁰.

Według J. Rembowskiego samotno to nieprzyjemny stan emocjonalny, reakcja na brak kontaktu z rówie nikami b d osobami znacz cymi¹¹. Dla K. Kmiecik – Baran poczucie osamotnienia:

— „jest ono odczuciem subiektywnym i nie jest to same z izolacji społecznej ;

— jest rezultatem braku po danych relacji społecznych;

— jest ródłem przykrych stanów emocjonalnych, które mog prowadzi do zaburze

⁶ B. Matyjas, *ródla prowadz ce do osamotnienia...*, s. 127.

⁷ Tam e, 127 – 128.

⁸ J. Gajda, *Samotno* , [w:] T. Pilch (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, t. V, Warszawa 2003, s. 657.

⁹ K. Słomka, S. Jó wiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie – zarys problematyki*, D. Sikora (red.), *Samotno dziecka we współczesnejrodzinie*, Chełm 2011, s. 5.

¹⁰ K. M. Wasilewska, *Samotno mlodzie y*, Bydgoszcz 2010, s. 25 – 26.

¹¹ Tam e.

— zachowania i funkcjonowania”¹².

Według T. E. Olearczyk osamotnienia w życiu może do wadzić każdemu człowiek. Niemniej jednak najbardziej jednak dotyczy ono populację dzieci oraz młodzieży, zwłaszcza gdy mają z nimi do czynienia w najbliższych w rodzinie¹³.

Rodzina to niewątpliwie najważniejsza grupa pierwotna. Przypisuje się jej wiele funkcji i zadań społecznych. Jest pierwszym i podstawowym miejscem społecznej adaptacji pierwotnej. To dzięki niej dana jednostka przygotowuje się do wartościowego życia, do życia przynoszącego radość, sens oraz zadowolenie¹⁴.

Jak słusznie zauważa K. Słomka i S. Jóźwiak „dzieci mogą czuć się osamotnione zarówno w normalnym środowisku rodzinnym, jak i nieadekwatnym”¹⁵. Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie powoduje „stan dyskomfortu psychicznego, którego źródło stanowi brak zaspokojenia przez nie indywidualnych potrzeb psychicznych, deprywacja emocjonalna, która dezorientuje je w środowisku i zaburza własny, niepowtarzalny rozwój”¹⁶. Niezaspokojenie potrzeb psychicznych w rodzinie wprowadza dziecko w stan „głodu emocjonalnego”¹⁷.

Według A. Maciarz poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie jest wynikiem braku zrozumienia, miłości i akceptacji emocjonalnej rodziców do dziecka¹⁸. Z kolei zdaniem M. Jakubowskiego „poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie to subiektywny stan psychiczny

¹² K. Słomka, S. Jóźwiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie...*, s. 5.

¹³ T. E. Olearczyk, *Sieroctwo i osamotnienie. Pedagogiczne problemy współczesnej rodziny*, Kraków 2008, s. 135.

¹⁴ M. Gawczyńska, *Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej*, Toruń 2004, s. 60.

¹⁵ K. Słomka, S. Jóźwiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie...*, s. 6.

¹⁶ Tamże.

¹⁷ Tamże.

¹⁸ Tamże.

lub zjawisko psychospołeczne powstałe na skutek zawieszenia opiekuńczej funkcji rodziny i rozbicia więzi uczuciowo – rodzinnej¹⁹.

K. Obuchowski twierdzi, że poczucie osamotnienia w rodzinie jest bezpodległą przyczyną kształtowania się u dziecka niskiego poczucia wartości. Nie czuje ono miłości, jest niezrozumiane, czuje się niepotrzebne, zepchnięte na margines. Takie osamotnienie oznacza również, że nie ma ono oparcia emocjonalnego, do nikogo nie należy. Skutkuje ono brakiem poczucia bezpieczeństwa i równowagi emocjonalnej²⁰.

M. Kierzkowska podobnie jak M. Łopatkowa uważa, że istnieje jako ciowa różnica terminu samotności i osamotnienia dziecka oraz człowieka dorosłego. I tak człowiek dorosły „mając swój wewnętrzny świat, może się do niego schronić, może z niego czerpać treść do życia, izolując się od ludzi. Jest to samotność nie obciążona egzystencjalną pustką, czyli nie przekraczająca granic psychicznej wytrzymałości”²¹. Z kolei dziecko „jeszcze tego wewnętrznego świata nie posiada (niemowlę) lub posiada (dziecko starsze) w stopniu ograniczonym i tak cięle powiązany ze światem zewnętrznym, a oddzielenie tych dwóch światów niesie z sobą katastrofę rozwoju personalnego”²². Stąd też, gdy brak jest świata wewnętrznego, dziecko nie może się do niego schronić ani z nim kontaktować. Wówczas pozostaje brak kontaktu z sobą samym oraz z ludźmi, a więc osamotnienie. Jak słusznie zauważa M. Łopatkowa „dziecko osamotnione w samoobronie próbuje sobie ów świat stworzyć, nie jest to jednak zadanie na jego siły”²³.

2. Czynniki wywołujące osamotnienie

Współczesne spojrzenie na problematykę osamotnienia dziecka pozwala wyodrębnić kilka źródeł wywołujących osamotnienie. I tak możemy mówić o osamotnieniu w rodzinie, w szkole, w placówce

¹⁹ M. Gawczyńska, *Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej*, Toruń 2004, s. 10.

²⁰ Tamże, s. 10 – 11.

²¹ M. Łopatkowa *Samotność dziecka*, Warszawa 1989, s. 4.

²² Tamże.

²³ M. Kierzkowska, *O samotności dziecka we współczesnym świecie*, „Kultura i Wychowanie”, 2012, nr 3, s. 134

pozaszkolnej, w grupie rówieśniczej, na kolonii, na podwórku, w grupie siedzącej, przed ekranem komputera i telewizora²⁴. Biorąc z kolei pod uwagę okres życia dziecka, osamotnienie to może dotyczyć dzieci już „w okresie przedszkolnym, młodszym wieku szkolnym, w okresie dojrzewania”²⁵.

Na potrzeby niniejszego artykułu zajmiemy się czynnikami osamotnienia dziecka w rodzinie. Do czynników tych zaliczamy:

- brak więzi emocjonalnej pomiędzy dzieckiem a rodzicami,
- system kar i nagród,
- postawy rodzicielskie,
- patologie w rodzinie,
- niepełna struktura rodziny²⁶.

Pierwszą przyczyną, braku więzi emocjonalnej pomiędzy dzieckiem a rodzicami przyczynia się do tego, i dziecko samo rozwiązuje problemy, musi radzić sobie z trudnościami dnia codziennego. Mimo to cały czas próbuje zwrócić uwagę rodziców. Pustka emocjonalna na tym etapie jest dotkliwa, może doprowadzić do stanów apatii oraz izolacji społecznej²⁷.

System kar i nagród to kolejny czynnik, który może wpływać na osamotnienie dziecka w środowisku rodzinnym. Dziecko karane fizycznie oraz psychicznie, żyje z niskim poczuciem wartości. Rodzice wypominają cię jego braki, niedociągają, upokarzają i izolują emocjonalnie. W miejsce miłości pojawia się niechęć, nienawiść, a nawet wrogość w stosunku do rodziców. Dom rodzinny „staje się miejscem „tortur”; samotni, w której dziecko przeżywa swój ból nie tylko fizyczny, ale także emocjonalny, a brak poczucia bezpieczeństwa nie pozwala mu na odczuwanie silnych więzi z ro-

²⁴ J. Izdebska, *Dziecko osamotnione w rodzinie*, Białystok 2004, s. 33.

²⁵ B. Matyjas, *Ścieżki prowadzące do osamotnienia dziecka w rodzinie*, „Wychowanie w Rodzinie”, 2011, nr 4, s. 131.

²⁶ K. Słomka, S. Jówiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie – zarys problematyki*, D. Sikora (red.), *Samotność dziecka we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011, s. 6-7.

²⁷ R. Pawłowska, E. Jundziłł, *Pedagogika człowieka samotnego*, Gdańsk 2000, s. 28 – 29.

dzicami”²⁸. Zdarza się również taka sytuacja, kiedy w zamian za uczucie oraz zainteresowanie sprawami dziecka, rodzic obsypuje go nagrodami, prezentami. Prowadzi to do poczucia osamotnienia²⁹.

Trzecim również w tym czynnikiem wpływającym na poczucie osamotnienia dziecka są postawy rodzicielskie. Te niewłaściwe postawy wpływają ujemnie na kształtowanie się obrazu osobowości. W literaturze przedmiotu do tych negatywnych postaw rodzicielskich zaliczamy: postawę odrzucenia, postawę unikania, postawę nadmiernie wymagającą i nadmiernie chroniącą³⁰.

Czwartym czynnikiem są patologie w rodzinie. Mówimy tu o alkoholizmie, przemocy fizycznej, psychicznej i emocjonalnej. Patologiczna atmosfera w rodzinie wpływa negatywnie na „prawidłowy rozwój emocjonalny i społeczny dziecka, zakłóca jego socjalizację i zaburza kształtowanie się prawidłowej osobowości”³¹.

Istotny wpływ na osamotnienie dziecka ma także niepełna struktura rodziny. Osamotnienie przeżywają dzieci osierocone śmiercią rodzica, dzieci z rodzin niepełnych, z rodzin rozbitych wskutek rozwodu. Przyczyn osamotnienia dziecka doszukujemy się w wyniku samotnego rodzicielstwa, u rodzin rozłączonych w wyniku wyjazdu jednego z rodziców, w wyniku ich codziennej nieobecności w domu³². Rodziny rozbite pozostawiają trwały ład na psychice dziecka. Dziecko traci poczucie bezpieczeństwa, pojawiają się lęki, depresje. Młodzi poszukują czegoś oparcia poza domem, dołączają do grup rówieśniczych, które nie zawsze korzystnie wpływają na ich osobowość. Zdaniem S. Kawuły dzieci wstydzą się swojej sytuacji rodzinnej i często ukrywają ten fakt przed innymi³³. Winą za rozpad rodziny doszukują się w swojej osobie. Dzieci w takiej sytu-

²⁸ K. Słomka, S. Józwiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie – zarys problematyki*, D. Sikora (red.), *Samotność dziecka we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011, s. 6.

²⁹ R. Pawłowska, E. Jundziłł, *Pedagogika człowieka samotnego...*, s. 29.

³⁰ K. Słomka, S. Józwiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie...*, s. 7.

³¹ Tamże.

³² T. Pilch, *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, t. V, Warszawa 2006, s. 658.

³³ S. Kawuła, *Kształty rodziny współczesnej*, Toruń 2005, s. 127.

acji ukazuj wiele emocji, ich reakcje na wiadomo o rozstaniu powoduje: zło, bunt, gniew, niepokój, cierpienie, niepewno³⁴.

Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie to subiektywny stan psychicznym. Według M. Gaw ckiej powstaje na skutek pozbawienia emocjonalnej wi zi w relacji z rodzicami, a dzieckiem z rodziny naturalnej³⁵. Powy sze czynniki ycia rodzinnego powoduj ce osamotnienie dziecka nie zawsze z ni wspól wyst puj . Warto wspomnie jeszcz e o rodowisku społecznym oraz o indywidualnych cechach dziecka³⁶. Niemniej jednak jak zauwa a K. Słomka, S. Jó wiak, to wła nie „ró norodno interakcji i sytuacji, które stwarza ycie rodzinne z jednej strony mo e by powodem i przyczyn samotno ci dziecka, natomiast z drugiej podstawowym, cz sto wr cz jedynym rodowiskiem, które mo e uchroni dziecko przed osamotnieniem”³⁷.

3. Symptomy poczucia osamotnienia

Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie przejawia si okrelonymi symptomami. Zdaniem A. Szymborskiej mówimy o 7 głównych symptomach poczucia osamotnienia dziecka w rodzinie:

1. „brak umiej tno ci nawi zywania i utrzymywania wi zi emocjonalnych z otoczeniem,
2. pozorn oboj tno uczuciow , pragnienie uczucia w stopniu bardzo wysokim przy braku zdolno ci do dawania i odbierania uczu ,
3. brak rozumienia siebie i innych,
4. brak inicjatywy i interwencji, słaba wyobra nia,
5. zachowania agresywne, kradzie e, kłamstwa, wykr ty,
6. brak zdolno ci do prawidłowych kontaktów emocjonalnych,
7. ozi blo uczuciowa, egoizm, egocentryzm,
8. zamkni cie w sobie, oboj tno , bierno ,

³⁴ S. Kozak, *Patologia eurosieroctwa w Polsce. Skutki migracji zarobkowej dla dzieci i ich rodzin*, Warszawa 2010, s. 127.

³⁵ M. Gaw cka, *Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej*, Toru 2004, s. 10.

³⁶ R. Pałowska, E. Jundziłł, *Pedagogika człowieka samotnego*, Gda sk 2000, s. 31.

³⁷ K. Słomka, S. Jó wiak, *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie – zarys problematyki*, D. Sikora(red.), *Samotno dziecka we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011, s. 7.

9. brak realizmu w ocenie zjawisk życiowych, tak osobistych, jak i społecznych, obni ona syntoniczno , czyli ograniczenia uczuciowe współbrzmienia emocjonalnego z innymi³⁸.

4. Rodzaje osamotnienia dziecka

Osamotnienie dzieci ce mo e mie ro ne oblicza i rodzaje. Zale y to głównie od „czasu trwania, stopnia intensywno ci, gł bi prze y , tre ci tych prze y , ródeł osamotnienia dziecka”³⁹. Osamotnienie chwilowe, inaczej przemijaj ce b d przej ciowe trwa zwykle krótko. Jest ono reakcj na okoliczno ci zewn trzne, przykładem jest chocia by wyjazd rodzica, przeprowadzka, pobyt dziecka w szpitalu, zmiana szkoły, niepowodzenia dydaktyczne. Natomiast osamotnienie trwaj ce dłu ej, miesi ce, a nawet lata, okre lamy jako chroniczne. Takie osamotnienie dotyka dzieci po rozwodzie rodziców, mierci, podczas dłu szej choroby swojej b d osób bliskich, dotyczy równie dzieci pochodz cych z rodzin alkoholowych, patologicznych, gdzie wyst puje przemoc fizyczna, psychiczna. Dziecko zamyka si w sobie, prze ywa smutek, traci zdolno komunikacji, odsuwa si od innych, odczuwa brak zaufania nie tylko do rodziców, ale równie do nauczycieli, s iadów, a nawet do samego siebie⁴⁰.

Z kolei B. Hołtys mówi o kilku rodzajach osamotnienia. Pierwsze to osamotnienie pierwotne, prze ywa go dziecko w momencie narodzin. Kolejne to osamotnienie osobowo ciowe, inaczej podmiotowe. Jego ródeł nale y doszukiwa si w cechach osobowo ci. Trzecie – sytuacyjne, te z kolei pojawia si w sytuacji odseparowania dziecka od osób bliskich. Ostatnie to osamotnienie wtórne. Powstaje ono wówczas na skutek utraty osoby bliskiej.

M. Łopatkowa dzieli osamotnienie na:

— osamotnienie całkowite (powstaje w wyniku utraty rodziców, ich porzucenia, odebrania praw rodzicielskich b d chronicz-

³⁸ B. Matyjas, *ródlą prowadz ce do osamotnienia dziecka w rodzinie*, „Wychowanie w Rodzinie”, 2011, nr 4, s. 129.

³⁹ Tam e.

⁴⁰ Tam e, s. 130.

nego zaniedbywania przez nich obowiązków. Dziecko w tej rodzinie czuje się „niczyje”⁴¹),

— osamotnienie czy cięte (pojawia się w momencie braku jednego rodzica z powodu śmierci, rozwodu bądź długiej nieobecności, w zakładzie karnym, psychiatrycznym)⁴².

Zdaniem J. Izdebskiej osamotnienie traktować można jako „pewnego rodzaju chorobę, jednostkę chorobową z jej objawami, przebiegiem i następstwami”⁴³. Jeśli mówimy o dziecku to będą to długotrwałe stany smutku, brak apetytu, bóle głowy, lęk, strach, przygnębienie, bezsenność, depresje, zachowania agresywne, izolacja od innych osób⁴⁴.

5. Osamotnienie w rodzinie

Według M. Andrzejewskiego⁴⁵ rodzice dają dziecku życie, więc nie tylko wiążą się z nim krwią, ale również w złym emocjonalnym to on decyduje o nieformalnym związku rodzica z dzieckiem. Odbierany jest subiektywnie oraz indywidualnie na linii akceptacji - odrzucenia⁴⁶. Zdaniem autorki poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie zależy od braku związku psychicznego dziecka z rodzicami. Wówczas dziecko czuje się subiektywnie niekochane przez rodziców, emocjonalnie odrzucone. „Dziecko nieobdarzone przez dom rodzinnym miłością czuje się osamotnione, nie rozumiane, nikomu niepotrzebne, zepchnięte na marginesy - samotne wśród ludzi formalnie mu najbliższych”⁴⁷. Ta emocjonalna samotność dziecka związana jest również z brakiem oparcia emocjonalnego w rodzinie, nie

⁴¹ M. Łopatkowa, *Samotność dziecka*, Warszawa 1983, s. 14.

⁴² Tamże.

⁴³ B. Matyjas, *Wódka prowadzi do osamotnienia dziecka w rodzinie*, „Wychowanie w Rodzinie”, 2011, nr 4, s. 130.

⁴⁴ J. Izdebska, *Dziecko osamotnione w rodzinie*, Białystok 2004, s. 31.

⁴⁵ M. Andrzejewski, *Domy na pisaku. Rzecz o sierectwie i domach dziecka*, Poznań 1997, s. 67.

⁴⁶ B. Matyjas, *Wódka prowadzi do osamotnienia dziecka w rodzinie...*, s. 128.

⁴⁷ Tamże, s. 129.

mo e ono liczy na rodziców, zarówno teraz jak i w przyszło ci⁴⁸. Dziecko nie czuje si kochane, szcz liwe i bezpieczne.

Według R. Kudriková, M. Du ová osamotnienie jest „stanem, w którym człowiek odczuwa silne uczucie pustki, izolacji, wyobcowania”⁴⁹. Je li osobowo dziecka nie czuje wsparcia ze strony rodziców to broni si , zamykaj c si emocjonalnie w sobie oraz izoluje si od całego otoczenia. Dziecko swój al zatrzymuje tylko dla siebie. Dlatego te „zamyka si uczuciowo i mo e pozosta na danym poziomie rozwojowym lub wróci do poprzedniego stadium, czy nawet cierpie depresje”⁵⁰. Niektóre z nich trac ch jedzenia, nie bawi si swoimi zabawkami, nie pi dobrze. Gdy w domu brakuje ojca b d matki, w szkole nie jest aktywne, nikt nie rozumie jego osamotnienia. Równie nicy odsuwaj je ze grupy, nie zauwa aj , a w ten sposób ro nie dodatkowo jego poczucie osamotnienia. Młodzi ludzie czuj si zamkni ci.

Jak słusznie zauwa a R. Kudriková, M. Du ová „dom jest tam, gdzie dziecko ma swoje miejsce. Nie w sensie pokoju, swojego łó ka czy miejsca przy stole, ale przede wszystkim miejsca w społecze stwie (gdzie si z nim licz , gdzie bez problemu mo e przyj , gdzie na niego czekaj , gdzie jest serdecznie witane i znane)”⁵¹, a gdy przekroczymy zasady współ ycia rodzinnego, oszukuj c najbli szych, pojawiaj si pierwsze uczucia wyobcowania.

Do roli domu zaliczamy tak e stabilizacj rodowiska. To w domu dziecko buduje wi zi uczuciowe nie tylko z lud mi, ale równie z otaczaj cymi je rzeczami, a wi c przyrod , rodowiskiem naturalnym. w ka dy domu wyst puje hierarchia warto ci, pewien regulamin, program dnia⁵².

Prawd jest, e „dziecko dobrze adaptuj ce si w rodowisku, to dziecko, które potrafi współdziała i współpracowa z innymi, nie

⁴⁸ M. Gaw cka, *Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej*, Toru 2004, s. 12.

⁴⁹ R. Kudriková, M. Du ová, *Osamotnienie dziecka w rodzinie niepełnej*, D. Sikora (red.), *Samotno dziecka we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011, s. 28.

⁵⁰ Tam e.

⁵¹ Tam e.

⁵² Tam e.

wykazuje zaburze w zachowywaniu si⁵³. St d te odpowiednia adaptacja społeczna dziecka zdaniem J. Zieli skiego zale y od „socjalizacji we własnej rodzinie”⁵⁴.

Funkcja „adaptacji społecznej rodziny”⁵⁵ dotyczy wi c socjalizacji dziecka. Je li uwzgl dnimy adaptacj szkoln , to dziecko z poczuciem osamotnienia b dzie miało trudno ci socjalizacyjne. Co za tym idzie, nie potrafi sprosta stawianym wymaganiom, b dzie nara one z góry na niepowodzenia szkolne. Dziecko osamotnione w wyniku „deprywacji jego indywidualnych potrzeb psychicznych w rodzinie nie potrafi zaspokaja we wła ciwy sposób potrzeby sukcesu i powodzenia w nauce szkolnej”⁵⁶. Z kolei brak miło ci rodziców zdaniem J. Zieli skiego uniemo liwia prawidłowy przebieg rozwoju oraz integracji osobowo ci dziecka. A co warto zaznaczy „wywiera bardzo cz sto nieodwracalny wpływ na cały jego rozwój psychiczny, a wi c tak e na funkcj intelektualne”⁵⁷.

Osamotnione dziecko w rodzinie nie mo e sprosta wymaganiom stawianym mu przez szkoł , le czuje si w roli ucznia, nabiera niech do nauki i wysiłku intelektualnego. Niech do nauki i szkoły wynika wi c z brak poczucia wiary w swoje mo liwo ci, niskiej samooceny, braku zainteresowania nauk .

Wnioski

Osamotnione dziecko w rodzinie jest problemem wa ny i niezwykle aktualnym. Wydawa by si mogło, e t populacj dotyka w najmniejszym stopniu. Rzeczywisto jest zupełnie inna. Obecnie, zjawisko to wyra a si przede wszystkim osłabieniem wi zi uczuciowej mi dzy członkami rodziny, brakiem poczucia przynale no ci oraz zast pieniem sfery emocjonalnej warto ciami materialnymi⁵⁸. Współczesni rodzice w coraz mniejszym stopniu s obecni w yciu dzieci, nie

⁵³ J. Zieli ski, *Poczucie osamotnienia współczesnego dziecka ze skłonno ci do hipertrofii edukacyjnej*, „General and Professional Education”, 2017, s. 36.

⁵⁴ Tam e.

⁵⁵ Tam e.

⁵⁶ Tam e, s. 37.

⁵⁷ Tam e.

⁵⁸ H. Cudak, *Szkice z bada nad rodzin* , Kielce 1995, s. 8 – 45.

zapewniaj oparcia, nie zaspakajaj potrzeby przynale no ci i miło ci, potrzeb afiliacyjnych, poczucia bezpiecze stwa psychicznego⁵⁹.

W literaturze przedmiotu mówi si o wielu czynnikach warunkuj cych poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie. Do przyczyn zalicza si : zaburzenia wi zi emocjonalnej pomi dzy dzieckiem a rodzicami, brak czasu dla dziecka, autokratyczny styl wychowania, nieumiej tne stosowanie kar i nagród, narodziny rodze stwa, rekonstrukcja rodziny, kłótnie rodzinne, rozwód rodziców, choroba b d niepełnosprawno dziecka, patologia rodziny, status społeczny, problemy materialne rodziny⁶⁰.

Streszczenie:

Osamotnione dziecko w rodzinie jest problemem wa ny i niezwykle aktualnym. Wydawa by si mogło, e t populacj dotyka w najmniejszym stopniu. Rzeczywisto jest zupełnie inna. Problematyka poczucia osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie jest obszarem wieloaspektowych bada i cz sto uto samiana jest z samotno ci , Czym zatem samotno i osamotnienie? Jakie s symptomy osamotnienia u dziecka? Jakie s jego rodzaje? Niniejszy artykuł porusza kwestie poczucia osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie. Definiuje termin samotno i osamotnienie. Przedstawia czynniki wywołuj ce osamotnienie. Mówi o symptomach i rodzajach osamotnienia. Charakteryzuje osamotnienie dziecka w rodowisku rodzinnym.

Słowa kluczowe: samotno , osamotnienie, dziecko, rodzina

Summary:

The feeling of a child's isolated in a modern family

The isolated child in a family is an important and topical problem. It would seem that it affects this population the least. The reality is completely different. The issue of a child's sense of isolated in a modern family is an area of multifaceted research and is often

⁵⁹ D. Sikora, *Samotno dziecka we współczesnejrodzinie*, Chełm 2011, s. 4

⁶⁰ R. Pawłowska, E. Jundził, *Pedagogika człowieka samotnego*, Gda sk 2000, s. 28 – 31.

equated with loneliness. So what does loneliness and isolated means? What are the symptoms of isolated in a child? What are its types?

This article addresses the issue of a child's sense of isolated in a modern family. Defines the term loneliness and is olated. It presents the factors that causa is olated. It talks about symptoms and types of is olated. It characterizes a child's is olated in a family environment.

Keywords: loneliness, isolated, child, family

Bibliografia:

Andrzejewski M., *Domy na pisaku. Rzecz o sieroctwie i domach dziecka*, Wyd. Media rodzina, Pozna 1997.

Cudak H., *Szkice z bada nad rodzin*, Wyd. Wy sza Szkoła Pedagogiczna im. Jana Kochanowskiego, Kielce 1995..

Gajda J., *Samotno*, [w:] T. Pilch (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, t. V, Warszawa 2003.

Gaw cka M., *Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej*, Wyd. MADO, Toru 2004.

Izdebska J., *Dziecko osamotnione w rodzinie*, Wyd. Trans Humana, Białystok 2004.

Kawula S., *Kształty rodziny współczesnej*, Wyd. UMK, Toru 2005.

Kierzkowska M., o *samotno ci dziecka we współczesnym wiecie*, „Kultura i Wychowanie”, 2012, nr 3, s. 131 – 138.

Kozak S., *Patologia eurosieroctwa w Polsce. Skutki migracji zarobkowej dla dzieci i ich rodzin*, Wyd. Difin, Warszawa 2010.

Kudriková R., Du ová M., *Osamotnienie dziecka w rodzinie niepełnej*, D. Sikora (red.), *Samotno dziecka we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011.

Łopatkowa M., *Samotno dziecka*, Wyd. WSiP, Warszawa 1983.

Matyjas B., *ródła prowadz ce do osamotnienia dziecka w rodzinie*, „Wychowanie w Rodzinie”, 2011, nr 4, s. 127-137,

Niewiadomska I., *Osamotnienie sprzyja toksykomanii*, „Problemy Alkoholizmu”, 1994, nr 8 – 9.

Olearczyk T. E., *Sieroctwo i osamotnienie. Pedagogiczne problemy współczesnej rodziny*, Wyd. WAM, Kraków 2008.

Pawłowska R., Jundziłł E., *Pedagogika człowieka samotnego*, Wyd. Gdańska Wyższa Szkoła Humanistyczna, Gdańsk 2000.

Pilch T., *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, t. V, Wyd. Ak, Warszawa 2006.

Sikora D., *Samotno dziecko we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011.

Słomka K., Jówiak S., *Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie – zarys problematyki*, D. Sikora (red.), *Samotno dziecko we współczesnej rodzinie*, Chełm 2011.

Wasilewska K. M., *Samotno młodzi*, Wyd. WUŁ – Uniwersytet Łódzki, Bydgoszcz 2010.

Zieliński J., *Poczucie osamotnienia współczesnego dziecka ze skłonnościami do hipertrofii edukacyjnej*, „General and Professional Education”, 2017, s. 36 – 42.

Rozdział II

Samotność i jego walory praktyczne

Mobbing w pracy – cechy, rodzaje i fazy

Wst p

Problematyka mobbingu w dzisiejszych czasach jest terminem bardzo popularnym. Prawie ka dy z nas slyszal o tym negatywnym zjawisku, ktore staje si coraz wi kszym problemem dla organizacji w krajach dobrze rozwini tych, oraz rozwijaj cych si . Mobbing powstaje w okoliczno ciach, podczas ktorych ludzie przebywaj ze sob przez wi kszo czasu. Chodzi tutaj o miejsca takie jak szkoła, wojsko, uczelnia czy miejsce pracy. Daje to bowiem mo liwo dlu gotrwałego kontaktu prze ladowcy z ofiar . Osoba, ktora staje si obiektem przemocy psychicznej czy fizycznej nie ma mo liwo ci wycofania si z tej relacji. rodowisko pracy odgrywa szczegoln rol w yciu ka dego czlowieka, dlatego te wiele osob zwraca szczegoln uwag na wszelkie aspekty, dotycz ce praw pracownikow, maj ce na celu przede wszystkim zachowanie zdrowia fizycznego jak i psychicznego. Mobbingu mo e do wiadczy ka dy pracownik niezale nie od miejsca pracy, wykonywanego zawodu, wieku, plci czy posiadanych kompetencji.

Negatywne skutki tego zjawiska nie dotycz jednak wy lcznie osob indywidualnych ale calych organizacji co przeklada si na pogorszenie atmosfery w miejscu pracy, zniszczeniu wi zi i zaufania pomi dzy pracownikami a kierownictwem, zmniejszeniu wydajno ci i efektywno ci pracy jak i wielu innych problemow, ktore narastaj wraz ze skal tego zjawiska. Prze ladowca d y przede wszystkim do tego, aby wywoła u swojej ofiary l k, ponienie, upokorzenie oraz bezradno . Cala ta manipulacja uczuciami prowadzi do emocjonalnej destrukcji pracownika. Je eli wymienione wy ej przykladowe, negatywne emocje s podtrzymywane przez dluzszy czas, powoduj ogolne pogorszenie si stanu zdrowia psychicznego jak i fizycznego, powstaniu nerwicy czy nawet depresji.

1. Rodzaje fazy i cechy mobbingu

Mo na wyró ni 5 czynników okre laj cych mobbing. S to: *zła organizacja pracy, niedostatki stylu przywództwa, wysza pozycja społeczna mobbera ni ofiary, niski poziom moralny w przedsi biorstwie i bezrobocie*¹. Zwykle z terrorem pracowniczym możemy si spotka tam, gdzie kultura organizacyjna opiera si przede wszystkim na hierarchii, bezwzgl dnym podporz dkowaniu oraz sztywnych strukturach, gdzie widoczny jest brak procedur prawnych, które s odpowiedzialne za sprawowanie pieczy nad godno ci pracowników. W literaturze mo na spotka wiele definicji mobbingu. Ich du a ilo oraz wielow tkowo spowodowała, e wybrałam kilka najistotniejszych.

Mobbing jest terminem, który wywodzi si z angielskiego słowa - mob. Oznacza on celowe, systematyczne oraz długotrwałe zachowanie, które rozci ga si w czasie i ma posta n kania, w celu naruszenia godno ci osobistej drugiej osoby. Pierwsz osob , która posłu yła si poj cie „mobbing” był etnolog K. Lorenz. Opisał on agresywne zachowania zwierz t, yj cych ze sob w grupie. Nast pnie tego terminu u ył lekarz ze Szwecji P. Heinemann, który zaobserwował podobne zachowania w ród uczniów w przedszkolu oraz w szkole². Jednak osob , która wykorzystała to poj cie do opisu przemocy psychicznej i fizycznej w miejscu pracy był psycholog H. Leymann. Jego definicja jest szczególnie popularna i bardzo szybko rozprzestrzeniła si w wi kszo ci krajów. Przeprowadzone przez niego badania pozwoliły mu na stworzenie podstawowej definicji mobbingu, która jest okre lana jako: *proces n kania pracownika trwaj cy nie mniej ni sze miesi cy, stosowany systematycznie przynajmniej raz w tygodniu, godz cy w godno , osobowo lub integralno psychiczn lub fizyczn człowieka, stanowi cy zagro enie dla jego zatrudnienia oraz wpływaj cy na pogorszenie atmosfery i wydajno ci pracy*³. Powy sza definicja wskazuje na to, e wywie-

¹ R. N cek, *Mobbing w białych r kawiczkach*, Wyd. Salwator, Kraków 2011, s. 26.

² M. Zych, *Mobbing w polskim prawie pracy*, Wyd. C. H Beck, Warszawa 2007, s.3.

³ J. Marcinikak, *Mobbing dyskryminacja molestowanie przeciwdziałanie w praktyce*, Wyd. Wolter KulwerSA, Warszawa 2015, s. 15.

ranie emocjonalnej presji na psychice ofiary musi trwać odpowiednio długo i powtarza się systematycznie, aby takie zachowanie mogło być określane mianem mobbingu. Niemiecki psycholog stwierdził także, że komunikacja werbalna i niewerbalna ma równie wpływ na odczucia ofiary. Upokarzające czy obraźliwe gesty mogą być potraktowane jako forma nękania. Według Heinza na prześladowania ze strony oprawców najbardziej narażeni są ludzie młodzi, którzy dopiero co rozpoczynają swoją karierę zawodową. Dodatkowo wyniki jego badań potwierdziły też, że osoby poddane mobbingowi były najczęściej nękane i prześladowane nie przez przełożonych, lecz współpracowników. Jednak wielu uczonych, którzy zajmują się tymi tematami, uważa, że to pozycja zawodowa ma kluczowe znaczenie w życiu oprawcy i ofiary, ponieważ osoba na wyższym szczeblu zawsze posiada większą władzę i określone przywileje.

Również w samej definicji mobbingu udało się stworzyć znaną francuskiej badaczce Marrie-France Hirigoyen. Według niej mobbing to: *wszelkie niewłaściwe postępowanie (gest, słowo, zachowanie, postawa) [...] które przez swą powtarzalność czy systematyczność narusza godność lub integralność psychiczną bądź fizyczną osoby, narażając ją na utratę zatrudnienia lub pogarszając atmosferę w pracy [...]. [Mobbing] to przemoc w małych dawkach, która jest jednak bardziej destrukcyjna. Każde ataki wzięte z osobna nie jest naprawdę czymś poważnym, o agresji stanowi skumulowany efekt tych i powtarzalnych mikrourazów⁴.*

Ciekawą definicję stworzyli także Polacy, zajmujący się tym dziedziną, A. Bechowska-Gebhardt oraz Tadeusz Stalewski. Rozumiej oni bowiem mobbing jako: *nieetyczne i irracjonalne z punktu widzenia celów organizacji działanie, polegające na długotrwałym, powtarzającym się i bezpodstawnym dręczeniu pracownika przez przełożonych lub współpracowników; jest to poddanie ofiary przemocy ekonomicznej, psychicznej i społecznej w celu zastraszenia, upokorzenia i ograniczenia jej zdolności obrony; jest to zjawisko odczuwalne subiektywnie, ale dające się intersubiektywnie potwierdzić; jest to wielofazowy proces, w którym mobber stosuje metody*

⁴ M. Chakowski, *Mobbing aspekty prawno-organizacyjne*, Wyd. Oficyna BRANTA, Bydgoszcz 2011, s.14-15.

*manipulacji od najbardziej subtelnych i niezauważalnych przez ofiarę po najbardziej drastyczne*⁵. Powyższa definicja jest bardzo wyczerpująca. Polscy specjaliści bezspornie określili stanowisko zarówno ofiary jak i negatywne, działania mobbera, które mogą być uznane za toksyczne i patologiczne. Należy zwrócić uwagę na to, że szereg negatywnych działań, które kieruje się przeciwko drugiej osobie, jest skrupulatnie przemysłowy. Pierwsze poczynania mobbera nie muszą być w pierwszej chwili oczywiste dla ofiary lecz z biegiem czasu, podczas ich nasilania, nie budzą już wątpliwości. Można nawet domniemywać, że jest to pewien rodzaj taktyki, którą posługuje się przeładowca. Wszystko po to aby dezorientować i osłabić pozycję przeciwnika. Autorzy tej definicji wspomnieli również o ważnej kwestii jak jest cel i dobro organizacji. Mimo tego, iż to negatywne zjawisko wpływa nie na całą strukturę przedsiębiorstwa, to wcale nie wyklucza ani nie zmniejsza ryzyka jego powstania w danej organizacji. Mobber to osoba, która charakteryzuje się silnym rzędem władzy oraz niedojrzałością osobowością. Zaspokajanie jego potrzeb jest priorytetem.

Istotą mobbingu bardzo dokładnie określa definicja stworzona przez Międzynarodową Organizację Pracy. Agencja określa to zjawisko jako: *obraźliwe zachowanie poprzez mściwe, okrutne, złe liwe lub upokarzające usiłowania zaszkodzenia jednostce lub grupie pracowników. (...) Obejmuje ono sprzyślanie się lub mobbing przeciwko wybranemu pracownikowi, który staje się obiektem psychicznego dręczenia. Mobbing zakłada stałe negatywne uwagi lub krytykę, izolowanie osoby od kontaktów społecznych, plotkowanie lub rozprzestrzenianie fałszywych informacji*⁶. Jak wskazuje powyższa definicja, mobbing jest zachowaniem, które sprowadza się do niegodnego traktowania drugiej osoby. Chodzi tutaj o wszelkie próby zastraszania, upokarzania, nękania psychicznego i ciężej, nieuzasadnionej krytyki. Mobber to osoba, która może usiłować zaszkodzić wybranej jednostce lub określonej grupie pracowników. Wszystkie wyżej podane definicje mają ze sobą do wspólnego. Warto pamiętać, że

⁵ *Ibidem*, s. 15.

⁶ M. Zych, op. cit., s. 4.

istotnych cech mobbingu jest jego uporczywość, długotrwałość oraz powtarzalność.

2. Sprawcy i ofiary mobbingu

Zachowanie oprawcy sprowadza się przede wszystkim do naruszenia psychicznego określonej osoby lub grupy w konsekwencji czego powstają problemy zdrowotne. To negatywne zjawisko musi powtarzać się miesiącami, a nawet latami. Mianem mobbingu nie możemy określić jednorazowego działania. Wszystkie poczynania mobbera są przemyślane i wykonywane z premedytacją. Często w wyniku tego, osoba, która padła jego ofiarą nie potrafi się bronić, co jest związane ze strachem oraz wewnętrznymi blokadami. Oprawca wyrządza wiele szkód w psychice ofiary, co najczęściej skutkuje niezdolnością do swobodnego wykonywania powierzonych obowiązków. Co więcej, te negatywne emocje i problemy w miejscu pracy towarzyszą osobie pokrzywdzonej również w życiu prywatnym. Często jest uwolniona spod destrukcyjnego wpływu tyrana, jednak nie jest to problemem nie do przezwyciężenia. Osoba, która doznała takiej sytuacji nie powinna być bierna. Bardzo ważnym jest również wsparcie innych osób, bowiem walka w pojedynkę może być zbyt piorunująca.

Struktury społeczne są narażone na zjawisko, jakim jest konflikt. Bez wątpienia jest on nieunikniony w określonych sytuacjach. Biorąc w nim udział przynajmniej dwie osoby, u których występuje sprzeczność przekonań czy interesów. Warto jednak nadmienić, że może on mieć skutki zarówno pozytywne, jak i negatywne⁷. W systemie społecznym konflikt jest uznawany za pewnego rodzaju niezgodność. Rozwijanie się konfliktu może się przebiegać zarówno z ich integralnością, jak i bez niej. Sam konflikt nie oznacza jeszcze nic złego, bowiem może on nieść ze sobą powstanie nowych idei lub pomysłów, które przyczynią się do polepszenia warunków pracy i ogólnej sytuacji całego przedsiębiorstwa lub organizacji. Trzeba jednak uważać, aby nie przerodził się on w patologiczną formę, która przejawia się między innymi w drastycznym traktowaniu pracownika. Wszelkie chęci zaszkodzą

⁷ K. Zaremba, *Mobbing jako patologiczne zjawisko w zarządzaniu zasobami ludzkimi*, Wyd. Copyright by Marek Trelewicz, Warszawa 2011, s. 21.

dzenia drugiej osobie, blokowanie zało onych przez ni celów s ju traktowane jako mobbing⁸.

Nie ulega w tpiwo ci fakt, e w pracy konflikty pojawiaj si bardzo cz sto. Niemo liwe jest wr cz ich całkowita eliminacja, ju nawet samo ograniczenie sprawia wiele trudu. Ludzie w miejscu pracy maj ró ne zdania na okre lony temat czy pogl dy, st d te ró ni si swoimi d eniami i maj odmienne cele. Konflikt pojawia si wtedy, gdy kto stoi na przeszkodzie ku temu i utrudnia cały proces. Prawdopodobnie to wła nie konflikt jest odpowiedzialny za mobbing, poniewa w konsekwencji negatywnych wydarze mo e przerodzi si w to patologiczne zjawisko. Jednak nale y zaznaczy , e nie ka dy konflikt mo na uzna za mobbing. Ró nica polega na tym, e pierwszy ma okre lone ramy czasowe i pr dzej czy pó niej prowadzi do rozwi zania sporu, poniewa dla ka dej ze stron ta sytuacja jest niewygodna. Natomiast je li chodzi o mobbing to charakteryzuje si on tym, e strona dominuj ca podejmuje negatywne działania tak dugo, a uda si jej w ko cu poni y , o mieszy ofiar co skutkuje poddaniem si i w konsekwencji wi e si z jej odejciem z organizacji. Sytuacja mo e mie równie inny przebieg poniewa mobber mo e chcie aby ofiara była mu podporz dkowana i skłonna do wykonywania okre lonych zada w celu osi gni cia korzy ci dla oprawcy⁹.

Mobbing zwykle nie odpowiada jednemu czynnikowi oraz nie pojawia si z dnia na dzie . Charakteryzuje go okre lony przebieg czyli stadia rozwoju które da si umiejscowi w czasie. Cały schemat poszczególnych zdarze przebiega poza wiedz oraz kontrol innych osób po to, aby nasili si , eksplodowa i tym samym przyczyni si do pewnego rodzaju „przesilenia”¹⁰. W zwi zku z tym, e mobbing jest bardzo powszechnym zjawiskiem, które pojawia si nie tylko w firmach ale i innych organizacjach, mo emy wyró ni nawet kilka jego rodzajów. Cały przebieg jest nieco zró nicowany dlatego te mo na stwierdzi , e posiada on wiele twarzy. Z tego powodu jest

⁸ R. N cek, op. cit., s. 22.

⁹ K. Zaremba, op. cit., s. 23.

¹⁰ W. Kisiel Dorohinicki, *Anty Mobbing. Walcz o swoje prawa*, Wyd. HELION, Gliwice 2009, s. 32.

tak ci ko znale jednoznacz n definicj . Elementy, które go wyró niaj to przede wszystkim złe intencje oprawcy, uporczywo , powtarzalno oraz bardzo wa ny element jakim jest czas trwania. Nale y równie wspomnie , e mobbing najcz ciej jest bezzasadny, a ofiara cz sto nie potrafi si przed nim obroni .

Działania, które okre la si mianem mobbingu mo na podzieli na dwie kategorie: mobbing czynny oraz bierny. Je li chodzi o pierwszy z nich to charakteryzuje si on wygórowanymi wymaganiami w stosunku do pracownika, nakładaniem na niego zbyt du ej odpowiedzialno ci przy czym mo liwo podejmowania przez niego kluczowych decyzji jest ograniczona. Wszystko to powoduje poczucie niepewno ci i zagro enie. Natomiast mobbing bierny sprowadza si do całkowitego lekcewa enia ofiary. Pracownik czuje si pomini ty oraz niezauwa any. Nie mo e liczy równie na jakiegokolwiek polecenia ze strony oprawcy, bowiem ten ma na celu odizolowa swoj ofiar od reszty pracowników¹¹. Ka dy rodzaj powy ej wymienionych działa wpływa niekorzystnie i destrukcyjnie na psychik osoby n kaniej. Powoduje u ofiary l k, obni enie własnej warto ci oraz cz sto wzbudza poczucie winy. Nikt z nas nie lubi by odtr cany, pomijany i lekcewa ony. Gdy tak si ju niestety dzieje, to cz sto szukamy adekwatnej odpowiedzi na to pytanie, cz sto nawet obwiniaj c siebie samych i rozmy laj c co mogło si zrobi nie tak. Człowiek niepotrzebnie sam przypisuje sobie win i tym samym pogr a si coraz bardziej w zaistniałej sytuacji. Bezsilno oraz nieumiej tno przeciwstawienia si oprawcy powoduje ogromne szkody w yciu ka dego pracownika, który został dotkni ty mobbingiem.

Najcz ciej osob , która jest odpowiedzialna za mobbing nazywa si mobberem, natomiast ofiar okre la si mianem osoby mobbowanej. W literaturze mo na spotka kilka rodzajów tego zjawiska, w zale no ci od tego kto jest prze ladowc . Najcz ciej wyró nia si mobbing:

- pionowy(wertykalny), gdy mobberem jest przeło ony, a ofiara podwładny(zst puj cy), oraz gdy mobberem jest podwładny (wst puj cy),

¹¹ J. Marciniak, op. cit., s. 25.

- poziomy(horyzontalny), gdy mobberem jest współpracownik lub grupa współpracowników, do której nale y ofiara mobbingu, - mieszany¹².

Cz sto zdarza si tak, e na zjawisko mobbingu w rodowisku pracy s nara one przede wszystkim te osoby, które sumiennie i z zaangażowaniem wykonuj powierzone im obowizki. Jest to spowodowane tym, e wzbudzaj poczucie zagrożenia nie tylko dla kolegów z pracy, ale i swoich przełożonych. Emocje takie jak zazdrość i strach o swoją pozycję w organizacji powoduj, e takim osobom, które wyróbiaj si swoją kreatywność i ambicjami, podcina si skrzydła. W zamian za swoje zaangażowanie i oddanie zamiast zyska pochwał czy nagród, staj si cz sto ofiarami mobbingu, a wszystkie działania sprowadzaj si do ich wyeliminowania konkurencji. Dzięki temu pozycja przełożonego jest bezpieczna i powoduje podtrzymanie autorytetu oraz władzy. Jednak osoba ta nie zdaje sobie do końca sprawy jakie szkody wyrządza tym dla całej organizacji. Egoistyczna postawa sprawia, e nie liczy si nic innego jak niezachwiania pozycji zawodowej. Takim zachowaniem przyczynia si do zmniejszenia wydajności pracy, wprowadzenia zamieszania, a w konsekwencji odejcia z pracy wartościowych osób. Możliwa na zakładkę, e mobber podejmuje si takich radykalnych działań z powodu poczucia zaniżonej własnej wartości. Przyczyną mog by te braki wystarczających kompetencji. Cz sto bywa tak, e o przewadze tyrana decyduj jedynie pozycja zawodowa oraz władza jak posiada. Przełożeni stosuj przemoc psychiczną w różnych formach. Pojawia si nawet cz sto grzeczność „na pokaz”, po której następuje zaskakujący i nieoczekiwany zwrot akcji w postaci ataku na ofiarę. W literaturze występuje określenie tzw. „mordercy w białych rękawiczkach”. Jest to elegancki typ mobbera, który zachowuje pozory dobrych intencji i wysokiej kultury osobistej¹³. Jednak w głębi takie osoby cechuje wysoka skłonność do manipulacji jak i wyrachowanie. Wszystko co robi jest na pokaz. Ta pozornie miła i

¹² H. Szewczyk, *Mobbing w stosunkach pracy zagadnienia prawne*, Wyd. Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2012, s. 20.

¹³ *Ibidem*, s. 26.

dobra osoba już dawno ukuła plan działania, który pomoże jej osiągnąć własne korzyści bez względu na wszystko.

Ekspert w dziedzinie mobbingu H. Leymann wyróżnił cztery fazy powstawania mobbingu: konflikt, eskalacja konfliktu, źródło konfliktu oraz zaostrzenie sytuacji¹⁴. W pierwszej z nich mamy do czynienia z niewłaściwym, wrogim, wręcz podłym zachowaniem mobbera. Pojawiają się pierwsze sygnały, że dzieje się coś złego. Jednak ofiara ma jeszcze nadzieję, że jej sytuacja jest przejściowa i wszystko powinno wrócić do normy. Nie boi się o swoją pozycję zawodową. Stara się rozwiązać lub załagodzi powstałe konflikty. Co więcej, pojawiają się pierwsze intrygi, pomówienia lub plotki. Wszystko po to, aby odizolować ofiarę od reszty pracowników oraz sprawić, by jej dotychczasowa samoocena została obniżona. Na tym wstępnym etapie szybka reakcja może zapobiec dalszemu rozwijaniu się tego negatywnego zjawiska¹⁵.

Faza druga charakteryzuje się podtrzymaniem zachowania, które ma na celu ośmieszenie i upokorzenie ofiar. Pojawiają się bezzasadne upomnienia lub oskarżenia, które najczęściej nie są prawdziwe. Napięta atmosfera, liczne pretensje, ciągłe wymagania oraz stresująca sytuacja mogą powodować pojawienie się niechcianych błędów, które zostaną wyolbrzymione. Każda, nawet najmniejsza pomyłka czy porażka staje się powodem do drwin oraz ośmieszenia. Krytyka oraz inne formy szykanowania ze strony tyrana sprawiają, że ofiara zaczyna pojawiać się w pracy z niechęcią. Brak reakcji i chęci pomocy ze strony kolegów i koleżanek sprawia, że ofiara nie potrafi stawić czoła oprawcy. Pracownik nawet w domowym zaciszu nie potrafi zapomnieć o stresujących momentach w pracy. Pojawiają się zaburzenia snu, bóle głowy, poczucie strachu i niepewności i poczucie depresji. Wszystkie przypadłości, złaczone w jedną całość, powodują powstanie poważnych problemów zdrowotnych. W tej fazie często wymagana jest już interwencja lekarska¹⁶.

¹⁴ A. Roguska-Kikoła, M. Piwowarska-Reszka, *Mobbing i dyskryminacja w stosunkach pracy*, Wyd. Difin SA, Warszawa 2014, s. 40.

¹⁵ *Ibidem*, s. 40.

¹⁶ S. Kozak, *Patologie w środowisku pracy*, Wyd. Difin, Warszawa 2009, s. 174.

W kolejnej fazie pracownik staje się kozłem ofiarnym. Wszelkie próby obrony kości się niesłusznym ukaraniem ofiary. Niekiedy pojawia się agresja w odpowiedzi na atak. Uporczywo oraz długotrwałe nękanie sprawia, że ofiara nie potrafi zapanować nad swoimi emocjami. Reakcja otoczenia jest negatywna. Wszyscy zaczynają postrzegać osobę mobbowaną jako źródło konfliktu i przyczynę złej atmosfery w miejscu pracy. Zdrowie ofiary się pogarsza, a choroby mają charakter postępujący. Na tym etapie, pracownik często decyduje się na rozwiązanie umowy¹⁷.

Ostatnia, czwarta faza jest podsumowaniem trzech powyższych. Długotrwałe stosowanie przemocy psychicznej jest drastyczne w skutkach. Poszkodowany nie odczuwa chęci do działania, a spróbowanie obowiązków pracowniczych jest dla niego nie lada wyzwaniem. Dalejsza współpraca wydaje się już być niemożliwa. Dochodzi do negatywnej zmiany w wykonywaniu dotychczasowych obowiązków, które nie są zgodne z kompetencjami ofiary. Niekiedy część obowiązków zostaje powierzona jedynie pozornie. Stan psychiczny i fizyczny poszkodowanego jest w fatalnym stanie, wymaga on stałej pomocy medycznej¹⁸. Należy jednak nadmienić, że wszystkie wymienione wyżej fazy mają jedynie charakter hipotetyczny. Oznacza to, że mobbing wcale nie musi przebiegać przez nie wszystkie.

Zakończenie

Mobbing jest niezwykle wyniszczający nie tylko dla ofiar tego zjawiska ponieważ wszelkie działania mobbingowe powodują również negatywne skutki dla organizacji, w której to zjawisko wystąpiło. Prowadzi to do osłabienia relacji między pracownikami. Osłabia to wzajemnej pomocy i współpracy wśród ludzi. Zakłóca bezpieczeństwo zarówno ofiary jak i biernych obserwatorów zjawiska. Przyczynia się to pogorszenia wyników pracy oraz ogranicza komunikację między ludźmi. Do wiadomości nierównego traktowania wprost hamuje czy wręcz uniemożliwia nabywanie nowych kompetencji spowodowanej strachem.

¹⁷ *Ibidem*, s. 174.

¹⁸ A. Bechowska-Gebhardt, T. Stalewski, *Mobbing patologia zarządczo-organizacyjna personelem*, Wyd. Difin, Warszawa 2004, s.33.

Streszczenie:

Mobbing ma na nazwa patologicznym zjawiskiem, które występuje w stosunku pracy i przekłada się szczególnie na jakość życia prywatnego i zawodowego pracowników, którzy padli jego ofiarą, jak i sytuacji ekonomicznej pracodawców. Tak więc budowanie prawidłowych relacji i atmosfery w miejscu pracy, wolnej od zastraszania, szykanowania i upokorzeń jest w interesie obu stron, ponieważ wpływa na zdrowie pracownika jak i wyniki firmy. Problem mobbingu dotyczy zarówno kobiet jak i mężczyzn. Niewątpliwie do praktyk mobbingowych przyczynia się szczególnie wzrost bezrobocia oraz kryzys gospodarczy. Mimo tego, ludzie nie znajdują swoje prawa, czują się złapani w sidła oprawcy. Przyczyną jest przede wszystkim strach o utratę stanowiska pracy, przez co godzą się na niewłaściwe traktowanie.

Słowa kluczowe: praca, dyskryminacja, mobbing

Summary:

Mobbing w pracy – cechy, rodzaje i fazy

Mobbing is a pathological phenomenon and occurs most often at work. It has an impact on the quality of private and professional life of employees who have fallen victim to mobbing. Building proper relationships and atmosphere in the workplace is in the interest of both parties, as it affects the health of the employee and the company's results. The problem of mobbing concerns both women and men.

Key words: job, discrimination, mobbing

Bibliografia:

1. Bechowska-Gebhardt A., Stalewski T., *Mobbing patologia zarządzania personelem*, Wyd. Difin, Warszawa 2004.
2. Chakowski M., *Mobbing aspekty prawno-organizacyjne*, Wyd. Oficyna BRANTA, Bydgoszcz 2011.
3. Kisiel Dorochincki W., *Anty mobbing. Walcz o swoje prawa*, Wyd. HELION, Gliwice 2009.
4. Kmiecik-Baran K., Cieślak W., *Bez zgody na przemoc - w szkole i pracy*, Wyd. Solidarność, Gdańsk 2001.

5. Kmieciak-Baran K., Rybicki J., *Mobbing zagrożenie współczesnego miejsca pracy*, Wyd. Pomorski Instytut Demograficzny, Gdańsk 2004.
6. Kozak S. *Patologie w środowisku pracy*, Wyd. Difin, Warszawa 2009.
7. Marciniak J., *Mobbing dyskryminacji molestowanie, przeciwdziałanie w praktyce*, Wyd. Wolters Kluwer SA, Warszawa 2015.
8. Nęcek R., *Mobbing w białych rękawiczkach*, Wyd. Salwator, Kraków 2011.
9. Roguska-Kikoła A., Piwowarowska-Reszka M., *Mobbing i dyskryminacja w stosunkach pracy*, Wyd. Difin SA, Warszawa 2014.
10. Szewczyk H., *Mobbing w stosunkach pracy zagadnienia prawne*, Wyd. Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2001.
11. Zaremba K., *Mobbing jako patologiczne zjawisko w zarządzaniu zasobami ludzkimi*, Wyd. Copyright by Marek Trelewicz, Warszawa 2011.
12. Zych M., *Mobbing w polskim prawie pracy*, Wyd. C. H. Beck, Warszawa 2007.

Potencjał startupów jako innowacyjnych przedsięwzięć na rynku polskim

Wprowadzenie

Innowacje i startupy¹ – to dwa słowa, które zdominowały wiat w 2016 r.² W Polsce słowo „startup” jest w obecnie bardzo modne; uywane cz sto wkontek cie deklaracji twórcy pomysłu, przedsięwzięcia ujawniają cy si w stwierdzeniach: „mam pomysł na biznes”, „zakładam firmę”, „wymyśliłem nowość”, „podejmę ryzyko”. Startupem nazywane jest istniejące przedsięwzięcie, znajdujące się w początkowej fazie rozwoju biznesu; posiadające innowacyjny produkt/usługę i wykorzystujące innowacyjny model biznesowy, który pozwoli na dynamiczny jego wzrost, dzięki skalowalności biznesu (sytuacji, gdy przychody rosną znacznie szybciej niż koszty).

Startupy to przedsięwzięcia, które mają potencjał bardzo szybkiego wzrostu (np. dzięki przewadze technologicznej lub odkrytej, niezagospodarowanej niszy rynkowej), projektowane z myślą o osiągnięciu znacznej skali w krótkim czasie³.

Pobieżna analiza literatury przedmiotu prowadzi do wniosku, że pojęcie startupu jest rozumiane w sposób bardziej intuicyjny niż metodyczny, poprzez „badania startupów” rozumiane są rozmaite formy przedsięwzięć, niejednokrotnie definiowane wzajemnie

¹ Autorzy przyjmują w artykule termin startup, pisany łącznie (alternatywnym pisownią jest: start-up).

² J. Kalinowski, *Dlaczego innowacje potrzebują startupów*, Pobrano z: <https://home.kpmg/pl/pl/home/insights/2017/02/artykul-dlaczego-innowacje-potrzebuja-startupow-jerzy-kalinowski.html>. (dostęp: 10.01.2020).

³ M. Beauchamp, A. Kowalczyk, A. Skala, *Przedsięwzięcia startupowa. Bank pomysłów dla polityków i samorządowców*, publikacja przygotowana na zlecenie Departamentu Współpracy Ekonomicznej Ministerstwa Spraw Zagranicznych, Ministerstwo Spraw Zagranicznych, Warszawa 2017, s. 9.

tego, do jakich danych jest dostęp, a nie tego, jak rozumiany jest startup⁴. Wyniki badań nad startupami są nieporównywalne, pozytywnie znana wiedza, wnioski bywają fragmentaryczne.

Autorzy, bazując na doświadczeniu oraz współpracy z lokalnym środowiskiem startupowym, również w obszarze inwestowania kapitału własnego, stwierdzają, że owe przedsięwzięcia innowacyjne stanowią wyzwanie przede wszystkim dla ich założycieli, twórców ale również dla inwestorów oraz gospodarki począwszy od tej lokalnej aż po międzynarodową. Celem artykułu jest przedstawienie istoty funkcjonowania startupów jako przedsięwzięcia innowacyjnych, ze wskazaniem charakterystycznych dla nich cech oraz atrybutów które oddziałują na ich potencjał na rynku.

Problematyka dotycząca startupów z naukowego punktu widzenia jest aktualna i ważna. Tworzone na podstawie nieprecyzyjnych, czy stochastycznych danych a dodatkowo często niejasnych kryteriów czy instrukcji dla odbiorców programy wsparcia dla startupów mogą być obciążone błędami, co w praktyce nie skutkuje efektywnie ich wykorzystaniem, dalece mijają się z tym do czego zostały stworzone.

1. Definicja oraz cechy charakterystyczne startupu

Do niedawna pojęciem startup określano projekty technologiczne powiązane z sektorem informatycznym bądź technologicznym, gdzie cechowały je⁵:

- wysoki poziom ryzyka w realizacji,
- względnie niski koszt rozpoczęcia działalności oraz
- teoretycznie wyższy – w porównaniu ze standardowymi przedsięwzięciami – zwrot z inwestycji.

W ramach podejścia praktycznego można przyjąć, że startup jest przedsięwzięciem biznesowym, które chcemy szybko rozwinąć i

⁴ A. Skala, S. Sysko-Romańczuk, *Startupy a nowe przedsięwzięcia: próba wyodrębnienia nowej kategorii badawczej*, Wyd. SAN "Przedsiębiorczość i Zarządzanie", t. X, z. 6, cz. I, Łódź-Warszawa 2019, s. 52.

⁵ A. Milczarek, A. Pietrakiewicz, *Innowacyjne metody i narzędzia wykorzystywane w zarządzaniu start-upami na przykładzie akademickich inkubatorów przedsięwzięcia w Łodzi*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Łódzkiej. Organizacja i Zarządzanie, nr 1201”, Łódź 2015, s. 61.

przekształci w podmiot generujący ponadprzeciętne zyski i zdecydowany na dalszy wzrost swojej wartości⁶. Współcześnie nie przez pojęcie startupu rozumie się specyficzną organizację gospodarczą, która z racji swojego stadium rozwoju oraz specyfiki prowadzonej działalności ma znacząco różnić się od przedsiębiorstw, których przedmiotem nauk o zarządzaniu przez ostatnie kilkanaście lat jest⁷.

Najpopularniejszą w literaturze definicję startupu jest ta stworzona przez S. Blank⁸, gdzie startup jest to tymczasowa organizacja, zaprojektowana po to, aby poszukiwać powtarzalnego, możliwego do rozwoju i rentownego modelu biznesowego.

Najważnym elementem odróżniającym startup od innych form przedsiębiorstw jest „poszukiwanie”, które wynika głównie z niepewności co do przyszłości, popytu na rynku, reakcji odbiorców (a nawet potencjalnych klientów) na produkt/ usługę czy trafności dopasowaniu modelu biznesowego. Dużym znaczeniem dla identyfikacji cech startupów miały badania E. Riesa, autora znanego z filozofii Lean; startup jego zdaniem to przedsiębiorstwo stworzone w celu wytworzenia nowych produktów i usług w warunkach ekstremalnej niepewności, które należy postrzegać jako eksperyment⁹.

Z kolei w raporcie opracowanym przez Fundację Startup Poland z 2017 r. zawarte zostały informacje o największych innowacyjnych sukcesach startupów ostatnich 15 lat, dotyczy one Stanów Zjednoczonych, Wielkiej Brytanii i Izraela. Startupy funkcjonujące w tych krajach działają w tzw. „klastrach cyfrowych”, działających w oparciu o rozbudowany, sprzyjający ich rozwojowi ekosystem. Wiąkszość z nich nie powstała w wyniku know-how generowanego przez wysze uczelnie¹⁰.

⁶ A. Kałowski, J. Wysocki (red.), *Start-up a Uwarunkowania sukcesu Wymiar Teoretyczno-Praktyczny*, wyd. Oficyna Edukacyjna Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2017, s. 10.

⁷ A. Skala, *Spiralna definicja startupu*, Przegląd Organizacji nr 9, Zarządzanie organizacjami, Warszawa 2017.

⁸ S. Blank, *The Four Steps to The Epiphany. Successful Strategies for Products that Win*, K&S Ranch, Pescadero 2013.

⁹ E. Ries, *The Lean Startup*, London 2011, s. 8-28.

¹⁰ Raport Fundacji Startup Poland, Warszawa 2016, s. 5.

Prawdopodobnie za najbardziej zwi ą z definicj ą startupu mo na uzna ć przypisywan ą P. Grahamowi¹¹, który jest współzało- ycielem najsłynniejszego, aby mo e najlepszego akceleratora dla startupów: YCombinatora, który powiedział: „startupis growth”, czyli uznał startupy za takie przedsi wzięcia, które rozwijaj si ę ekstremalnie szybko; gdzie rozwój ten mo e oznacza zarówno gwałtowny wzrost przychodów, jak iliczyby u ytkowników (klien- tów) - wszystkie pozostałe cechy, którymi charakteryzuj si ę startu- py, s ą, w opinii P. Grahama, pochodn ą funkcj ą szybkiego rozwoju, która jest w jego opinii pierwotna.

Najwa niejszym elementem odró niaj ącym startup od innych form przedsi biorstw jest „poszukiwanie”, które wynika głównie z niepewno ci co do przyszło ci, popytu na rynku, reakcji odbiorców (a nawet potencjalnych klientów) na produkt/ usług czy trafno ci i dopasowaniu modelu biznesowego.

W odniesieniu do startupów wyodr ę bni ę mo na szereg cech, wyst puj ących w definicjach krajowych jak i zagranicznych auto- rów, ich wyszczególnienie zawiera poni sza tabela.

Tab. nr 1. Charakterystyczne cechy startupów

Lp.	Tre	Charakterystyczne cechy	Uwagi
1.	Forma przedsi - biorstwa	Najcz ęiej sp. zo.o.	Zdarzaj si ę przed- si biorstwa 1- osobowe lub inne formy spółek
2.	Przedmiot działal- no ci	Generalnie nowe tech- nologie, biomedycyna, automatyka (robotyka), sztuczna inteligencja, IT	Ale i usługi, aplikacje
3.	Ryzyko działalno ci	Bardzo wysoki % ban- kructw	Po roku znika polo- wa firm
4.	Tempo wzrostu	Bardzo szybkie	W odniesieniu do tych które osi ę gaj sukces
5.	Formy działalno ci	Głównie Internet	Ale i tradycyjne obszary

¹¹ P. Graham, *Startup = Growth*, Pobrane z :<http://www.paulgraham.com/growth.html>, (dost p:31.01.2020).

6.	Czas prowadzenia działalności	Najczęściej do 5 lat	W innych krajach inne terminy, np. USA do 10 lat
7.	Forma finansowania	Głównie fundusze venture capital i aniołowie biznesu	W Polsce dominują fundusze własne, wsparte środkami publicznymi
8.	Rola państwa	Inspirująca, zasilająca, opiekuńcza	Dotacje czy też bezwrotne z specjalnie wyodrębnionych funduszy
9.	Relacje z otoczeniem	Częsta współpraca z ośrodkami badawczymi i uczelniami	
10.	Założyciele	Dominacja ludzi młodych	

Źródło: opracowanie na podstawie: Białek, Nowak, 2018, s. 66.

Nasuwa się wniosek, że startupom przede wszystkim towarzyszy innowacyjność, która przejawia się we wprowadzanych przez przedsiębiorstwa nowych technologiach, nie tylko w zakresie produkcji. Dodatkowo elementami towarzyszącymi cechom startupów jest wysokie ryzyko przedsięwzięcia oraz zmienne tempo jego wzrostu, od czego zależy czas jego „żywności” a przede wszystkim źródło i forma finansowania pomysłu biznesowego przy wykorzystaniu sprawdzonego modelu biznesowego, czego przykładem jest sama liczebność startupów z natury trudna do określenia, ze względu na ich ilość, która ulega dynamicznym zmianom na rynku.

Autorzy European Startup Monitor 2015 podali inne, następujące cechy startupu:¹²

- przedsiębiorstwo młodsze niż 10 lat,
- posiadające innowacyjne technologie i/lub model biznesowy,
- dążące do znacznego wzrostu liczby pracowników i/lub sprzedaży.

¹² T. Kollmann, Ch. Stöckman, J. Linstaed, J. Kensbock, *European Startup Monitor*, Berlin 2015, s. 15.

Według Business Dictionary startup to wczesne stadium w cyklu życia przedsi biorstwa, w którym przedsi biorca przechodzi ze stadium pomysłu do etapu pozyskiwania finansowania, ustanawiania podstawowej struktury biznesowej oraz inicjowania działalności operacyjnej i sprzedaży¹³. Podzielaj c stanowisko A. Skali mo na stwierdzi , i startupy to przedsi wzi cia, które spełniaj nast puj ce warunki:¹⁴

- s innowacyjne – w rozumieniu szerokim,
- s ambitne,
- dynamicznie si rozwijaj ,
- ich model biznesowy jest potencjalnie hiperskalowalny.

Odnosz c si do procesu rozwoju samego startupu punktem wyj cia (baz rozwoju) jest:

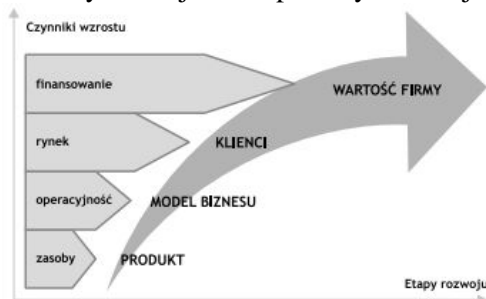
- wiedza jako warto unikatowa, stanowi ca fundament, decyduje o niej zespół zało ycielski;
- dost p do technologii oraz
- finansowanie.

Na tej podstawie mo emy mówi o mocnej ale wizji powstania produktu/usługi, araczej propozycji warto ci dla potencjalnego, wymagaj cego klienta. Je eli zgrany zespół wyka e si odpowiednim poziomem operacyjno ci, kreatywno ci , elastyczno ci oraz umieju ci wdro enia zało e biznesowych „ju w praktyce”, to istniej du e szanse, aby zweryfikowany model biznesowy zacz ł działa , a startup przynosi zyski w dłu szym okresie czasu. Poni szy rysunek prezentuje czynniki wzrostu start-upuz perspektywy czasu.

¹³ Business Dictionary, Pobrano z: <http://www.businessdictionary.com/definition/startup.html> (01.02.2020).

¹⁴ A. Skala, *Współpraca startupów z nauką w Polsce – wyniki bada* , Studia BAS nr1(61), Warszawa 2020, s. 107.

Rys. nr 1. Fazy rozwoju startupu i czynników jego wzrostu



ródło: M. Beauchamp, J. Krysztofiak-Szopa, A. Skala, Polskie start-upy. Raport 2018, Fundacja Startup Poland, Warszawa 2018, s. 36.

Każde z wyżej zaprezentowanych faz rozwoju startupu towarzyszy ryzyko, stąd potencjalni, chętni i zdecydowani do zainwestowania kapitału inwestorzy –najpopularniejsi tj.: fundusze venture capital czy anioły biznesu naturalnie oczekują wysokich stóp zwrotu z innowacyjnych przedsięwzięć. W poniższej tabeli zaprezentowane zostały oczekiwania inwestorów co do stóp zwrotu z inwestycji w start-upy stosowane często w oparciu o wycenę przy dyskontowaniu przepływów pieniężnych.

Tab. nr 2. Stopy zwrotu oczekiwane przez fundusze *venture capital*

Faza inwestycji	Roczna stopa zwrotu	lub	Typowy okres inwestycji (w latach)
Faza zasiewów (<i>seed</i>) i uruchomienia (<i>start-up</i>)	50-100%	lub	Powyżej 10
Pierwszy etap	40-60		5-10
Drugi etap	30-40		4-7
Ekspansja	20-30		3-5
Finansowanie pomostowe, mieszane (<i>bridge, mezzanine</i>)	20-30		1-3

ródło: S. Titman, Martin J. D., *Valuation. The art and science of corporate investment decision, 2 edition*, Boston, Prentice Hall 2011, s. 363, za: J. Lipiec, *Company Valuation*, Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2015, s. 102.

2. Wsparcie dla rozwoju innowacji i startupów

Wspólnym elementem 1 cz ym innowacje i startupy jest ryzyko; gdy nie ma innowacji bez ryzyka, bez poniesionego ryzyka, za które płaci si adekwatn cen nie powstanie aden startup. Ryzyko jest swoistym czynnikiem towarzyszącym ka demu działaniu ekonomicznemu, którego celem jest osiągnięcie korzyści dla przedsiębiorcy w przyszłości.

Polska cechuje się dużym potencjałem dla rozwoju innowacji i całego sektora startupów, które samianych przez autorów jako przedsięwzięcia innowacyjne. Polski rząd aktywnie działa na rzecz rozwoju infrastruktury technicznej oraz technologicznej, wdrażając wiele innowacyjnych projektów, które umacniają potencjał rynku startupów.

Dodatkowo ustawa wyjątkowa, kwestie dotyczące tego przedsiębiorstwa mogły zostać uznane za innowacyjne, musi ono spełnić co najmniej jedno z poniższych wymagań):¹⁵

- „przeznacza co najmniej 15% wydatków na badania i rozwój,
- zatrudnia pracowników, z których przynajmniej 1/3 ma doktorat lub odbywa studia doktoranckie
- opcjonalnie zatrudnia pracowników, z których 2/3 posiada dyplom wyższej uczelni (master), - posiada patent, licencję na patent lub był twórcą programu komputerowego.

Warto odnieść się do jednego z najlepiej rozwiniętych na świecie systemów wsparcia dla startupów - Izraelskiego „Startup Nation”, kraju postrzeganego jako kolebka innowacyjności i rozwoju innowacji, nowych technologii. Również w Ameryce, jak amerykańska Dolina Krzemowa, czy kierując się wzorem innych krajów i przykładowo brytyjskiego Coadec czy France Digitale, jako startupowych liderów.

Fundacja Startup Poland to jeden z największych i najbardziej licznych think tanków technologicznych. Organizacja stawia sobie za cel, by Polska z sukcesem konkurowała o przedsiębiorcze talenty i kapitał z całego świata, poza tym również celem organizacji jest promowanie najlepszych praktyk biznesowych i regulacyjnych, które uwolnią potencjał startupów w Polsce.

¹⁵ M. Beauchamp, A. Kowalczyk, op. cit. s. 7-8.

Równie akceleracja to projekty kierowane między innymi do małych przedsiębiorstw działających krótko okresowo tj.: trwających od 3 do 6 miesięcy. Projekty realizowane są we współpracy z dużymi przedsiębiorstwami lub inwestorami; mają na celu przygotowanie odpowiedniego produktu lub usługi zgodnie z zapotrzebowaniem zleceniodawcy, a potencjalni inwestorzy intensywnie współpracują przy realizacji projektu udzielając niezbędnego wsparcia doradczego i mentorskiego a przede wszystkim finansowego.

W ostatnich latach wyodrębnił się na trzy trendy w modelach akceleracji biznesowej, a mianowicie:¹⁶

1. Akceleratory, które specjalizują się w wybranych branżach – specjalizacja pionowa (z ang. *vertical specialization*).

2. Platformy współpracy – specjalizacja pozioma (z ang. *Horizontal specialization*).

3. Akceleratory prowadzone przez korporacje (z ang. *Corporation-run accelerators*).

Egzamin zdają także funkcjonujące w całej Polsce prócz centrów coworkingowych, inkubatory przedsiębiorczości mające szerszy zakres, cele niż akceleratory, gdy ich działania skoncentrowane są na tworzeniu innowacyjnych przedsiębiorstw, bądź nauczaniu przedsiębiorczości w przypadku inkubatorów akademickich, czy sto we współpracy z uczelniami akademickimi (akademickie inkubatory przedsiębiorczości).

Występują również inne publiczne instytucje, które wspierają przedsiębiorców tworzących innowacyjne rozwiązania, np.;

- Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości,
- Narodowe Centrum Badań i Rozwoju,
- Polski Fundusz Rozwoju,
- Agencja Rozwoju Przemysłu, czy
- Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

¹⁶ M. Czełewska, *Warunki tworzenia efektywnych modeli akceleracji startupów dla wspierania innowacyjnej przedsiębiorczości w Polsce*, Przedsiębiorczość i zarządzanie, Wyd. SAN, Tom XIX, Zeszyt 10, Część II. Łódź-Warszawa 2018, s. 191.

W całej Polsce działa ok. 60 agencji o charakterze lokalnym i regionalnym, ich celem jest propagowanie i wspieranie lokalnej przedsiębiorczości, pomoc doradcza, finansowa¹⁷.

3. Liderzy na rynku polskim

Nie da się ukryć, i najlepiej rozwiniętymi ośrodkami na startupowej mapie Polski są Warszawa, Wrocław i Kraków, Poznań gdzie również działa aż 51% startupów zarejestrowanych w kraju. W tych miastach funkcjonuje najwięcej tego typu organizacji, wspierających krajową przedsiębiorczość.

Odnosząc się do najpopularniejszych form współczesnej przedsiębiorczości, J. Cieplik¹⁸ należałoby dodać, że startupy występują w sferze przedsiębiorczości korporacyjnej (z ang. *Corporate entrepreneurship*) oraz niegospodarczej, na przykład społecznej (z ang. *Social entrepreneurship*), jak i w sektorze publicznym co zaprezentowano na poniższym rysunku.

Rys. 1. Startupy na tle współczesnych form przedsiębiorczości



ródło: Cieplik, 2014 za: A. Skala, *Startupy a nowe przedsiębiorstwa...*

¹⁷ Agencje rozwoju lokalnego www.gov.pl, Pobrano z: http://www.pi.gov.pl/PARP/chapter_86273.asp?soid=5E5C23B56263420084800F9B7AC32158 (dostęp: 31.01.2020).

¹⁸ J. Cieplik, *Przedsiębiorczość, polityka, rozwój*. Wyd. Akademickie Sedno, Warszawa 2014, s. 65–80.

W polskiej gospodarce start-upy są szczególnie po dane z uwagi na dystans, jaki dzieli je od liderów innowacyjności. Według Raportu Innovation Union Scoreboard z 2016 r. polska gospodarka jest jedną z najmniej innowacyjnych gospodarek w Unii Europejskiej – jej wskaźnik innowacyjności w skali 0-1 wynosi 0,292. Polska znajduje się na 6. miejscu od końca¹⁹, chociaż należy odnotować relatywny popraw w porównaniu do ostatnich lat.

Jednak w praktyce występują wyjątki: Azimo, Brainly, Growbots to rozpoznawalne na całym świecie marki start-upów, których założycielami lub współtwórcami są Polacy; w przypadku:

- polsko-brytyjskiego start-upu Azimo, którego współtwórczynią jest Marta Krupis, znalazł się on na liście amerykańskiego Forbesa wśród 60 najbardziej obiecujących start-upów założonych przez kobiety – wprowadzając na rynek własny usług transferu gotówki, która działa w 190 krajach;

- Brainly, to z kolei krakowski start-up założony w 2009 r. przez Michała Borkowskiego na przestrzeni czasu, zmienił swoją nazwę i dziś jest globalną platformą edukacyjną, z biurem w Nowym Jorku.

- Booksy, jako najnowszy projekt Stefana Batorego, przedsiębiorcy z branży IT, twórcy m.in. aplikacji i Taxi, aplikacja umożliwiająca rezerwację wizyty u fryzjera, kosmetyczki, w spa czy u masażysty. W lipcu 2018 r. Booksy otrzymało kolejną rundę inwestycyjną w wysokości 49,3 mln zł i położyło się z konkurentem – firmą Lavito.pl, lider rynku w USA. Poniżej w tabeli znajduje się dziesięć najlepszych polskich start-upów.

Tab. nr 3. Top 10 start-upów w Polsce za 2020 r.

Miejsce w rankingu w kraju	Nazwa start-upu	Miejsce w rankingu światowym
1	UXPin	161
2	Gamehag	174
3	MDBootstrap	225
4	Zety	330
5	Ideone	346
6	Nozbe	382

¹⁹ *European Innovation Scoreboard 2016*, European Union, Belgium 2016.

7	Book Likes	439
8	Survicate	605
9	Gamekit	629
10	Sporticos.com	629

ródło: opracowanie na podstawie: Startup ranking, Pobrano z: <https://www.startupranking.com/top/poland> (dost p: 17.02.2020).

Liczba tzw. jednoro ców, czyli młodych innowacyjnych, szybko rosn cych firm oszacunkowej warto ci powy ej miliarda dolarów si ga ju prawie 200 przedsi biorstw²⁰ boomowi temu sprzyja m.in. nowy trend tzw. gospodarki współdzielenia (z ang. *sharing economy*), dzi ki czemu u ytkownicy Internetu mog ł czy ofert z zapotrzebowaniem w czasie niemal e rzeczywistym i dzieli si : wolnym pokojem na AirBnB, miejscem w samochodzie na Uberze²¹, ale tak e po yczy rower od s siada np. przez Liquid.

Podsumowanie

Nowoczesna organizacja jest zmuszona do stałego doskonalenia innowacyjno ci, która zale y od wielu ró norodnych czynników, które musz by przez firm rozpoznane, przeanalizowane oraz wdro one lub przeprojektowane, je eli nie spełniły swojego zadania²² w procesie innowacji, które to same s z „wynikiem twórczej działalno ci organizacji, ukierunkowanej na wprowadzanie zmiany w systemie jej funkcjonowania”²³.

Rynek startupów w Polsce ma du y potencjał. Pomimo faktu, i jest on wci młody na tle wiatowym, wiele polskich startupów

²⁰ M. Czy ewska, K. Kozioł, R. Pitera, *Analiza mo liwo ci zastosowania metod wyceny przedsi biorstw do startupów*, Studia i Prace Kolegium Zarz dzania i Finansów SGH w Warszawie, (174), Warszawa 2019, s.50.

²¹ J. Gozdek, *Startupy – Rewolucja czy szarlataneria?*, Pobrano z: <https://www.chip.pl/2017/04/star-tupy-czyli-szarza-jednorozcow/>.

²² J. Łunarski, D. Stadnicka, *Metoda samooceny potencjału innowacyjnego organizacji*. Technologia i Automatyzacja Monta u, Wyd. SIGMA-NOT, Warszawa 2007, s. 37.

²³ J. Łunarski, D. Stadnicka, Łunarski, *Ocena poziomu konkurencyjno ci stosowanej technologii*, Technologia i Automatyzacja Monta u, Wyd. SIGMA-NOT, Warszawa 2007b, s. 25–29.

odnosi sukcesy na arenie międzynarodowej. Polska ma duży potencjał dla rozwoju innowacyjności i całego tzw. "sektora" startupów²⁴, a polski rząd robi wiele, aby ten potencjał rozwinąć - ocenił Yigal Erlich z Yozma Management & Investments; podobny wniosek wypływa ze wspólnie opracowanego raportu DNB Bank Polska i firmy doradczej PwC, i wsparcie dla młodych, ambitnych firm to nie jedyny sposób, w jaki państwo może stymulować rozwój innowacji i technologii²⁵. Sukcesy startupów to nie tylko innowacyjny pomysł czy produkt, a przede wszystkim posiadany kapitał finansowy, ludzki i społeczny z jednej strony oddziałują, a z drugiej determinują i wpływają na jego sukces.

Pozyskanie finansowania na rozwój jest krytycznym czynnikiem dla każdego startupu, gdzie z reguły początek działania nowego przedsięwzięcia a jeszcze wcześniej nawet zarysu pomysłu jest najczęściej finansowany ze środków własnych założycieli, ich rodzin lub/i ewentualnie przyjaciół (ang. Founders, Family & Friends). W przypadku, gdy przedsięwzięcie rozwija się szybko, dynamicznie, do szybko staje przed wyzwaniem pozyskania kolejnych, nowych i zdecydowanie większych środków finansowych, które są niezbędne do dalszego rozwoju i finansowania następujących po sobie faz wzrostu.

Czy może zatem istnieć startup bez innowacji? Otóż odpowiedź na tak postawione pytanie badawcze jest negatywna. Innowacja przykładowo produktowa czy marketingowa wdrażana w przedsięwzięciu może działać samoczynnie, jednorazowo i jednocześnie nie jest startupem. Z kolei startup nie może obejść się bez innowacji, czego dowodem jest ich umiarkowana liczba. Zdaniem najbardziej popularnej w Polsce Fundacji Startup Poland, zajmującej się od kilku lat badaniami nad startupami średnio długość życia takiej firmy to 2-3 lata, choć jej działa zaledwie 15% z nich (Startup Poland 2016).

Innowacyjność startupów w literaturze rozumiana jest szeroko, co oznacza, że innowacja jest tam, gdzie „nowo tworzy wartość dla

²⁴ Autorzy za sektor startupów, przyjmują zgodnie z definicją *sjp* - cz. gospodarki wydzielonej ze względu na określony typ własności, produkcji lub usług grup lub zbiorów różnych branż w których funkcjonują startupy.

²⁵ *Jak rząd wspiera rozwój innowacyjności i startupów w Polsce*, Pobrano z: <https://alebank.pl/jak-rzad-wspiera-rozwoj-innowacyjnosci-i-startupow-w-polsce/> (dostęp: 25.01.2020).

klienta”²⁶; mo e odnosi si do dowolnego z elementów przyj tego modelu biznesowego, natomiast sam model biznesowy odbierany jako cało mo e stanowi innowacj .

Startupy to przedsi wzi cia, w których przejawiaj ce si innowacyjno , czy wysoka dynamika wzrostu oraz zastosowanie zaawansowanych rozwi za technologicznych odgrywaj istotn rol i niejednokrotnie decyduje o jego funkcjonowaniu w warunkach wysokiej niepewno ci i deficytu zasobów, przede wszystkim finansowych.

W Polsce jest obecnie 2,79 tys. Startupów (dane za 2017 r.) wobec 2,67 tys. rok wcze niej. Jak potwierdza Dyrektor ds. rozwoju Ex Metrix R. Łuko liczba ta nie b dzie rosła i b dzie si utrzymywa na poziomie ok. 3 tys., co mo na okre li jako poziom nasyce nia "ryнку"²⁷.

Streszczenie:

Artykuł dotyczy problematyki zwi zanej ze start-upami. Przybli one zostało poj cie start-upu oraz charakterystyka jego specyficznych cech. Autorzy, bazuj c na do wiadczeniu własnym oraz współpracy z lokalnym rodowiskiem start-upowym, równie w obszarze inwestowania kapitału zal kowego, stwierdzaj , e startupy jako przedsi biorstwa innowacyjne stanowi wyzwanie dla ich zało ycieli, inwestorów oraz gospodarki jako cało ci. Celem niniejszego artykułu jest:

- przedstawienie istoty funkcjonowania start-upów jako przedsi biorstw innowacyjnych, ze wskazaniem charakterystycznych dla nich cech, atrybutów potwierdzaj cych ich potencjał wzrostu oraz
- próba wykazania sprz enia zwrotnego, czyli zale no ci pomi dzy start-upami a innowacjami.

Słowa kluczowe: startupy, potencjał start-upów, nowe przedsi biorstwa, innowacyjno , ryzyko.

²⁶ Zob. J. Tidd, J. Bassat, K. Pavitt, *Managing innovation*, John Wiley & Sons, Chichester 1997.

²⁷ R. Łuko , *ExMetrix: Liczba start-upów w Polsce rz du ok. 3 tys. to 'p-oziom nasyce nia*, Pobrano z <https://www.money.pl/gielda/wiadomosci/arttykul/exmetrix-liczba-startupow-w-polsce-rzedu-ok,91,0,2409307.html> (dost p: 12.01.2020).

Summary:

The potential of startups as innovative enterprises on the Polish market

The article deals with issues related to startups. The concept of a startup and its specific features were introduced. The authors, based on experience and cooperation with the local startup environment, also in the area of seed capital investment, state that startups as innovative enterprises pose a challenge for their founders, investors and the economy. The purpose of the article is:

- presenting the essence of startups functioning as innovative enterprises, with indication of their characteristic features and attributes confirming their growth potential and
- an attempt to demonstrate feedback, relationships between startups and innovations, that is, the relationship between startups and innovations.

Keywords: startups, startup potential, new enterprises, innovation, risk.

Bibliografia:

Białek R., Nowak R., *Uwarunkowania rozwoju startupów w Polsce*, Zeszyty Naukowe WSEI seria: Ekonomia, Lublin 2018, 15 (1/2018).

Beauchamp M., Krysztofiak-Szopa J., Skala A., *Polskie start-upy. Raport 2018*, Fundacja Startup Poland, Warszawa 2018.

Beauchamp M., Kowalczyk A., Skala, A., *Przedsiębiorczość startupowa. Bank pomysłów dla polityków i samorządowców*, publikacja przygotowana na zlecenie Departamentu Współpracy Ekonomicznej Ministerstwa Spraw Zagranicznych, Ministerstwo Spraw Zagranicznych, Warszawa 2017.

Blank S., *The Four Steps to The Epiphany. Successful Strategies for Products that Win*, K&S Ranch, Pescadero 2013.

Business Dictionary, Pobrano z:

<http://www.businessdictionary.com/definition/startup.html>.

Cielik J., *Przedsiębiorczość, polityka, rozwój*. Wyd. Akademickie Sedno, Warszawa 2014.

Czyżewska M., *Warunki tworzenia efektywnych modeli akceleracji startupów dla wspierania innowacyjnej przedsiębiorczości w*

Polsce, Przedsi biorczo i zarz dzanie, Wyd. SAN, Tom XIX, Zeszyt 10, Cz II. Łód -Warszawa 2018.

Czy ewska M., Koziół K., Pitera R., *Analiza mo liwo ci zastosowania metod wyceny przedsi biorstw do startupów*. Studia i Prace Kolegium Zarz dzania i Finansów SGH w Warszawie, nr 174, Warszawa 2019.

Deloitte *Raport Diagnoza ekosystemu startupów w Polsce*. Deloitte Polska, Warszawa 2016.

Fundacja Startup Poland, *Raport Polskie Startupy*, Warszawa 2016.

Gozdek J., *Startupy –Rewolucja czy szarlataneria?*, Pobrano z: <https://www.chip.pl/2017/04/star-tupy-czyli-szarza-jednorozcow/>.

Graham P., *Startup = Growth*, Pobrane z: <http://www.paulgraham.com/growth.html>,

Kalinowski J., *Dlaczego innowacje potrzebuj startupów*, Pobrano z: <https://home.kpmg/pl/pl/home/insights/2017/02/artikul-dlaczego-innowacje-potrzebuja-startupow-jerzy-kalinowski.html>.

Kałowski A., Wysocki J. (red.), *Start-up a Uwarunkowania sukcesu Wymiar Teoretyczno-Praktyczny*, wyd. Oficyna Edukacyjna Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2017.

Łuko R., Ex Metrix, *Liczba startupów w Polsce rz du ok. 3 tys. to poziom nasycenia*, Pobrano z: <https://www.money.pl/gielda/wiadomosci/artikul/exmetrix-liczba-startupow-w-polsce-rzedu-ok,91,0,2409307.html>.

Kollmann T., Stöckman Ch., Linstaed J., Kensbock J., *European Startup Monitor*, Berlin 2015.

Łunarski J., Stadnicka D., *Metoda samooceny potencjału innowacyjnego organizacji*, Technologia i Automatyzacja Monta u, Wyd. SIGMA-NOT, Warszawa 2007.

Łunarski J., Stadnicka D., *Ocena poziomu konkurencyjno ci stosowanej technologii. Technologia i Automatyzacja Monta u*, Wyd. SIGMA-NOT, Warszawa 2007b.

Milczarek A., Pietrakiewicz A., *Innowacyjne metody i narz dzia wykorzystywane w zarz dzaniu startupami na przykładzie akademickich inkubatorów przedsi biorczo ci w Łodzi*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Łódzkiej. Organizacja i Zarz dzanie”, nr 1201, Łód 2015.

Ries E., *The Lean Startup*, London 2011.

Skala A. *Spiralna definicja startupu*, Przegląd Organizacji nr 9, Zarządzanie organizacjami, 2017.

Skala A., Sysko-Roma czuk S., *Startupy a nowe przedsięwzięcia: próba wyodrębnienia nowej kategorii badawczej*. Wyd. SAN "Przedsiębiorczość i Zarządzanie", t. X, z. 6, cz. I, Łódź - Warszawa 2019.

Skala A., *Współpraca startupów z nauką w Polsce – wyniki badań*, Studia BAS nr 1(61), Warszawa 2020.

Startup ranking, Pobrano z:

<https://www.startupranking.com/top/poland>.

Tidd J., Bassat J., Pavitt K., *Managing innovation*, John Wiley & Sons, Chichester 1997.

Titman S., Martin J. D., *Valuation. The art and science of corporate investment decision*, 2 edition, Boston, Prentice Hall 2011, s. 363, za: J. Lipiec, *Company Valuation*, Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2015.

Samotno osób starszych we współczesnym świecie

Wstęp

Współcze nie mo na dostrzec, i Polska jest krajem, w którym post puje proces starzenia si społecze stwa. ródłem dokonuj cych si zmian demograficznych jest przede wszystkim stopniowy wzrost przeci tnej długo ci ycia, ale tak e spadek liczby urodze . Osi gni cie wieku poprodukcyjnego sprawia, i seniorzy do wiadczej uczucia samotno ci, pustki i izolacji oraz stereotypizacji.

Samotno coraz cz ciej okre lana jest „chorob cywilizacyjn ”, która dotyka nie tylko osoby starsze yj ce samotnie, lecz równie tych, którzy yj ze swoimi bliskimi. Ponadto mog zмага si z ni zarówno dzieci, młodzie , doro li, a tak e osoby ucz ce si i b d ce aktywne zawodowo. Dokonuj cy si rozwój techniczny i elektroniczny, pogo za awansem, lepsz prac , ch bycia docenionym i uznanym oraz konsumpcjonizm sprzyjaj samotno ci¹. Warto równie podkre li , e samotno , której do wiadczej seniorzy mo e negatywnie oddziaływa na ich stan psychiczny, czego konsekwencj mog by problemy fizyczne, ale równie niech do nawi zywania jakichkolwiek relacji z drugim człowiekiem². Z drugiej strony samotno mo e sprawi , i senior b dzie poszukiwał atencji w ród innych osób.

1. Zało enia teoretyczne staro ci

Starzenie si jest to naturalny proces, który wyst puje wraz z wiekiem człowieka. Wiele osób podejmuje refleksje odno nie tego: jak zdefiniowa staro , w którym momencie mo e ona wyst pi ,

¹ J. Stochmiąlek, *Samotno oraz staro w wietle koncepcji jako ci ycia*, [w:] *Przeciw samotno ci*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2005, s. 29.

² J. Olejnikowa, *Praca socjalna z samotnym seniorem*, [w:] *Przeciw samotno ci*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2005, s. 90.

jakie są jej konsekwencje i jakie korzyści może przynieść. Należy jednak mieć na uwadze, że jej pojawienie się jest nieuniknione³.

W dostępczej literaturze przedmiotu istnieje wiele definicji starości i starzenia się. Zdaniem Zofii Szaroty starzenie się to „wielowarstwowy i wielowymiarowy proces, zależny od wielu współwystępujących czynników wewnętrznych i zewnętrznych (genotyp i fenotyp, czyli wpływ środowiska), właściwy całemu wiatom organicznemu - wszystkim żywym organizmom. Jest to także naturalna faza rozwojowa w cyklu życia. W wymiarze biologicznym polega na zmniejszaniu się zdolności regeneracji ustroju, spadku zdolności samoodnawiania się komórek i tkanek, wreszcie - osłabieniu zdolności adaptacyjnych organizmu”⁴.

Psychospołeczna teoria Daniela Levisona wyróżnia cztery ery (fazy) okresu dorostłości człowieka: przeddorostowa (era of preadulthood), wczesna dorostowa (era of early adulthood), średnia dorostowa (era of middle adulthood) oraz późna dorostowa (era of late adulthood)⁵. Podział ten powstał w oparciu o struktury życia, które to autor określa jako „podstawowy w danym czasie wzorzec aktywności człowieka i powiązanie z otoczeniem. Stanowi kompleks najważniejszych w danym czasie związków jednostki ze światem i potencjałem rozwojowym własnej osoby, wyrażającym się w dominacji pewnych ról społecznych, wartości, celów i postaw oraz potrzeb osobistych”⁶.

³ A. Rokicki, *Innowacje w aktywizowaniu seniorów w Polsce*, „Polityka i Społeczeństwo” 2016, nr 2, s. 144, file:///C:/Users/Ania_PC/Desktop/PiS_2016_2_13_Rokicki.pdf [07.11.2020].

⁴ R. J. Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Wyd. Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013, s. 12.

⁵ D. J. Levinson, *A conception of adult development*, „American Psychologist” 1986, 41 (1), s. 8, <https://pdfs.semanticscholar.org/5e75/2a77fb59cc48e9eea4b1ef4c53056b0f140e.pdf> [dostęp 07.11.2020].

⁶ W. Witaliński, *Przygotowanie do dorostłości jako wciąż aktualny problem andragogiki*, „Edukacja Dorosłych” 2015, nr 1, s. 118.

Faza przeddorosłości obejmuje dzieciństwo oraz adolescencję i wskazywana jest jako okres od urodzenia do 17 roku życia⁷. Następnym etapem jest wczesna dorosłość, która przypada na lata między 17. a 40. rokiem życia. Kolejną fazą jak wymienia powyższy autor jest wiek średni (średnia dojrzałość) od 40. roku życia do 59. roku życia. Ostatnim etapem omawianej teorii jest późna dorosłość przypadająca od 60. roku życia aż do śmierci. Osoby w tej fazie przechodzą na emeryturę, rozwijają swoje zainteresowania, na które dotychczas nie miały czasu, dołączają do placówek dydaktycznych np. Uniwersytet Trzeciego Wieku oraz doświadczają trudności finansowych spowodowanych ograniczoną ilością przychodów⁸. W okresie tym można dostrzec kryzys w następujących postaciach: potrzeba znalezienia nowych zainteresowań, które będą dostosowane do stanu zdrowia i możliwości osoby, reorganizacja dotychczasowej codzienności oraz konieczność zmiany dotychczasowych nawyków. Na tym etapie bardzo istotne jest przygotowanie się do śmierci⁹.

Z kolei światowa Organizacja Zdrowia (WHO) wyróżnia trzy fazy starości. Pierwsza rozpoczyna się od 60 do 75 roku życia, druga przypada na lata 75 - 90, natomiast ostatnia określana jako głęboka starość występuje powyżej 90-tych tego roku życia¹⁰.

Na podstawie powyższych podziałów można dostrzec, iż literatura upatruje początków pojawienia się starości wraz z ukończeniem 60-tych roku życia. Wiąże się z tym również bierność zawodowa, a więc odejście na emeryturę.

⁷ Z. Łoś, *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*, Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010, s. 87.

⁸ K. Przyszczypkowski, *Dorosłość jako kategoria pedagogiczna*, [w:] *Podstawy edukacji dorosłych. Zarys problematyki*, red. Dz. Jankowski, K. Przyszczypkowski, J. Skrzypczak, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2007, s. 43-45.

⁹ L. Miś, *Ery i fazy w życiu człowieka dorosłego w ujęciu Daniela J. Levinsona*, [w:] *Duchowy rozwój człowieka: fazy życia, osobowość, wiara, religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, red. P. Socha, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2000, s. 57.

¹⁰ B. Łacheta, *Zrozumienie starości*, [w:] *Człowiek chory i umierający. Możliwość wsparcia i formy pomocy*, red. J. Stala, Wyd. Naukowe UPJPII, Kraków 2014, s. 265.

2. Samotno seniorów

Podjęcia, rozwój nowych technologii, elektroniki, pogo za praca i karier to tylko nieliczne sytuacje, które sprawiają, iż człowiek ma możliwość: własnego rozwoju, szybkiego zdobywania i przekazywania wiedzy oraz informacji, komunikowania się, a także ułatwienia w trudnych sprawach pozostając w domu. Sprawia to, iż chcąc zaspokoić swoje potrzeby zapominamy o drugiej osobie zwłaszcza seniorach, którzy bardzo często doświadczają samotności i osamotnienia¹¹.

Należy podkreślić, iż pojęcie samotności oraz osamotnienia nie są ze sobą tożsame chociaż wiele osób używa ich zamiennie. Rozróżnienie dokonał m.in. Jan Szczepański określając samotność jako „wyłączne obcowanie z samym sobą, koncentrację uwagi na sprawach swojego wnętrza”¹², a osamotnienie według niego jest „brakiem kontaktu z innymi ludźmi oraz z sobą samym”¹³.

Człowiek wielokrotnie przypisuje samotności konotację negatywną, gdy uważa, że charakteryzuje się przygnębieniem, które jest wynikiem braku zadowolenia i satysfakcji z społecznych i emocjonalnych relacji z innymi osobami. Ponadto życie w samotności nie oddziałuje w sposób pozytywny na zachowanie równowagi fizycznej i psychicznej, wręcz przeciwnie. Dodatkowo jej źródłem wcale nie musi być wiek. Co więcej bardzo często towarzyszą jej takie uczucia jak: wyalienowanie, brak afirmacji oraz nieprzyjemne doświadczenia życiowe¹⁴.

Biorąc pod uwagę istotę człowieka wyodrębnia się dwa niezależne typy samotności: emocjonalną (psychologiczną) i społeczną. Pierwszy rodzaj występuje wówczas, gdy osoba nie doznaje uczliwoci, serdeczności, partnerstwa, bliskości oraz sympatii. Z kolei samotność społeczną charakteryzuje się deficytem więzi i wspólnoty, co w konse-

¹¹ E. Trafiałek, *Polska starość w dobie przemian*, Wyd. „I sk”, Katowice 2003, s. 200.

¹² R. Konieczna-Woniak, *Edukacja seniorów sposobem na samotność. Na podstawie doświadczeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce*, [w:] *Przeciw samotności*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2005, s. 101.

¹³ Tamże.

¹⁴ J. Stochmiałek, *Samotność oraz starość* ..., s. 30.

kwencji sprawia, i osoba czuje si odrzucona i zaczyna si izolowa . Niezale no powy szych typów mo na odnie do sytuacji, w której jednostka yje w okrelonej grupie i odczuwa przynale no do niej jednak e ma poczucie, e jest samotna, bowiem wi zi emocjonalne s za słabe. Mo e pojawi si równie sytuacja odwrotna: osoba do wiadczca bardzo bliskich kontaktów z innymi, lecz ma poczucie osamotnienia z powodu nie przynale no ci do zbiorowo ci¹⁵. Dodatkowo El bieta Trafiałek do omawianego podziału dodaje równie samotno moraln , która odnosi si do zakłóconego systemu warto ci oraz utraty dotychczasowego sensu ycia¹⁶.

W literaturze dost pny jest równie inny podział, który dzieli samotno na: personaln , społeczn , kulturow oraz komunikacyjn . Samotno personalna wi e si z brakiem zarówno wi zi społecznych jak i intymnych powstałych w wyniku wycofania si , za społeczną- to nast pstwo deficytu relacji społecznych b d przynaleenia do konkretnej grupy. Trzecim rodzajem jest samotno kulturowa charakteryzuj ca si dystansowaniem si od funkcjonowania okrelonej zbiorowo ci i jej kultury. Najcz ciej spotykana jest w ród mniejszo ci etnicznych b d osób z niepełnosprawno ci . Ostatni typ jest efektem problemów we wła ciwym odbieraniu komuników, które s przekazywane przez inne osoby oraz znikom dojrzało ci społeczn ¹⁷.

Ponadto Wojciech P dich wyró nił cztery rodzaje samotno ci, których kryterium jest stan posiadania osób starszych. Pierwszym typem jest samotno cywilna. Zalicza do niej osoby, których m / ona nie yje, nie maj dzieci, nie posiadaj współmał onka b d si rozwiodły. Nast pn wyodr bnion samotno ci jest samotno mieszkaniowa, czyli senior sam zamieszkuje w swoim mieszkaniu. Z kolei socjalna samotno wi e si z utrat relacji z bliskimi, znajomymi, a nawet s siadami, za subiektywna - wskazuje, i osoba star-

¹⁵ Tam e, s. 31-32.

¹⁶ E. Trafiałek, *Polska staro ...*, s. 202.

¹⁷ J. Stochmiałek, *Samotno oraz staro ...*, s. 32.

sza do wiadcza osamotnienia mimo, i mieszka z innymi członkami rodziny¹⁸.

Bardzo cz sto samotno jest konsekwencj ograniczenia lub zaniku komunikowania si z inn osob i nie nale y jej bagatelizowa , poniewa mo e całkowicie oddziaływa na osobowo , zakłóci prawidłowe funkcjonowanie. Tony Lake zaakcentował, i poczucie samotno ci rozwija si w trzech fazach. Pierwsza opisuje czynniki zewn trzne oddziaływuj ce na osłabienie b d zahamowanie kontaktów z drugim człowiekiem, wykluczaj c zachowanie wzajemne. Ponadto zaczyna blokowa si poczucie przynale no ci. Kolejna faza pojawia si w momencie, gdy osoba traci zaufanie i wiar do nawi zywania i podtrzymywania relacji. Ostatni etap wskazuje na brak umiej tno ci wzajemnego oddziaływania na siebie¹⁹. Wówczas osoba uwa a, e jej obecno nie ma dla nikogo znaczenia, a najbli sze otoczenie wykazuje si wzgl dem niego oboj tno ci²⁰.

3. Przyczyny samotno ci w ród seniorów

Zjawisko samotno ci coraz cz ciej dotyka osoby starsze. Nale y wi c zastawno si jakie s tego ródła. Józef Rembowski powołuj c si na uj cie, które zaprezentował I. Martenson podkre la, i istnieje siedem istotnych przyczyn, które s impulsem do samotno ci, m.in.: czynniki geograficzne, bariery j zykowe, samotno kulturowa, samotny styl ycia, samotno spowodowana chorob , utrata najbli szych oraz wiadomo nieuchronnej mierci²¹.

Czynniki geograficzne odnosz si do negatywnych dozna , które spowodowane s umieszczeniem seniora w placówkach mieszcz cych si bardzo daleko od domu rodzinnego. Generuje to poja-

¹⁸ N. G. Piukła, *Poczucie sensu ycia osób starszych. Inspiracje do edukacji w staro ci*, Wyd. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2015, s. 59.

¹⁹ T. Lake, *Samotno , jak sobie z ni radzi*, Wyd. Ksi ka i Wiedza, Warszawa 1993, s. 21-35.

²⁰ B. Szczupał, *Samotno młodzi e z niepełnosprawno ci jako problem pedagogiczny*, „Studia Socialia Cracoviensia” 2016, t. 8, nr 2(15), s. 170.

²¹ J. Rembowski, *Samotno*, Wyd. Uniwersytet Gda ski, Gda sk 1992, s. 48.

wienie się z sknoty zarówno za tamtejszym mieszkaniem, rodowiskiem jak i najbliższym otoczeniem, z siadami²².

Druga przyczyna - bariery językowe - wskazuje na problemy w zwieraniu relacji z innymi, które mogą być spowodowane ograniczeniami w aspekcie prawidłowego wysławiania się i komunikowania²³.

Z kolei samotność kulturowa w pewnym stopniu wiąże się z czynnikami geograficznymi, gdy jej początki występują w sytuacji pogorszenia się stanu zdrowia seniora i musi on zostać umieszczony w placówce opiekuńczej np. dom pomocy społecznej, zakłady opiekuńczo-lecznicze bądź pielęgnacyjno-opiekuńcze. Zmiana dotychczasowego miejsca zamieszkania sprawia, iż osoba starsza zobowiązana jest, aby dostosować się do zasad i warunków, które panują w danej instytucji, ale również do planu dnia i kuchni²⁴. Ponadto w ród omawianej przyczyny może znaleźć się także samotność moralna przejawiająca się alienacją, co do preferowanych wartości i tradycji, gdy nie są one aprobowane w rodowisku, w którym obecnie znajduje się senior²⁵.

Natomiast kolejną przyczyną jest samotny styl życia, który o wiele bardziej jest reflektowany zarówno w ród mieszkańców miast, zwłaszcza dużych jak i po ród młodych ludzi. Człowiek sam decyduje się na takie życie, ponieważ całkowicie odda się życiu zawodowemu, co skutkuje brakiem czasu na założenie rodziny²⁶ lub naładunek swojej rodziny pochodzenia (np. wychowywali się w rodzinie

²² J. Stochmiałek, *Samotność oraz starość...*, s. 37.

²³ N. G. Pikuła, *Poczucie sensu życia...*, s. 61.

²⁴ G. J. Nowicki, M. Młynarska, B. Łusarska, K. Jabłuszewska, A. Bartoszek, K. Kocka, S. Przybylska-Kuś, *Poczucie samotności jako czynnik warunkujący życie osób powyżej 65. roku życia*, „Medycyna Rodzinna” 2018, 21(3), s. 209.

²⁵ P. Dobrowska, *Samotność osób starszych i sposoby jej przeciwdziałania*, „Kwartalnik Naukowy Fides Et Ratio” 2011, nr 2(6), s. 84, <https://www.stowarzyszeniefidesetratio.pl/Presentations0/2011-2Dobrowska.pdf> [dostęp: 07.11.2020].

²⁶ J. Girzelska, M. Głowacka, D. Wilk-Jeziorska, A. Malikowska, J. Dziewulska, A. Jasiówka, *Profilaktyka samotności i osamotnienia jako czynnik determinujący zdrowie seniora*, „Pielęgniarstwo XXI wieku” 2018, Vol. 17, nr 4(65), s. 42.

niepełnej). Wybierając życie tzw. „singla” osoba może kierować się modą, wartościami, doświadczeniami bądź dostrzega jakieś istotne dla siebie zalety. Jednak warto zastanowić się: czy samotny styl życia jest dobrowolnym i przemyślanym wyborem, a może jest to spowodowane trudnościami w nawiązywaniu relacji z innymi osobami. Różel samotnego stylu życia może być bardzo wiele, jednak nie zawsze musi skutkować pojawieniem się samotności czy osamotnienia, lecz badania Małgorzaty Halickiej odnośnie do satysfakcji życiowej seniorów jednoznacznie potwierdzają, że są oni niezadowoleni życiowo z omawianego czynnika²⁷.

Choroba również jest uwarunkowaniem samotności w różel osób starszych. Przebywając w szpitalu, placówkach opieki społecznej, hospicjach senior wielokrotnie nie doświadcza wsparcia, otuchy od rodziny i przyjaciół, ma poczucie wykluczenia oraz czel osamotnienia. Ponadto pobyt w wymienionych instytucjach nie wpływa pozytywnie na poprawę jego stanu zdrowia, a wrzel przeciwnie. Z kolei osoby zmagające się z chorobami, ale mogące zostać w swoim mieszkaniu znacznie szybciej wracają do zdrowia, chociażby ze względu na opiekę rodziny, pielęgniarki lub po prostu bycie w domu. Zmniejsza to również pojawienie się stresu, którego przyczyną może być zmiana otoczenia i konieczność dostosowania się do nowych zasad²⁸. W omawianym czynniku należy również podkreślić, że geriatrzy uważają, że choroba nie jest tylko różel samotności, lecz samotność może doprowadzić do występlenia chorób „okresu starości”. Seniorzy w głównej mierze mieszkają sami i zdecydowana większość z nich zmagają się z dolegliwościami zdrowotnymi. Są to przeważnie choroby metaboliczne, cywilizacyjne, a w szczególności: cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, osteoporoza, zwyrodnienie stawów, kłopoty z prawidłowym widzeniem i słyszeniem. Brak jakiegokolwiek interwencji może tylko i wyłącznie pogorszyć i przyspieszyć rozwój choroby. W takiej sytuacji kluczową jest obecność kogoś, kto zadba o to, aby osoba starsza: przestrzegaa zaleceń lekarza, przyjmowała regularnie lekarstwa, miała wykupione recepty oraz była pod opieką

²⁷ P. D. browska, *Samotność osób starszych...*, s. 84-85.

²⁸ Tamże, s. 85-86.

specjalisty, gdy może zapomnieć o stanie zdrowia nie będzie jej na to pozwalał²⁹.

Szóstym źródłem samotności jest utrata najbliższych krewnych równie, jak wdowieństwo, która negatywnie oddziałuje na stan psychiczny (może pojawić się osamotnienie lub depresja) i fizyczny. Biorąc pod uwagę, że kobiety żyją dłużej to one też częściej stają się wdowami. Utrata matki, dziecka, rodziców to czas smutku, rozpacz oraz bólu, który może być tak duży, iż będzie konieczna pomoc lekarza. Jednak nie trzeba podkreślać, iż każda inaczey zareaguje na śmierć, lecz nieodzowny jest wówczas okres żałoby³⁰. Dlatego też bardzo ważną rolę odgrywa wsparcie, obecność, otucha najbliższych, która daje siły i bodźca do dalszego życia oraz bliskość, ponieważ jest sprzeczna względem samotności. Oprócz tego istotne w momencie utraty współmałżonka są kontakty z własnymi dziećmi, gdy mają one wpływ na nastrój, spokój i zadowolenie z życia³¹.

Ostatnim czynnikiem samotności wśród seniorów jest wiadomość nieuchronnej śmierci, która może wywoływać lęk, obawy oraz niepokoje. Doznawanie samotności może stawać się coraz bardziej odczuwalne bliżej śmierci, ponieważ osoba starsza nie dostrzega możliwości na dalsze przyszłość. Pojawią się zmiany horyzontu czasowego, czyli seniorzy skupiają swoją uwagę na tym co jest tu i teraz oraz, co było kiedyś np. sentyment do pewnych rzeczy, do wyposażenia domu. Brak spojrzenia w przyszłość może negatywnie wpłynąć na zdrowie osoby starszej lub przyczyni się do jej wycofania z życia w społeczeństwie³².

²⁹ J. Twardowska-Rajewska, *Samotność jako czynnik etiologiczny chorób okresu starości*, [w:] *Przeciw samotności*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2005, s. 62.

³⁰ B. Szatur-Jaworska, P. Bładowski, M. Dzigiełowska, *Podstawy gerontologii społecznej*, Wyd. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa 2006, s. 76-77.

³¹ P. D. browaska, *Samotność osób starszych...*, s. 85.

³² J. Girzelska, M. Głowacka, D. Wilk-Jeziorska, A. Malikowska, J. Dziewulska, A. Jasiówska, *Profilaktyka samotności i osamotnienia...*, s. 42-43.

4. Przeciwdziałanie samotności w ród osób starszych

Okres starości jest trudnym czasem dla każdego człowieka. Chcąc zmniejszyć występowanie samotności w tym stadium, warto zachęcać seniorów, aby podejmowali aktywne działania, które przyczynią się do tego, że poczują się potrzebni, będą spełniali swoje marzenia, realizowali pasje, na które nie mieli do tej pory czasu oraz uczyli się zupełnie nowych rzeczy np. nauki języka obcego. Do placówek, które temu sprzyjają zalicza się: Uniwersytet Trzeciego Wieku, Kluby Seniora, a także wolontariat³³.

Uniwersytet Trzeciego Wieku (UTW) jest jedną z najpopularniejszych placówek, które aktywizują osoby starsze. Pierwszy w Polsce UTW powstał w latach 70-tych XX wieku w Warszawie. Prekursorką w ich założeniu była profesor nauk medycznych Halina Szwarz³⁴. UTW jest placówką dydaktyczną, która jest dedykowana dla seniorów niezależnie od ich wykształcenia. Kluczowym celem jest zaangażowanie starszych ludzi w edukację ustawiczną, a także pobudzenie ich intelektualnie, psychicznie, społecznie oraz fizycznie. Funkcjonowanie UTW zakłada, iż zajęcia będą organizowane w taki sam sposób jak na uczelniach wyższych, czyli prowadzone są: wykłady o różnej tematyce, wiczenia, lektoraty z języka obcego, zajęcia ruchowe, wspólne wyjazdy, spotkania okolicznościowe itd³⁵. Uczestnicząc w zajęciach słuchacze mają możliwość: rozwoju własnej osobowości, nawiazania i utrwalenia relacji społecznych, pozyskania nowej wiedzy oraz utrwalenia już zdobytej oraz podzielenia się własnym bagażem doświadczeń zarówno ze swoją rodziną jak i innymi słuchaczami. Ponadto działania, które prowadzone są w UTW prowadzą do zaspokojenia wielu potrzeb osób starszych, m.in.: samokształcenie, poczucie przynależności, pobudzanie do poszukiwania nowych pasji, wspomaga zachowanie równowagi fizycznej³⁶ i psychicznej, wspiera rozwój nowych umiejętności i kompetencji,

³³ P. D. Browńska, *Samotność osób starszych...*, s. 88.

³⁴ Ł. Tomczyk, *Edukacja osób starszych. Seniorzy w przestrzeni nowych mediów*, Wyd. Difin, Warszawa 2015, s. 65.

³⁵ H. Hrapkiewicz, *Uniwersytety trzeciego wieku jako jedna z form kształcenia osób starszych*, „Chawanna” 2009, nr 2, s. 119-123.

³⁶ B. Szatur-Jaworska, P. Bładowski, M. Dzigiełowska, *Podstawy gerontologii...*, s. 172.

poczucie bycia potrzebnym, wypełnia wolny czas, sprzyja poznawaniu i umacnianiu wiązności społecznych oraz daje szansę na spełnienie marzeń z czasów młodości³⁷. UTW zwraca się do społeczeństwa z istotnym apelem, podkreślając tym samym, iż aktywność w życiu człowieka nie dobiega końca wraz z przejściem na emeryturę czy rentę. Wręcz przeciwnie. Czas ten jest doskonałym okresem, by korzystać z życia i cieszyć się mimo cię pomocy innym³⁸.

Kolejną formą aktywizowania seniorów jest Klub Seniora. Jest to placówka skupiająca się przede wszystkim na wypełnieniu czasu wolnego jakim dysponują starsi ludzie. Można wyodrębnić dwa typy klubów seniora, a mianowicie:

1. zakładowe - mieszczą się przy miejscach pracy i w nich mogą uczestniczyć emeryci z konkretnej, pobliskiej firmy;
2. rodowiskowe - zakładane są na osiedlach, przy domach pomocy społecznej, domach kultury. Kryterium, które decyduje o możliwości zapisania się jest bliskość zamieszkania³⁹.

Każda placówka indywidualnie ustala założenia jednak celem głównym jest planowanie i realizowanie różnorodnych form angażowania seniorów tak, by mogli w przyjemny sposób spędzić swój wolny czas i przezwyciężyć dotychczasową izolację oraz samotność. Wśród tej aktywności można wyróżnić: spotkania (np. z aktorami, kucharzami, pisarzami, itp.), popularyzowanie czytelnictwa, kursy i szkolenia (np. komputerowe), aranżowanie kół zainteresowań (np. plastycznych, muzycznych, literackich), angażowanie się w działalność wolontariacką lub akcje charytatywne, a także wspólne wyjścia do kina, opery, muzeum. Oprócz tego kluby seniora organizują spotkania wiązane. Co wiązane uczestnictwo w tego typu placówce jest dobrowolne dzięki czemu osoby starsze mogą uczestniczyć swobodnie. Ponadto kluby seniora spełniają cztery funkcje: kompensacyjną (niwelując braki w relacjach międzyludzkich), integracyjną, psychoterapeutyczną (pomaga poradzić sobie z kryzysami tj. przej-

³⁷ A. Rokicki, *Stara nie znaczy bierno - współczesne metody aktywizowania seniorów*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J. Paedagogia-Psychologia” 2016, nr 1, Vol. XXIX, s. 193.

³⁸ B. Szatur-Jaworska, P. Bładowski, M. Dzigiełowska, *Podstawy gerontologii...*, s. 173.

³⁹ Tamże, s. 174.

cie na emerytur , opuszczenie domu przez ostatnie dziecko) oraz adaptacyjna⁴⁰ .

Oprócz wy ej wymienionych form wa n rol w yciu seniorów mo e pełni zaanga owanie si w wolontariat. Osoby, które przeszły na emerytur maj du ilo czasu wolnego i mog wykorzysta go robi c zarówno co dla siebie jak i dla innych. Osoby starsze posiadaj ogromn wiedz , umiej tno ci i maj du y „baga ” do wiadczyciowych, który mog przekaza młodemu pokoleniu. Wolontariuszem mo e zosta ka dy niezale nie od tego ile ma lat, jakiej jest płci, jakie ma wykształcenie, jaki jest jego status majtkowy. Wolontariat jest to głównie działalno dobrowolna wzgl dem drugiego człowieka. Istotne jest to, i wolontariusz nie otrzymuje z tego tytułu adnej gratyfikacji, a mimo to coraz wi cej osób zgłasza si , aby pomaga i wspiera innych. Seniorzy równie anga uj si w wolontariat. Jest to przede wszystkim działalno samopomocowa czyli odwiedzanie samotnych osób np. w szpitalach, pomoc w odrabianiu lekcji dzieciom i młodzie y np. w wietlicach, robienie zakupów itd⁴¹. Bardzo cz sto wł czanie si w działania na rzecz drugiego człowieka jest pewnego rodzaju sposobem na samotno , osamotnienie, nud , izolacj , a nawet wykluczenie. Ponadto wolontariat przynosi wiele korzy ci, poniewa seniorzy maj poczucie bycia potrzebnym, a tak e niwelowana zostaje bariera mi dzypokoleniowa⁴² .

Zako czenie

Starzenie si jest procesem naturalnym i nieuniknionym. Jednak e to w jaki sposób senior b dzie prze ywał ten czas zale y zarówno od niego samego jak i jego najbli szych. Warto zach ca osoby starsze do anga owania si w ró ne działania, by mieli poczucie, i s nadal potrzebni. Wraz z przejciem na emerytur ludzie coraz cz ciej izoluj si i niech tnie nawi zuj nowe relacje społeczne. Przyczynia si to do tego, e do wiadczaj samotno ci, co z

⁴⁰ P. D browska, *Samotno osób starszych...*, s. 89-90.

⁴¹ B. Szatur-Jaworska, P. Bł dowski, M. Dzi gielowska, *Podstawy gerontologii...*, s. 176-178.

⁴² J. Girzelska, M. Głowacka, D. Wilk-Jeziorska, A. Malikowska, J. Dziewulska, A. Jasiówka, *Profilaktyka samotno ci i osamotnienia...*, s. 45.

kolei może wpłynąć negatywnie na ich stan zdrowia. Zaburzona równowaga czy to fizyczna czy psychiczna sprawia, że seniorzy nie mają możliwości opuszczenia swojego mieszkania pogłębienie samotności jakiej wówczas doświadcza. Dlatego też warto zastanowić się czy w dobie obecnych wydarzeń nie mieszka obok nas osoba samotna, która nie jest w stanie zrobić sobie zakupów, wykupić leków, wyjść z psem. W rzeczywistości może okazać się, że osoby starsze zmagają się z brakiem rozmowy, wysłuchania, zrozumienia, motywowania lub po prostu odczuwają deficyt bliskości będącej obecnością drugiego człowieka.

Streszczenie:

W obliczu starzejącego się społeczeństwa wzrasta samotność, której doświadczają seniorzy. Bardzo często oddziałuje ona negatywnie na ich funkcjonowanie. Może również przyczynić się do wycofania, wykluczenia i marginalizacji. Celem niniejszego artykułu jest przeanalizowanie zjawiska samotności wśród osób starszych. W związku z tym zaprezentowana będzie teoria Daniela Levinsona, która dzieli życie na cztery etapy oraz rozróżnienie pojęcia samotności i osamotnienia. Oprócz tego wymienione i wyjaśnione zostaną typy samotności seniorów, a także warunki poczucia samotności wśród omawianej grupy wiekowej. Ponadto omówione będą placówki takie jak Uniwersytet Trzeciego Wieku czy Klub Seniora, które przyczyniają się niwelowaniu samotności.

Słowa kluczowe: senior, samotność, osoba starsza, osamotnienie, staro

Summary:

Loneliness of the elderly in the modern world

In the face of an aging society, the loneliness experienced by seniors increases. It very often has a negative impact on their functioning. It can also contribute to withdrawal, exclusion or marginalization. The aim of this article is to analyze the phenomenon of loneliness among the elderly. Therefore, the Daniel Levinson's theory will be presented, which divides life into four stages and the distinction between the concepts of loneliness and loneliness. In addition, the types of loneliness of seniors will be listed and explained, as well

as the determinants of the feeling of loneliness among the discussed age group. In addition, institutions such as the University of the Third Age or the Senior Club, which contribute to reducing loneliness, will be discussed.

Keywords: senior, loneliness, the elderly, loneliness, old age

Bibliografia:

Literatura przedmiotu:

Girzelska J., Głowacka M., Wilk-Jeziorska D., Malikowska A., Dziewulska J., Jasiówka A., *Profilaktyka samotności i osamotnienia jako czynnik determinujący zdrowie seniora*, „Pielęgniarstwo XXI wieku” 2018, Vol. 17, nr 4(65), s. 41-46.

Hrapkiewicz H., *Uniwersytety trzeciego wieku jako jedna z form kształcenia osób starszych*, „Chawanna” 2009, nr 2, s. 115-126.

Kijak R. J., Szarota Z., *Stara. Między diagnozą a działaniem*, Wyd. Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013.

Konieczna-Woniak R., *Edukacja seniorów sposobem na samotność. Na podstawie doświadczeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku w Polsce*, [w:] *Przeciw samotności*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2005, s.101-115.

Lake T., *Samotność, jak sobie z nią radzić*, Wyd. Książka i Wiedza, Warszawa 1993.

Łacheta B., *Zrozumienie starości*, [w:] *Człowiek chory i umierający. Możliwość wsparcia i formy pomocy*, red. J. Stala, Wyd. Naukowe UPJPII, Kraków 2014, s. 265-278.

Łożek Z., *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*, Wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010.

Mirowski L., *Ery i fazy w życiu człowieka dorosłego w ujęciu Daniela J. Levinsona*, [w:] *Duchowy rozwój człowieka: fazy życia, osobowość, wiara, religijność. Stadialne koncepcje rozwoju w ciągu życia*, red. P. Socha, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2000, s. 45-60.

Nowicki G. J., Młynarska M., Jusińska B., Jabłuszewska K., Bartoszek A., Kocka K., Przybylska-Kuś S., *Poczucie samotności jako czynnik warunkujący zdrowie życia osób powyżej 65. roku życia*, „Medycyna Rodzinna” 2018, 21(3), s. 208-215.

Olejnikowa J., *Praca socjalna z samotnym seniorem*, [w:] *Przeciw samotno ci*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2005, s. 89-99.

Pikuła N. G., *Poczucie sensu ycia osób starszych. Inspiracje do edukacji w staro ci*, Wyd. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2015.

Przyszczykowski K., *Dorosto jako kategoria pedagogiczna*, [w:] *Podstawy edukacji dorosłych. Zarys problematyki*, red. Dz. Jankowski, K. Przyszczykowski, J. Skrzypczak, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2007, s. 33-47.

Rembowski J., *Samotno*, Wyd. Uniwersytet Gda ski, Gda sk 1992.

Rokicki A., *Staro nie znaczy bierno -współczesne metody aktywizowania seniorów*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J. Paedagogia-Psychologia” 2016, nr 1, Vol. XXIX, s. 185-198.

Stochmiałek J., *Samotno oraz staro w wietle koncepcji jako ci ycia*, [w:] *Przeciw samotno ci*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2005, s.29-46.

Szatur-Jaworska B., Bł dowski P., Dzi gielowska M., *Podstawy gerontologii społecznej*, Wyd. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa 2006.

Szczupał B., *Samotno młodzie y z niepełnosprawno ci jako problem pedagogiczny*, „Studia Socialia Cracoviensia” 2016, t. 8, nr 2(15), s. 167-177.

witalski W., *Przygotowanie do dorosto ci jako wci aktualny problem andragogiki*, „Edukacja Dorosłych” 2015, nr 1, s. 117-126.

Tomczyk Ł., *Edukacja osób starszych. Seniorzy w przestrzeni nowych mediów*, Wyd. Difin, Warszawa 2015.

Trafiałek E., *Polska staro w dobie przemian*, Wyd. „1 sk”, Katowice 2003.

Twardowska-Rajewska J., *Samotno jako czynnik etiologiczny chorób okresu staro ci*, [w:] *Przeciw samotno ci*, red. J. Twardowska-Rajewska, Wyd. Naukowe UAM, Pozna 2005, s. 59-71.

Netografia:

D browska P., *Samotno osób starszych i sposoby jej przeciwdziałania*, „Kwartalnik Naukowy Fides Et Ratio” 2011, nr 2(6), s.

84-90,

<https://www.stowarzyszeniefidesetratio.pl/Presentations0/2011-2Dobrawska.pdf> [dost p: 07.11.2020].

Levinson D. J., *A conception of adult development*, „American Psychologist” 1986, 41(1), s.

8,<https://pdfs.semanticscholar.org/5e75/2a77fb59cc48e9eea4b1ef4c53056b0f140e.pdf> [dost p 07.11.2020].

Rokicki A., *Innowacje w aktywizowaniu seniorów w Polsce*, „Polityka i Społecze stwo” 2016, nr 2, s. 144, file:///C:/Users/Ania_PC/Desktop/PiS_2016_2_13_Rokicki.pdf [dost p 07.11.2020].

Samotno jako jedna z przyczyn depresji

Wstęp

Samotno to stan pojawiający się na skutek zerwania więzi z drugim człowiekiem lub samym sobą. Może być wynikiem sytuacji od nas zależnej, bądź takiej, na którą nie mamy żadnego wpływu, bywa twórcza lub destrukcyjna¹. Może dotknąć każdego człowieka nagle w dowolnym momencie jego życia, ujawniając się w określonej sytuacji i być przeżywana w sposób zindywidualizowany². W ujęciu pozytywnym można ją postrzegać wówczas, gdy trwa krótko, do kilku tygodni, a jej zasadniczym celem jest odpoczynek od zgiełku cywilizacji, wyciszenie, przemycenie nad dotychczasowym życiem. Jednak, gdy stan ten przedłuża się wbrew woli i staje się niezależny od człowieka, może prowadzić do cierpienia, a nawet choroby depresji.

Samotność może występować w ujęciu społecznym oraz w ujęciu psychicznym. Społeczna objawia się poprzez osłabienie, zerwanie, bądź brak więzi międzyludzkich, w następnych przypadkach, gdy osoba:

- nie założyła swojej rodziny,
- założyła rodzinę, ale przez różne okoliczności nastąpiło zerwanie więzi,
- żyje, izolując się od społeczeństwa, bądź jest izolowana³.

Samotność psychiczna, to stan, w którym występuje brak więzi psychicznej z drugim człowiekiem⁴. Samotność psychiczna może

¹ A. Latawiec, *Destrukcyjny czy twórczy charakter samotności (ujęcie systemowe)*, [w:] P. Domeracki, W. Tyburski (red.), *Zrozumie samotności. Studium interdyscyplinarne*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2006, s. 83.

² E. Dubas, *Samotność – uniwersalny „temat” życia ludzkiego i wychowania*. [w:] P. Domeracki, W. Tyburski (red.), *Zrozumie samotności. Studium interdyscyplinarne*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2006, s. 329.

³ M. Marczak *Skazani na samotność*, Remedium nr 9. 2009, s. 23

by destrukcyjna, b d mobilizuj ca, rozwojowa. Z samotno ci destrukcyjn mamy do czynienia wówczas, gdy człowiek cierpi c szuka pomocy u innych, ale jednocze nie stwarza barier pomi dzy sob , a wiatem zewn trznym, której nie chce lub nie mo e omin . U dojrzałych emocjonalnie osobników mo e wyst powa samotno rozwojowa, b d ca wiadomym wyborem zmierzaj cym do samoro-zwoju, wyciszenia⁵.

Człowiek mo e przechodzi przez trzy etapy samotno ci:

* faz samotno ci chwilowej – pojawia si pod wpływem okre lonego wydarzenia (zmiana szkoły, pracy). Je li nie trwa zbyt długo, to nie jest negatywna, lecz motywuj ca, gdy pozwala na zatrzymanie si i opracowanie planu na przyszło ;

* faz stopniowego odsuwania – gdy stan ten trwa zbyt długo, człowiek przestaje podejmowa aktywno , by dokona zmian w swoim yciu, zaczyna odsuwa si od bliskich i znajomych;

* faz samotno ci chronicznej – przedłu aj cy si stan samotno ci mo e po-wodowa , e przestajemy wierzy w to, e nasze ycie mo e si zmieni ⁶.

1. Objawy samotno ci

Wg psychoterapeuty Barbary Michno-Wieche mo na wyró - ni nast puj ce objawy samotno ci:

- brak obecno ci bliskich osób w wa nych momentach ich ycia,
- brak osoby, do której mog si zwróci po pomoc,
- brak zainteresowania sp dzaniem wspólnego czasu ze zna-jomymi,
- poczucie niezrozumienia przez innych, braku zainteresowania,
- brak umiej tno ci nawi zywania bliskich relacji z innymi,
- zani on samoocen ,
- obaw przed ocen innych osób, o mieszeniu si w oczach innych,
- nieufno wobec innych ludzi,

⁴ *Ibidem*

⁵ Latawiec, jw. s. 89.

⁶ D. Wolf, *Pokona samotno* , Wyd. Czytelnik, Warszawa 1995, s. 20

- zachowania o charakterze silnej rywalizacji, zazdro ci, kontroli i wykorzystywania innych ludzi do własnych celów,
- szywno , upór, brak elastyczno ci w kontaktach społecznych,
- l k przed nawi zywaniam bliskich relacji zwi zany z obaw przed byciem skrzywdzonym,
- poczucie samowystarczalno ci powi zane z przekonaniem po własnej wy szo ci, wyj tkowo ci,
- tendencj do cz stego wchodzenia w konflikty z innymi, brak umiej tno ci przyjmowania krytyki, labilno emocjonaln , co powoduje rozlu nianie lub zrywanie wi zi,
- nadmierne okazywanie własnych słabo ci, ch pozostawiania pod opiek , kierowania, brak własnego zdania⁷.

2. Przyczyny samotno ci

W wietle literatury istnieje wiele przyczyn samotno ci, która warunkowana jest aspektami społecznymi, sytuacyjnymi, psychologicznymi, duchowymi. Do samotno ci społecznej dochodzi wówczas, gdy nast puje pogorszenie, b d trwałe zerwanie stosunków jednostkize społecze stwem. Przyczyn takiego stanu rzeczy mo e by szybko przemian w społecze stwie, a co za tym idzie nieumiej tno dostosowania si do tego zjawiska idystansowanie si ludzi od siebie⁸.

Inny podział czynników warunkuj cych samotno , to czynniki wewn trzne i zewn trzne.

- wewn trzne: brak umiej tno ci nawi zania relacji z drugim człowiekiem, niskie poczucie własnej warto ci, bezradno , wra liwo , nie miało , bierno , egoizm, niemo no okre lenia warto ci i norm moralnych, brak autorytetów, potrzeba bycia samemu;

- zewn trzne: zmiany społeczne, rozwój techniki, styl ycia, brak czasu dla drugiego człowieka, choroba, niepełnosprawno , wiek, problemy społeczne (bieda, bezrobocie), sytuacje losowe

⁷ *Skutki samotno . Objawy, przyczyny, leczenie*, [w:] <https://www.psychologiczny.com.pl/samotnosc-skutki-samotnosci-objawy-przyczyny-leczenie>

⁸ P. Domarecki, *Z dziejów filozoficznych zamy le nad samotno ci* , Kultura i Edukacja, 2004, s. 37.,

(mier bliskiej osoby), pobyt w instytucji z dala od rodziny i bliskich (np. w zakładzie karnym, domu pomocy społecznej), stereotypy, zwłaszcza dotycz ce staro ci⁹.

M. Zawada równie dokonuje podziału samotno ci na wewn trzn (a co za tym idzie podziału na osamotnienie i odosobnienie) na samotno ontologiczn (obiektywn) i psychologiczn (subiektywn). Samotno ontologiczna zawiera si wprzestrzeni ludzkiej podmiotowo ci, na poziomie bycia, i jest cz ci bytu ludzkiego. Samotno psychologiczna jest tutaj rozumiana, jako poczucie samotno ci oraz potrzeby obecno ci drugiego człowieka, gdzie główn rol ogrywaj uczucia, które s gwarantem komunikacji mi dzyludzkiej. Natomiast potrzeba kontaktu z drugim człowiekiem staje si potwierdzeniem własnej warto ci i wpływa na wzrost samooceny jednostki¹⁰.

W samotno ci podobnie jak w depresji dominuje uczucie smutku i wewn trznej pustki. Ludzi samotnych cz sto cechuje brak zaufania do innych. Jak zauwa a psychoterapeuta Jagoda Bzowy osoby samotne cz sto kieruj si w yciu zasad , e mog liczyc tylko na siebie. Podczas terapii wyznaj , e wiele razy do wiadczyły nie yczliwo ci, przez co wol trzyma innych na dystans. Zdarza si , e czuj l k przed krytyk , a co za tym idzie maj opór do otworzenia si na innych. Inn cech osób samotnych jest al do bliskich w zwi zku zbrakiem pomocy w trudnych chwilach. Niektórzy w zwi zku z tym przez długie lata nosz w sobie poczucie zawodu i zranienia, piel gnuj c dawne urazy, si gaj ce nawet czasów z dzieci ci stwa. Kolejnym negatywnym czynnikiem jest niech do sp dzania czasu w grupie, izolowanie si . Wymówk jest niekiedy zm czenie prac zawodow . Poczucie inno ci, niezrozumienia przez otoczenie – poczucie odmiennoci i brak akceptacji ze strony rodowiska mo e skutkowa wykluczeniem osoby lub wiadomym jej izolowaniem si po to, by siebie chroni . Zdarza si , e osoby samotne nosz w sobie poczucie samowystarczalno ci, bior na siebie odpo-

⁹ E. Dubas, *Edukacja dorosłych w sytuacji samotno ci i osamotnienia*. Łód . 2000.: Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego. por.: J. Zimny, *Zjawisko samotno ci – wyzwania i zagro enia*, Pedagogika Katolicka, 14(1), 2014

¹⁰ M. Zawada, *Za lubiny z samotno ci* , Kraków 1999, s.104-105

wiedzialno za innych, poniewa s przekonani o tym, e inni s słabi i nie s w stanie nam pomóc. Inn cech osób samotnych jest l k przed krytyk i brak nieumiej tno ci jej przyjmowania. Z l ku przed zranieniem zamiast wysłucha rozmówc , atakuj go, wbijaj c mu szpilki. Powoduje to ochłodzenie relacji i stwarza wi ksze poczucie niezrozumienia i osamotnienia. Innym czynnikiem charakterystycznym jest przesadne eksponowanie słabo ci, zbytnie eksponowanie swojego bólu, chwiejno emocjonalna. Uporczywe mówienie o swoich słabo ciach mo e spotka si z niezrozumieniem otoczenia. Natomiast ci gła zmienno nastrojów mo e budzi w innych l k, z braku wiedzy jak reagowa w takich sytuacjach¹¹.

3. Depresja, jako przyczyna samotno ci

Konsekwencj samotno ci mo e by depresja, objawiaj ca si poprzez: wahania nastroju, apati , l ki, my li samobójcze, uporczywy smutek, wycofanie z ycia społecznego, ci głe zm czenie, znu dzenie. To równie skłonno do popadania w ró norakie uzale nienia, buduj ce iluzorycznie lepszy wiat i rzeczywisto ¹².

Ludzie, którzy zapadaj na depresj , czuj si samotni. T sknota za kontaktem z drugim człowiekiem sprawia, e cierpi ¹³. Choczy na depresj swój stan okre laj , jakby utkn li w martwym punkcie i nie wiedz , co dalej pocz , czuj si jakby byli odci ci od ycia, które toczy si poza nimi.

W wyniku bada przeprowadzonych przez naukowców uniwersytetu Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, podano, i osoby samotne zapadaj 1,5 do 2,5 razy cz ciej na choroby psychiczne ni inni ludzie. S to na przykład depresje, l k, zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne. Zaburzenia te s niezale ne od wieku czy płci dotkni tych nimi osób, wynika z opublikowanego na łamach presti owego pisma PLOS ONE. Zespół kierowany przez Louisa Jacoba opierał si na danych ponad 20 tys. osób z Anglii w wieku od 16 do 64 lat, które

¹¹ J. Bzowy, *Chorzy na samotno* , [w:]

<https://charaktery.eu/artukul/chorzy-na-samotnos> (Dost p: 12.11.2020)

¹² P. Zawadzki, *Poczucie alienacji, samotno ci i depresji u współczesnej młodzie y*, [w:] *Wychowanie na co dzie* , 2007, s.10

¹³ W. Müller, [w:] <https://deon.pl/inteligentne-zycie/wygrac-z-depresja/zapadaja-na-depresje-bo-czuja-sie-samotni,232224>

trzykrotnie – w latach 1993, 2000 i 2007 uczestniczyły w krajowym badaniu „National Psychiatric Morbidity”. Za pomocą wywiadów i kwestionariuszy naukowcy badali zdrowie psychiczne uczestników projektu¹⁴.

Według amerykańskiej klasyfikacji zaburzeń psychicznych znanej pod skrótową nazwę DSM-IV („Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders”) wyodrębniono następujące podstawowe grupy zaburzeń nastroju:

- Zaburzenia depresyjne, w tym:

- duże zaburzenia depresyjne (nawracające zaburzenia afektywne, w których występują zespoły depresyjne o wyraźnym nasileniu klinicznym - „major depressive episode”);

- zaburzenia dystymiczne (utrzymujące się długo zaburzenia nastroju w postaci stanów subdepresji).

- Zaburzenia dwubiegunowe:

- nawracające zaburzenia afektywne, w których występują zespoły depresyjne i stany maniakalne (typ I zaburzeń dwubiegunowych) albo depresje i stany hipomanii (typ II zaburzeń);

- szczególnie odmian zaburzeń dwubiegunowych są zaburzenia cyklotymiczne w postaci długo (lub stale) utrzymujących się wahań nastroju (subdepresja - hipomania).

- Zaburzenia afektywne związane z chorobami somatycznymi, schorzeniami organicznymi o rodkiwy układ nerwowy uzależnieniami¹⁵.

Definiując pojęcie depresji, wg. ródeł naukowych jest to sposób reakcji organizmu generowany przez o rodkiwy układ nerwowy, który występuje u znacznej części populacji ludzkiej. Przy pojawieniu się depresji mamy do czynienia ze współdziałaniem predyspozycji genetycznej, fizycznego stanu organizmu oraz czynników stresowych, głównie wydarzeń życiowych¹⁶. Badania neurobiologiczne wykonywane w depresji wykazały również zaburzenia w

¹⁴ *Samotność i w chorob* [w:] <https://www.dw.com/pl/samotno-mo-e-wp-dzi-w-chorob-a-48574478>

¹⁵ A. Bilikiewicz, *Psychiatria podręcznik dla studentów medycyny*, PWZL, Warszawa 2003, s. 324

¹⁶ M. Jarema, *Psychiatria – redakcja naukowa, Podręcznik dla studentów medycyny*, PZWZL, Warszawa 2016, s. 156

regulacji osi układ limbiczny – podwzgórze – przysadka - nadnercza (LPPN), nazywanej osi „stresu”. Zgromadzono wiele dowodów na nadmierną aktywność osi LPPN u chorych na depresję, takich jak m.in. podwyższone stężenie kortyzolu i zaburzenie okołodobowego rytmu wydzielania tego hormonu, zwiększone wydzielanie kortykoliberyny (CRN) oraz nieprawidłowa czynność receptorów glikokortykoidowych (GR), znajdujących się głównie w układzie limbicznym¹⁷. U chorych na depresję stwierdza się również norodne zaburzenia aktywności układu odpornościowego. Może to być z jednej strony osłabienie odporności ustroju, a z drugiej - patologiczne wzmożenie odczynu zapalnego, w postaci m.in. zwiększenia aktywności białek ostrej fazy i cytokin działających prozapalnie¹⁸.

U chorych na depresję oprócz zaburzeń dotyczących funkcji neuroprzekazników i neurohormonów występują również zmiany strukturalne w ośrodkowym układzie nerwowym. Zmiany te polegają na redukcji liczby komórek oraz osłabieniu procesów neurogenezy i plastyczności neuronalnej¹⁹.

Do wystąpienia depresji mogą usposabiać wydarzenia stresowe działające zarówno we wczesnym okresie rozwoju, jak i w okresie dorosłym. Wśród wydarzeń okresu dzieciństwa, które mogą mieć znaczenie dla późniejszego wystąpienia depresji, na pierwszym miejscu należy wymienić wczesną utratę rodzica (rodziców) lub długotrwałą rozłąkę z rodzicami. Istotne znaczenie może mieć również wystąpienie we wczesnym okresie życia traumatyzującego wydarzenia o charakterze nadużywania fizycznego i/lub seksualnego. Stres wczesnej fazy rozwoju powoduje zaburzenie regulacji osi stresowej i „uwrażliwienie” na wydarzenia stresowe w późniejszym okresie życia. Stresowe wydarzenia życiowe poprzedzają w dużej części przypadków pierwszy epizod depresji. Okres upływający między daną sytuacją a wystąpieniem depresji może wynosić kilka dni, chociaż najczęściej jest dłuższy i dochodzi nawet do kilku miesięcy. Do najczęstszych stresowych wydarzeń życiowych należy strata osoby bliskiej (zgon, rozłąka), nagłe pogorszenie interpersonalnej sytuacji

¹⁷ *ibidem*

¹⁸ *ibidem*

¹⁹ *ibidem*

emocjonalnej, problemy w pracy lub jej utrata, konieczność adaptacji do nowych warunków (zmiana mieszkania, miejsca pracy, nowe obowiązki czy emigracja), a także negatywna ocena dotychczasowej drogi życiowej²⁰.

W powstawaniu zaburzeń depresyjnych udział mają zarówno zmiany w równowadze chemicznej mózgu, jak i czynniki genetyczne. Czynniki genetyczne odgrywają w depresji istotną rolę. Ryzyko zachorowania na depresję dla krewnych I stopnia (rodziców, rodzeństwa, dzieci) wynosi 10-25%. Prawdopodobnie im bliżej krewni, tym większe ryzyko choroby. W predyspozycji do depresji bierze udział prawdopodobnie kilkadziesiąt różnych genów wchodzących w interakcję ze sobą oraz z czynnikami rodowiskowymi²¹.

W powstawaniu depresji udział mogą mieć czynniki psychologiczne i rodowiskowe. Składają się na nie różnie trudnościami, trwając dłużej, problemy emocjonalne. Obecnie twierdzi się, że depresja jest wynikiem splotu wielu różnych przyczyn²². Jak podają źródła naukowe na depresję może zachorować każdy, bez względu na wiek, pochodzenie społeczne. Ta ciężka choroba może dotknąć zarówno dzieci, młodzieży, jako i osoby starsze; kobiety i mężczyźni. Dolegliwość ta może przydarzyć się osobom żyjącym w krajach bogatych wysoko rozwiniętych, jak i w biednych. Choroba ta występuje we wszystkich grupach społecznych²³.

Według terapeutów, pacjent chory na depresję zwykle traci zdolność do odczuwania radości życia, nie może cieszyć się, traci nadzieję na odmianę swego losu na lepsze. Jego życie przepełnione jest smutkiem, cierpieniem, obojętnością wobec wszystkich i wszystkiego. Traci poczucie sensu istnienia oraz poczucie zadowolenia z siebie i swoich dokonań, a otaczający świat staje się w jego odczuciu mało atrakcyjny. Traci poczucie obowiązków i zniechęca się do działania, osiągnięcia celów czy realizowania marzeń²⁴.

²⁰ *ibidem*

²¹ *ibidem*

²² R. L. Roy, *Depression*, New York 2005, s. 14; por. G. S. Mahli, P. K. Bridges, *Post powanie w depresji*, Wrocław 2001, s. 67-68

²³ *ibidem*

²⁴ R. Stach, A. Zioba, *Człowiek, depresja, terapia*, Kraków 1992, s. 11

4. Podtypy depresji. Leczenie depresji

Osoby cierpiące z powodu depresji zwykle potrzebują specjalistycznej pomocy medycznej psychoterapeutów, bądź w stanie bardziej zaawansowanej choroby lekarzy psychiatrów. Niekiedy leczenie prowadzone jest dwutorowo. Ze względu na występowanie różnych typów tego zaburzenia, każda osoba wymaga indywidualnego podejścia i własnej oceny stanu psychicznego. Wybór odpowiedniego leczenia jest czynnikiem uzależnionym od rodzaju i stopnia nasilenia depresji.

5. Podtypy zespołów depresyjnych

- **Depresja melancholiczna** stanowi najbardziej „typowy” obraz depresji w przebiegu choroby afektywnej jednobiegunowej, w skład którego wchodzi takie objawy, jak przejmujący smutek z anhedonią, gorsze samopoczucie w godzinach rannych, wczesne budzenie się, utrata masy ciała, brak apetytu, znaczne zahamowanie lub niepokój psychoruchowy.

- **Depresja atypowa** - najczęściej występuje „odwrócone” objawy biologiczne w porównaniu z depresją melancholiczną: nadmierna senność, nadmierne łaknienie, gorsze samopoczucie wieczorem, reaktywność nastroju.

- **Depresja psychotyczna** jest to postać depresji, w której występują objawy psychotyczne, głównie urojenia depresyjne. Depresja taka wymaga szczególnego postępowania terapeutycznego: stosowania oprócz leków przeciwdepresyjnych leków przeciwpsychotycznych i terapii elektrowstrzałowej.

- **Depresja krótkotrwała** nawracająca stanowi postać depresji, której epizody trwają kilka dni, natomiast powtarzają się średnio raz w miesiącu. Epizody takie, choć krótkotrwałe, mogą mieć niekiedy znaczne nasilenie, z towarzyszącymi im samobójczymi.

- **Depresja maskowana** (somatyczna) dotyczy osób zgłaszających się do lekarza (głównie do lekarza ogólnego lub innej specjalistycznej psychiatrii) z powodu dolegliwości somatycznych, najczęściej ze strony układu krążenia, przewodu pokarmowego oraz zaburzeń snu. Dokładne badanie pozwala na stwierdzenie objawów psychicznych depresji, a zastosowanie leków przeciwdepresyjnych powoduje istotne zmniejszenie lub nawet całkowite ustąpienie tych dolegliwości.

- **Depresja sezonowa** występuje u danego chorego wyłącznie w miesiącach jesienno-zimowych. W mechanizmie patogenetycznym takiej depresji ma prawdopodobnie znaczenie reakcja organizmu na deficyt światła, a w leczeniu może być skuteczna fototerapia.

- **Depresja w następnym okresie reakcji** - utrata bliskiej osoby powoduje reakcję w postaci objawów depresyjnych, trwając zwykle około 2 miesięcy. Utrzymywanie się lub nasilenie objawów po tym okresie wymaga interwencji podobnej jak w wypadku regularnego epizodu depresyjnego. Depresja w wieku starszym może niekiedy przybierać postać znacznego upośledzenia procesów poznawczych. Zjawisko to określa się mianem pseudootępienia depresyjnego. Stosowanie leczenia przeciwdepresyjnego powoduje w tym przypadku wyraźną poprawę dysfunkcji poznawczych. Niekiedy jednak depresja stanowi zwiastun rozwijającego się procesu otępiennego, np. choroby Alzheimera.

Dystymia, dawniej zwana depresją nerwicową, jest to depresja o słabym nasileniu, ale znacznej przewlekłości - objawy trwają 2 lata i dłużej. Nasilenie objawów w dystymii zwykle nie spełnia kryteriów epizodu depresji w przebiegu choroby afektywnej. Jeżeli taki epizod w którymkolwiek okresie współlistnieje z dystymią, mówimy o „podwójnej” depresji²⁵.

Najczęściej stosowanymi współcześnie medycznymi formami leczenia depresji jest farmakoterapia. Polega na przyjmowaniu przez chorego odpowiednio dobranych leków. Pomocy, osobie z depresją, mogą udzielić lekarze interni, lekarze rodzinni lub lekarze psychiatrzy. Po zapoznaniu się z historią życia pacjenta, lekarz gromadzi potrzebne informacje, stawia diagnozę, a następnie ustala sposób leczenia²⁶. Leczenie farmakologiczne jest skuteczne, zwykle pomaga i daje ulgę w cierpieniu. Stosowane jest szczególnie u tych osób, u których występuje istotne zagrożenie ich życia i zdrowia. Jednakże istnieją przypadki, gdy lekarz wyklucza stosowanie leków. Dotyczy to osób, których stan zdrowia nie pozwala na zastosowanie farmakoterapii

²⁵ M. Jarema., *Psychiatria – redakcja naukowa, Podręcznik dla studentów medycyny*, PZWL, Warszawa 2016, s. 160-161

²⁶ Por. A. Pytlik, *Cierpienia współczesnych Hiobów. Studium teologiczno-moralne w oparciu o księgę Hioba*, Opole 2007, s. 154-155.

oraz chorych z łagodną depresją, których można wyleczyć za pomocą psychoterapii²⁷.

Leczenie depresji jest długotrwałym procesem, a jego efektywność uzależniona jest od wielu czynników²⁸. Leki antydepresyjne działają na znajdujące się w komórkach nerwowych neuroprzekazniki oraz na inne substancje chemiczne, regulując właściwe funkcjonowanie, skutkiem czego likwidują lub łagodzą objawy depresji i skracają czas trwania choroby²⁹. W terapii depresji stosuje się także leki uspokajające i, zdaniem lekarzy, nieleczonej depresji, to mogą być stosowane jako leki pomocnicze, który redukuje obecne w depresji problemy ze snem, objawy lęku czy niepokoju³⁰.

W niektórych przypadkach leczenie osób z depresją okazuje się nieskuteczne albo stan osoby cierpiącej na depresję jest na tyle ciężki, że wymaga hospitalizacji. Wówczas lekarz może zrezygnować z leczenia pacjenta w poradni i skierować go w inne miejsce, na przykład do szpitala czy na oddział dzienny³¹.

Obok leczenia farmakologicznego, innymi z medycznych metod leczenia jest terapia elektrowstrzosa (EW lub ECT – Electronvulsive Therapy). Według lekarzy specjalistów, jest to jedna z najbardziej efektywnych i bezpiecznych metod leczenia wykorzystywanych w psychiatrii, a efekty widoczne są już po tygodniu stosowania. Ma to duże znaczenie w przypadku osób cierpiących na ciężki rodzaj depresji, dla których długi czas oczekiwania na poprawę byłby tragiczny w skutkach. Jak podają źródła naukowe, terapia ta pomaga a od 70% do 90% chorych, u których leczenie farmakologiczne nie przyniosło oczekiwanych rezultatów³².

²⁷ M. Jarema, *Leczenie farmakologiczne depresji*, [w:] *Depresja w praktyce lekarza rodzinnego*, red. M. Jarema, Poznań 2007, s. 80–81

²⁸ *Ibidem*, s. 81

²⁹ B. Neumann, D. Detrich, *Depresja nie jest przeznaczeniem*, Kraków 2007, s. 66–68

³⁰ A. Kalinowski, *Leczenie depresji*, [w:] *Zaburzenia depresyjne w praktyce lekarza rodzinnego. Zbiór materiałów szkoleniowych*, red. S. Pułycki, Warszawa 2000, s. 104

³¹ I. Koszewska, E. Habrat, *Depresja jest przemijająca*, Warszawa 2000, s. 53

³² Por. M. Siwek, W. Datka, *Elektrowstrzosa*, [w:] *Depresja. Wiedza, aby pomóc*, red. D. Dudek, A. Ziemiańska, Kraków 2002, s. 179–180. 182–184

5. Profilaktyka depresji

Jak przy ka dej chorobie, tak i w walce z depresj wa ne jest nie tylko jej leczenie, ale równie profilaktyka, czyli podejmowanie działań i uruchamianie rodków niezbdnych do zapobiegania chorobie³³. Profilaktyka, obok edukacji zdrowotnej i ochrony zdrowia, jest jednym z filarów tak zwanej promocji zdrowia, w której zakres wchodzi tak e promocja zdrowia psychicznego³⁴. Dzi ki profilaktyce mo na nie tylko przeciwdziała depresji, ale te zapobiega jej potencjalnym skutkom. Wa n rol w profilaktyce depresji mog odgrywa warto ci duchowe, zwłaszcza wiara, nadzieja i miło , oraz praktykowanie cnót i ycie zgodne z zasadami wiary.

Innym czynnikiem zapobiegania pojawienia si b d nawrotu depresji jest stabilizacja. Polega ona na rozwi zywaniu konfliktów, a nie odsuwaniu czy unikaniu próby rozwi zania, Stabilizacja dotyczy te unikania w yciu tzw. „przeci e ” – czyli długoterminowych lub cz sto podejmowanych obowi zków (zawodowych, domowych) ponad własne mo liwo ci. Wi e si równie z unikaniem prze y ekstremalnych (ryzykownych sportów czy rozrywek, hazardu). Bardzo wa ne jest ycie zgodne z rytmemi biologicznymi, zwłaszcza odpowiednie wysypianie si , odpoczynek³⁵.

Wa nymi czynnikiemami s równie :

- Wypoczynek, nawet kilkana cie minut wypoczynku, czy prosta technika relaksacyjna mo e pomóc w przewyci eniu stresu.
- Regularny sen. Nocny odpoczynek o regularnej porze i minimum osiem godzin snu.
- Aktywny tryb ycia, zdrowe od ywanie si .
- Podtrzymywanie kontaktów z przyjaciółmi, znajomymi.

³³ S. Pozna ska, *Profilaktyka*, [w:] *Encyklopedia dla piel gniarek*, red. J. Bogusz, Warszawa 1989, s. 397.

³⁴ P. Majewicz, *Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna*, [w:] *Psychologia zdrowia dzieci i młodzie y. Perspektywa kliniczna*, red. W. Pilecka, Kraków 2011, s. 123–124.

³⁵ <http://sposobynadepresje.pl/profilaktyka/>

Streszczenie:

Samotno to stan pojawiający się na skutek zerwania więzi z drugim człowiekiem lub samym sobą. Może być wynikiem sytuacji od nas zależnej, bądź takiej, na którą nie mamy żadnego wpływu, bywa twórcza lub destrukcyjna³⁶. Może dotknąć każdego człowieka na każdym etapie jego życia, ujawniając się w określonej sytuacji i być przeżywana w sposób zindywidualizowany. Istnieje wiele przyczyn samotności, która warunkowana jest aspektami społecznymi, sytuacyjnymi, psychologicznymi, duchowymi. Konsekwencją samotności może być depresja, objawiająca się poprzez: wahania nastroju, apatię, lęk, myśli samobójcze, uporczywy smutek, stany lękowe, wycofanie z życia społecznego, ciężkie zmęczenie, znudzenie. To również skłonność do popadania w różnorodne uzależnienia, budujące iluzorycznie lepszy świat i rzeczywistość. Ludzie, którzy zapadają na depresję, czują się samotni. Osoby samotne zapadają 1,5 do 2,5 razy częściej na choroby psychiczne niż inni ludzie. Są to na przykład depresje, lęk, zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne. Zaburzenia te są niezależne od wieku czy płci dotkniętych nimi osób. Depresja, jest to sposób reakcji organizmu generowany przez ośrodkowy układ nerwowy. Według terapeutów, pacjent chory na depresję zwykle traci zdolność do odczuwania radości z życia, nic go nie cieszy, traci nadzieję na odmianę swego losu na lepsze. Jego życie przepełnione jest smutkiem, cierpieniem, obojętnością. Najczęściej stosowanymi współcześnie w medycynie formami leczenia depresji jest farmakoterapia. Polega na przyjmowaniu przez chorego odpowiednio dobranych leków. Obok leczenia farmakologicznego, istnieje z medycznych metod leczenia jest terapia elektrowstrzałowa.

Słowa kluczowe: samotność, depresja, profilaktyka

³⁶ A. Latawiec, *Destrukcyjny czy twórczy charakter samotności (ujęcia systemowe)*, [w:] P. Domeracki W. Tyburski (red.), *Zrozumie samotność. Studium interdyscyplinarne*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2006.

Summary:

Loneliness as one of the causes of depression

Loneliness is a condition that occurs as a result of breaking a bond with another person or with yourself. It can be the result of a situation that is dependent on us, or one that we have no influence on, it can be creative or destructive. It can affect every person at every stage of his life, revealing himself in a specific situation and being experienced in an individualized way. There are many reasons for loneliness, which is conditioned by social, situational, psychological and spiritual aspects. The consequence of loneliness may be depression, manifested by: mood swings, apathy, anxiety, suicidal thoughts, persistent sadness, anxiety, withdrawal from social life, constant fatigue, boredom. It is also a tendency to fall into various addictions, building an illusory better world and reality. People who become depressed feel lonely. Single people are 1.5 to 2.5 times more likely to suffer from mental illness than other people. These are, for example, depression, anxiety, obsessive-compulsive disorder. These disorders are independent of the age or gender of the people affected. Depression is the body's way of responding to the central nervous system. According to therapists, a depressed patient usually loses the ability to feel the joy of life, he is not happy with anything, he loses hope of changing his fortune for the better. His life is full of sorrow, suffering and indifference. The most frequently used medical form of treating depression today is pharmacotherapy. It consists in the patient taking appropriately selected drugs. In addition to pharmacological treatment, electroconvulsive therapy is another medical treatment.

Keywords: depression, loneliness, prevention

Bibliografia:

- Bzowry J., *Chorzy na samotno* ,
<https://charaktery.eu/artykul/chorzy-na-samotnosc>
Dubas E., *Edukacja dorosłych w sytuacji samotno ci i osamotnienia*. Łódź 2000, Wyd. Uniwersytetu Łódzkiego. por.: J. Zimny, *Zjawisko samotno ci – wyzwania i zagro enia*, *Pedagogika Katolicka*, 14(1), 2014.
Dubas E., *Samotno* – uniwersalny „temat” ycia ludzkiego i wychowania, [w:] P. Domeracki, W. Tyburski (red.), *Zrozumie sa-*

motno . *Studium interdyscyplinarne*, Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toru 2006.

Domarecki P., *Z dziejów filozoficznych zamyśleń nad samotnością*, Kultura i Edukacja 2004r.

Jarema M., *Leczenie farmakologiczne depresji*, [w:] *Depresja w praktyce lekarza rodzinnego*, red. M. Jarema, Poznań 2007, s. 80–81

Jarema M., *Psychiatria – redakcja naukowa, Podręcznik dla studentów medycyny*, PZWL, Warszawa 2016.

Kalinowski A., *Leczenie depresji*, [w:] *Zaburzenia depresyjne w praktyce lekarza rodzinnego, Zbiór materiałów szkoleniowych*, red. S. Pułtycki, Warszawa 2000.

Koszevska I., Habrat E., *Depresja jest przemijająca*, Warszawa 2000.

Majewicz P., *Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna*, [w:] *Psychologia zdrowia dzieci i młodzieży. Perspektywa kliniczna*, red. W. Pilecka, Kraków 2011.

Neumann B., Detrich D., *Depresja nie jest przeznaczeniem*, Kraków 2007.

Poznańska S., *Profilaktyka*, [w:] *Encyklopedia dla pielęgniarek*, red. J. Bogusz, Warszawa 1989.

Roy R. L., *Depression*, New York 2005

Mahli G. S., Bridges P. K., *Postpowanie w depresji*, Wrocław 2001.

Samotność w życiu w chorobach [w:] [https://www.dw.com/pl/samotno-mo-e-wp-dzi-w-chorob-a-48574478-](https://www.dw.com/pl/samotno-mo-e-wp-dzi-w-chorob-a-48574478)

Stach R., Zioba A., *Człowiek, depresja, terapia*, Kraków 1992.

Siwek M., Datka W., *Elektrowstrzyki*, [w:] *Depresja. Wiedzie, aby pomóc*, red. D. Dudek, Wolf, D. Pokona samotność, Czytelnik, Warszawa 1995.

Müller. W., *Wygraj z depresją* [w:] *depresja/zapadają-na-depresje-bo-czuja-sie-samotni,232224*

Zawada M., *Za łubiny z samotnością*, Kraków 1999.

Zawadzki P., *Poczucie alienacji, samotność i depresji u współczesnej młodzieży* [w:] *Wychowanie na co dzień*, 2007 r.

Zioba A., Dudek D., *Krótką historią poglądów na depresję*, [w:] *Depresja. Wiedzie, aby pomóc*, red. D. Dudek, A. Zioba, Kraków 2002

Tymczasowe rodki zapobiegawcze stosowane przez s d w sprawach osób nieletnich

Wst p

w. Jan Paweł II w nauczaniu, które kierował do młodzie y, szczególnie zwracał uwag na wymagania zwi zane z samym byciem człowiekiem. Niejednokrotnie podkre lał, e istotnym czynnikiem prowadz cym do pełni szcz cia, jest prze ywanie swojego ycia według logiki bezinteresownego daru. Jednym z głównych wyzwania stoj cych przed młodzie jest wiadome podj cie trudu rozwijania danych sobie talentów, zdolno ci równie wówczas, gdy inni tego nie wymagaj . Stawianie sobie samemu konkretnych celów zwi zanych z własnym rozwojem wymaga od młodego człowieka ogromnej mobilizacji i wytrwało ci.

Jan Paweł II w swoich wyst pieniach i naukach, wskazywał równie , na potrzeb „dania drugiej szansy”, ka demu, poniewa ka dy na ni zasługuje. W niniejszym artykule, wska e jak nale y rozumie t drug szansę w stosunku do osób nieletnich – i jakie mo liwo ci, zgodnie z obowi zuj cymi przepisami, daje ustawodawca do stosowania rodków zapobiegawczych w stosunku do osób nieletnich. Pami ta nale y, e celem stosowania tych e rodków nie jest karanie nieletnich, lecz przede wszystkim wychowanie. A najlpsz metod , nawrócenia drugiej osoby, która post piła le, jest jej całkowite zresocjalizowanie, a proces resocjalizacji, powinien w pełni u wiadomi , szczególnie nieletnich – i okre lone zachowanie było nie słuszne, i nigdy wi cej dana osoba nie powinna powieła takowych zachowa .

1. Demoralizacja oraz jej objawy.

Fundamentaln kwesti stosowania tymczasowych rodków wobec osoby nieletniej jest demoralizacja. Zepsucie społeczne w ród nieletnich jest cz stym zjawiskiem dlatego te ustawodawca posta-

nowi wprowadzi instrumenty, które b d pomagają nieletniemu by mógł post powa zgodnie z prawem mimo wcześniejszej karalności.

Tak więc czym jest demoralizacja? Co oznacza pojęcie demoralizacji? Encyklopedia tłumaczy zjawisko demoralizacji jako odzucenie zasad moralnych, łamanie prawa działanie lub zachowanie powodujące u innych ludzi rozwój złych obyczajów. Odnosi się ściśle do osób nieletnich określenie demoralizacja czy to za sprawą nieprzystosowaniem społecznym. Do najczęstszych objawów demoralizacji czy nieprzystosowania społecznego nieletnich zaliczyć należy: ucieczki z domów lub placówek opiekuńczo-wychowawczych, zachowania patologiczne (alkoholizm, narkomania, prostytucja, tworzenie się nieformalnych grup), porzucanie szkoły, brak opieki ze strony rodziców czy opiekuna, przebywanie w środowiskach kryminogennych, popełnianie czynów karalnych i innych czynów zabronionych, brutalizacja zachowania wobec rówieśników i osób dorosłych.

2. Uregulowania prawne dotyczące osób nieletnich

100 lat! Blisko tyle lat temu wskrzeszono w Polsce domy dla nieletnich, które z czasem zostały przekształcone w rodziny funkcjonujące do dzisiaj, które rozpoznają m.in. sprawy nieletnich wykazujących przejawy demoralizacji lub dopuszczających się czynów karalnych. Z czasem zostały również uregulowane dodatkowe ustawy oraz rozporządzenia, które stawiały czoła demoralizacji wśród nieletnich¹.

Postępowanie przed sądem w sprawie osób nieletnich zostało uregulowane osobną ustawą, która reguluje porządek prawny charakterystyczny dla tego typu postępowania². W postępowaniu tym podmiotem specyficznym jest osoba nieletniego, która ze względu na wiek nie jest w stanie co do zasady podlegać odpowiedzialności karnej za swoje zawinięcie. Pojęcie nieletniego zostało uregulowane w art. 1 § 1 zgodnie z którym nieletnim jest: „1) zapobiegania i zwalczania demoralizacji - w stosunku do osób, które nie ukończyły lat 18; 2) postępowania w

¹ V. Konarska-Wrzošek, *Prawny system postępowania z nieletnimi w Polsce*, LEX 2013, Warszawa 2013, s. 42-45.

² Ustawa z dnia 26 października 1982 r. - o postępowaniu w sprawach nieletnich (t. jedn. Dz. U. 2018.969).

sprawach o czyny karalne - w stosunku do osób, które dopuściły się takiego czynu po ukończeniu lat 13, ale nie ukończyły lat 17; 3) wykonywania środków wychowawczych lub poprawczych - w stosunku do osób, względem których środki te zostały orzeczone, nie dłużej jednak niż do ukończenia przez te osoby lat 21”³.

W trakcie postępowania z udziałem osoby nieletniej można stosować instrumenty prawne od momentu wszczęcia do wydania merytorycznego rozstrzygnięcia sprawy. Środki zapobiegawcze mają charakter tymczasowy a ponadto należy zwrócić również uwagę na to, że ustawodawca nie zawarł żadnych kryteriów, jakimi powinien kierować się sąd chcąc zastosować wybrany przez siebie środek⁴. Należy również zwrócić uwagę na kluczowe dyrektywy zawarte w art. 3 art. 3 § 1 u.p.n., która nakazuje kierować się „przede wszystkim dobrem nieletniego”. Co wiemy o przewidywanym na zasadnicze oddziaływanie na stosowanie podstawowych środków karnych, które zostały przewidziane w art. 26 niniejszej ustawy. Ponadto należy zwrócić istotną uwagę na główny cel owych środków. Dlaczego zostały wprowadzone? W jakich sytuacjach mają zastosowanie? Co przemawia za zastosowaniem jednego z przewidzianych środków? Pogląd w doktrynie odnośnie stosowania tymczasowych środków zapobiegawczych wobec nieletnich to: „jednym z celów jest - zwalczanie dalszej demoralizacji oraz względnie wychowawcze”⁵.

Artykuł 26 u.p.n. reguluje następujące środki tymczasowe, które należy stosować w następującej kolejności:

- nadzór organizacji młodzieżowej,
- nadzór innej organizacji społecznej,
- nadzór zakładu pracy,
- nadzór kuratora (sądowego),
- nadzór innej osoby godnej zaufania⁶.

³ Art. 1 § 1 u.p.n.

⁴ por. F. Zedler, *Postępowanie zabezpieczające i egzekucyjne*, Komentarz, Toruń 1994, s. 104–108.

⁵ P. Górecki, V. Konarska-Wrzošek, *Postępowanie w sprawach nieletnich*. Komentarz, wyd. II, s. 10-15.

⁶ Art. 26 u.p.n.

W sytuacji jeżeli powyższe rodki byłyby niewystarczające, możliwe jest zastosowanie innych rodków przewidzianych przez ustawodawcę a mianowicie:

- umieszczenie w młodzie owym o rodku wychowawczym,
- umieszczenie w rodzinie zastępczej zawodowej lub
- zastosowanie rodków leczniczo-wychowawczych, o których

mowa w art. 12 u.p.n.

Jedną z ważniejszych kwestii jest to, że ustawodawca nie przewidział ani jednego kryterium jakim powinien kierować się sądzia rodzinny chcąc zastosować powyższe rodki. Wobec powyższego należy przyjąć ogólne zasady w postępowaniu wyjaśniającym stosując szerzej przepisy Kodeksu postępowania cywilnego o postępowaniu zabezpieczającym⁷.

Należy zwrócić uwagę, iż zastosowanie rodków przewidzianych przez ustawodawcę następuje w formie postanowienia, na które służy zażalenie. Podkreślić należy fakt, że owe zażalenie nie wstrzymuje wykonywania powyższego postanowienia. Postanowienie o zastosowaniu rodków tymczasowych doręcza się stronom⁸. Wskazać należy jedną z kluczowych kwestii a mianowicie owe rodki mogą być stosowane w toku całego postępowania, jednak nie może tego samodzielnie sam prokurator⁹. Natomiast jeżeli mowa o czasie trwania - trwa do czasu przystąpienia do wykonania orzeczenia, chyba że sąd postanowi inaczej. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej szczegółowo reguluje kwestie związane z pobytem, przenoszeniem, przyjmowaniem, zwalnianiem nieletnich z młodzie owych o rodków wychowawczym¹⁰.

Sąd stosując rodki tymczasowe musi mieć zawsze na względzie ogólne dyrektywy zawarte w ustawie o postępowaniu w sprawach nieletnich. Art. 3 ustawy stanowi, że „§ 1. W sprawie nielet-

⁷ F. Zedler, *Postępowanie opiekuńcze - wychowawcze*, Warszawa 1986, s. 23-24.

⁸ Art. 29 u.p.n.

⁹ Art. 16 § 3 u.p.n.

¹⁰ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 grudnia 2011 r. w sprawie szczegółowych zasad kierowania, przyjmowania, przenoszenia, zwalniania i pobytu nieletnich w młodzie owym o rodku wychowawczym (Dz. U. Nr 296, poz. 1755).

niego należy kierować się przede wszystkim jego dobrem, dążąc do osiągnięcia korzystnych zmian w osobowości i zachowaniu się nieletniego oraz zwracając uwagę na potrzeby do prawidłowego spełnienia przez rodziców lub opiekuna ich obowiązków wobec nieletniego, uwzględniając przy tym interes społeczny.

§ 2. W postępowaniu z nieletnim bierze się pod uwagę osobowość nieletniego, a w szczególności wiek, stan zdrowia, stopień rozwoju psychicznego i fizycznego, cechy charakteru, a także zachowanie się oraz przyczyny i stopień demoralizacji, charakter środowiska oraz warunki wychowania nieletniego¹¹.

Nieletniego można umieścić w schronisku dla nieletnich jeżeli zostaną spełnione łącznie warunki zawarte w art. 27 § 1 u.p.n.:

„1) ujawnienie okoliczności przemawiających za umieszczeniem w zakładzie poprawczym,

2) uzasadniona obawa ukrycia się nieletniego lub zatarcia śladów czynu albo niemożność ustalenia tożsamości nieletniego”¹².

Karalność czynu nieletniego została również przewidziana w kodeksie karnym w art. 10 § 2, w którym to przepisie enumeratywnie wskazano rodzaje przestępstw wobec których nieletni będą odpowiadać jak osoba pełnoletnia. Takie jest stanowisko przedstawia Sąd Apelacyjny w Katowicach „Nieletni odpowiadający w warunkach o jakich mowa w art. 10 § 2 k.k., odpowiadać mogą jedynie za przestępstwa wymienione w art. 10 § 2 k.k., a wyłącznie za czyny należące do zamkniętego katalogu przestępstw”¹³. Ponadto warunkiem zastosowania wobec nieletniego art. 10 § 2 k.k. uprzednie ukaranie nie jest uprzednio stosowane wobec sprawcy rodziców wychowawczych lub poprawczych¹⁴.

Sąd Apelacyjny w Katowicach zwrócił również uwagę na to, że „Skoro postępowanie w sprawie oskarżonego mającego w chwili popełnienia przestępstwa 15 lat i 10 miesięcy, a z uwagi na rodzaj

¹¹ P. Górecki, S. Stachowiak, *Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich - komentarz*, Warszawa 2007, s. 58

¹² Art. 27 § 1 u.p.n

¹³ Wyrok Sądu Apelacyjnego w Katowicach z dnia 20 października 2016 r. sygn. akt II AKa 343/16, LEX nr 2242134.

¹⁴ Wyrok Sądu Apelacyjnego w Warszawie z dnia 4 października 2017 r. sygn. akt II AKa 193/17, LEX nr 2627879.

popelnionego przestpstwa i stopie demoralizacji, odpowiadajcego zgodnie z art. 10 § 2 k.k., prowadzone bylo w myl przepisow kodeksu postpowania karnego, to zgodnie z art. 18 § 2 ustawy o postpowaniu w sprawach nieletnich s d obowi zany byl uwzgl dnia zawarte w niej regulacje szczegolne, w tym tak e wymienione w w/w przepisie, nadaj ce rodzicom nieletniego prawa strony. Podstawowym obowi zkiem s du w tym zakresie jest prawidlowe zawiadomienie o terminie rozprawy”¹⁵. Nale y rownie zwróci uwag na to e zawarty w art. 54 § 2 k.k. zakaz orzekania wobec sprawcy, który w czasie popelnienia przestpstwa nie uko czył 18 lat, kary do ywotniego pozbawienia wolno ci nie wyklucza wymierzenia nieletniemu, odpowiadaj cemu w warunkach art. 10 § 2 k.k. za przestpstwo zagro one tak kar 25 lat pozbawienia wolno ci¹⁶.

Ponadto S d mo e umie ci nieletniego w schronisku dla nieletnich w wyj tkowych sytuacjach do, których zaliczy nale y:

- ujawnione okoliczno ci przemawiaj ce za umieszczeniem go w zakladzie poprawczym,

- nieletniemu zarzucono popelnienie czynu karalnego okre lonego w art. 134, art. 148 § 1, 2 lub 3 art. 156 § 1 lub 3, art. 163 § 1 lub 3, art. 166, art. 173 § 1 lub 3, art. 189, art. 189a, art. 197 § 3 lub 4 art. 198), art. 200 art. 202 § 3, 4, 4a, 4b lub 4c, art. 204 § 3 , art. 252 § 1 lub 2 i art. 280 k.k.

Umieszczenie w schronisku dla nieletnich to w wietle obowi zuj cych przepisow jeden z najbardziej radykalnych rodkow jakie mo na zastosowa wobec nieletniego zanim zapadnie orzeczenie ko cz ce post powanie w jego sprawie¹⁷.

Umieszczenie w schronisku dla nieletnich nast puje w formie postanowienia s du. Zgodnie z ustaw wniesione za alenie nie wstrzymuje wykonania postanowienia. Za alenie zostaje rozpoznane

¹⁵ Wyrok S du Apelacyjnego w Katowicach z dnia 20 pa dziernika 2016 r. sygn. akt II AKz 343/16, LEX nr 2312322 .

¹⁶ Postanowienie S du Najwy szego z dnia 18 grudnia 2012 r. sygn. akt III KK 289/12, LEX nr 1232290.

¹⁷ B. Czarnecka-Dzialuk, *Stosowanie umieszczenia nieletniego w schronisku w wietle orzeczenia Europejskiego Trybunalu Praw Czlowieka*, Warszawa 2016, s. 3

przez wła ciwy miejscowo s d okr gowy w wydziale cywilnym odwoławczym.

Warto zaznaczyć , e w postanowieniu o umieszczeniu nieletniego w schronisku dla nieletnich nale y bezwzgl dnie okre li czas jego zastosowania, przy czym przed skierowaniem sprawy na rozpraw nie mo e on przekroczy 3 miesi cy. Okres ten, w my l art. 27 § 4 u.p.n., mo e by przedłu ony o dalsze 3 miesi ce ze wzgl du „na szczególne okoliczno ci sprawy”. O przedłu eniu pobytu nieletniego w schronisku dla nieletnich s d rodziny orzeka na posiedzeniu, przy czym o terminie posiedzenia zawiadamia si strony i obro c nieletniego. Ł czny pobyt nieletniego w schronisku dla nieletnich do chwili wydania postanowienia, o którym mowa w art. 32r u.p.n., w pierwszej instancji, nie mo e by dłu szy ni rok. Do okresu tego nie wlicza si nieusprawiedliwionej nieobecno ci nieletniego w schronisku dla nieletnich trwaj cej dłu ej ni 3 dni z powodu np. ucieczki ponadto nie wlicza si okresu obserwacji psychiatrycznej.

Nale y zwróci uwag na to, i wydaj c postanowienie o umieszczeniu nieletniego w schronisku dla nieletnich, nale y obligatoryjnie ustawi dla nieletniego obro c , je eli sam nie wybierze obro cy. Wyznaczenie obro cy z urz du powinno by dokonane jednocze nie z wydaniem postanowienia o umieszczeniu w schronisku dla nieletnich. Nale y zwróci uwag na to, e nieustanowienie obro cy narusza prawo nieletniego do obrony i stanowi powa ne uchybienie procesowe. Ponadto nale y podkre li , i do działania obro cy w post powaniu w sprawach nieletnich zastosowanie maj przepisy kodeksu post powania karnego o czym stanowi art. 20 niniejszej ustawy. Odnosz c si do przepisów procedury karnej a zwłaszcza do art. 73 k.p.k. nale y zaznaczyć , e w takiej sytuacji obro ca nieletniego ma prawo do osobistego kontaktowania si z nieletnim przebywaj cym w schronisku¹⁸. Co wi cej z rozporz dzenia Ministra Sprawiedliwo ci wynika, e dyrektor schroniska dla nieletnich obowi zany jest zapewni nieletniemu mo liwo kontak-

¹⁸ szerzej na ten temat zob. P. Górecki, *Niektóre aspekty udziału obro cy w post powaniu w sprawach nieletnich*, Pal. 2000/4, s. 146–157.

tu z obro c albo pełnomocnikiem podopiecznego na terenie schroniska bez udziału innych osób¹⁹.

Umieszczenie nieletniego w schronisku jest mo liwe tylko po uprzednim wydaniu postanowienia o wszcz ciu post powania. W sprawach nagłych w praktyce wydaje si oba postanowienia jednocze nie, najcz ciej w tym samym dniu. Nie ma jednak przeszkód do tego by, przed wydaniem postanowienia o zastosowaniu rodka tymczasowego z art. 27 u.p.n. przesłucha wiadków i to pod nieobecno innych stron co wynika z art. 20 §1 u.p.n. w zw. z art. 515 k.p.c. Dodatkowe przepisy, które równie maj swoje ródło w kodeksie post powania cywilnego daj mo liwo by s d rodzinny mógł wysłucha samego nieletniego²⁰. Wprowadzony art. 576 §2 k.p.c. odnosi si tak e do mo liwo ci wysłuchania dziecka nieb d tego uczestnikiem post powania. Jest to mo liwe na posiedzeniu niejawnym a nieletniemu w takich sytuacjach przyznaje si status strony. Z owego przesłuchania spisuje si protokół. Naley tutaj zwróci uwag na to, e w sytuacji nieletniego nie ma podstawy prawnej do tego aby protokół został podpisany przez nieletniego.

W szczególnie uzasadnionych przypadkach, na wniosek s du prowadz cego spraw , s d okr gowy, w którego okr gu toczy si post powanie, ma sposobno by przedłu y okres pobytu nieletniego w schronisku dla nieletnich na dalszy okres maksymalnie do roku. W powy szej sytuacji s d okr gowy przedłu aj c czas pobytu nieletniego w schronisku jednoznacznie oznacza termin, do którego przedłu a zastosowany rodek tymczasowy. Naley podkre li , e zdarzaj si sytuacje, w których nie ma adnej w tpliwo ci ku temu by przedłu y czas pobytu nieletniego w schroniska na okres powy ej jednego roku. Taka sytuacja jest mo liwa w wy tkowych sytuacjach i wi kszo ci jest ona stosowana jak najkrócej.

Zasad jest, e zastosowany wobec nieletniego rodek, o którym mowa w art. 27 §1 i 2 u.p.n., trwa do czasu przyst pienia do wykonania orzeczenia. S d mo e jednak postanowi inaczej co wy-

¹⁹ Rozporz dzenie Ministra Sprawiedliwo ci z dnia 17 pa dziernika 2001 r. w sprawie zakładów poprawczych i schronisk dla nieletnich, (Dz. U. z 2016 r. poz. 1654).

²⁰ Art. 20 §1 u.p.n. w zw. z art. 576 §2 k.p.c.

nika z uregulowania art. 74 §1 u.p.n. Ustawodawca tym uregulowaniem zapewnił ci gło ci procesu wychowawczego²¹.

Zako czenie

Post powania w sprawach nieletnich s szczególnie ze wzgl du na młody wiek sprawcy. S dy powinny zwraca szczególń uwag na ich wpływ na dalszy rozwój młodego człowieka. W post powaniu wobec nieletniego bierze si pod uwag jego osobowo , wiek, stan zdrowia, stopie rozwoju psychicznego i fizycznego, cechy charakteru, a tak e zachowanie si oraz przyczyny i stopie demoralizacji, charakter rodowiska oraz warunki wychowania nieletniego. Ustawodawca, uczestnicz cy w post powaniach strony oraz s dziowie zgodnie d do zapobiegania i zwalczania demoralizacji osób nieletnich. Wierz , e prowadzone post powanie zmierza b dzie m.in. do osi gni cia korzystnych zmian w osobowo ci i zachowaniu si nieletniego. Stosuj c rodki wychowawcze oraz rodek poprawczy ufaj , e po ich zastosowaniu nieletni popełniaj cy czyn karalny u wiadomi sobie jego naganny charakter i w przyszło ci nie powróci na drog przest pcz . Niedocenione w rozwoju młodego człowieka s : rodowisko, rodzina, szkoła. Wszystkie te "instytucje" wpływaj na jego kształtowanie. W okresie dojrzewania wa ne s autorytety. Gdy idolem młodego człowieka staje si osoba o prawidłowo zorientowanym kr gośłupie moralnym, realnym staje si , e jednostka o buntowniczym charakterze w przyszło ci wyrazi swój „generalny sprzeciw” przekuwaj c go na co dobrego - np. działaj c w sposób twórczy, nowatorski. Przekuje go na rozwój, nie destrukcj .

Streszczenie:

W artykule wskazano na problemy zwi zane ze stosowaniem rodków zapobiegawczych wobec nieletnich. Opisano podobne

²¹ Zob. rozporz dzenie Ministra Sprawiedliwo ci z 17.10.2001 r. w sprawie zakładów poprawczych i schronisk dla nieletnich (Dz. U. z 2017 r. poz. 487). Por. te orzeczenie S du Najwy szego: „Uprzedni pobyt podejrzanego w schronisku dla nieletnich podlega uwzgl dnieniu przy obliczaniu okresu tymczasowego aresztowania, od którego zale y wła ciwo s du w przedmiocie przedłu enia stosowania tymczasowego aresztowania” (postanowienie SN z 26.11.1998 r., sygn. akt II KZ 144/98, OSNKW 1999/1–2, poz. 7).

problemy z demoralizacją, które mają bezpośredni wpływ na motywację małoletniego do dokonania określonego, niezgodnego z prawem czynu. Ponadto wskazałem, jakie są skuteczne metody zapobiegania przyszłemu powrotowi nieletnich na niewłaściwą oraz kwestie ich odpowiedzialności moralnej i prawnej wobec siebie.

Słowa kluczowe: demoralizacja, środki zapobiegawcze, wychowanie, resocjalizacja,

Summary:

Temporary preventive measures applied by the court in cases of minors

In this article, the problems of applying preventive measures to minors are indicated. Related problems have been described with demoralization, which have a direct impact on the minor's motivation to perform a specific, unlawful act. Moreover, I have indicated what are the effective methods of prevention the future return of minors to the wrong path, and issues of their moral responsibility and legal in front of yourself.

Key words: demoralization, preventive measures, education, rehabilitation.

Bibliografia:

1. Czarnecka-Działuk B., *Stosowanie umieszczenia nieletniego w schronisku w świetle orzeczenia Europejskiego Trybunału Praw Człowieka*, Warszawa 2016.

2. Górecki P., Konarska-Wrzosek V., *Post powanie w sprawach nieletnich. Komentarz, wyd. II. LEX WKP* 2019.

3. Górecki P., *Niektóre aspekty udziału obrocy w post powaniu w sprawach nieletnich*, Pal. 2000/4.

4. Konarska-Wrzosek V., *Prawny system post powania z nieletnimi w Polsce*, LEX 2013, Warszawa 2013.

5. Zedler F., *Post powanie opiekuńcze - wychowawcze*, Warszawa 1986.

6. Zedler F., *Post powanie zabezpieczające i egzekucyjne. Komentarz*, Toruń 1994.

Orzecznictwo

1. Wyrok S du Apelacyjnego w Katowicach z dnia 20 października 2016 r. sygn. akt II AKa 343/16, LEX nr 2242134.
2. Wyrok S du Apelacyjnego w Katowicach z dnia 20 października 2016 r. sygn. akt II AKz 343/16, LEX nr 2312322 .
3. Wyrok S du Apelacyjnego w Warszawie z dnia 4 października 2017 r. sygn. akt II AKa 193/17, LEX nr 2627879.
4. Postanowienie S du Najwyższego z dnia 26 listopada 1998 r. sygn. akt II KZ 144/98, OSNKW 1999/1–2, poz. 7.
5. Postanowienie S du Najwyższego z dnia 18 grudnia 2012 r. sygn. akt III KK 289/12, LEX nr 1232290.

Akty prawne

1. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. - o postępowaniu w sprawach nieletnich (t. jedn. Dz.U.2018.969).
2. Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 17 października 2001 r. w sprawie zakładów poprawczych i schronisk dla nieletnich, (Dz. U. z 2016 r. poz. 1654).
3. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 grudnia 2011 r. w sprawie szczegółowych zasad kierowania, przyjmowania, przenoszenia, zwalniania i pobytu nieletnich w młodzieżowym ośrodku wychowawczym (Dz. U. Nr 296, poz. 1755).

Rodzaje samotności w dobie pandemii koronawirusa

Wstęp

Pandemia koronawirusa przyniosła ze sobą nie tylko zdrowotne czy ekonomiczne skutki dla poszczególnych osób i całych zbiorowo-ści społecznych, ale wi e si równie z pojawieniem si oraz nasileniem zjawiska zwi zanego z ludzk samotno ci . W krótkim czasie pojawienie si choroby Covid-19 spowodowało, e wiele osób musiało diametralnie zmieni swój sposób ycia. W relatywnie krótkim czasie redefinicji uległo wiele – na pozór wydawa by si mogło – stałych elementów funkcjonowania. Samotno to jedno ze zjawisk, które wyst powały równie przed wybuchem pandemii. Jednak po jej eksplozji uległy znacznemu nasileniu.

1. Covid-19 a samotno młodszego dziecka

Po 4 marca 2020 r. dla wielu dzieci dotychczas znany im wiat diametralnie uległ zmianie. Dla cz ci z nich były to zmiany niezrozumiałe, czas, w którym w szczególny sposób poczuły si osamotnione i utraciły dotychczas znane im ycie. Nierzadko najmłodszy zostali pozostawieni bez tzw. „okresu przej ciowego”, zmiany zachodziły nie etapami, ale z dnia na dzie . wiat małego człowieka – w pewien sposób harmonijny, poukładany, dobrze im znany – stawał si obcym, hermetycznym stylem funkcjonowania, na wielu płaszczyznach niezrozumiały lub wr cz budzący groz . Szczególnie młodsze dzieci w wieku przedszkolnym nagle zostały wyrwane ze znanego im planu dnia i zamkni te cz sto na niewielkich przestrzeniach ich własnych domów. Jednego dnia dzieci wyj to z systemu opieku czo-edukacyjnego i na kilka miesi cy pozbawiono ich kontaktu ze znanymi im nauczycielami, rówie nikami z grupy przedszkolnej oraz z systemem socjalizacyjnym, dzi ki któremu nabywały wielu, tak e społecznych umiej tno ci. Warty podkre lenia jest to, e z dniem zamkni cia przedszkoli nikt nie potrafił odpowiedzie dzieciom na pytanie, kiedy znów spotkaj si z innymi dzie mi w

dobrze znanym im rodowisku. Pocz tkowo zamkni cie placówek miało trwa dwa tygodnie. Pó niej ten czas został wydłu ony.

W przypadku młodszych dzieci ogromn trudno stanowiło wytłumaczenie im sytuacji, w której si znalazły. Wiele z nich ope rowało poj ciem „koronawirus”, ale poza tym, e jest to co niedobrego, wiedziały niewiele ponad to. Nierzadko w wielu domach zabrakło wsparcia dzieci, rozmowy i odpowiedzi na wiele pyta zada wanych przez najmłodszych domowników.

Zgodnie z odgórnymi zaleceniami placówki przedszkolne równie miały przej na zdalny tryb nauczania, co w przypadku kilkuletnich dzieci było trudnym rozwi zaniem, nierzadko pozbawionym racjonalno ci. W wielu przypadkach nauka tego typu ograniczała si do wysłania przez nauczycielki/umieszczenia na stronie przedszkola materiałów z zaj ciami na poszczególne tygodnie, z pro b skierowan do rodziców i bliskich dzieci, aby ci wykonali je w domowym zaciszu. W wielu przypadkach nikt nie zadał sobie trudu, aby sprawdzi , jak ten proces przebiega, czy materiał w ogóle jest realizowany. W przypadku rodzin, w których jest kilkoro dzieci, rodzice pomagali przede wszystkim dzieciom w wieku szkolnym, przedszkolaki cz sto były pozbawione mo liwo ci skorzystania z materiałów umieszczonych w sieci. To wi zało si nie tylko z ograniczonym dost pem do komputera i Internetu, ale tak e wymagało wi kszego zaangażowania ze strony rodziny, na co nie zawsze poszczególni jej członkowie mieli czas lub sił .

Niezrozumiałym dla wielu przedszkolaków był nakaz noszenia maseczek (teoretycznie obowi zkowy dla dzieci, które miały ju minimum 5 lat). Cz z nich nie rozumiało dlaczego, tak jak do tej pory nie mog bawi si z rówie nikami na placu zabaw, poniewa wiele z takich miejsc przez długi czas było wył czonych z u ytowania. Niełatw kwestii były tak e liczne obostrzenia, zwi zane z brakiem mo liwo ci wyj cia z domu – szczególnie w czasie, gdy karane było nawet wyj cie do lasu. W jednym momencie dzieci musiały odnale si w nowej sytuacji, której niejednokrotnie nie rozumiały. Szczególnie trudne mogło by to dla dzieci mieszkaj cych w budynkach wielorodzinnych. Dzieci, które miały dost p do ogrodów, zdawały si by w lepszej sytuacji.

Wartym podkre lenia jest to, e cz dzieci miała kontakt z rodzin spoza swojego gospodarstwa domowego w wi kszo ci przez telefon czy internetowe komunikatory. To nigdy nie mo e zast pi bezpo redniego spotkania, nie nauczy te zachowania w grupie, odczytywania sygnałów niewerbalnych, nie umo liwiło tak e wspólnej zabawy czy budowania wła ciwych relacji. Tu te w trudniejszej sytuacji znalazły si dzieci niemaj ce rodze stwa czy wychowywane przez starsze osoby, które nie mogły lub nie miały mo liwo ci po wi ci im tyle czasu, ile wymagały.

Ponadto w licznych przypadkach młodsze dzieci mogły mie trudno ze zrozumieniem zachowa dorosłych osób z otoczenia. Warto zwróci uwag , e szczególnie w pierwszych tygodniach zamkni cia sklepów, restauracji, punktów usługowych czy fabryk, wzrosło bezrobocie, cz osób utraciła prac . To mogło przeło y si na zwi kszenie frustracji, l k o przyszło i zapewnienie rodzinie rodków utrzymania. Nierzadko wtedy młodsze dzieci były wiadkami negatywnych zachowa rodziców, mimowolnie uczestniczyły w trudnych rozmowach, udzielał im si strach dorosłych. Cz dzieci przynajmniej czasowo ograniczyła kontakt z dziadkami, kuzynostwem i innymi bliskimi im osobami. Rozmowy telefoniczne nie zawsze zaspokajały ich emocjonalne potrzeby.

Warto wspomnie równie to, e rodzice, opiekunowie sprawuj cy piecz nad małoletnimi nie zawsze mieli wystarczaj c liczb pomysłów i cierpliwoci do zabawy z młodszymi dzie mi. Dzieci w wieku przedszkolnym wymagaj swoistej uwagi, zaangażowania – nie wszystkie potrafi sprawnie zorganizowa swój plan dnia, nawet, je li dotyczy on sfery zabawy. W relacjach dziecko-rodzic/opiekun mo na było zaobserwowa elementy zdenerwowania, szczególnie gdy matka lub ojciec wiadczyli zdaln prac i przez kilka godzin w ci gu dnia musieli wykaza si stosown koncentracj i rzetelnym wypełnianiem swoich zawodowych obowi zków. Rozwi zaniem po które si gało wtedy cz rodziców, było zwi kszenie liczby godzin małego dziecka przed telewizorem czy ekranem telefonu lub komputera. Warto podkre li , e taka nadmierna ekspozycja na bod ce, mo e prowadzi do wielu zaburze – koncentracji, odró nienia wiata wirtualnego od rzeczywistego, wytworzenia l ków, w tym nocnych czy wytworzenia zachowa agresywnych w przypadku próby

ograniczenia telewizji, telefonu lub komputera. Wspomnie nale y, e młodsze dzieci nie maj w pełni wypracowanego sposobu komunikowania swoich potrzeb, w szczególno ci emocjonalnych. Nie zawsze te potrafi spokojnie reagowa na ograniczenia. One dopiero ucz si siebie oraz otaczaj cego je wiata.

Równocze nie w czasie pandemii wiele elementów funkcjonowania, na które czekały dzieci, musiało ulec zmianie, odlo eniu lub całkowitemu zaniechaniu. W zwi zku z wej ciem ogranicze dotycz cych liczby osób, które mog spotka si w jednym miejscu (organizacja spotka), cz dzieci cych marze lub obietnic, zło onych przez dorosłych, musiały ulec redefinicji. Wiele uroczysto ci urodzinowych musiało zosta odwołanych, nie odbyły si zaplanowane wyjazdy, tak e ró norodne wi ta zmieniły swój form .

W czasie koronawirusowej odwil y obostrze , dotycz cych przedszkoli, cz dzieci na powrót została przyj ta do placówek. Jednak nie wszystkie dzieci otrzymały t mo liwo . Obostrzenia, które obowi zywały od maja do ko ca sierpnia precyzowały liczb dzieci na metr kwadratowy. To oznaczało, e cz przedszkolaków nadal musiała pozosta w domach.

Kolejn trudn kwesti zwi zan z mo liwo ci ucz szczania do przedszkola i wi c si z ponownym wej ciem do systemu opieku czo-edukacyjnego, były nowe wytyczne dotycz ce przekazania dziecka pod opiek pracowników przedszkola. Wówczas wiele dzieci mogło do wiadczy problemu samotno ci – w szczególno ci, gdy rodzic mógł odprowadzi malucha wył cznie do drzwi placówki. Pó niej dziecko z cz ci kwestii organizacyjnych musiało poradzi sobie samo. Nie w ka dej sytuacji pracownik przedszkola mógł mu pomóc. W szczególnie trudnej sytuacji znalazły si dzieci, które rozpocz ły przygod z przedszkolem we wrze niu 2020 r. One w szczególny sposób do wiadczyły dzieci cej samotno ci. One równie zostały pozbawione tego, co było wpisane w organizacj placówki we wcze niejszych latach – wiele z nich omin ły takie uroczysto ci, jak np. pasowanie na przedszkolaka, dzie babc i dziadka czy spacer y poza teren przedszkola. Dzieciom, które w roku szkolnym 2019/2020 po raz ostatni ucz szczały do przedszkola zabrakło uroczystego po egnania z placówk i przej cia do pierwszej klasy szkoły podstawowej.

2. Samotno ucznia

Równie uczniowie do wiadczyli problemu samotno ci. Jak zauwa yła Agnieszka Kaszycka – „z izolacj nie najlepiej radz sobie tak e dzieci i młodzi . Wielomiesi czne odci cie od normalnych kontaktów społecznych przynosi efekt w postaci nowych, niewyst puj cy wcze niej zaburze (...). W pandemii młodzi ludzie zmagaj si nie tylko z l kiem o bliskich, którego do wiadczej w zetkni ciu z chorob . Obawy wywołuje tak e zdalne nauczanie, z którym wcze niej nie mieli do czynienia. Boj si , e sobie nie poradz z nauk , boj si złych ocen, tego, e nie osi gn stawianych sobie celów. W tej sytuacji brakuje im kontaktu z nauczycielem, rozmowy”¹.

Inna co prawda jest samotno młodszeo ucznia, a inna np. maturzysty. Wynika to z ró nych potrzeb zale nych przede wszystkim od wieku. W 2020 r. uczniowie klas ósmych oraz maturzy ci do wiadczyli samotno ci w przygotowaniach do ko cowych egzaminów i matury. Wielu z nich musiało samodzielnie uczy si , cz z nich na kilka miesi cy znikn ło z systemu edukacji, nauczyciele nie mieli wiedzy, co dokładnie si z nimi dzieje. Frustruj ce mogło by równie ograniczenie w przemieszczaniu si dzieci i młodszej młodzie y, która mogła opuścić miejsce zamieszkania wył cznie pod opiek osoby dorosłej.

Dodatkowo cz dzieci doznało zjawiska wykluczenia, gdy nie miały mo liwo ci brania udziału w zdalnych lekcjach. Przyczyn tego mogło by wiele – brak komputera, Internetu, czy spokojnego miejsca do nauki w domu. Ponadto młodzi ludzie stracili miesi ce rzeczywistych relacji mi dzyludzkich, wykraczaj cych poza wiat wirtualny. Równocze nie niepokoj cym zjawiskiem było przeniesienie ycia dzieci i nastolatków do Internetu. Przed wybuchem pandemii koronawirusa autorytety zajmuj ce si kwesti wychowania młodych pokole podkre lały, jak złe skutki dla rozwoju dzieci ma nadmierne korzystanie z komputera czy telefonu. Po 4 marca 2020 r. słowa te uległy przynajmniej czasowej zmianie. Po zamkni ciu szkół

¹ A. Majba-Pochwat, *Do psychoterapeuty przychodz , bo t skni za ró wie nikami*, [w:] „Obserwator Lokalny” Nr 50 (1058), s . 17.

uczniowie zostali wepchnięci w zdalny system nauczania. Zalecana dawka czasu spędzanego przed monitorem uległa znacznemu wydłużeniu. Lekcje w trybie on-line, odrabianie zadań domowych również – to sprawiło, że dzieci i młodzież spędzały po kilka lub kilkanaście godzin na dobę. Równocześnie nie komputer i telefon stały się głównymi nośnikami komunikacji z rówieśnikami. Można postawić pytanie o jakość kształtowania się takich relacji międzyludzkich oraz o samą jakość zdalnego nauczania. Czy można w rzetelny sposób przekazać obszerny szkolny materiał? Odpowiedź na to pytanie będzie miała wraz z upływem czasu. Konsekwencje edukacyjno-społeczne dla dzieci mogą być różne. Można wysunąć tezę, że w wielu przypadkach straconego czasu nie będzie można odzyskać. Wiele z tego zweryfikują przyszłe miesiące i lata.

Część uczniów w momencie przymusowego zamknięcia nie otrzymała pomocy w postaci należącej pomocy psychologicznej, część z nich wymagała pomocy w trakcie zdalnej nauki. Nierzadko rodzice i opiekunowie nie dysponowali czasem lub wiedzą w tym zakresie. Dzieci pozostawione same sobie musiały nauczyć się sobie radzić w niełatwym dla nich czasie. Dodatkowo może być frustracja najbliższych spowodowana czasowym zamknięciem w domu, niepokój o to, co przyniesie przyszłość, przekładała się na dzieci – odczucia. Według Kaszyckiej „izolacja powoduje, że młodzież nie jest w stanie rozwijać kompetencji społecznych, wywołuje długotrwały stres, którego efekty mogą być odczuwalne jeszcze długo w przyszłości”².

3. Studencka samotność

Studenci byli grupą społeczną, która dotknięta zjawiskiem samotności. Konieczność ograniczenia kontaktów z osobami z zewnątrz, przeniesienie nauki do Internetu – to tylko niektóre z podstawowych trudności, które pojawiły się po 4 marca 2020 r. W szczególności trudnej sytuacji znaleźli się studenci przebywający na wymianie oraz ci, którzy pochodzili z odległych części Polski lub z innego kraju. Po powrocie do swoich rodzinnych domów tacy studenci byli zdani wyłącznie jedynie na internetowe formy kontaktu z wykładowcami

² Tamże, s. 17.

oraz kole ankami i kolegami z roku. Znów niełatwym pytanie dotyczy jako ci studiów realizowanych w formie on-line. O ile w cz ci przypadków taka forma przekazywania i nabywania wiedzy jest dobra, s jednak kierunki, czy zaj cia, w których jest to niezwykle trudno. Jak nauczy zdalnie przyszłe piel gnarki np. wykonywania zastrzyków? Jak zdalnie mo na naby umiej tno wykonywania operacji? Skutki tego zobaczymy w przyszło ci.

W trudnej sytuacji znale li si równie studenci, którzy z dnia na dzie utracili płynno finansow . Cz z nich do tej pory utrzymuj c si samodzielnie, nagle z utrat zatrudnienia, zostało bez rodków na opłacenie studiów, czy kwater w innym mie cie. Dla niektórych wizja zwi zana z brakiem pracy, wi zała si z konieczno ci rozwa enia przerwania nauki i powrotu do rodzinnego domu. Osoby pochodz ce z małych miejscowoci po powrocie do rodziców równie nie zyskały tam finansowej poprawy – wraz z wybuchem pandemii trudno było im znale prac w rodzinnych stronach.

Inn kwestii były liczne próby przetrwania kształtuj cych si , młodzie czych zwi zków. Nie ma statystyk okre laj cych, ile z nich nie przetrwało próby odległo ci i trudnego czasu pandemii oraz ilu młodych ludzi do wiadczyło zwi zanej z tym samotno ci.

4. Doro li w obliczu pandemii koronawirusa

Doro li, na co dzie aktywni zawodowo tak e do wiadczyli niełatwych skutków pandemii koronawirusa. Rodziny na co dzie rozdzielone przez odległo , gdy jeden z partnerów pracował poza ojczystym krajem, wraz z zamkni ciem granic, do wiadcział samotno ci w zwielokrotnionym stopniu. Tu trudnym była te niepewno dotycz ca czasu, gdy znów b dzie mo liwe scalenie rodziny.

Samotno nie omin ła tak e osób pracuj cych w bran ach, które w najwi kszym stopniu ucierpiały w czasie pandemii. Dla wielu z nich niepewno dotycz ca przyszło ci, szereg pyta o to, w jaki sposób zaspokoj potrzeby swoich rodzin, za co spłac zaci gni te zobowizania, mglista wizja pomocy – wszystko to wi zała si z poczuciem osamotnienia i beznadziejno ci. Trudnym było ukrycie negatywnego nastroju przed najbliższymi, w tym przed dzie mi. Cz osób nie potrafiła sobie z tym poradzi .

5. Osoby starsze wykluczone przez pandemię Covid-19

W niełatwej sytuacji zwi zanej z koronawirusem znalazły si osoby starsze. Wiele z nich z dnia na dzie utraciło stabilno funkcjonowania. Ograniczona mo liwo dostania si na wizyt lekarsk , szczególnie w mniejszych miejscowo ciach, mniejsza liczba kursów autobusowych, umowa liwiaj cych podró np. do pobliskiego miasta, nakaz pozostania w domu, apele o ograniczenie odwiedzin i wreszcie strach przed tym, co przyniesie przyszło – wszystko to spot gowało poczucie samotno ci osób starszych. Trudnym był nakaz pozostania w domu, który z bezpiecznego azylu stał si czym w rodzaju wi zienia.

Jak zauwa yła Julita Skiba – „skutki lockdownu najbardziej odczuwaj osoby samotne, a przy tym wci witalne i towarzyskie. Dla nich zamkni cie w domu jest jak wyrok (...) nic nie zast pi ywej interakcji, do której przywykli, a której teraz zostali pozbawieni. Nie wszyscy potrafi to ud wign ”³.

Równie tak istotna dla wielu z nich kwestia zwi zana z mo liwo ci czynnego uczestniczenia w mszach wi tych czasowo została uniemo liwiona. W kwietniu wielu z nich samotnie sp dziło wi ta Wielkanocne. Ten radosny czas dla cz ci z nich stał si smutnym momentem ich ycia. Nie ka dy z seniorów potrafi korzysta z Internetu, nie ka dy ma smartfona czy komputer. Nierzadko na długie tygodnie jedyna ł czno z najbli szymi odbywała si za pośrednictwem telefonu.

Wartym podkre lenia jest to, e statystyki zachorowa i zgonów ka dego dnia prezentowane w mediach wzbudzały strach osób starszych. Cz z nich zetkn ła si z koronawirusem i jego skutkami w bezpo redni sposób lub mieli w swoim otoczeniu kogo , kto zachorował. Osoby prowadz ce jednoosobowe gospodarstwa domowe, przebywaj ce w zamkni ciu, miały szczególnie du o czasu na rozwa anie swojego stanu.

Wanym elementem ycia osób starszych była pomoc ka dego rodzaju, na któr mogli liczyc . Tak proste gesty, jak zrobienie zakupów, pomoc w opłaceniu rachunków i załatwieniu podstawowych spraw powodowały, e na krótk chwil seniorzy czuli si wa ni i mieli wra enie, e otoczenie o nich pami ta.

³ Tam e, s. 17.

6. Covid-19 u osób przewlekle chorych i przebywających w szpitalu

Kolejną grupą, która w szczególny sposób odczuła skutki pandemii koronawirusa, były osoby przewlekle chore. Dla nich niepewno jutra zyskała inny wymiar. Z jednej strony ograniczona pomoc w walce o własne zdrowie, z drugiej strony osamotnienie związane z nową sytuacją. Pojawienie się nowej choroby Covid-19 nie spowodowało, że wszystkie inne, znane do tej pory choroby zniknęły. Wielu pacjentów zgłaszało się do lekarza zbyt późno, gdy ratunek był niemożliwy. Wielu z nich w czasie pandemii zostało pozostawionych samemu sobie.

W trudnej sytuacji znaleźli się pacjenci przebywający w szpitalach. Osoby niesamodzielne były zdane tylko i wyłącznie na szpitalny personel, który niejednokrotnie był przemęczony i nie dysponował wystarczającą ilością czasu, aby w porę zaspokoić podstawowe potrzeby pacjentów niezdolnych do samodzielnej egzystencji. Tego rodzaju pacjenci nie mogli skontaktować się z rodziną, bo np. nie mieli telefonu lub nie potrafili/nie mieli możliwości z niego skorzystać. Smutnym znakiem pandemii Covid-19 była samotność szpitalnego umierania. Oczywistym jest fakt, że dla osób wierzących w tym była wizja spotkania się z Bogiem, jednak z ludzkiej perspektywy był to szczególnie trudny moment, samotnego umierania. Tragiczną wizją jest brak możliwości poegzystowania z najbliższymi i samotnego odchodzenia na szpitalnym łóżku.

Osamotnieni byli także pracownicy szpitali, którzy zobowiązani byli do brania dodatkowych dyżurów, na czym cierpiały ich relacje rodzinne. Bezsilność wielu medyków, (szczególnie pracujących z chorymi na Covid-19), którzy na wiele godzin wkładali niewygodne kombinezony, nie mogąc przy tym zrealizować podstawowych potrzeb fizjologicznych, nie mając czasu i możliwości, aby w trakcie dyżuru zjeść posiłek lub napić się herbaty, ukazywała ogromną trudność ich pracy. Lekarze, pielęgniarki, ratownicy, salowe, laboranci i inni medycy – ich także, wraz z nasilaniem się przebiegu pandemii koronawirusa, dotykało zjawisko samotności. Często z nich wspominała w przekazach telewizyjnych czy radiowych o tym, że czuli się zapomniani tym, że pracują z chorymi na Covid-19. Zdarzały się przypadki, że odmawiano im możliwości zakupu produktów

w sklepie. Ludzie z otoczenia boją się zakażenia, niejednokrotnie skazywali medyków na społeczny ostracyzm. Szczególnie głośną sprawą był przypadek lekarza z Kielc, który w marcu 2020 r. targnął się na własne życie. Profesor b.d.c. chorym na Covid-19 nie poradził sobie z falechty, której do wiadomości w związku z tym, że zaraził się koronawirusem⁴. Tu psychologiczna pomoc nie przyszła na czas.

7. Samotno w czasie kwarantanny/izolacji

Osoby podejrzane o kontakt z osobami zakażonymi Covid-19 oraz osoby chore na koronawirusa, ale nie wymagające hospitalizacji, pozostawały zamknięte we własnych mieszkaniach lub domach. Człowiek działał się to nagle i bez braku uprzedniego uprzedzenia bieżących spraw. Zamknięcie w czterech ścianach niesło ze sobą szereg negatywnych odczuć. Bez względu na zakaz opuszczania lokum sprawiał, że redefinicji ulegało wiele dotychczasowych odczuć. W wielu przypadkach kwestie związane z tak błahymi sprawami, jak wyrzucenie śmieci w domu wielorodzinnym, zrealizowanie recepty, czy zakup niezbędnych artykułów spożywczo-przemysłowych stawało się rzeczą niemożliwą do samodzielnej realizacji. Pomoc drugiej osoby, sąsiadów, rodziny nie zawsze była możliwa w takim stopniu, jak wymagała tego konieczność. Człowiek mógł wtedy poczuć samotność wśród ludzi.

Podsumowanie

Pandemia Covid-19, która wybuchła w Polsce na początku marca 2020 r., wywołała różnorodne skutki społeczne. Wśród nich dotkliwy problem dotyczy samotności. Dotknęła ona wiele grup, niezależnie od wieku osoby, zawodu czy statusu. Skutki samotności mogły mieć długofalowy charakter, ponieważ wiele osób musiało niespodziewanie diametralnie zmienić swój styl życia. Z dnia na dzień pojawiły się: przymusowa izolacja, zamknięcie w czterech ścianach, postrzeganie własnego domu jako więzienia. Wraz z pojawieniem się choroby Covid-19, poczucie beznadziejności towarzyszyło ludziom w niemal każdym wieku – od przedszkolaka aż po

⁴ D. Gołdyn, *Lekarz zakażony koronawirusem popełnił samobójstwo*. „Przyczyną była fala hejtu”, <https://wiadomosci.radiozet.pl/Polska/Wojciech-Rokita-nie-zyje.-Lekarz-z-koronawirusem-popełnil-samobojstwo-przez-hejt>, dost. p. 10.12.2020.

seniora. Wszystkie te grupy poł czyło jedno z negatywnych dozna – poczucie samotno ci.

Streszczenie:

Pojawienie si pandemii koronawirusa obfitowało nie tylko zdrowotne czy ekonomiczne skutki, ale tak e dotycz ce obszaru psychologicznego i społecznego. Trudna kwestia dotyczy nasilenia zjawiska ludzkiej samotno ci. Obecno choroby Covid-19 zmusiła wiele osób do zmiany dotychczasowego stylu ycia. Niezale nie od wieku, stanu zdrowia, statusu, itd., do wiadczyły one zjawiska samotno ci. Artykuł stanowi prób omówienia zjawiska samotno ci w kontek cie ró nych grup społecznych.

Słowa kluczowe: pandemia, samotno , korona wirus, Covid-19, l k, społeczne stwo

Summary:

The outbreak of the coronavirus pandemic had not only health and economic effects, but also psychological and social effects. The difficult issue concerns the intensification of the phenomenon of human loneliness. The presence of Covid-19 disease has forced many people to change their lifestyle. Regardless of their age, health, status, etc., they experienced loneliness. The article is an attempt to discuss the phenomenon of loneliness in the context of various social groups.

Keywords: pandemic, loneliness, corona virus, Covid-19, anxiety, society

Bibliografia:

Borecka-Biernat D., *Zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzie y w kontek cie trudnych sytuacji szkolnych i pozaszkolnych*, Impuls, Kraków 2011.

Majba-Pochwat A., *Do psychoterapeuty przychodz , bo t skni za rówie nikami*, [w:] „Obserwator Lokalny” Nr 50 (1058).

Zaleski Z., *Psychologia l ku przed przyszło ci* , Wyd. Difin, Warszawa 2020.

Gołdyn D., *Lekarz zaka ony koronawirusem popełnił samobójstwo. „Przyczyn była fala hejtu”*, [https://wiadomosci.radiozet.pl/Polska/Wojciech-Rokita-nie-zyje.-Lekarz-z-koronawirusem-popełnił-samobójstwo-przez-hejt,dost p 10.12.2020](https://wiadomosci.radiozet.pl/Polska/Wojciech-Rokita-nie-zyje.-Lekarz-z-koronawirusem-popełnił-samobójstwo-przez-hejt,dost%20p%2010.12.2020).

Nota o autorach

Drzymala Aleksandra - mgr, Uniwersytet Łódzki w Łodzi

Garbuli ska-Charchut Joanna – mgr, Uniwersytet Rzeszowski w Rzeszowie

Gorczyca Agata – mgr, Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie

Grabarczyk Filip – mgr, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach

Jezierska Karolina – mgr, Uniwersytet Rzeszowski w Rzeszowie

Łukowski Karol - mgr, Uniwersytet Łódzki w Łodzi

Mazurek Anna – mgr, WSPiA Rzeszowska Szkoła Wy sza

Pietrycha Marta – mgr, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie

Suska Anna – mgr, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie

Tomczuk Marek – mgr, Uniwersytet Rzeszowski w Rzeszowie

Tabi Daniel – lic., Pa stwowa Wy sza Szkoła Zawodowa w Tarnowie

Tokarski Maciej – mgr, Okr gowa Rada Adwokacka w Rzeszowie

Witowski Wojciech – ks. mgr, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie

Zimny Jan – ks. prof. zw. dr hab., Akademia Wojsk L dowych imienia generała Tadeusza Ko ciuszki we Wrocławiu

Spis treści

Słowo wstępne	
<i>Ks. Jan Zimny</i>	5
Rozdział pierwszy	
Samotność jako zjawisko społeczne	
Miłość przezywana antidotum na samotność –	
<i>Ks. Jan Zimny</i>	13
Znamiona przestępnego zaniechania udzielenia pomocy poszkodowanemu (art. 162 k.k.) -	
<i>Anna Mazurek</i>	28
Samotność jako forma życia oraz forma pokuty w świetle ksiąg pokutnych – analiza wybranych kanonów -	
<i>ks. Wojciech Witowski</i>	45
Kwestie do wiadczenia izolacji przez ludzi oparte na różnych sposobach formowania relacji i ich deficytu -	
<i>Karol Łukowski</i>	62
Samotność młodzieży we współczesnym świecie -	
<i>Aleksandra Drzymala</i>	77
Samotność dzieci i młodzieży szkolnej w XXI wieku -	
<i>Daniel Tabi</i>	88
Poczucie osamotnienia dziecka we współczesnej rodzinie -	
<i>Marta Pietrycha</i>	99
Rozdział drugi	
Samotność i jego walory praktyczne	
Mobbing w pracy – cechy, rodzaje i fazy -	
<i>Agata Gorczyca</i>	115
Potencjał startupów jako innowacyjnych przedsięwzięć na rynku polskim -	
<i>Karolina Jezierska, Marek Tomczuk</i>	127

Samotno osób starszych we współczesnym wiecie - <i>Anna Suska</i>	144
Samotno jako jedna z przyczyn depresji - <i>Filip Grabarczyk</i>	160
Tymczasowe rodki zapobiegawcze stosowane przez s d w sprawach osób nieletnich - <i>Maciej Tokarski</i>	175
Samotno dzieci i młodzie y szkolnej w XXI wieku - <i>Joanna Garbuli ska-Charchut</i>	186
Nota o autorach	197