



POLISH ACADEMY OF SOCIAL  
SCIENCES AND HUMANITIES

PASSH

Vol. 4 No. 1

---

*Archive of Social Sciences  
and Humanities*

---

*pod redakcją  
Marcina Jurczyka*

Londyn 2024

Marcin Jurczyk (*redaktor naczelny*), Rafał Maćkowiak (*redaktor realizacji produkcji wydawniczej*), Klaudia Mucha-Iwaniczko (*redaktor językowy*), Piotr Kośla (*sekretarz redakcji*)  
– Polish Academy of Social Sciences and Humanities Publisher

### **Rada naukowa czasopisma**

prof. dr hab. Marek Konpoczyński, *Uniwersytet w Białymstoku*; prof. dr hab. Małgorzata H. Kowalczyk, *Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu*; prof. dr hab. Aneta Lewińska, *Uniwersytet Gdański*; prof. dr hab. Kazimierz Pierzchała, *Katolicki Uniwersytet Lubelski*; prof. Tetiana Dubovyk, *State University of Trade and Economics/Kiev National University of Trade and Economics*; dr hab. Zofia Dołęga, *prof. Uniwersytetu SWPS*; dr hab. Anna Karłyk-Cwik, *prof. DSW*; dr hab. Krystyna Ostrowska, *emerytowany prof. UW*; dr hab. Tomasz Przesławski, *Uniwersytet Warszawski*

### **Recenzenci**

*Dr. Dipan Adhikari*  
*Dr. Smriti Malhotra / dr Agnieszka Pytka*  
*Dr. Jyoti Syal Nanda / dr Mateusz Lewandowski*  
*dr Dagmara Dobosz*  
*dr Marcin Jurczyk*  
*dr Aleksandra Jędrzysek-Geisler*

### **Korekta językowa**

*Grażyna Kowalczyk-Borończyk, Klaudia Mucha-Iwaniczko (język polski)*

### **Skład, łamanie i projekt szaty graficznej**

*Rafał Maćkowiak*

### **Grafika na okładce**

*Sylwester Kurowski*

© copyright by Authors, Londyn 2024  
© copyright for this edition by Polish Academy of Social Sciences and Humanities, Londyn 2024

ISSN 2754-0154

Wersją pierwotną czasopisma jest wersja elektroniczna

Wydane przez Polish Academy of Social Sciences and Humanities Publisher w Londynie

E-mail do bezpośredniego kontaktu z redakcją: [wydawnictwo@passhlondyn.eu](mailto:wydawnictwo@passhlondyn.eu)

# SPIS TREŚCI

Wstęp/Introduction .....	5
<i>Aneta Lewińska</i> <b>Pomorska wiejska szkoła oczami pierwszych autorów kronik szkolnych z lat 1945–1989</b> .....	11
<i>Jarosław Pacuła, Anna Czerwińska</i> <b>British anthroponymous heterostereotypes of Poles – pilot study report</b> .....	33
<i>Marcin Jurczyk, Konrad Wierzbicki</i> <b>Medical Conditions and Risk Factors in the Use of Force – The British Approach to Ensuring Safety and Security in the Youth Social Rehabilitation Estate</b> .....	73
<i>Aleksandra Jędryszek, Mateusz Grzebalski</i> <b>Sposoby radzenia sobie ze stresem młodych dorosłych</b> .....	97
<i>Aleksandra Jędryszek, Oliwia Sokołowska</i> <b>Motywacja osiągnięć wśród pedagogów i osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych</b> .....	113
<i>Mirostaw Szcześniak</i> <b>Konsekwencje stresu i jego związek z wypaleniem zawodowym pracowników</b> .....	129
<i>Klaudia Daniluk, Jakub Gawiński</i> <b>Obciążenia i wzmocnienia związane z opieką nad osobami chorymi psychicznie i fizycznie w opinii opiekunów</b> .....	147
SPRAWOZDANIA I RECENZJE	
<i>Izabela Pakuła</i> <b>Recenzja publikacji pt. Neuronauka społeczna, autorstwa Stephanie Cacioppo, Johna T. Cacioppo, (przeł. Małgorzata Guzowska), Wydawnictwo PWN: Warszawa 2023</b> .....	189
<i>Marcin Jurczyk</i> <b>Report. Event titled: „Pedagogical and Psychological Educatorium” University of Silesia in Katowice, Poland</b> .....	193
<i>Tomasz Wojciechowski</i> <b>Sprawozdanie z Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej pt. Władze RP na uchodźstwie i polska emigracja niepodległościowa 1939–1990 – stan badań i postulaty badawcze, 23–24 wrzesień 2024, Mieleno</b> .....	197



# WSTĘP

Mamy ogromną przyjemność oddać w ręce Czytelnika piąty już numer czasopisma *Archive of Social Sciences and Humanities*, który poświęcony został opisowi różnych zjawisk zachodzących w obrębie szeroko rozumianych nauk społecznych i humanistycznych.

W dobie przemian społecznych, gospodarczych i technologicznych nauki społeczne i humanistyczne odgrywają kluczową rolę w zrozumieniu złożonych procesów, które kształtują współczesny świat. Transformacje te są wynikiem zarówno przyspieszonej globalizacji, jak i postępu technologicznego, które wpływają na wszystkie aspekty życia jednostek i społeczeństw. Tym samym rozwój tych dyscyplin staje się nieodzowny, aby skutecznie analizować oraz proponować rozwiązania dla wyzwań o charakterze globalnym i lokalnym.

Nauki społeczne i humanistyczne dostarczają ram teoretycznych oraz narzędzi badawczych niezbędnych do interpretowania zmieniających się struktur społecznych, norm kulturowych oraz wartości, które determinują funkcjonowanie jednostek i zbiorowości. W kontekście globalnych wyzwań, takich jak zmiany klimatyczne, nierówności społeczne, migracje czy zmiany w sferze politycznej, tradycyjne paradygmaty badawcze muszą być nieustannie modyfikowane i poszerzane. Potrzeba ta wynika z rosnącej złożoności problemów, które nie mogą być analizowane w sposób jednostronny, lecz wymagają zintegrowanego podejścia łączącego wiedzę z różnych obszarów nauki.

Współczesne wyzwania wymagają interdyscyplinarnej współpracy, która umożliwi kompleksowe podejście do problemów badawczych. Integracja nauk społecznych i humanistycznych z naukami ścisłymi oraz przyrodniczymi stwarza możliwości lepszego zrozumienia i reagowania na zjawiska, które mają wielowymiarowy charakter. Przykładem takiej współpracy mogą być badania nad wpływem nowych technologii na społeczeństwo, które łączą socjologiczne i psychologiczne analizy zachowań ludzkich z wiedzą technologiczną i prawną, aby tworzyć ramy dla etycznego rozwoju innowacji. Odpowiedzi na współczesne problemy, takie jak rozwój sztucznej inteligencji czy automatyzacja, wymagają głębokiej re-

fleksji nad ich społecznymi, kulturowymi i etycznymi konsekwencjami, co leży w centrum zainteresowań nauk humanistycznych.

Nie mniej istotne są innowacje metodologiczne, które pozwalają badaczom lepiej uchwycić nowe zjawiska społeczne. Metody ilościowe powinny być stosowane w połączeniu z podejściami jakościowymi, aby uzyskać pełny obraz złożoności ludzkich działań i decyzji. W ten sposób możliwe jest nie tylko precyzyjne diagnozowanie problemów, ale także formułowanie praktycznych rekomendacji, które mogą wspierać polityki publiczne, zrównoważony rozwój oraz wzmacnianie spójności społecznej.

Konieczność rozwijania nauk społecznych i humanistycznych jest także związana z edukacją oraz kształtowaniem umiejętności niezbędnych do funkcjonowania we współczesnym świecie. Nauki te wspierają rozwój kompetencji analitycznych, krytycznego myślenia oraz empatii, które są fundamentalne w erze postępującej różnorodności i cyfryzacji. Edukacja humanistyczna, oparta na refleksji nad wartościami, historią i kulturą, umożliwia jednostkom lepsze rozumienie kontekstów, w których funkcjonują, oraz świadome podejmowanie decyzji.

Podsumowując, rozwój nauk społecznych i humanistycznych nie jest jedynie intelektualnym wyzwaniem, ale koniecznością w obliczu globalnych przemian. Tylko poprzez zintegrowane i innowacyjne podejścia badawcze możliwe jest opracowanie strategii, które przyczynią się do budowania bardziej sprawiedliwego, zrównoważonego i odpornego społeczeństwa. Interdyscyplinarna współpraca oraz nowe kierunki badań mogą nie tylko przyczynić się do lepszego rozumienia świata, ale także wpłynąć na kształtowanie przyszłości, która będzie odpowiadać na potrzeby zarówno współczesnych, jak i przyszłych pokoleń.

Współczesne badania społeczne i humanistyczne charakteryzują się rosnącym zainteresowaniem złożonością doświadczeń jednostek i społeczności w różnych kontekstach kulturowych, historycznych i społecznych. Niniejszy numer czasopisma prezentuje zbiór artykułów, które oferują wieloaspektową analizę istotnych zagadnień z zakresu historii edukacji, zdrowia psychicznego, psychologii społecznej, pedagogiki oraz badań językowych i kryminologicznych. Różnorodność podjętych tematów wynika z potrzeby interdyscyplinarnej refleksji nad zjawiskami, które kształtują współczesne społeczeństwo, a także z dążenia do zrozumienia i poszukiwania rozwiązań dla wyzwań, przed którymi stają jednostki i grupy społeczne.

Wybrane tematy badań są odpowiedzią na zapotrzebowanie na pogłębioną analizę zarówno przeszłości, jak i teraźniejszości, co pozwala na

pełniejsze zrozumienie aktualnych problemów społecznych. Artykuły przedstawione w tym numerze ilustrują, jak różnorodne metody badawcze i perspektywy teoretyczne mogą wzbogacać wiedzę na temat funkcjonowania społecznego i osobistego ludzi, wpływając jednocześnie na rozwój teorii i praktyki w różnych obszarach nauki.

Zapraszamy Państwa do lektury naszego czasopisma.

Marcin Jurczyk  
Redaktor Naczelny

# INTRODUCTION

We are pleased to present to our readers the fifth issue of the Archive of Social Sciences and Humanities, which is dedicated to the description of numerous events that occur within the broadly defined social sciences and humanities.

In a period of rapid social, economic, and technological change, the social sciences and humanities are critical to comprehending the complex processes that shape the modern world. These developments are the consequence of both rapid globalization and technological growth, and they affect all aspects of personal and society life. Thus, developing these skills is critical for properly assessing and offering solutions to global and local concerns.

The social sciences and humanities provide theoretical frameworks and research methods necessary for evaluating evolving social structures, cultural norms, and values that influence the functioning of individuals and communities. Traditional research paradigms must be constantly adjusted and broadened to address global concerns such as climate change, socioeconomic inequities, migration, and political shifts. This requirement stems from the growing complexity of problems, which cannot be examined in a one-sided manner and necessitate an integrated approach incorporating information from diverse branches of study.

Interdisciplinary collaboration is required to address contemporary difficulties, allowing for a more thorough approach to study concerns. The combination of social sciences and humanities with scientific and exact sciences allows for a more comprehensive knowledge and reaction to multidimensional phenomena. One example of such collaboration is research on the influence of new technologies on society, which integrates sociological and psychological assessments of human behavior with technological and legal knowledge to provide frameworks for ethical innovation. Addressing modern concerns, such as the development of artificial intelligence or automation, necessitates in-depth meditation on their social, cultural, and ethical implications, which are central to the humanities' interests.



Methodological advances that enable researchers to better capture new social phenomena are also significant. Quantitative tools, such as big data analysis, should be integrated with qualitative approaches to acquire a comprehensive understanding of the complexities of human behaviors and choices. This allows for not just accurate issue diagnosis, but also the formulation of realistic solutions that can promote governmental policies, sustainable development, and social harmony.

The importance of growing social sciences and humanities is connected to education and the development of skills required for success in today's society. These disciplines promote the development of analytical skills, critical thinking, and empathy, all of which are essential in an era of growing diversity and digitalization. Humanistic education, which is founded on reflection on values, history, and culture, allows people to better comprehend the situations in which they live and make more informed decisions. To summarize, the progress of social sciences and humanities is more than an intellectual challenge; it is a requirement in the face of global transformations. Only via comprehensive and creative research methodologies can policies be created to help construct a more equitable, sustainable, and resilient society. Interdisciplinary collaboration and innovative research directions can not only improve our understanding of the world, but also help shape a future that meets the requirements of both current and future generations.

Contemporary social and humanities research is marked by a rising interest in the complexities of individual and community experiences across cultural, historical, and social boundaries. This issue of the magazine has a collection of papers that provide a diverse study of important themes in education history, mental health, social psychology, pedagogy, linguistics, and criminology. The breadth of topics covered stems from the necessity for interdisciplinary study on processes impacting contemporary society, as well as the desire of understanding and finding answers to the issues that individuals and social groups confront.

The selected study subjects address the need for a thorough examination of both the past and the present, allowing for a more complete knowledge of current societal concerns. The essays in this issue demonstrate how multiple research methodologies and theoretical perspectives may expand our understanding of human social and personal functioning, while also contributing to the advancement of theory and practice in a variety of scientific domains.

We invite you to read our journal.

Marcin Jurczyk,  
Editor-in-Chief





# Pomorska wiejska szkoła oczami pierwszych autorów kronik szkolnych z lat 1945–1989

Aneta Lewińska

## Słowa kluczowe

lingwistyka kulturowa, językowa kreacja, punkt widzenia, wiejska szkoła, Pomorze

## Abstrakt

W artykule przedstawiono analizę językowej kreacji szkoły w kronikach pomorskich szkół wiejskich z lat 1945-1989. Kronika przez stulecia była dokumentem, który realizował wiele zadań, utrwalając na swych kartach najważniejsze wydarzenia z życia szkoły i wsi. Wiele tych dokumentów, nadal przechowywanych jest w szkolnych bibliotekach, gabinetach dyrektorów czy prywatnych archiwach nauczycieli zlikwidowanych wiejskich szkół, dając świadectwo życia szkolnego od pierwszych dni jej istnienia. Lingwistyka kulturowa umożliwia nie tylko odszyfrowanie i zinterpretowanie tekstu kronik jako materiału o wartości poznawczej, ale również odczytanie przyjmowanego przez nadawcę punktu widzenia oraz sposobu, w jaki autorzy tych dokumentów wartościowali rzeczywistość. Perspektywa, w jakiej w tych kronikach przedstawia się szkołę to efekt trzech ujęć - instytucjonalnego, osobowego i materialnego, w efekcie czego w kronikach powstaje wizja szkoły postrzeganej jako placówka oświatowa, jako wspólnota ludzi oraz jako budynek. Wielowymiarowy obraz szkoły w kronikach pełni funkcję informacyjną i jednocześnie perswazyjną. Tworzący kronikę kierownicy szkół chcieli utrwalić w tym dokumencie wszystko to, co w szkole ważne i jednocześnie pokazać siebie i swoją placówkę jako prężną, nowoczesną instytucję, działającą w dobrze wyposażonym budynku i osiągnącą sukcesy edukacyjne oraz wychowawcze.

## 1. Wprowadzenie

*Pełno działywy, młodych naszych pionierów z dumą i radością chodzi już do szkoły,  
bo byli tacy, którzy momentalnie za blaskiem swobody otwierali bramy szkolne<sup>1</sup>.*

<sup>1</sup> Cytowany fragment pochodzi z kroniki szkoły w Lisewie Malborskim.

*Dziatwa* i *pionierzy* – słowa pojawiające się w motcie tego artykułu doskonale charakteryzują wiejską szkołę w pierwszych latach jej powojennego funkcjonowania. Te dwa leksemy użyte w jednym zdaniu przez autora kroniki wiejskiej szkoły położonej na Pomorzu, na Ziemiach Odzyskanych w Lisewie Malborskim są znakami spajającymi szkołę przedwojenną i tę nowopowstającą, która miała wychować nowego człowieka.

*Dziatwa* czyli ‚niedorosłe potomstwo, dzieci’ to leksem, który już w *Słowniku języka polskiego* Witolda Doroszewskiego (z połowy XX wieku) (Doroszewski, 1958–1969) (opatrzonego został kwalifikatorem *przestarzałe dziś książkowe*). Słowo to przywołuje świat szkoły przedwojennej, drugi wyraz – *pionier* konotuje nową powojenną rzeczywistość, w jego definicji W. Doroszewski odsyła do konkretnego państwa i nowego ustroju, tak objaśniając ten wyraz: ‚w Związku Radzieckim i niektórych krajach demokracji ludowej: członek organizacji dziecięcej, wyrabiającej w dzieciach zalety potrzebne członkom społeczeństwa socjalistycznego’ (Doroszewski, 1958–1969). *Dziatwa* i *pionierzy*, czyli uczniowie wiejskiej szkoły ukazani zostali przez autora tego sformułowania w działaniu – „chodzą już do szkoły”, w ten sposób wyrażona została radość i dumą z powojennego powrotu do normalności – do polskiej szkoły.

Posługując się wyrazem *szkoła*, trzeba zwrócić uwagę na jego wieloznaczność. Odtwarzając wpisany w kroniki obraz szkoły, uwzględniamy trzy pierwsze (z wielu) znaczenia tego leksemu<sup>2</sup>. Szkoła to: ‚placówka nauczania, w której kształcą się dzieci i młodzież, przekazując im określoną wiedzę i umiejętności’; 1b budynek, w którym mieści się szkoła - placówka nauczania’; 1c. udzie uczący się lub pracujący w szkole – placówce nauczania<sup>3</sup>.

W kroniki badanych szkół wpisany został wizerunek pomorskiej wiejskiej szkoły – swoistego mikroświata, który po wojnie odbudowuje się w nowym kształcie, chociaż często w dawnych przedwojennych, a często jeszcze ponemieckich budynkach. Świat ten tworzą wracający do swoich

<sup>2</sup> Niniejszy artykuł oparty jest na wieloletnich badaniach autorki, których wyniki opublikowano między innymi w monografii zatytułowanej *Dla orientacji kolegów spisatem...” O szkole w kronikach szkół wiejskich Pomorza z lat 1920-1989*.

W tym artykule prezentowane jest nowe ujęcie materiału, tak, by prowadzone analizy i ich wyniki mogły posłużyć badaczom innych niż językoznawstwo dyscyplin naukowych, zwłaszcza badaczom historii współczesnej. O wartości takich interdyscyplinarnych badań pisze m.in. Tomasz Szarota, w artykule dotyczącym warsztatu historyka współczesności, zauważa, że „byłoby najlepiej, gdyby historyk starał się wykorzystać także wyniki badań pokrewnych nauk humanistycznych”, tenże, *Baza źródłowa, wiedza pozaźródłowa i literatura przedmiotu w warsztacie historyka współczesności*, „Polska 1944/45-1989. Studia i Materiały” 2003, t. 6, s. 20.

<sup>3</sup> *Wielki słownik języka polskiego*, red. P. Żmigrodzki, wydanie online: <https://wsjp.pl>

szkół przedwojenni nauczyciele, ale wysłani przez władzę emisariusze nowego porządku (zwłaszcza na Ziemię Odzyskane), jak np. Jan Pozorski, który, został mianowany inspektorem na Żuławach i „[n]ie zważając na trudności z zapalem i poświęceniem spełniał misję swego sumienia. Sam przemierzał teren, badając stan osiedleńczy i w miarę napływu nauczycieli obejmował placówki” (LM, 1945).

W niniejszym artykule przedstawiono wyniki analizy dziesięciu kronik szkół wiejskich z Pomorza, poddając badaniu w metodologii językoznawczej korpus tekstów obejmujących blisko 3000 stron rękopisów kronik szkolnych (Lewińska, 2019).

Badacze dziejów najnowszych uznają kroniki szkolne za ważne źródło w swoim warsztacie, co szeroko omawia P. Gołdyn w swojej książce zatytułowanej Źródła do dziejów szkolnictwa w Polsce w XX wieku. Sprawozdania szkolne, protokoły rad pedagogicznych, kroniki szkolne (Gołdyn, 2019, s. 8). Autor pisze, że badając dzieje szkoły powinno uwzględnić się wszelkie wytworzone w szkole dokumenty „jeśli chce się uzyskać w miarę najpełniejszy obraz dziejów danej szkoły czy szkolnictwa”. Dopuszcza również możliwość wyzyskania jednego źródła, jeśli badania mają charakter wycinkowy (Gołdyn, 2019, s. 8).

Taki też jest profil niniejszych badań, które mogą dyskurs historyczny na temat szkoły w latach 1945-1989 wzbogacić o perspektywę innej dyscypliny humanistycznej – językoznawstwa, a w szczególności lingwistyki kulturowej.

W niniejszym artykule przedmiotem analizy jest jeden typ źródeł – kroniki. Materiał dobrano według kryterium gatunku mowy, przyjmując za Stanisławem Gajdą, że istnieje związek pomiędzy obrazem świata wykreowanym w danym tekście a gatunkiem tekstu, w którym on występuje (Lewińska, 2019). Badacz wyjaśnia, że „gatunek ujmuje konwencjonalną intencję językową, szczególnie stosunek do świata służący jako norma dla nadawcy lub oczekiwanie rządzące spotkaniem odbiorcy z tekstem” (Gajda, 2008, s. 135), zatem nadawca uzależnia kształt wpisane w tekst obrazu od realizowanego gatunku, a odbiorca obraz ten odczytuje również poprzez pryzmat gatunku tekstu, w którym jest on zawarty” (Gajda, 2008, s. 135).

Odtworzony zostanie jedynie fragment wizerunku szkoły wpisany w badane teksty ograniczony do lat 1945-1989 – okresu ustroju propagandowo określanego wówczas „demokracją ludową”, w którym szkoła państwowa pełniła szczególną rolę w wychowaniu nowego społeczeństwa.

Ograniczono się również jedynie do kronik szkół wiejskich z Pomorza, uznając, że są to placówki edukacyjne o podobnej historii i ewolucji,

a powstałe w nich kroniki są do siebie podobne zarówno pod względem treści jak i formy, co pozwoli poddać badaniu korpus dziesięciu tekstów i uznać, że ma on charakter reprezentatywny (Lewińska, 2019, s. 18-22) dla danego czasu i regionu.

Terytorialnie ograniczono materiał do obszaru Pomorza. Nazwa Pomorze utrwalona w historiografii odnosiła się do terenów pozostających na przestrzeni dziejów pod różną administracją, a historia tego regionu ma swoje odrębne monumentalne monograficzne opracowanie zainicjowane już w latach 60. XX w. przez wybitnego historyka – prof. Gerarda Labudę (Wierzchosławski i Olstowski, 2015, s. 7).

Analiza językowego obrazu szkoły wiejskiej w kronikach szkół Pomorza powstała na podstawie zbioru, który tworzy dziesięć kronik szkół wiejskich wytworzonych w placówkach działających na terenie współczesnego Pomorza – od położonego najbardziej na zachód Manowa po znajdujące się już na prawym brzegu Wisły Lisewo Malborskie, od Sławoszyna w gminie Krokowa po Ocypl w Borach Tucholskich. Zbudowano w ten sposób korpus tekstów, w którym odbijają się różne aspekty życia szkolnego i wiejskiego charakterystyczne dla badanego okresu. Do korpusu weszły kroniki szkół wiejskich w Manowie, Sławoszynie, Połczynie, Lipnicy, Ocyplu, Lisewie Malborskim, Międzyłężu, Małych i Wielkich Walichnowach, Małym Garcu, Małej Słońcy (Lewińska, 2019, ss. 18-42). Najstarsze badane dokumenty to kroniki prowadzone nieprzerwanie od czasów szkoły pruskiej, najnowsze to te założone w szkołach na Ziemiach Odzyskanych.

Kronika szkoły w Połczynie (P)<sup>4</sup> jest najstarszym tekstem w badanym zbiorze, na jej okładce widnieje data *1 April 1874*. W tym samym brulionie kolejni niemieccy i polscy kierownicy skrupulatnie odnotowywali ważne fakty z życia szkoły, a pierwszy polski tekst wpisano w roku 1920 w połowie strony, wyżej zapisanej po niemiecku. Drugi tom tej kroniki założono dopiero w 1945 roku.

Kronika w Sławoszynie (S)<sup>5</sup> również sięga dziewiętnastego wieku (1877 r.), tekst polskojęzyczny rozpoczyna się podobnie w połowie karty zapisanej wcześniej po niemiecku, oddzielony został linią. W 1920 roku Stanisław Dębicki napisał: „Przy tutejszej szkole nastąpiła też duża zmiana. Dotychczasowy nauczyciel Pauly wyprowadził się na początku lutego 1920 roku do Niemiec. Naukę przy tutejszej szkole udzielał dalej dotychczasowy II. nauczyciel Dębicki (S, 1920). Szkoła przerywa swoją polską

---

<sup>4</sup> Skróty podane w nawiasach stosowane będą w oznaczaniu lokalizacji przywoływanych cytatów.

<sup>5</sup> Kroniki szkół z Połczyna i Sławoszyna obecnie znajdują się w depozycie Muzeum Piśmiennictwa i Muzyki Kaszubsko-Pomorskiej w Wejherowie.

---

działalność w latach wojny i okupacji, ale ponownie ten sam autor w tym samym zeszycie, pisze: „Dnia 27 marca wróciłem ja, Stanisław Dębicki, który byłem nauczycielem do września 1939 r. z niewoli niemieckiej do Sławoszyna” (S, 1945). Pozostał on kierownikiem tej szkoły do 1953 roku, później tę funkcję objęła jego żona Danuta (1953–1969), a następnie syn Kazimierz. W ten sposób losy tej szkoły spłotyły się nierozzerwalnie z losami jednej nauczycielskiej rodziny.

Z czasów przedwojennych ocalała też kolejna badana kronika szkoły w Międzyzłężu (M). Dokumentuje ona działalność placówki w latach 1920–1973 r.<sup>6</sup>, dziś przechowywana jest w szkole w Małych Walichnowach.

Kolejne analizowane dokumenty założono po II wojnie światowej. Kronika szkoły w Lipnicy (L) zawiera wprawdzie opis dziejów tejże szkoły jeszcze z czasów pruskich, jest to jednak tekst powstały po II wojnie światowej i stanowi swoiste wprowadzenie do nowej, kroniki prowadzonej od 1945 do 1981 roku.

W 1945 roku założono kronikę szkoły w Wielkich Walichnowach (W). Szkoła wraz z kroniką przeniosła się w 1962 roku do nowego obiektu w Małych Walichnowach. Zapisy prowadzone są w jednym brulionie od roku 1945 aż do roku szkolnego 1991/1992.

Przedwojenną historię ma również szkoła w Ocyplu, ale podobnie jak w szkole z Walichnow, dawne archiwa nie ocalały z pożogi wojennej. W dwu brulionach kronik szkolnych spisano powojenne dzieje do roku szkolnego 1982/83. Te dokumenty znajdują się dziś w Izbie Regionalnej w Ocyplu prowadzonej przez Stowarzyszenie Przyjaciół Ocypla.

Kronika szkoły z Małego Garca (MG) obejmuje lata 1946, kiedy to do swojej placówki powrócił jej przedwojenny kierownik, do roku 1970 (W 1972 roku szkoła weszła w skład Gminnej Szkoły Zbiorczej w Subkowach i nie prowadziła już swojej kroniki).

W szkole w Manowie położonym na zachodnich Ziemiach Odzyskanych zachowano dokument, który rozpoczyna się następującym wpisem: *Data założenia kroniki 1959 r.* i jest to już nie brulion w kartkę a specjalny album oprawiony w zielone sukno ze złotymi tłoczeniami. Nie został zapisany do końca, tekst urywa się na roku 1972 r., wolnych pozostało niemal sto kart.

Założycielem kolejnej kroniki był pierwszy kierownik szkoły powołanej w 1945 roku w Lisewie Malborskim – Józef Rembowski, późniejszy prorektor Uniwersytetu Gdańskiego<sup>7</sup>, wybitny pedagog, którego prace

<sup>6</sup> W 1973 szkołę w Międzyzłężu wcielono do Zbiorczej Gminnej Szkoły w Rudnie, por. <http://www.rudno.edu.pl/historia-szko-y.html>

<sup>7</sup> Józef Rembowski był współtwórcą Instytutu Psychologii na Uniwersytecie Gdańskim. W 2015 r., w dwudziestą rocznicę śmierci profesora, nowej auli w budynku Wydziału Nauk Społecznych nadano imię J. Rembowskiego.

do dziś należą do kanonu lektur studentów nauk społecznych. Kronikę tej szkoły prowadził w pierwszych latach on sam, później jego następcy. Badaniu poddano dokumenty prowadzone w tej placówce do roku 1980.

Większość szkół, z których pochodzą badane kroniki działa do dzisiaj, ale swoje papierowe kroniki prowadziły systematycznie najczęściej do lat osiemdziesiątych, w wielu badanych kronikach brakuje wpisów z lat osiemdziesiątych, a tekst urywa się w nich nieoczekiwanie. W latach dziewięćdziesiątych większość szkół informuje o najważniejszych wydarzeniach szkolnych na swoich stronach internetowych.

## **2. Punkt widzenia nadawcy a językowa kreacja obrazu szkoły w kronikach**

Dziesięć dokumentów to zbiór, który pozwoli dostrzec zarówno wspólne dla wszystkich tekstów tematy, jak i indywidualny charakter wpisów. Repertuar podejmowanych tematów jest bardzo podobny we wszystkich badanych tekstach, jednocześnie są one zawsze prezentowane z osobistej perspektywy autora danego wpisu, którym najczęściej w interesującym nas okresie jest kierownik szkoły. To on dokonuje wyboru faktów, które opisuje w kronice, a tworząc wpis, nadaje mu swój indywidualny charakter językowy i wprowadza, świadomie lub nie, ocenę przedstawianych faktów<sup>8</sup>.

Kronika szkolna jako gatunek tekstu w badanym okresie ewoluowała, a zmiany zachodziły we wszystkich aspektach, od modyfikacji sytuacji pragmatycznej i samej struktury kroniki, poprzez zmianę obrazu świata kreowanego w kronikach po transformację stylistyczną tego gatunku tekstu. Wszystkie te aspekty wymagają szczegółowych badań i warte są odrębnego opracowania, w niniejszym artykule przedmiotem szczegółowej analizy będzie przede wszystkim analiza aspektu poznawczego w powiązaniu z punktem widzenia, od którego zależy kształt wykreowanego w tekście wizerunku.

P. Gołdyn zalicza kronikę do źródeł pisanych pośrednich, zwracając uwagę na jej subiektywny charakter, pisze: „Trzeba zaznaczyć, że wszystkie te źródła mają charakter subiektywny. Szczególnie dotyczy to spr-

---

<sup>8</sup> Dla badacza językoznawcy istotne są nie tylko tematyka, ale także sposób jej prezentacji, perspektywa, punkt(y) widzenia i aksjologia wpisane w tekst, por. M. Wojtak, *Gatunki prasowe*, Lublin 2004, s. 11–18.



wozdań i kronik. Nikt bowiem w tego typu dokumentach nie pisze negatywnie o placówce, którą prowadzi lub w której się uczy, pracuje<sup>9</sup>.

Analizę tego subiektywnego spojrzenia umożliwi spojrzenie na szkolne kroniki w perspektywie lingwistyki kulturowej. Centralną kategorią pojęciową lingwistyki kulturowej jest *językowy obraz świata*, rozumiany w dwojaki sposób: „podmiotowy” i „przedmiotowy”. Pierwszemu odpowiada termin *wizja świata*, drugiemu – *obraz świata*. Drugi odnosi się do języka pojmowanego jako system, do przedmiotu „którym jest to, co zawarte w języku” (Bartmiński, 1999, s. 103). Pierwszy, to wizja wybranego wycinka świata powstała jako wynik specyficznego postrzegania świata przez nadawcę danego tekstu. W niniejszym artykule zmierzając będziemy do odtworzenia wpisanej w kroniki szkolne wizji powojennej wiejskiej szkoły na Pomorzu. W tym celu posłużymy się pojęciem *językowej kreacji świata*, przyjmując za Elżbietą Skorupską-Raczyńską, że językowa kreacja to „tworzenie w dziele literackim wizerunku kogoś i/lub czegoś przez jego autora, antropocentrycznie postrzegającego opisywaną, odtwarzaną i/lub tworzoną rzeczywistość, posiadającego właściwe mu, osobnicze zasoby słownikowe i umiejętności odpowiedniego ich stylistycznego wykorzystania. Wynikiem (efektem) tej językowej kreacji jest wytwór w postaci artystycznego dzieła (tekstu) literackiego, które dekodowane przez odbiorcę daje możliwość konceptualizacji przedstawionej tam rzeczywistości, zgodnie z jego możliwościami, naturalnymi predyspozycjami (jak wyobraźnia) oraz nabytymi umiejętnościami (jak przygotowanie językowe), a także zarejestrowanymi w pamięci doświadczeniami” (Skorupska-Raczyńska, 2013, s. 22-23). Przedmiotem badań nie jest tekst artystyczny, ale w analizowanym materiale wyraźnie ujawnia się stosowanie przez nadawcę celowych zabiegów językowych, często wyraźnie zindywidualizowanych, z zamiarem stworzenia określonej wizji szkoły. Analizując powstałą wizję świata odczytamy również, jaki punkt widzenia, przyjmuje nadawca tekstu. Uznając, za Jerzym Bartmińskim, że punkt widzenia to „czynnik podmiotowo kulturowy, decydujący o sposobie mówienia o przedmiocie, w tym m. in. o kategoryzacji przedmiotu” (Bartmiński, 1999, s. 105) przyjmujemy, że analizując obraz powojennej pomorskiej szkoły wiejskiej musimy uwzględnić związek wpisane w tekst obrazu badanego przedmiotu z przyjętym przez nadawcę punktem widzenia. W kronikach szkolnych wizja wpisane w nie świata jest wypadkową tego, jak postrzega świat autor kronik – najczęściej kierownik szkoły – oraz tego, jak ten świat celowo kreuje, profilując jego

<sup>9</sup> P. Gołdyn, *Źródła...* s. 15 oraz s. 116-17.

wybrane – przede wszystkim ze względu na wpisane w tekst odbiorcę – elementy.

Ważnym czynnikiem kształtującym obraz szkoły w kronikach jest zatem sytuacja pragmatyczna, w jakiej te teksty funkcjonują. Kronika szkolna w badanym okresie miała zarówno różnych nadawców, jak i odbiorców. Sytuacja komunikacji wpisana w badane teksty powiązana była i jest z systemem edukacji, w jakim funkcjonuje szkoła, a ten wiąże się ściśle z ustrojem państwa. Nadawcą tekstu zamieszczanego w kronikach w badanym okresie był w pierwszych dziesięcioleciach po wojnie zawsze kierownik szkoły<sup>10</sup>.

Pierwszymi autorami kronik byli powracający z wojennej tułaczki nauczyciele tej szkoły, jak to miało miejsce w Małym Garcu, gdzie „[p]owrócił na tę posesję nauczyciel Wiktor Koślicki, który tu pracował przed wybuchem wojny od 1.8.1934 r.” (MG, 1946), podobnie w Połczyniu, Lipnicy, Sławoszynie. Opuszczone placówki obejmowali nauczyciele, którzy w związku ze zmianami kształtu państwa przybywali na Pomorze z innych ziem dawnej Rzeczypospolitej (np. w Małej Słońcy), inni zakładali dopiero polskie szkoły na Ziemiach Odzyskanych (np. w Lisewie Malborskim).

Nauczyciele z każdej z tych grup inaczej kreują obraz swojej szkoły. Dawni pracownicy szkoły ujawniają w tekście swój emocjonalny związek z placówką, wsią, mieszkańcami, jak np. autor wpisu w kronice ocypełskiej szkoły, który z podziwem opisał działania wsi podjęte już w czerwcu 1945 roku: „Tutejszej ludności, pomimo że sama borykała się z trudnymi warunkami życia po przejściu frontu, chodziło o to, żeby ich dzieci pozabawione przez sześć lat szkoły polskiej znowu mogły korzystać z nauki w języku ojczystym [...] naprawiono okna, zrobiono ławki, wprowadzono prymitywne, bo składające się z klocków i zwyczajnych desek i po usunięciu innych jeszcze braków budynek szkolny stał się możliwy do rozpoczęcia nauki” (O, 1945).

Nowi przybysze na Ziemi Odzyskanej inaczej, bo w języku ówczesnej propagandy, wyrażają radość z powrotu polskiej szkoły na te ziemie. Pierwsze słowa w kronice szkoły z Lisewa Malborskiego nie nazywają konkretnych działań ludzi, wprowadzają patos, znane z tamtych czasów metafory i peryfrazy: „Po sześciu latach krwawych zmagania z krzyżackim najeźdźcą pękły kajdany niewoli. Bestia germańska pod naporem Armii Czerwonej i Wojska Polskiego w panicznym popłochu znalazła

---

<sup>10</sup> Kazimierz Trzebiatowski w monografii *Organizacja szkolnictwa w Polsce Ludowej*, Warszawa 1972, podaje: „W małych szkołach podstawowych – a takie były wiejskie szkoły – sprawy biurowe prowadził osobiście kierownik szkoły”.

się w swoim legowisku<sup>11</sup> [...] Momentalnie zabraliśmy się do sformowania życia społecznego – bo wiedzieliśmy, że ład i porządek prowadzi do celu (LM, 1945). Inny nauczyciel, obejmujący szkołę, do której go posłano, wprost wyrażają swoje rozczarowanie oschłym przyjęciem przez lokalną wspólnotę mieszkańców i z rozgoryczeniem opisuje swoją sytuację: „Nauczyciele, t.zw. „repatrianci”, nie posiadają nawet najprymitywniejszych mebli. W tym czasie u ludności miejscowej jest dużo mebli poniemieckich. Nikt jednak nie kwapi się, by przyjść szkole i nauczycielom z pomocą choćby przez wypożyczenie niezbędnych mebli” (MS, 1945).

Kroniki dają też świadectwo niezwykłych losów pomorskich nauczycieli, którzy przeżyli (na polu walki i w obozach) pierwszą i drugą wojnę światową, piszą oni z dumą: „Rozpoczęłam pracę 1 lipca 1945 r. w dwa miesiące po powrocie z obozu hitlerowskiego i po zakończeniu wojny. [...] Swoje siły młodzieńcze, zapał i najlepsze lata oddałam tej szkole i tej wsi. Z Polczynem związałam się na stałe [...] tu chcę przeżyć resztę swoich dni” (P, 1980).

Wpisy powracających z tułaczki wojennej nauczycieli są przejmującym świadectwem okrucieństw wojny<sup>12</sup>, jak np. ten zamieszczony w kronice z Ocypla, gdzie czytamy „aresztowano w tutejszym powiecie prawie wszystkich nauczycieli polskich i w bestialski sposób ich zamordowano. Między innymi zginął też ówczesny kierownik tutejszej szkoły Franciszek Stoltman, oficer rezerwy oraz dobry Polak i wychowawca dzieci” (O, 1945).

Kiedy szkoła weszła w okres powojennych przemian ustrojowych zmieniają się często nadawcy kronik, powracających przedwojennych nauczycieli zastępują kierownicy wysyłani na wiejską placówkę przez władzę. Zmiana nadawcy pociąga za sobą zmianę obrazu szkoły i sposobu jej kreowania. W kronikach nad funkcją informacyjną (niekiedy współhistniejącą z funkcją ekspresywną) zaczyna dominować funkcja perswazyjna<sup>13</sup>. Pierwsze kroniki powstawały jako akty mowy wywołane wieloma, niekiedy odmiennymi potrzebami, pisano je „dla orientacji

<sup>11</sup> Podkreślenia Aneta Lewińska. W tym i kolejnych przywoływanych cytatach wyróżniono w ten sposób warte szczególnej uwagi środki językowe stosowane przez nadawców tekstu.

<sup>12</sup> Obrazowi wojny w kronikach poświęcono odrębny artykuł: A. Lewińska, *Okupacja hitlerowska na pomorskiej wsi w świetle kronik szkolnych - wybrane aspekty*, [w:] *Polszczyzna wczoraj i dziś*, Gdańsk 2020, s. 341-356.

<sup>13</sup> R. Grzegorzyczkowa w artykule zatytułowanym *Problem funkcji języka i tekstu w świetle teorii aktów mowy*, („Język a Kultura” t. 4: *Funkcje języka i wypowiedzi*, red. J. Bartmiński, R. Grzegorzyczkowa, Wrocław 1991, s. 11-28) zwraca uwagę, że wypowiedzi o funkcji informacyjnej mogą realizować różne intencje nadawcy, od czysto informacyjnej (charakteryzujące się ramą modalną: „chcę, żebyś wiedział” lub, „wiedz, że”) po wypowiedzi nie czysto informacyjne, w których ujawnia się również „[f]unkcja nakłaniająca (impresywna, konatywna) angażująca silnie odbiorcę”, kiedy to nadawca chce „wpłynąć w pewien sposób na odbiorcę, przede wszystkim na jego stan mentalny przez perswazję, tamże, s. 23-24.

kolegów”, ponieważ „[z] braku dowodów obecnie, na niektóre własności szkolne jak pompa i licznik mogące wywołać kwestie sporne,” (MG, 1946), albo dla porządku, uznając, że prowadzenie szkolnej dokumentacji jest równie ważne jak organizowanie procesu dydaktycznego, dlatego w Ocyplu „[p]ierwszą czynnością nowego kierownika szkoły było uporządkowanie kancelarii szkolnej i należyte zorganizowanie nauki szkolnej” (O, 1946). Najważniejszym dla kierownika szkoły i często pierwszym czytelnikiem tego dokumentu był inspektor szkolny reprezentujący władze oświatowe. Niemniej jednak, autorzy kronik doceniali także wartość pamiętkową tworzonego tekstu, starali się opisać w nim wiele przejawów życia szkolnego i całej wiejskiej zbiorowości, mając na uwadze przyszłego odbiorcę tekstu, innego niż władze oświatowe. Intencjonalnym adresatem kronik są również przyszli badacze życia społecznego<sup>14</sup>, ale przede wszystkim absolwenci szkoły i kolejne pokolenia mieszkańców wsi, którzy w tych dokumentach odnajdą kiedyś swoje korzenie. Świadczą o tym obecne niemal w każdej kronice fragmenty opisowe dotyczące historii wsi i regionu, w którym położna jest szkoła, tworzone z większą lub mniejszą sprawnością, często w oparciu o dostępne kierownikowi źródła historyczne i wywiady z mieszkańcami. Dowodem upamiętniającej funkcji kronik są też liczne wpisy pojawiające się w roku 1945 w wielu dokumentach, których celem było zachowanie w kronice pamięci o pomordowanych przez hitlerowców nauczycieli oraz mieszkańców wsi i okolicy. Wprost tę intencję wyraża autor kroniki szkoły w Połczynie, pisząc: „Kierownik tutejszej szkoły Zdzisław Rychłowski podjął się przeżycia wojenne tutejszych mieszkańców uwiecznić w kronice na podstawie opowiadań ludności. Nie mieszkałem w tym czasie w tych stronach. Byłem za młody, by zdawać sobie sprawę z tych okropności wojny. Mieszkańcy Połczyna, ludzie starzy i młodszy, pamiętający doskonale lata 1939-45 często w rozmowach wspominali ten okres i na podstawie tych opowiadań te czasy opisują. Z tą samą myślą nosił się mój poprzednik zakładający tę kronikę Kol. Teodor Chodubski zostawiając stronicę początkowe kroniki nie zapisane (P, 1945)<sup>15</sup>. W przytoczonych fragmentach ujawnia się punkt widzenia, nauczyciela, który wraca do swojego dawnego miejsca pracy, członka miejscowej wspólnoty, który chce, by kronik szkolna stała się także dokumentem całej wspólnoty mieszkańców wsi.

---

<sup>14</sup> Por. wpis w internetowym poradniku *Jak prowadzić kronikę szkolną*, gdzie czytamy: „Kronika szkolna powinna przekazać” przyszłym pokoleniom obraz współczesnego życia, rozwoju i działalności szkoły”, <https://profesor.pl/publikacja,11284>, Rady, *Jak-prawidlowo-prowadzic-kronike-szkolna* [dostęp online, 2 lutego 2023 r.]

<sup>15</sup> Wpis ten uzupełnia lista pomordowanych zakończona formułą *Cześć ich pamięci!*

Nadawca, w zależności od projektowanej sytuacji pragmatycznej przyjmuje wiele punktów widzenia. W dokumentach przeplatają się wpisy, w których to przede wszystkim kierownik placówki oświatowej, i te wpisy mają najczęściej dominujący informacyjny charakter oraz urzędowy styl, np.: „Rok szkolny kończył się 28.VI. Procent uczęszczania w poszczególnych miesiącach był następujący: wrzesień: 93%, październik 78,55%, listopad 89,24%, grudzień 79%, styczeń 79%, luty 91,46%, marzec 78,84%, kwiecień 90,09%, maj 84,75%, czerwiec 89,72%” (S, 1946). Pojawiają się również wpisy, w których kierownik nie tylko informuje o faktach, ale wartościuje przedstawianą rzeczywistość i wyraźnie stara się swoją szkołę pokazać w jak najlepszym świetle, np. jako placówkę, która potrafi *miło* pożegnać absolwentów, organizując „[w]ieczorek pożegnalny dla absolwentów kl. VIII” podczas którego „[p]rzy wspólnej kawie absolwentów uroczyście pożegnała kierownik szkoły, a następnie przewodnicząca Komitetu rodzicielskiego. Po kawie odbyła się zabawa dla rodziców i absolwentów, którą przebiegała bardzo miło” (MG, 1962).

W badanych dokumentach ujawnia się wprost nie tylko nadawca tekstu, ale często także jego urzędowy odbiorca – inspektor szkolny. Na wielu stronach tych dokumentów znajdujemy podpisy inspektorów, niekiedy z czytelnym imieniem i nazwiskiem, np. Jan Pozorski podpisał się już 1 marca 1946 roku na 3 stronie kroniki szkoły w Lisewie Malborskim. Pokazuje to jak ważnym odbiorcą tych dokumentów były władze szkolne, co mało istotny wpływ na treść i kształt tworzonych w dokumentach wpisów i częsty nadawca tworzący obraz z punktu widzenia urzędnika nowej władzy.

Narracja prowadzona z tak wielu punktów widzenia daje możliwość wykreowania obrazu szkoły widzianego w różnych perspektywach, czyli, tworzonego z wielu „aspektów” („stron”) przedmiotu, które są w pewnym nieprzypadkowym porządku brane pod uwagę przez mówiącego” (Bartmiński, 1999, s. 112).

## 2. Szkoła w kronikach – różne ujęcia jednego obrazu

Badając całościowy efekt wynikający z wielu ujęć obrazu szkoły, dostrzegamy, że wizerunek ten pokazywany jest w badanym korpusie w trzech aspektach: instytucjonalnym, osobowym i materialnym. Wynika to z tworzenia obrazu różnych punktów widzenia: urzędnika, kierowni-

ka, nauczyciela, kolegi w zespole nauczycielskim, mieszkańca wsi, członka danej zbiorowości wiejskiej lub kogoś pozostającego na zewnątrz tej zbiorowości. Wszystkie te aspekty, w jakich wykreowano wizję szkoły, pozwalają czytelnikowi dostrzec w kronikach pełnowymiarowy obraz szkoły funkcjonującej na pomorskiej wsi w latach 1945-1989.

Najwięcej miejsca zajmuje w badanych tekstach szkoła pokazywana jako instytucja. Wiąże się to z najczęściej z widocznym w tekście punktem widzenia kierownika szkoły, odpowiedzialnego za organizację procesu nauczania. Uwidacznia się to już na poziomie struktury każdego z badanych tekstów, podzielonego na wewnętrzne segmenty odpowiadające kolejnym latom szkolnym. W tekście wyraźnie oddziela się graficznie te części tytułami *Rok szkolny 1945/46* (i kolejne), dzięki czemu odbija się w kronikach niezmienny od przeszło stulecia naturalny rytm pracy szkoły w naprzemiennych cyklach nauki i wakacji. Wprawdzie daty początku i końca roku szkolnego na przestrzeni badanych lat zmieniały się, niemniej czas pracy i czas odpoczynku wzajemnie po sobie następowały, wyznaczając, (podobnie jak cykl natury i rok liturgiczny) rytm życia nauczycieli, uczniów i ich rodziców - mieszkańców pomorskiej wsi.

Szkoła przedstawiana w badanym materiale to placówka o przeszło stuletniej tradycji, ale też instytucja w ciągłym rozwoju, podlegająca wielu zmianom organizacyjnym i programowym. Dla małych wiejskich szkół najistotniejsze były zmiany przeprowadzone w latach siedemdziesiątych, kiedy z powadzeniem tworzono sieć szkół gminnych, likwidując małe szkoły o dwu nauczycielach (Domke, 2015, ss. 240-246). Zanim to jednak nastąpiło kierownicy małych placówek opisywali w kronikach odświeżone życie szkoły, które dowodziło ich kompetencji edukacyjnych i organizacyjnych. Warte rozbudowanego wpisu były przede wszystkim uroczystości, którymi żyła nie tylko szkoła, ale i cała społeczność, jak np. działalnością teatralną prowadzoną w Ocyplu dla całego regionu, której nie przerwała nawet ciężką zimą 1952 r., kiedy to „udała się młodzież pozaszkolna Ocypla zorganizowana w »Zespole planowego czytania« sami do Osowa, gdzie na sali ob. Gregorkiewicza odegrała dwie sztuczki teatralne: Balladynę – Juliusza Słowackiego i Wesele Jagny – Antoniego Lachowicza” (O, 1952),

Przegląd repertuaru opisanych w kronikach świąt szkolnych daje możliwość obserwowania zmian, które zachodziły zarówno w szkole jak i świecie, w którym funkcjonowała. Szkolne uroczystości o charakterze świeckim pokazują, jakich bohaterów uznawano za wzorce osobowe dla dzieci i ich rodzin. W kronikach czytamy o promowaniu twórczości Puszkina, kiedy to „[w] sali szkoły podstawowej w Ocyplu odbył się ostat-

nio wieczór Puszkiniowski, na który tłumnie przybyli wszyscy mieszkańcy wsi. Tow. Osowski kierownik szkoły w obszernym interesującym referacie zapoznał zebranych z życiem i twórczością jednego z największych poetów Słowiańszczyzny. Przygotowana sumiennie przez swoich nauczycieli dziatwa recytowała fragmenty poezji Aleksandra Puszkina” (O, 1955).

Autorzy wszystkich kronik informują – najczęściej zachowując obojętny wówczas pełen patosu styl – o śmierci Józefa Stalina, pisząc np.: „W dniu 5 marca 1953 roku przestało bić serce największego człowieka naszych czasów tow. Józefa Stalina (O, 1953).

Kreując szkołę w wymiarze instytucjonalnym przedstawiają swoją placówkę jako zainteresowaną także sprawami ogólnopolskimi, np. w kronice z Ocypla znajdziemy informację o toczącej się ogólnonarodowej dyskusji nad projektem Konstytucji Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej (O, 1952), w sławoszyńskiej o tym, że „odbył się pierwszy spis ludności i inwentarza w Polsce (S, 1921). Wagę wydarzeń lokalnych, ogólnopństwowych i światowych podkreślano wklejając do kronik odpowiednie wycinki prasowe<sup>16</sup>. Informowano o udziale uczniów w różnych konkursach, np. „Młodzież w walce z czerwonym kurem (O, 1960), czy wygranej w konkursie czytelniczym żony kierownika szkoły i jego wyprawie do Warszawy po nagrodę żony (była pralka eklektyczna, O, 1959). Obowiązkowo pojawiały się także informacje o udziale szkolnej społeczności w czynach społecznych, najczęściej ilustrowane odpowiednim tekstem prasowym, o silnej funkcji perswazyjnej, np. „Najwyższa wartość czynów społecznych w powiecie tczewskim przypada na naszą gromadę oraz Turze, Rożental i Tczew – Wieś. W przeliczeniu na statystycznego mieszkańca wynosi 300-700 zł w skali rocznej” (MG, 1970).

Prasowe artykuły o wadze ogólnopolskiej, dotyczą przede wszystkim spraw związanych z polityką, np. w kronice Małej Słońcy obok sporządzonego przez dyrektora opisu V Zjazdu PZPR znalazło się zdjęcie I sekretarza KC PZPR – Władysława Gomułki (MS, 1968), ale za ważne wklejenia do kroniki uznaje inny kierownik także artykuły dotyczące XX, XXI i XXXIII Wyścigu Pokoju, który przyciągał przed telewizory miliony Polaków, wkleja np. artykuł zatytułowany „Ryszard Szurkowski i polska drużyna triumfatorami XXIII Wyścigu Pokoju (MS, 1970). Notatki i artykuły prasowe uzupełniają komentarze dyrektora, oddające nastrój tamtych dni: „Sukcesy naszej drużyny na trasie Wyścigu Pokoju szczególnie

<sup>16</sup> Analizie wycinków prasowych zamieszczanych w badanych kronikach poświęcono odrębny artykuł: Lewińska, A. (2017). Młodzież szkolna daje przykład – wycinki prasowe w kronikach szkół wiejskich (na przykładzie powiatów tczewskiego, starogardzkiego i malborskiego, *Media, Biznes, Kultura*, 1(2), ss. 149-164. —

emocjonowały naszych uczniów, którzy przy aparatach telewizyjnych przeżywali niezapomniane chwile (MS, 1968).

Wklejając wycinki prasowe niektórzy autorzy kronik wprowadzają do tych dokumentów wydarzenia Grudnia 1970. wybrano artykuły związane z pracą szkoły, np. „Komunikat kuratora oświaty i wychowania w Gdańsku” (MS, 1970) o odwołaniu zajęć szkolnych, jak i te odnoszące się szerzej do wydarzeń na Wybrzeżu: „Sytuacja na Wybrzeżu. przestoje w pracy utrudniają życie mieszkańcom” (MS, 1970), Tekst zatytułowany „VIII Plenum KC PZPR” dotyczy rezygnacji Stanisława Kociołka z partyjnych funkcji na Wybrzeżu. W ten sam sposób wprowadzono do niektórych kronik wydarzenia grudnia 1980, wklejając wycinki z parsy zatytułowane, np.: „Polska – komunikat o porozumieniu pracowników oświaty z rządem 15 XI 1980” (MS, 1980), „Odezwa Komitetu Centralnego PZPR” (MS, 1980).

Najciekawszą wiadomością o zasięgu światowym, jaka znalazła się wśród analizowanych wycinków, to wycięty komunikat PAP pt. „Armstrong i Aldrin pierwszymi lunoautami” (MS. 1969).

Instytucjonalny wymiar szkoły ujawnia się w kronikach nie tylko w informacjach o początku i końcu roku szkolnego, relacjach z obchodów świąt państwowych, ale też poprzez obecność i późniejszą nieobecność wątków religijnych w kronice (Lewińska, 2018, ss. 87-106). W opisach szkolnych obchodów świąt religijnych możemy obserwować jak ze szkół zniknęła nie tylko nauka religii, ale też jak rodziła się „nowa świecka tradycja”, którą tworzono, używając językowej manipulacji, np. wprowadzając do deskrypcji wyrażenie *corocznym zwyczajem*, który miał sprawiać wrażenia trwałości tego typu obrzędów, np.: „Corocznym zwyczajem odbyła się 6 stycznia choinka noworoczna z bogatym programem artystyczny (MG, 1954).

W badanym materiale można dokładnie obserwować proces zmiany dokonywanych nie tylko za pośrednictwem języka, ale także poprzez wymianę materialnych i niematerialnych symboli religijnych na świeckie. W kronikarskich wpisach św. Mikołaja zastąpił *Dziadek Mróz*, świecidełka na choince uzupełniono papierowymi „szóstkami, które miały oznaczać Plan Sześćioletni, a na wierzchołku choinki widniał gołąb pokoju (O, 1950). Kroniki dają świadectwo pełnej konsekwencji, z jaką te zmiany wprowadzano, budując program *noworocznej choinki*, czyli uroczystości, która zastąpiła *gwiazdkę*. Zmieniono nie tylko bohatera, dekoracje, ale też wprowadzono zamiast kolęd absurdalne w tej sytuacji wiersze i piosenki, np.: „[d]eklamacje uczniowskie wierszy o choince, zimie, pracy, planie 6-let- nim. Deklamacje były przeplatane śpiewem uczniów klas V



i VI (Hymn młodzieży, My jesteśmy mali przodownicy, Piosenka o Nowej Hucie, Walczyk murarski i in.)” (MS, 1954).

Kroniki informują także o jeszcze innych przejawach działalności szkoły, która stwarzała często jedyną okazję dzieciom wiejskim na poznanie kraju. Autorzy kronik chętnie piszą o zorganizowanych wycieczkach, o wyjazdach do Gdańska, Gdyni, Warszawy, a w późniejszych latach także w góry i do innych regionów kraju. Wpisy te służą podkreśleniu dydaktycznego charakteru wypraw, autorzy sięgają po wyrażenia i zwroty, które wprost informują o poznawczych celach wycieczek, np. dzieci wyjeżdżały, *aby poznać, zwiedzać*. Bywają też opisywane w kronikach i wycieczki o innym charakterze, np. do sąsiedniej szkoły na „rozgrywki w dwa ognie” (M, 1951).

Życie odświeżone, dawało szansę na zaprezentowanie szkoły w jak najlepszym świetle, ale równie dobrze służyć mogło temu celowi prezentowanie w kronice działalności licznych organizacji szkolnych, które w badanym okresie powoływano w każdej placówce, by szkoła, mogła wychować nowego socjalistycznego człowieka. Najważniejszą taką organizacją był Związek Harcerstwa Polskiego, i w wielu kronikach znajdujemy informacje o jego działalności w danej szkole, ale są też notatki o powoływaniu spółdzielni uczniowskich (np. „Będziemy mieli własną spółdzielnię”, MG, 1967). O tym jak długa to była lista organizacji i jak szeroki miała zasięg świadczy np. ten wpis: „istnieje kilka organizacji uczniowskich: Spółdzielnia Uczniowska, Szkolne Koło „Budujemy Warszawę”, do którego należą wszyscy uczniowie, Szkolna Kasa Oszczędności, Koło Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża i Szkolne Koło Przyjaciół Związku Radzieckiego, którego członkami są uczniowie kl. IV i V” (MS, 1952).

Szkoła – instytucja ówczesnego aparatu władzy, pełniła także edukacyjną rolę wobec dorosłych mieszkańców wsi zwłaszcza w pierwszych latach po wojnie, organizując nie tylko propagandowe uroczystości i kurs języka rosyjskiego, na którym „[c]hłopi uczą się języka rosyjskiego by lepiej poznać życie i kulturę Kraju Rad” (O, 1954), ale też likwidując analfabetyzm, organizując kursy wieczorowe dla „młodzieży poza szkolnej w języku polskim, matematyce i historii” (W, 1945).

Institutionalny wymiar szkoły to bardzo ważna strona wpisane go w kroniki obrazu, ale ujęcie szkoły jako zespołu ludzi nadaje kronikom wiejskich szkół niezwykle ciekawy i często osobisty charakter. Kroniki są świadectwem losów ludzi, którzy byli sobie bliscy, przede wszystkim nauczycieli i mieszkańców wsi). W latach czterdziestych znajdujemy w kronice obraz ludzi tworzących z pasją i ogromnym zaangażowaniem,

(co ujawniało się w przytaczanych wyżej fragmentach zaczerpniętych z pierwszych powojennych wpisów) polską szkołę dla kilkunastu czasem uczniów.

Zmiany organizacyjne lat siedemdziesiątych pociągnęły za sobą zmianę relacji osobowych, szkoły z małych instytucji, w których uczyło dwoje nauczycieli (często małżeństwa) przekształcały się w duże placówki z kilkunastoosobowym gronem pedagogicznym i wieloma klasami, co zmieniło także ten aspekt wpisanego w kroniki obrazu. Kronika ewoluowała od niemal osobistego pamiętnika kierownika szkoły, który utożsamiał swoje losy z losami placówki, którą zarządzał, do coraz bardziej bezosobowego dokumentu działania biurokratyzującej się instytucji podlegającej zwiększającej się ingerencji państwa.

W pierwszych wpisach znajdujemy jeszcze pełne emocji życiorysy nauczycieli, ich imiona i nazwiska, relacje z wojennej tułaczki, później informacje o zdobywanych w trakcie pracy nowych kwalifikacjach, wykształceniu, co od nauczyciela wiejskiego wymagało znacznego wysiłku, dowiadujemy się o zdobytych nagrodach, ale też o życiu osobistym. Nadawca tekstu informuje o chorobach, o przykrych wypadkach losowych, które dotyczyły uczniów i nauczycieli, ale też o ich zmaganiach z materialnymi niedostatkami. Humorystyczny wydzwitek ma wpis, w którym autor stara się plagą myszy wyjaśnić powód niskich zarobków nauczycieli, komentując odejście nauczycielki, która uznała, że „Nikła pensja nie wystarcza na wyżywienie, pozawalała jedynie na nędzną wegetację (LM, 1946).

Nadawcy kronik w różny sposób przedstawiają ten osobowy wymiar szkoły, co ma związek z ich indywidualnym stylem prowadzenia kroniki, ale zapewne też z poczuciem wspólnoty z wiejską społecznością. Autor tego wpisu wprost wyraża intencje budowania wspólnoty ludzi: „Chcę również udostępnić ten telewizor dzieciom i dorosłym mieszkańcom wsi, którzy nie posiadają w domach swoich aparatów telewizyjnych” (P, 1967)

Szkole w badanym okresie narzucono rolę kształtowania świadomości nie tylko uczniów, ale i ich rodziców, w kronikach znajdziemy świadectwo tego, że mogła ona budować poczucie wspólnoty jednoczącej mieszkańców nie tylko wokół propagandowych akcji, ale także w radośnym świętowaniu. W Ocyplu zabawa organizowana na zakończenie roku szkolnego stała się wieloletnią tradycją, a autor kroniki poświęcają jej opisom wiele miejsca, wywołując przed oczami czytelnika kolorowe, dynamiczne nasycone szczegółami obrazy, jak np. ten z roku 1967, kiedy to: „o godz. 2-giej po południu ruszył ze szkoły barwny pochód dzieci

szkolnych. Na czele pochodu szła miejskowa orkiestra. Za nią szły dzieci z transparentem z napisem „Dalej wraz w piękny czas na przechadzkę w las” Następnie postępowaly dzieci w białych sukienkach przepasanych zielonymi wstążkami niosąc barwne łuki ozdobione kwiatami. Pogoda dopisywała w całej pełni toteż zabawa szkolna upływała w miłym i wesołym nastroju. Dzieci popisowały się poza śpiewem i deklamacjami pięknymi tańcami i korowodami [...] O godz. 10-tej pieśnią Wszystkie nasze dzienne sprawy zakończono tę miłą imprezę” (O, 1946).

W przywołanych fragmentach znajdujemy typowe dla badanego materiału przedstawienie uczniów, o których w kronikach wspomina się znacznie mniej niż o nauczycielach czy władzach oświatowych. Uczniowie pojawiają się w tym obrazie najczęściej w opisach występów na szkolnych akademiach oraz w danych statystycznych (ilu rozpoczęło naukę, ilu skończyło), także wtedy, kiedy wygrywają konkursy lub – niezwykle rzadko – w notatkach o ich wybrykach i nagannym zachowaniu. W tekstach z lat osiemdziesiątych pojawiają się listy imienne absolwentów, czasem wklejone tablo.

Wyjątkowy charakter ma kreacja szkoły rozumianej jako wspólnota ludzi w kronice z Małej Słońcy. Nadawca tekstu, kierownik, repatriant, tworzy obraz silnie nasycony emocjami z wpisaniem w tekst negatywnym wartościowaniem uczniów i ich rodziców, pisze: „Rodzice uczniów, to przeważnie „eingedeutsche” z czasów okupacji jest też kilka „Volksdeutscheów” Wyobrazenie o sobie mają zbyt pochlebne. Zdaje się im, że ich dzieci są kulturalne i grzeczne. Rzeczywistość przeczy temu: dzieci są mocno zdemoralizowane, po prostu dzikie. Bijatyki między chłopcami i dziewczętami, wyzywania się i wzajemne kradzieże, brak uszanowania dla starszych i nieumiejętność zachowania się w szkole – wszystkie te rzeczy ujawniają się od samego początku. (MS, 1945). W przywołanym fragmencie znalazło się wiele leksemów prymarnie wartościujących negatywnie, od wyrażień o słabym ładunku emocji, np. *brak uszanowania dla starszych*, poprzez ironiczne określenie rodziców - *[w]yobrazenie o sobie mają zbyt pochlebne* po silnie nacechowane nazwy nagannych zachowań: *kradzieże, bijatyki, wyzywanie* i okupacyjne nazwy grup narodowościowych: *eingedeutsche, Volksdeutsche*

W badanym korpusie jest to jednak rys wyjątkowy. W większości kronik nie znajdziemy tak silnie wartościujących negatywnie i krzywdzących dla lokalnej społeczności sądów. Najczęściej nadawcy kreują obrazy ludzi poprzez opis ich związku ze szkołą, o którą wspólnie dbają. Wizerunek szkoły postrzeganej jako instytucja i współtworzący ją ludzie uzupełniają jej materialny wymiar, powiązany silniej z mieszkańcami wsi

niż z instytucjami, Szkoła to także budynek i jego wyposażenie, o które jednak częściej w świetle kronik dbają sami mieszkańcy i nauczyciele, niż powołane do tego instytucje. Tworząc tę stronę swojego obrazu szkoły nadawca tekstu przyjmuje przede wszystkim punkt widzenia zarządcy, który już od pierwszych dni dba o powierzony majątek, np. w kronice lipnickiej zamieszcza *Odpis protokołu przejęcia budynku szkolnego oraz inwentarza* (L, 1945). W kolejnych latach znajdujemy w tych dokumentach wiele wpisów świadczących o staraniach kierowników, by np. pozyskać książki do biblioteki (Np. LM, 1971). Nadawcy tych tekstów informują również o zakupie innych pomocy dydaktycznych, a zwłaszcza o zakupie telewizora, który służył całej wsi. W kronikach przeczytamy o budowie czy rozbudowie (wspólnymi siłami całej społeczności) szkoły. W kronice z Manowa autor napisał, że „by przyspieszyć termin oddania pawilonu uczniowie naszej szkoły podjęli zobowiązanie – pracować na placu budowy: porządkować plac, upiększyć teren” (Mn, 1969) i podobnie w Międzyłężu „[w] czynie społecznym dokonano wykopów pod fundamenty” (M, 1965/66). Dzięki tym staraniom całej zbiorowości w kolejnych latach szkolnych zmienia się obraz szkoły pojmowanej jako ‚budynek’. W miejsce opisów, w których występowały takie określenia jak: *zniszczony, bez szyb, ogołocony, ciemny, zimny* pojawiają się informacje o zmianach na lepsze, jak np. ten wpis: „Warunki pracy nieco poprawiły się, gdyż w wyremontowanym budynku mieści się trzy ładne, jasne klasy” (S, 1967).

Obraz szkoły wiejskiej w jej wymiarze materialnym jest specyficzny, bo jego ważną część stanowią też przyszkolne działki ogrodnicze. Pisze się o nich w kronikach najczęściej dobrze, nasycając deskrypcję licznymi nazwami uprawianych tam gatunków roślin. Ujawnia się tu kolejny punkt widzenia, z którego nadawca ogląda szkołę, kierownik występuje w roli osoby znającej się nie tylko na zarządzaniu szkołą, ale także na uprawie roli, fachowo informuje: „Na 13 a ziemi szkolnej dzieci z klas III, IV, V posiały słonecznik i kukurydzę. (...) Nasion kukurydzy bułgarskiej dostarczył Wydział Rolny Wojewódzkiej Rady Narodowej w Gdańsku (MS, 1953). Materialny wymiar szkoły wiejskiej to jednak nie tylko szkoła i działka przyszkolna, ale także zasoby mieszkaniowe dla nauczycieli. Pełniły one ważną rolę, były często jedynym magnesem, który miał przyciągnąć nowe wykształcone kadry do rozwijających się wiejskich placówek, dlatego kierownicy szkół w swoich kronikach kreowali obraz szkoły, która dysponuje tym atutem, np. eksponując niezwykłą przecież w połowie lat siedemdziesiątych wielkość mieszkania: „W domu nauczyciela mieszkanie trzy-pokojowe czeka na nowych nauczycieli” (LM, 1976).

Inny kierownik, w kronice nie znalazł powodów do pochwalenia się swoimi osiągnięciami i wyraża swój gniew, rozgoryczenie, a pretensje kieruje do władz. Sięgając po charakterystyczne dla nowomowy ówczesnych czasów określenia wartościujące, jak np. *kacyk*, stara jednocześnie przedstawić siebie jako zapobiegliwego zarządcę. Pisze: „Dwie młode nauczycielki mieszkały w jednym pokoiku w domu spółdzielczym. Zarząd spółdzielni pod naciskiem POM Rudno próbował przemocą usunąć nauczycielki do innego mieszkania, by pokój w budynku spółdzielczym przeznaczyć dla traktorzystów POM. Sprawa oparła się o władze oświatowe. [...] W tej sprawie zaznaczyła się bardzo nieprzyjemna postawa wobec nauczycieli i kierownika szkoły – instruktorów POM Rudno... i zarządu Spółdzielni produkcyjnej Małej Słońcy. Wyszło na jaw, że sprawy oświaty dla miejscowych kacyków stoją na ostatnim miejscu (MS, 1956).

Mówiąc o językowej kreacji szkoły w zebranych korpusie mówimy o odrębnych wizjach świata, które zawsze są czyjaś wizją świata. Każdy obraz językowy nosi „ślady” swego twórcy (Bartmiński, 1999, s. 28). Doskonale widać to w zestawieniu dwu ostatnich przytoczonych cytatów, szkołę jako substancję materialną można pokazywać jako pole nieustannej walki z kacykami, albo jako przedmiot czynu społecznego, czy wreszcie jako dobro, o które dba cała społeczność (co się uobecnia również w innych wcześniej przywołanych fragmentach).

### 3. Podsumowanie

Wizerunek szkoły przedstawiony w pomorskich kronikach szkół wiejskich to wielowymiarowy obraz widziany z różnych punktów widzenia, bogaty i niezwykle szczegółowy. Obejmujący bardzo wiele aspektów życia ówczesnej szkoły i wsi, w której się ona znajdowała. Wyznaczone w badaniu ramy czasowe (1945-1989) to okres wielu zmian w funkcjonowaniu szkoły, co czyni ten obraz dynamicznym. Czytelnik i badacz wielu dyscyplin naukowych znajdzie w tych zapisanych starannym piśmem brulionach informacje o działaniach szkoły rozumianej jako instytucja, jako wspólnota ludzi ją tworzących i jako substancja materialna, w której toczyło się życie naukowe i towarzyskie nie tylko uczniów, ale i całej wsi. Obraz ten zaludniają przed wszystkim dorośli, ich portrety wykreowano z dużą starannością, wiedząc, że ważnym odbiorcą tekstu będą władze oświatowe, oceniające pracę nauczycieli.

Warto jednak przypomnieć w tym miejscu, że szkoła to instytucja powołana ze względu na dzieci i funkcjonując przede wszystkim dla dzieci i ten rys obrazu szkoły wybrzmiał doskonale w ostatnim wpisie odchodzącej na emeryturę kierowniczką szkoły w Połczynie. Zacytowany fragment zamyka klamrą powyższe rozważania, które otwierały nazwy najważniejszych w szkole osób: *działwa i pionierzy*: „W okresie mej pracy nauczycielskiej wiele zrobiono na rzecz dziecka. Nie ma głodnych, bezdomnych i wyzyskiwanych sierot, zaginęło całkowicie przewisko „bękart”, „znajda” „pastuch”. Wypełnianie obowiązku szkolnego jest w pełni wyegzekwowane. Nie ma dzieci wykorzystywanych do pracy ponad ich siły, bitych i obdartych. Nie przychodzą do szkoły w drewniakach, nie noszą książek pod pachą, nie wykradają sobie nawzajem chleba. Dziewczęta nie poprzestają na ukończeniu szkoły podstawowej, lecz uczą się dalej.

Dzisiaj dzieci przychodzą do szkoły przygotowane do nauki w przedszkolu lub w ognisku przez co najmniej rok. Są roślejsze i łatwo nawiązują kontakty. Rozumieją polecenia nauczyciela, gdyż swobodnie posługują się językiem ogólnopolskim. Są chętne i pracowite (P, 1980).

## Bibliografia

- Bartmiński, J. (1999). *Punkt widzenia, perspektywa, językowy obraz świata* W: J. Bartmiński (red.), *Językowy obraz świata*, wyd. 2., Lublin: UMCS, s. 195–203.
- Domke, R. (2015). Kształcenie dzieci i młodzieży w Polsce w latach 70. XX wieku, *Studia Zachodnie*, 17, s. 240-261.
- Doroszewski, W. (red.), 1958–1969, *Słownik języka polskiego*, t. I–XI. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Gajda, S. (2008). *Gatunkowe wzorce wypowiedzi*, W: D. Ostaszewska, R. Cudak (red.), *Polska genologia lingwistyczna*, Warszawa: PWN, s. 130-142.
- Grzegorzczkova, R., (1991). *Problem funkcji języka i tekstu w świetle teorii aktów mowy: Funkcje języka i wypowiedzi*, J. Bartmiński, R. Grzegorzczkova (red.), *Język a Kultura*, 4, s. 11-28.
- Lewińska, A. (2018). Motywy religijne w kronikach szkół wiejskich w latach 1945-1958 (na przykładzie Kociewia i Żuław), *Język, Szkoła, Religia*, 13(2), s. 87-106.
- Lewińska, A. (2017). Młodzież szkolna daje przykład – wycinki prasowe w kronikach szkół wiejskich (na przykładzie powiatów tczewskiego, starogardzkiego i malborskiego), *Media, Biznes, Kultura*, 1(2), s. 149-164.
- Lewińska, A. (2020). Okupacja hitlerowska na pomorskiej wsi w świetle kronik szkolnych - wybrane aspekty W: *Polszczyzna wczoraj i dziś*, Gdańsk: Wyda.: UG, s. 341-356.
- Lewińska, A. (2019). „Dla orientacji kolegów spisałem...” O szkole w kronikach szkół wiejskich Pomorza z lat 1920-1989, *Poradnik Językowy*, 774(5), s. 114-118.
- Maciaszek, M., *Jak prawidłowo prowadzić kronikę szkolną*, <http://www.profesor.pl/publikacja,11284>, Rady, Jak-prawidlowo-prowadzic-kronike- szkolna, [b.r.w.] (dostęp: 28.08.2024).

- Skorupska-Raczyńska, E. (2013). *Kreacja ojca w powieściach nadniemeńskich Elizy Orzeszkowej (studium językowo-stylistyczne)*, *Białostockie Archiwum Językowe*, 14, s. 351-353
- Szarota, T., (2003). Baza źródłowa, wiedza pozaźródłowa i literatura przedmiotu w warsztacie historyka współczesności, *Polska 1944/45-1989. Studia i Materiały*, 6, s. 7-22.
- Trzebiatowski, K. (1972). *Organizacja szkolnictwa w Polsce Ludowej*, Warszawa: PWN.
- Wierchosławski, S., Olstowski P. (2015). *Historia Pomorza. Cz. I: Ustrój, społeczeństwo i gospodarka*, Toruń: Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego w Toruniu.
- Wojtak, M. (2004). *Gatunki prasowe*, Lublin: UMCS.

## Netografia

<http://www.rudno.edu.pl/historia-szko-y.html>

<https://profesor.pl/publikacja,11284,Rady,Jak-prawidlowo-prowadzic-kronike-szkolna> [dostęp online, 2 lutego 2023 r.]

<https://wsjp.pl>

## Teksty źródłowe

L – kronika szkoły w Lipnicy

LM – kronika szkoły w Lisewie Malborskim

M – kronika szkoły w Międzyzłężu

MG – kronika szkoły w Małym Garcu

Mn – kronika szkoły w Manowie

MS – kronika szkoły w Małej Słońcy

O – kronika szkoły w Ocyplu

P – kronika szkoły w Połczynie

S – kronika szkoły w Sławoszynie

W – kronika szkoły w Walichnowach

## The Pomeranian rural school through the eyes of the first authors of school chronicles from 1945–1989

### Keywords

cultural linguistics, linguistic creation, point of view, rural school, Pomerania

### Abstract

The article presents an analysis of the linguistic creation of the school in the chronicles of rural Pomeranian schools from 1945 to 1989. For centuries, the chronicle has been a document that served many purposes, recording the most important events in the life of the school and the village on its pages. Many of these documents are still kept in school libraries, principals' offices, or private archives of teachers from closed rural schools, bearing witness to school life from the very first days of their existence. Cultural linguistics allows for the deciphering and interpretation of the chronicles' texts as material of cognitive value, the understanding of the perspective adopted by the sender, and the evaluation of reality by the authors of these documents. The perspective in which the school is presented in these chronicles results from institutional, personal, and material approaches. As a result, the chronicles create a vision of the school as an educational institution, a community of people, and a physical building. The multidimensional image of the school in the chronicles serves both an informative and persuasive function. The school principals who created the chronicles aimed to record everything important in the school and, at the same time, to present themselves and their institution as a dynamic, modern establishment operating in a well-equipped building and achieving both educational and social successes.





## British anthroponymous heterostereotypes of Poles – pilot study report

Jarosław Pacuła, Anna Czerwińska

### Keywords

anthroponym, onymic stereotype, ethnic (national) stereotype, cultural onomastics

### Contact

Jarosław Pacuła  
University of Silesia; Katowice, Poland  
e-mail: jaroslaw.pacula@us.edu.pl  
ORCID: 0000-0002-9972-7925

Anna Czerwińska  
Polish Academy of Social Sciences and  
Humanities; London, England  
e-mail: anna.czerwinska@passhlondyn.eu

### Abstract

The article concerns British onymic stereotypes and is a contribution to further, in-depth analyses. The authors present the research results conducted in 2024, focusing on the discovery (determination) of British heterostereotypes of anthroponymous Poles. They assumed that in the consciousness of each nation using a specific language (and they understand it as a conglomerate of social experiences and a mirror of the conceptualization of the world) there is a specific image of referents, characteristic of this particular linguistic and cultural group. According to the authors, surnames - both as a whole and through structural elements and semantics contained in the root - are sources of various connotations, including connotations related to nationality. The authors aim to determine which names and their components and to what extent determine the ethnic identification of a Pole by the British. The considerations are part of the research trend in cultural onomastics and are connected with the so-called cultural turn in onomastic research.

## 1. Introduction

The article concerns anthroponymous stereotypes, therefore the considerations contained therein are part of research in the field of cultural onomastics and are connected with the so-called cultural turn in onomastic observations<sup>1</sup>. It presents the results of analyses of material collected through survey research and – partially – extraction of auxiliary sources. The observations are intended to lead to a preliminary (due to

<sup>1</sup> The issue is discussed extensively by Danuta Lech-Kirstein (2015).

the small number of study participants) determination of how the British perceive representatives of another nationality - Poles, but from the perspective of the names of people belonging to this ethnic group<sup>2</sup>. The authors assume that individual anthroponyms can be considered stereotypes (i.e. perceived in terms of judgments and images, and not necessarily facts), after all “they are [...] nationally subjectivized signs of culture, testimonies of the ideas of members of a nation about representatives of another nationality” (Rejter, 2019, p. 7). They share the opinion prevailing among onomasts that the surname itself “does not determine the nationality of its bearer” (Cieślukowa, 1999, p. 70). At the same time, the authors assume that recognizing a specific anthroponym as a naming stereotype should be combined with checking what are the possible reasons why respondents treat a given name or a specific surname structure as typical. It is possible that this has statistical justification and is related to the popularity of a given surname or another name formally similar to it – as well as the frequency of their occurrence among members of a given community (ethnic group) that respondents encounter in everyday, “real” life. reality, as well as with their frequency in cultural texts (films, literature, and ethnic jokes often use such representative names of representatives of a given nation – they perpetuate already existing stereotypes, but also introduce previously rare names into wide, colloquial circulation – hence the formation of new patterns mental, perceptual).

Although much has been written about national (ethnic) stereotypes, and the issue itself is addressed by representatives of various scientific disciplines (including in particular sociology, psychology, and linguistics), the issue of anonymous stereotypes remains beyond the scope of in-depth analyses<sup>3</sup>. Meanwhile, the observation of the functioning of some personal names and their formal features (exponents) in the consciousness (or rather: subconsciousness) can bring a lot of interesting information revealing how a given ethno-national community interprets the world. This is consistent with the thesis that the linguistic image of the world is “an interpretation of reality contained in language, which can be

---

<sup>2</sup> The authors deemed it right to point out that when using the term British, they mean all citizens and residents of the United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland (British citizens). However, they are aware that talking about the existence of a British national bond is largely debatable because, in fact, it concerns several national groups: the English, the Welsh, the Scots, and the Irish.

<sup>3</sup> Similar research was conducted by Mateusz Kminikowski among Germans (he presented the results in an unpublished doctoral thesis (2024); he worked according to the concepts and solutions proposed by Jarosław Pacuła, partially used in this study).

In Polish linguistics, this perspective of research already has a certain tradition, although a small one; cf. works: Pisarkowa, 1976; Walczak, 1988; Jaracz, 2003; Jaracz, 2006; Jaracz, 2007; Pacuła, 2016; Pacuła, 2012; Pacuła, Kminikowski, 2022; Mordań, 2016; Zarebski, 2014; Zarebski, Woźniak, 2018.

expressed in the form of a set of judgments about the world” (Bartmiński, 1990, p. 110). Taking into account the fact that “[words] [and these also include proper names – J.P., A.Cz.] do not reproduce things photographically, but «portrait» them mentally” (Bartmiński, 1990, p. 111), one should assume that when communicating using language, people rely primarily on stereotypes. Therefore, in this text it is assumed that a stereotype is “a subjectively determined image of an object, containing both descriptive and evaluative features of the image, resulting from the interpretation of reality within social cognitive models” (Bartmiński 1998, p. 64). However, anthroponymous stereotypes themselves are understood in the text as proper names (specific names and surnames and their structural or semantic types<sup>4</sup>), which are identified by representatives of a given nationality as typical of itself (i.e. as self-stereotypes) or for another ethnic group (i.e. as heterostereotypes) (cf. Kowalik-Kaletka, 2007b). The anthroponymic stereotype understood in this way is also a component of the national (ethnic) stereotype (cf. Jaracz, 2007, pp. 67–69), as in the case of ethnonyms - it concerns the semantic connotations of the entire personal name or its components.

## 2. Characteristics of the study group

The material analyzed was obtained as a result of a survey conducted using the survey technique. The study was a pilot study, conducted in January and February 2024, and 56 people participated. All study participants are adults and of various ages (from 20 years to over 60 years of age), representatives of each country belonging to the United Kingdom: living in England, Wales, Scotland, and Northern Ireland, living in administrative units with a different number of people, also having different level of education. The authors of the study wanted to obtain the most reliable (average, representative) information possible, which is important in ethnic research. and sociolinguistics, which is why they relied on data obtained from such a diverse group. The survey was anonymous, conducted using Google Forms, and it was ensured that the survey participants were actually (and exclusively) British. More information is provided in the tables below.

<sup>4</sup> The concept of stereotype can be referred to two different levels of language: formal or semantic (Bartmiński, 2007, p. 65).

Table 1. Characteristics of study group

<b>AGE</b>		
I am an adult, but I am not 20 years old.	4	7,1%
20–30 years	9	16,1%
31–40 years	10	17,9%
41–50 years	18	32,1%
51–60 years	8	14,3%
61 years or above	7	12,5%
<b>EDUCATION</b>		
secondary	7	12,5%
further education	7	12,5%
higher education	42	75%
<b>RESIDENCE</b>		
England	45	80,3%
Scotland	6	10,7%
Wales	3	5,4%
Northern Ireland	2	3,6%
<b>RESIDENT OF THE TOWN WITH A POPULATION</b>		
750 000 and above	8	14,3%
from 500 000 to 750 000	11	19,6%
from 100 000 to 250 000	14	25%
from 50 000 to 100 000	9	16,1%
from 35 000 to 50 000	14	25%

Source: own research

### 3. Name and surname as a value

The second part of the survey included questions requiring answers based on which it was possible to determine the degree of credibility of the information obtained from the study participants. Well, it was considered crucial for the qualitative interpretation of the data to learn the

attitudes of the British towards surnames, and their attitude to the actual and symbolic (figurative) value of the surname in human life. It was assumed that the higher the rate of perception of surnames as carriers of ethnic identity by the respondents, the higher the probability of specific anthroponyms and specific surname structures functioning as stereotypes (regardless of whether these are naming templates falling within the so-called common knowledge or also emerging from more or less developed linguistic awareness). The case is as follows:

Table 2. Surnames as a value – opinions of the consultation participants

<b>How important is a surname to you?</b>		
A surname is very important in a person's life.	7	12.5%
The surname is important e in a person's life.	18	32.1%
The surname is quite important - it has medium importance for a person.	13	23.2%
The surname is important, but it does not play any particular role and has little significance in a person's life.	17	30.4%
The name has no value in people's lives, it is not important.	1	1.8%

Source: own research

The answers provided by the respondents indicate that surnames are important to the surveyed British people, although they attribute this importance to different degrees: surnames are of great value to 44.6% of respondents (regardless of the level of education, but with a clear tendency related to age – usually these are people aged at least 50), the largest group of respondents consider them as moderately important – 53.6% (interestingly, they are mostly people with higher education – 46%, less often with secondary education – about 7%), and for only 1.8% of respondents, surnames have no value<sup>5</sup>. This “average” attitude to the

<sup>5</sup> In 2016, after four years of work, the results of research conducted by scientists from the University of the West of England, which concerned the history of surnames in the British Isles, were published. The Oxford English Dictionary of Family Names in Britain and Ireland shows that most surnames come from Great Britain and Ireland, and the most common ones include: *Smith* (occupational surname, ← common noun, occupation name: *smith* ‘blacksmith’), *Jones* (patronymic surname, ← given name *John*), *Brown* (nicknamed surname, ← adjective describing a feature of a person's appearance: brown ‘brown’), *Williams* (patronymous surname, ← given name *William*), *Wilson* (patronymous surname, ← medieval given name *Will*) and *Davies* (surname patronymic, ← corruption of the Welsh name *Dyfed* or the Hebrew anthroponym *David*) (see Hanks, Coates, McClure, 2016). The study draws attention to the role of surnames in the history of the British community, but the importance of surnames for individuals and entire communities indicated there is not strongly reflected in the research results presented in this article. See, among others: Cheshire, Mateos, Longley, 2009.

value of a surname (and, as it turns out, also to the share of surnames in identifying nationality) is reflected, for example, in the answers “partially” and “to some extent” prevailing in the survey. It is interesting that the larger the community (larger administrative unit) the respondents represent, the greater their attachment to the surname as a value (e.g. residents of towns with a population of 500.000–750.000 as many as nearly 27% considered the surname to be something very important or important in their lives, while people living in towns with up to 100,000 inhabitants only about 12%).

It should be mentioned that when formulating this survey question, it deliberately used the smooth phrase ‘name value’ in order not to suggest (make respondents aware of) possible solutions, but to obtain answers that generally reflect the views of British people about surnames, their intuitive, free from limitations related to reflection, attitude towards anthroponyms and their role (their identification and differentiation, locative, sociological, prestige, identity and emotive functions<sup>6</sup>). The study aimed to learn about stereotypes, i.e. what is unconscious and not necessarily related to linguistic and communication competencies or results from the respondents’ language awareness.

As for the next question in the survey, it already contained a certain suggestion for the study participants - it made them aware that the value of the surname is related, among other things, to the fact that it functions as the most permanent and widespread form of identifying a person. Respondents could only answer this question after responding to the previous question; the fact that in the survey form a box with this question was made available after answering a general question made it possible to obtain more reliable information (resulting from a deeper and focused reflection on names). Here is the data obtained in this part of the study:

---

To highlight the essence of the issue, it is worth contrasting the above with the fact that in Poland, too, the surname was of great value from the very beginning; see Zofia Kaleta's comment: “The surname has been [...] since the 15th century and is still a carrier of the moral values of a person, and even of the entire family, so it was and still remains his good, i.e. a personal value, constituting an element of Poles’ culture. It is not without reason that in Poland we ask about the surname: How is your dignity? [...] the family was the basic social organization in medieval Poland, and kinship ties were stronger than other ties. It created a coherent whole against which the individual could stand out more strongly. The family played a political and economic role and was the closest group of people. [...] Relatives appeared together in public life, emphasizing their relationships, especially through a common surname. [...] At the beginning of the 15th century, there were grounds for the creation of the concept of surname as a family and family name, hereditary and including the wife. There was a need to name the occurring socio-linguistic phenomenon” (Kaleta, 1998b, pp. 5, 145, 151).

<sup>6</sup> More on the functions of proper names in: Kosyl, 1983; Kaleta, 1998b.

Table 3. Surnames as a form of identifying a person – opinions of the consultation participants (1)

<b>Do you agree with the statement, that a surname is a permanent and wide-spread form of identifying a person?</b>		
I fully agree with this.	12	21.5%
I partially agree with this.	39	69.6%
I don't agree with this at all.	5	8.9%

Source: own research

Table 4. Surnames as form of identifying a person – opinions of the consultation participants (2)

Data taking into account detailed criteria:

		<b>I fully agree with this</b>	<b>I partially agree with this</b>	<b>I don't agree with this at all</b>
<b>EDUCATION</b>	secondary	≈5.9%	≈7.4%	≈1.4%
	further education	---	≈9.7%	≈1.8%
	higher education	≈15.6%	≈52.5%	≈5.7%
<b>AGE</b>	to 20 years old	---	≈7.1%	---
	20–30	≈1.8%	≈14.3%	---
	31–40	≈3.6%	≈12.5%	---
	41–50	≈3.6%	≈21.5%	≈7.1%
	51–60	≈5.4%	≈8.9%	≈1.8%
	61 or above	≈7.1%	≈5.3%	---

Source: own research

It is worth adding that among the English only, just over 14% of the respondents are convinced that the surname functions as a kind of nationality “label”, while approximately 57% of the respondents are convinced that the surname is treated as a possible (potential, therefore not always present in this role) emblem of nationality. In turn, almost 11% of

survey participants think that the surname does not convey information about the nationality of its bearer.

The third question in this part of the survey concerned the respondents' opinions on whether surnames can constitute specific carriers of knowledge about the nationality of their bearers. The issue raised here is an introduction to further analyses related to views on specific surnames and the assessment of the typicality (defining the “Polish character”) of various structural and semantic groups of surnames.

It turns out that as many as 87.5% of the British surveyed believe that only sometimes surnames indicate the nationality of the bearers; Less than 11% of respondents say this is always the case.

Table 5. Names as identifiers of nationality – opinions of the consultation participants

<b>Do you think that surnames suggest the nationalities of their bearers (allow them to identify their ethnic origin)?</b>		
Yes, always.	6	10.7%
Yes, sometimes.	49	87.5%
No, never.	1	1.8%

Source: own research

Interestingly, (1) the belief that surnames never suggest nationality was expressed by people with primary education, (2) the opinion that surnames partially indicate nationality accompanied the statements of people with secondary and higher education (in the proportions: 14% : 66% ), regardless of age, (3) full confidence in the surname as a carrier of information about ethnicity appeared primarily in the answers given by people with higher education (almost 9% of all answers) and usually from the age group over 50 (over 7%).

#### **4. Rank of stereotypical nature of surnames – assessment of the given anthroponyms**

The next stage of the study involved assessing the rank of typicality of surnames. Respondents were randomly presented with subsequent surnames, and they indicated the extent to which they could be considered characteristic of Poles. Here is the information obtained (values are given in percentages):



Table 6. Rank of stereotypical nature of surnames – assessment of the given anthroponyms

SURNAME	very characteristic	moderately characteristic/ not very characteristic	not characteristic at all	SURNAME	very characteristic	moderately characteristic/ not very characteristic	not characteristic at all
<i>Antoniewski</i>	46.4	44.7	8.9	<i>Danielski</i>	30.4	48.2	21.4
[ãntõņefskʲi]/ [ãntõńefskʲi]				[dãņefskʲi]/ [dãńefskʲi]			
<i>Domagalski</i>	26.8	55.3	17.9	<i>Felski</i>	23.2	48.2	28.6
[dõmagalskʲi]/ [dõmagalskʲi]				[felskʲi]/[felskʲi]			
<i>Kacperski</i>	44.6	42.9	12.5	<i>Bosacki</i>	34	50	16
[kãtsperskʲi]/ [kãperskʲi]				[bõsãtskʲi]/ [bõsackʲi]			
<i>Danecki</i>	25	57.1	17.9	<i>Janowicz</i>	25	57.1	17.9
[dãnetskʲi]/ [dãneckʲi]				[jãnovʲiʃ]/ [jãnovʲiʃ]			
<i>Bartkiewicz</i>	26.8	55.3	17.9	<i>Witkiewicz</i>	25	56.1	17.9
[bartkʲevʲiʃ]/ [bartkʲievʲiʃ]				[vʲitkʲevʲiʃ]/ [vʲitkʲievʲiʃ]			
<i>Augustyniak</i>	16	62.6	21.4	<i>Seweryniak</i>	14.3	66.1	19.6
[ãwgustʲɨnak]/ [ãgustʲɨnak]				[severʲɨnak]/ [severʲɨnak]			
<i>Krzyśiek</i>	41.1	42.9	16	<i>Stasiek</i>	26.8	50	23.2
[kʲɕiɛek]/[kʲɕyśek]				[stãcek]/[stãsek]			
<i>Jochymek</i>	16	48.3	35.7	<i>Francik</i>	8.9	50	41.1
[jõxʲimɛk]/ [jõxʲimɛk]				[frãntɛik]/ [frãncik]			
<i>Jakubik</i>	21.4	51.8	26.8	<i>Tomasik</i>	26.8	51.8	21.4
[jakubʲik]/ [jakubʲik]				[tõmacik]/ [tõmaśik]			

Table 6 (cont.)

<i>Adamczyk</i>				<i>Wacławczyk</i>			
[adãm[ŝik]/ [adãmčyk]	41.1	42.9	16	[vatšwaf[ŝik]/ [vacuafčyk]	46.2	39.5	14.3
<i>Tomczyk</i>				<i>Bronka</i>			
[tõm[ŝik]/ [tõmčyk]	44.6	39.4	16	[brõnka]/[brõŋka]	5.4	58.9	35.7
<i>Krakowski</i>				<i>Pomorski</i>			
[krakofskõi]/ [krakofsk'i]	66.1	30.3	3.6	[põmõrskõi]/ [põmõrsk'i]	46.4	44.7	8.9
<i>Lubelski</i>				<i>Zaleski</i>			
[lubelskõi]/ [lubelsk'i]	48.2	42.9	8.9	[zalẽskõi]/ [zalesk'i]	46.4	42.9	10.7
<i>Piotrowski</i>				<i>Brodzki</i>			
[p'jõtrofskõi]/ [p'jõtrofsk'i]	50	39.3	10.7	[brõtskõi]/ [brotsk'i]	25	66.1	8.9
<i>Rudzki</i>				<i>Sieradzki</i>			
[rutskõi]/[ruck'i]	25	59	16	[šeratskõi]/ [šerack'i]	21.5	58.9	19.6
<i>Baraniecki</i>				<i>Drewniak</i>			
[barapetskõi]/ [barãneck'i]	21.4	60.7	17.9	[drevpak]/ [drevnãk]	26.8	57.2	16
<i>Kamieniecki</i>				<i>Koniak</i>			
[kam'epetskõi]/ [kãm'jẽneck'i]	25	57.1	17.9	[kõŋpak]/[kõnãk]	25	55.4	19.6
<i>Święcicki</i>				<i>Łącki</i>			
[šf'ejntšitskõi]/ [šf'jẽńcick'i]	23.2	57.1	19.7	[wõntskõi]/ [uõnck'i]	19.6	55.4	25
<i>Drwal</i>				<i>Dymek</i>			
[drval]/[drval]	12.5	48.2	39.3	[dĩmek]/[dĩmek]	26.8	53.6	19.6
<i>Golonka</i>				<i>Ziomek</i>			
[gõlõnka]/ [gõlõŋka]	16.1	58.9	25	[zõmek]/[žõmek]	25	50	25
<i>Dusik</i>				<i>Pniak</i>			
[dušik]/[dušik]	14.3	50	35.7	[pnak]/[pñak]	23.2	51.8	25

<i>Nitka</i> [nitka]/[ńitka]	17.8	51.8	30.4	<i>Słomka</i> [swõmka]/ [sũõmka]	17.9	46.4	35.7
<i>Byk</i> [bik]/[byk]	7.1	51.8	41.1	<i>Dominik</i> [dõm'ijnik]/ [dõm'ĩnik]	10.7	60.7	28.6
<i>Gawel</i> [gawew]/[gaweu]	12.5	53.6	33.9	<i>Kowal</i> [kõval]/[koyal]	16	48.2	35.8
<i>Wit</i> [v'it]/[v'it]	3.6	48.2	48.2	<i>Dwornik</i> [dvõrnik]/ [dvõrnik]	19.6	57.2	23.2
<i>Ptak</i> [ptak]/[ptak]	25	37.5	37.5	<i>Ziemski</i> [zẽmsk'i]/ [żẽmsk'i]	44.6	44.6	10.8
<i>Turski</i> [tursk'i]/[tursk'i]	16.1	57.1	26.8	<i>Górski</i> [gursk'i]/[gursk'i]	30.4	44.6	25

Source: own research

Even a cursory observation of the data quoted shows that for the British, derived anthroponyms are more legible, i.e. perceived as “Polish”.

Table 7. Rank of stereotypical nature of surnames – conclusions from the survey participants' predictions: general data

stereotypical nature of surnames	<b>SURNAMES DERIVED</b>	<b>SURNAMES NON-DERIVATIVE</b>
very characteristic	26%	19%
moderately characteristic/ not very characteristic	53%	49%
not characteristic at all	21%	32%

Source: own research

Table 8. Rank of stereotypical nature of surnames – conclusions from the survey participants' predictions: details

SURNAMEN DERIVED	very characteristic	moderately characteristic/ not very characteristic	not characteristic at all	SURNAMEN NON-DERIVATIVE	very characteristic	moderately characteristic/ not very characteristic	not characteristic at all
<i>ski</i>	43%	44%	13%	nicknames and occupational names, equal to common nouns	17%	48%	35%
<i>cki</i>	25%	56%	19%				
<i>-dzki</i>	24%	61%	15%				
<i>-ek</i>	27%	49%	24%	patronymic (equal to names)	9%	54%	37%
<i>-ik/-yk</i>	28%	48%	24%				
<i>-ak</i>	21%	60%	19%	nicknames, equal to adjectives	30%	45%	25%
<i>-(ow/ew)icz</i>	26%	56%	18%				
<i>-ka</i>	13%	55%	32%				
ON AVERAGE	26%	53%	21%	ON AVERAGE	19%	49%	32%

Source: own research

As for derived surnames, respondents considered anthroponyms ending with the suffix *-ski* to be the most representative of Poles – such forms were indicated as very or moderately typical for Poles by 95% of respondents (43% + 44%). Interestingly, however, if we take into account the proportions of indications for “very” and “medium” characteristics, it turns out that the respondents considered anthroponyms with the formants *-cki* (25% + 56%) and *-dzki* (24% + 61%) as less characteristic, in basically being variations of the suffix above-mentioned (they are the result of the assimilation of the vowel sound of the inflectional stem of the word-formation base of the surname and the fricative sound [s] appearing in the *ski* morpheme: ← *t-ski*, ← *-c-ski*, ← *-k-ski*; ← *-d-ski*, ← *-cz-ski*) (cf. Biolik, 2001). Nevertheless, the discussed group of anthroponyms includes the surnames most common among Poles, and it is probably

the frequency of their occurrence (and therefore also the potential contact with them by the British) that determined them to be considered the most characteristic (stereotypical). An argument in favor of the thesis of considering surnames ending in *-ski* as the most exemplary names for Poles is the fact that the study participants quite often (75% of guesses) indicated surnames as characteristic surnames that were not formed by adding the suffix *-ski* to the base, but only resembled them due to their form – these are nicknames equal to adjectives (Górski, Turski, Ziemiński)<sup>7</sup>.

The respondents considered surnames ending in *-icz* (*-ewicz* and *-owicz*), which historically belong to East Slavic personal proper names, and therefore not necessarily found in Poland, to be less characteristic of Poles<sup>8</sup>. 26% of respondents considered them very typical. Probably, this time, the justification for the degree to which the anthroponyms above-mentioned are perceived as characteristic of Poles lies in the frequency of their occurrence in Poland – according to ISNP<sup>9</sup>, there are only 545 surnames with the form *-owicz* and about 945 ending in *-ewicz*.

Respondents indicated surnames with the suffixes *-ik/-yk* (28%), *-ek* (27%), *-ak* (21%), and *ka* (13%) as even less characteristic. They all have the highest rates in the ‘not at all characteristic’ response group; these are 24%, 24%, and 20%, while, for example, for surnames with the morphemes *-ski*, *-cki*, and *-dzki*, the average indication of lack of typicality is 16%. It is worth emphasizing, however, that the types of surnames mentioned here are not rare among Poles; according to ISNP, anthroponyms ending in *-ik/-yk* constitute quite a large group – just over 1.700 names (approx. 900 + approx. 800), with the form *-ek* there are almost 1.700 of them, while surnames ending in *-ak* are recorded around 1.900. Perhaps in general comparison with the surnames on *-ski/-cki/-dzki*, these are not significant quantitative values (in ISNP this group of surnames is certified in the number of approximately 4.700), but comparing them with surnames containing individual formants, the data may be surprising: how much anthroponyms with *ski* are recorded 3.900 times in

<sup>7</sup> This also shows that onymic stereotypes are not embedded in the bases of surnames; the semantics of the root or even the entire name does not constitute a stereotyping factor.

<sup>8</sup> The reader will find an extensive commentary in: Magda-Czekaj, 2011. Kazimierz Rymut explains: “The *-icz/-owicz* oscillation was created already in the Proto-Slavic era. [...] In the history of the suffix *-owicz(z)*, there was also a change in the initial vowel. In Greater Poland, Mazovia and Pomerania, after soft consonants, as well as after *c, cz, dz, sz, ź*, which were once soft, *-o-* became *-e-* [...]. [...] The second change also concerns the vowel *o*. Namely, after the velar consonants *k, g, ch*, there is a transition to *e*. In this case, this change took place under Belarusian influence and occurred relatively late. [...] Under the influence of forms such as *Jankiewicz, Langiewicz, Drozdewicz, Kielbasiewicz, Kaczmarewicz, Górewicz* also appeared. Until the end of the Middle Ages, forms in *-ic, -owic* indicated descent from the father and were patronymics [...]. They are replaced by diminutive formations *ik, ek, czak*” (Rymut, 1999, pp. XLVIII–XLIX).

<sup>9</sup> Czopek-Kopciuch, Górny, Magda-Czekaj, Skowronek (et al.). *Internetowy słownik nazwisk w Polsce* (Online dictionary of surnames in Poland) – the text uses the abbreviation: ISNP.

ISNP, while surnames with *-cki* occur in approximately 800 cases, and with the *-dzki* suffix only in approximately 100 cases.

The tables below contain detailed data indicating the rank of representativeness (stereotypicness) of derived surnames. These data do not – or not only – reflect the perception of specific surnames by the surveyed Britons occurring among Poles, to what extent they enable us to determine what (root, base, suffix) in the derived surnames themselves can be considered an onymic stereotype, and to what extent the stereotypes seen in this way become the basis for the emergence of higher-level stereotypes – typical categories of surnames. Therefore, individual surnames are often only certain representations of stereotypes, although it is undoubtedly the case that some anthroponyms as a whole are stereotypes in themselves and directly constitute components of ethnic stereotypes (see, among others, Kowalski or Nowak)<sup>10</sup>.

Table 9. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: *-ski*  
a) derived surnames

<i>-ski</i>	characteristic	not characteristic
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Antoniewski</i> (← name <i>Antoni</i> + extended suffix <i>ewski</i> [on the pattern toponymic surnames])	91.1%	8.9%
<i>Danielski</i> (← name <i>Daniel</i> + suffix <i>ski</i> [on the pattern toponymic surnames])	78.6%	21.4%
<i>Domagalski</i> (← name <i>Domagała</i> + suffix <i>ski</i> [in structural function, on the pattern toponymic surnames])	82.1%	17.9%
<i>Felski</i> (← name <i>Fel</i> [← <i>Feliks/ Felicjan</i> ] + suffix <i>ski</i> [on the pattern toponymic surnames])	87.5%	12.5%

<sup>10</sup> It should be noted here that despite the existence of quite numerous studies devoted to the stereotype of Poland and Poles in Great Britain, proper names remain outside the authors' scope of observation (if they do, attention is usually paid to the connotations related to the ethnonym); see including: Fomina, Frelak, 2011; Łuczak, 2017; Fomin, 2009; Garapich, 2010; Garapich, 2016; Garapich, 2008; Sword, 1996.

<i>Kacperski</i>		
(← name <i>Kacper</i> + suffix <i>ski</i> [as in the case of toponymic surnames])	71.4%	28.6%
AVERAGE	82.14%	17.86%
surnames derived from proper names – toponymic (from toponyms)		
<i>Krakowski</i>		
(← toponym <i>Kraków</i> + suffix <i>ski</i> [indicating origin from the town or possession thereof])	96.4%	3.6%
<i>Pomorski</i>		
(← toponym <i>Pomorze</i> + suffix <i>ski</i> )	91.1%	8.9%
<i>Lubelski</i>		
(← toponym <i>Lublin</i> + suffix <i>ski</i> )	91.1%	8.9%
<i>Zaleski</i>		
(← toponym <i>Zalesie</i> + suffix <i>ski</i> )	89.3%	10.7%
<i>Piotrowski</i>		
(← toponym <i>Piotrów/ Piotrowice/ Piotrów</i> + suffix <i>ski</i> )	89.3%	10.7%
AVERAGE	91.44%	8.56%

Source: own research

Table 10. Conclusions from the survey participants' predictions: derived surnames: *-cki*

<b>-cki</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Danecki</i>		
(← name <i>Danek</i> ← <i>Daniel</i> / names composed of <i>dan</i> , type <i>Bogdan</i> )	82.1%	17.9%
<i>Bosacki</i>		
(← name <i>Bosak</i> lub <i>Bosy</i> )	84%	16%
AVERAGE	83.1%	16.9%

Table 10 (cont.)

surnames derived from proper names – toponymic (from toponyms)		
<i>Łącki</i>		
(← toponym, name of a place Łąck/ name of a place Łącko/ name of a place Łąki/ name of a place Łąka)	75%	25%
<i>Baraniecki</i>		
(← toponym, name of a place <i>Baraniec</i> )	82.1%	17.9%
<i>Kamieniecki</i>		
(← toponym, name of a place <i>Kamieniec</i> )	82.1%	17.9%
<i>Święcicki</i>		
(← toponym, name of a place <i>Święcice</i> / name of a place <i>Święcica</i> )	80.3%	19.7%
AVERAGE	79.9%	20.1%

Source: own research

Table 11. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -dzki

<b>-dzki</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – toponymic (from toponyms)		
<i>Rudzki</i>		
(← toponym, name of a town <i>Ruda</i> / name of the village <i>Rudy</i> )	84%	16%
<i>Brodzki</i>		
(← toponym, name of a place <i>Brody</i> )	91.1%	8.9%
<i>Sieradzki</i>		
(← toponym, name of a town <i>Sieradz</i> )	80.4%	19.6%
AVERAGE	85.2%	14.8%

Source: own research



Table 12. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -owicz/-ewicz

<b>-owicz/-ewicz</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names - patronymic (from anthroponyms)		
<i>Bartkiewicz</i> (← name <i>Bartek</i> ← name <i>Bartłomiej</i> )	82.1%	17.9%
<i>Witkiewicz</i> (← name <i>Witek</i> , <i>Witko</i> ← name <i>Wit</i> )	81.1%	18.9%
<i>Janowicz</i> (← name <i>Jan</i> )	82.1%	17.9%
<b>AVERAGE</b>	<b>81.8%</b>	<b>18.2%</b>

Source: own research

Table 13. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -ak

<b>-ak</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Augustyniak</i> (← name <i>Augustyn</i> [← lat. cognomen <i>Augustinus</i> ])	82.1%	17.9%
<i>Seweryniak</i> (← name <i>Seweryn</i> [← lat. cognomen <i>Severinus</i> ])	84%	16%
<b>AVERAGE</b>	<b>83.1%</b>	<b>16.9%</b>
surnames derived from common nouns - nicknames and occupation names		
<i>Drewniak</i> (← nickname <i>Drewniak</i> ← noun <i>drewniak</i> 'shoe with wooden sole'/ ← activity name <i>drewniak</i> 'wood merchant')	84%	16%

Table 13 (cont.)

<i>Koniak</i>		
(← nickname <i>Koniak</i> ← dialectal noun <i>koniaka</i> 'stallion')	80.4%	19.6%
AVERAGE	82%	18%

Source: own research

Table 14. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -ek

<b>-ek</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Krzysiek</i> (← name <i>Krzys</i> ← name <i>Krzysztof</i> )	84%	16%
<i>Jochymek</i> (← name <i>Jochym</i> ← name <i>Joachim</i> )	64.3%	35.7%
<i>Stasiek</i> (← name <i>Staś</i> / name <i>Staszek</i> ← compound names <i>Stanisław</i> , <i>Stanimir</i> )	76.8%	23.2%
AVERAGE	75%	25%
surnames derived from common nouns – nicknames		
<i>Dymek</i> (← nicknames <i>Dymek</i> ← noun <i>dymek</i> 'scent; blacksmith')	80.4%	19.6%
<i>Ziomek</i> (← nickname <i>Ziomek</i> ← common noun <i>ziomek</i> 'compatriot, native; someone connected to the same land as the namer')	75%	25%
AVERAGE	77.7%	22.3%

Source: own research

Table 15. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -ik/-yk

<b>-ik/-yk</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Jakubik</i> (← name <i>Jakub</i> )	73.2%	26.8%
<i>Adamczyk</i> (← name <i>Adamek</i> ← name <i>Adam</i> )	84%	16%
<i>Tomczyk</i> (← name <i>Tomek</i> ← name <i>Tomasz</i> )	84%	16%
<i>Francik</i> (← name <i>Franc</i> ← is a shortened form of the name <i>Franciszek</i> / ← German name <i>Franz</i> )	58.9%	41.1%
<i>Tomasik</i> (← name <i>Tomas</i> / <i>Tomasz</i> )	78.6%	21.4%
<i>Wacławczyk</i> (← name <i>Wacławek</i> ← name <i>Wacław</i> )	85.7%	14.3%
<b>AVERAGE</b>	<b>77.4%</b>	<b>22.6%</b>
surnames derived from common nouns – nicknames		
<i>Dusik</i> ( <i>Dus</i> + <i>ik</i> ← verb <i>dusić</i> 'choke; to harass, to annoy/ noun <i>dusza</i> 'ghost; life force, life)	64.3%	35.7%
<i>Dwornik</i> (← nickname <i>Dwornik</i> ← noun <i>dwornik</i> 'administrator, włodarz, court servant; a nobleman or a Ruthenian mayor')	76.8%	23.2%
<b>AVERAGE</b>	<b>70.55%</b>	<b>29.45%</b>

Source: own research

Table 16. Conclusions from the survey participants' predictions – derived surnames: -ka

<b>-ka</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames derived from proper names – patronymic (from anthroponyms)		
<i>Bronka</i>		
( <i>Bron</i> + <i>ka</i> ←← shortening of Old Polish compound names: <i>Bronisław</i> , <i>Bronisqd</i> / personal name <i>Bronek</i> )	64.3%	35.7%
AVERAGE	64.5%	35.7%
surnames derived from common nouns – nicknames		
<i>Golonka</i>		
(←← nickname <i>Golonka</i> ←← noun <i>golonka</i> 'lower part of the ham with the shank bone')	64.3%	35.7%
<i>Słomka</i>		
(←← nicknames <i>Słomka</i> ←← noun <i>słomka</i> 'dried grain stalks/ straw a bird from the snipe family')	75%	25%
AVERAGE	69.7%	30.3%

Source: own research

Table 17. Conclusions from the survey participants' predictions – non-derivative surnames: surnames based on appellatives, equal to common nouns

## b) non-derivative surnames

<b>1.</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
surnames based on appellatives, equal to common nouns – nicknames and occupational		
<i>Drwal</i>		
(←← occupation name <i>drwal</i> 'a person cutting down trees in the forest'/ ←← nickname <i>Drwal</i> [←← <i>drwal</i> 'as above; figuratively: a simpleton, an uncouth person'])	60.7%	39.3%

<i>Nitka</i>		
(← nickname <i>Nitka</i> ← noun <i>nitka</i> 'a thin fiber, used for example in sewing')	69.6%	30.4%
<i>Byk</i>		
(← nickname <i>Byk</i> ← noun <i>byk</i> 'uncas-trated male cow')	58.9%	41.1%
<i>Kowal</i>		
(← nickname <i>Kowal</i> ← occupation name <i>kowal</i> 'a craftsman who deals in forging and making objects from iron')	64.2%	35.8%
<i>Ptak</i>		
(← nickname <i>Ptak</i> ← noun <i>ptak</i> 'a feath-ered animal with wings and a beak')	62.5%	37.5%
<i>Pniak</i>		
(← nickname <i>Pniak</i> ← noun <i>pniak</i> 'the part of a tree remaining after it has been cut down, beehive')	75%	25%
AVERAGE	65.15%	34.85%

Source: own research

Table 18. Conclusions from the survey participants' predictions – non-derivative surnames: surnames based on appellatives, equal to adjectives

<b>2.</b>	<b>characteristic</b>	<b>not charac- teristic</b>
surnames based on appellatives, equal to adjectives – nicknames		
<i>Ziemski</i>		
(← nickname <i>Ziemski</i> ← adjectives <i>ziemski</i> 'applies to land - an administra-tive unit in former Poland')	89.2%	10.8%
<i>Turski</i>		
(← nickname <i>Turski</i> ← adjective <i>turski</i> 'Turkish, related in some way to the Turks, Turkey')	73.28%	26.8%

Table 18 (cont.)

<i>Górski</i>		
(←← nickname <i>Górski</i> ←← adjective <i>górski</i> 'mountainous; concerning the mountain, mountains')	75%	25%
AVERAGE	79.1%	20.9%

Source: own research

Table 19. Conclusions from the survey participants' predictions: non-derivative surnames: surnames equal to names

<b>3.</b>	<b>characteristic</b>	<b>not characteristic</b>
patronymic (equal to names)		
<i>Dominik</i>		
(←← name <i>Dominik</i> [←← łac. cognomen <i>Dominicus</i> ])	71.4%	28.6%
<i>Wit</i>		
(←← name <i>Wit</i> [←← łac. cognomen <i>Vitus</i> /shortening of names <i>Witostaw</i> , <i>Witold</i> ])	51.8%	48.2%
<i>Gawel</i>		
(←← name <i>Gawel</i> [←← łac. cognomen <i>Gaulus</i> / <i>Gallus</i> ])	66.1%	33.9%
AVERAGE	63.1%	36.9%

Source: own research

## 5. Rank of stereotypical names – anthroponyms indicated by respondents

The next stage of the study involved the British indicating specific names of Poles with whom they had contact in personal contacts or while watching films, reading books, the press, etc. Each respondent could indicate more than one name from the given list, as well as provide another

name that wasn't on the list. 251 responses were collected. The results obtained in the survey are as follows (other surnames that appeared in the answers are also given in brackets):

Table 20. Rank of stereotypical names – anthroponyms indicated by respondents

SURNAME	NUMBER OF INDICATIONS	PERCENTAGE OF TOTAL INDICATIONS	SURNAME	NUMBER OF INDICATIONS	PERCENTAGE OF TOTAL INDICATIONS
<i>Wiśniewski</i> ( <i>Wisniewski, Wisnieski, Wisniewski</i> )	11	4.4	<i>Kowalski</i> ( <i>Kowalsky, Kovalski</i> )	36	14.3
<i>Wójcik</i> ( <i>Wojcik, Woycik</i> )	33	13.1	<i>Woźniak</i> ( <i>Wozniak, Wozniack</i> )	20	8
<i>Kowalczyk</i> ( <i>Kowalczyk, Kowaltschik</i> )	8	3.2	<i>Dąbrowski</i> ( <i>Dombrowski, Dombroski</i> )	4	1.6
<i>Nowak</i> ( <i>Novak, Nowack, Novack</i> )	34	13.5	<i>Kwiatkowski</i> ( <i>Kwiatkoski, Kwiatkoski</i> )	9	3.6
<i>Szymański</i> ( <i>Szymanski, Szymansky</i> )	7	2.8	<i>Jankowski</i> ( <i>Jankowski, Jankovsky, Jankoski</i> )	23	9.1
<i>Kamiński</i> ( <i>Kaminski</i> )	13	5.2	<i>Kozłowski</i> ( <i>Kozlowski, Kozłowski, Kozloski</i> )	16	6.4
<i>Mazur</i> ( <i>Masuhr, Masur</i> )	5	2	<i>Zieliński</i> ( <i>Zielinski</i> )	20	8
other names, indicated individually: <i>Michałowski, Guzik, Polański, Januszczak, Ciupa, Samulski, Dyrek, Wojciechowicz, Tarkowski, Styrynik, Piotrowski, Michalski</i>				12	4.8

Source: own research

Even a cursory observation of the presented results allows us to notice that the most frequently indicated surnames are those ending in *-ski* (e.g. *Wiśniewski*, *Kamiński*, *Michalski*, *Polański*), which only confirms that in the minds of the British, these are the most stereotypical surnames of Poles, and thus – that the prototype a Pole is a person with a surname such as *Kowalski*, *Szymański*, *Zieliński* or *Samulski*. It should be noted that apart from the type of surnames indicated, there is another anthroponym that is a stereotypical naming of a Pole – *Nowak*, the only surname from the group of surnames ending in *-ak* that has so many indications at all stages of the survey. Therefore, it must be assumed that it is not the structural type and its frequency among all Polish surname forms that determine the recognition of the surname *Nowak* as a stereotypical name, but the frequency of the anthroponym itself – dominant in the Polish naming system for hundreds of years, which is confirmed by statistics (currently in Poland – according to ISNP – the surname has rank 1, and its bearers constitute a large group of 187,732 people). As previously mentioned, FNBI confirms the high frequency of the surname also in Great Britain and Ireland. The surname *Nowak* is therefore a metonym, it functions as a stereotype in itself, and in combination with the name *Jan* – together with *Jan Kowalski* – it is a kind of national personification of a Pole. Zofia Kaleta, an outstanding onomast, and expert on Polish surnames, writes:

*This is how the social, one might say, history of Polish surnames accumulated in the two most common surnames today, Nowak and Kowalski. Only one of them, the surname Kowalski, is still an example of a ‘better’ or ‘prettier’ surname as a type of surname and at the same time the most popular Polish surname ending with -ski. Surnames ending with -ski are not associated with modern Poles either with nobility or any privileges. The fact that these surnames have an almost six hundred-year-old tradition in Poland dating back to the 14th century and that the history of Polish society and the history of Polish culture are connected with them are generally unknown. After centuries, indicating belonging to a higher social class has become socially neutral, but is still considered better than other surnames. Thanks to their aesthetic value, i.e. nice sound, they are still an example of better or nicer names in Poland because they sound nice. People who change the so-called administrative and legal surnames that are not in line with human dignity, considered ugly, most often want to have a surname ending in -ski. [...] The history of surnames ending with -ski in Poland is not over yet. We do not know for how long they will remain, models of better and nicer names if they change. We do not know whether, and if so, for how long, young schoolgirls will dream of having a ski name (Kaleta, 1998a, pp. 109–110).*



## 6. Anthroponymous stereotypes and official statistics

Other points of the survey played a verifying role for the information obtained in the study and presented in the previous stages of the article – the parts in which the British were asked to list examples of surnames that they consider the most typical for Poles, as well as to indicate what Polish surnames they come across most often in films, jokes, and literature. Both issues were deliberately included at the initial stages of the study to prevent survey participants from using onomastic material appearing at other stages of the survey (so as not to suggest possible answers to respondents).

As for the first issue, i.e. providing examples of surnames perceived as the most typical for Poles, the answers included 32 anthroponyms: \**Adamcyk* (= *Adamczyk*), *Bogdanowicz*, *Bukowski*, *Ciechanowski*, *Czechowski*, \**Czerwinski* (x 3, = *Czerwiński*), *Dąbrowski*, *Dyrak*, *Hoszko*, *Jankowski* (x 3), *Kaczmarek*, \**Kaminsky* (= *Kamiński*), *Kowalski* (x 8)/\**Kovalski*, *Lebowski* (x2), *Lewandowski* (x 3)/\**Levandowski*, *Michalski*, *Nowak* (x 6), \**Nowinski* (= *Nowiński*), \**Pawelek* (= *Pawełek*), *Piotrowski*, *Podolski*, *Samulski*, *Sienkiewicz*, *Sikorski*, \**Slonina* (= *Słonina*), *Waleński*, \**Wojtywa* (= *Wojtyła*), *Wolski*, *Wozniak* (x 3)/\**Wosniak*, \**Wojcik* (= *Wójcik*), \**Zielinski* (x 2, = *Zieliński*)<sup>11</sup>.

In the cited set of proper names, the vast majority are anthroponyms ending in *ski* (20 examples, some of which are given more than once). Importantly, some respondents did not provide a specific name, but in the answer space they included comments: “Surnames that end with SKI”, “Surnames containing the letter with ski”, “Surnames with ‘ski’ ‘ska’ ‘wcz’ ‘icz’ at the end”, “Anything ended with *-ski*”, “Generally, names ending with *-ski* or *-ska* (gender-based)”, “*-ski*, *-ska* ending surnames”. From this part of the study, it can also be concluded that for the British the most characteristic surnames allowing the identification of Poles are anthroponyms ending in *-ski* (including proper names equal to common adjectives and names derived using the suffix *ski* and its variants: *-owski/-ewski*, *-ec(s)ki*, *-ic(s)ki*, *-eński*, *-ański*, *iński/-yński*)<sup>12</sup>.

<sup>11</sup> Surnames that differ from the Polish originals and are adapted forms are marked with an asterisk symbol.

<sup>12</sup> As an interesting fact directly related to the issue raised in this article, it is worth mentioning Zofia Kowalik-Kaleta’s comment, referring to Polish emigrants in the United States: “The Polish ethnic group was often referred to in America by the most typical surname ending in *-ski*, i.e. *Kowalski*, or just the abstracted ending *-ski*. Similarly, the Jewish group in this country was named *Icek* [...]. Research [...] showed that 51,6% of Americans of Polish descent consider changing their Polish surname to a “more American” one as beneficial to improving their social position in America. At the same time, 56,2% of them are proud of their Polish origin and show it to strangers. The combination of these data undoubt-

This time, the specific names most frequently indicated by respondents were *Kowalski* (it was mentioned nine times) and *Nowak* (it was mentioned six times). Indeed, the first of the surnames (which can be either a professional anthroponym derived from the common word – *kowalski*, a local surname, based on toponyms such as *Kowal*, *Kowale*, or a surname derived from the personal name *Kowal*) is one of the most common among Poles (according to ISNP, it is called 129,508 people) (see Rutkowski 2015), but it is the second of the mentioned anthroponyms – *Nowak* (a surname after a nickname, based on the appellative *nowak* ‘a man new in a certain environment’ [Kaleta 2007a, pp. 133–134, 156, 258]), has been at the top of the list of surnames for centuries (the number of its bearers ranges from 187,732<sup>13</sup> to 202,657<sup>14</sup>). It is worth emphasizing that both surnames are characterized by their high frequency in Great Britain and Ireland – according to FNBI<sup>15</sup>, in the 19th century the frequency of the surname *Nowak* (also in the *Novak* variant, but referring only to Poles<sup>16</sup>) in Great Britain was 2,777, and in Ireland 87, with the surname *Kowalski* – respectively: 1,896 and 55; in the first two decades of the 21st century, these values were significantly higher, e.g. in 2014 they were as follows (according to FOR)<sup>17</sup>:

edly indicates the dilemma of ethnic identity of the children of Polish emigrants, which was revealed in the plane of the surname, an external indicator of ethnic affiliation and at the same time an involuntary symbol of stereotypical ideas of Americans about Poles, which are largely inconsistent with the truth. While in Poland, surnames with *-ski* have been for centuries and still are a model for ‘better’ surnames, today, for aesthetic reasons, and in historical times for social reasons, in America they designated people who were worse, because they were foreign, and were negatively assessed as an ethnic whole. The advantages of individual units or teams were not taken into account. But this is the mechanism of operation of the stereotype, the linguistic correlate of which in this case was the surname *Kowalski* and the suffix *-ski*, the ending of the most typical Polish surname” (Kaleta, 1998a, pp. 173–174).

<sup>13</sup> According to ISNP (<https://nazwiska.ijp.pan.pl>; access: February 17, 2024). Kazimierz Rymut's study (1993, p. 649) provides a larger number of bearers of the *Nowak* surname - 220,217, but the name was based on data from the PESEL database from the 1990s.

<sup>14</sup> Statistical data provided by the Ministry of Digitization indicate that in 2022, 202,657 Poles had the surname *Nowak*, and in 2023 - 201,315 (<https://dane.gov.pl/pl/dataset/1681,nazwiska-osob-zyjackich-wystepujace-w-register-pesel>, accessed: February 17, 2024).

<sup>15</sup> The abbreviation refers to the study: Hanks, Coates, McClure, 2016.

<sup>16</sup> A surname in the form *Novak* may also refer to Czechs, Slovaks, Croats, Serbs, Slovenians, and Hungarians.

<sup>17</sup> The lists were prepared in a database with information taken from the “Forebears” genealogy portal: <https://forebears.io/surnames> (accessed: March 9, 2024). The authors of the article regularly download more detailed and up-to-date statistical data from a completely trusted source – CENSUS. National Statistical Office. In response to the request received the following information: „Thank you for your email which has been forwarded to Census Customer Services for response. We are unable to provide the information you require. Names are collected as part of the Census to help demonstrate compliance with the law and to support the quality assurance of the data collected. Names are also sometimes used to combine Census data with other sources to create richer analytical datasets to help answer specific research questions. Access to names in the data is tightly controlled and ONS does not publish any outputs based purely upon name. We are unable to offer this via our bespoke service. All requests for bespoke datasets are considered based upon the public benefit, for example if they can be shown to be for the public good, such as an evidence base for public policy making or public service delivery, or for decisions which are likely to significantly benefit the UK economy, society, or quality of life of people in the UK. Unfortunately, in this instance, the public sector resource required to create this output cannot be justified by the public benefit of the information” (e-mail z 7 III 2024).

Table 21. Anthroponymous stereotypes and official statistics – Kowalski

<i>Kowalski</i>	INCIDENCE	FREQUENCY	RANK IN AREA
	(number of people who bear the name in the nation)	(ratio and percentage of people who bear the name in the nation)	(the position of name when graded by incidence with all other names in the area)
England	1 522	1: 36 608	4 796
for example, number of people: Greater London – 491, West Midlands – 100, Greater Manchester – 79, West Yorkshire – 69, Lancashire – 55, Nottinghamshire – 53, Derbyshire – 52, Devon – 52, Leicestershire – 38, Kent – 33, Northamptonshire – 30, Hampshire – 29, Cambridgeshire – 24, Buckinghamshire – 22, Cheshire – 22, Surrey – 22, Worcestershire – 21, Suffolk – 20, Lincolnshire – 19, South Yorkshire – 19, Cornwall – 18, Essex – 18, Oxfordshire – 18, Bedfordshire – 17, Hertfordshire – 17, City of Bristol – 16, Dorset – 15, Warwickshire – 15, Berkshire – 14, Shropshire – 13, Staffordshire – 13, East Sussex – 13, Gloucestershire – 11, Norfolk – 11, East Riding of Yorkshire – 11, North Yorkshire – 11, Somerset – 10			
Scotland	75	1: 71 384	5 479
number of people: City of Edinburgh – 23, Glasgow City – 6, Highland – 6, Renfrewshire – 5, Dundee City – 4, North Ayrshire – 4, North Lanarkshire – 4, South Ayrshire – 4, South Lanarkshire – 4, West Lothian – 3, Dumfries and Galloway – 3, Falkirk – 3			
Wales	51	1: 60 677	5 433
number of people: City and County of Swansea – 15, Neath Port Talbot County Borough – 7, Wrexham County Borough – 7, Monmouthshire – 6, Caerphilly County Borough – 5, City and County of Cardiff – 5, Flintshire – 4, Merthyr Tydfil County Borough – 1, Rhondda Cynon Taf County Borough – 1			
Northern Ireland	12	1: 153 753	8 250
no detailed data			

Table 22. Anthroponymous stereotypes and official statistics – Nowak

<i>Nowak</i>	INCIDENCE	FREQUENCY	RANK IN AREA
	(number of people who bear the name in the nation)	(ratio and percentage of people who bear the name in the nation)	(the position of name when graded by incidence with all other names in the area)
England	2 645	1: 21 065	2 971
number of people: Greater London – 846, Greater Manchester – 106, West Midlands – 104, Hampshire – 99, West Yorkshire – 86, Leicestershire – 84, Surrey – 81, Nottinghamshire – 79, Hertfordshire – 69, Staffordshire – 66, South Yorkshire – 65, Lincolnshire – 57, Cambridgeshire – 56, Essex – 51, Kent – 50, Northamptonshire – 50, Lancashire – 45, West Sussex – 45, Bedfordshire – 44, Buckinghamshire – 39, East Sussex – 37, Oxfordshire – 34, Cheshire – 32, Somerset – 31, City of Bristol – 29, Derbyshire – 28, Devon – 28, Gloucestershire – 28, Berkshire – 27, Dorset – 23, Cornwall – 22, Merseyside – 20, North Yorkshire – 18, Tyne and Wear – 18, Cumbria – 17, Warwickshire – 16, Norfolk – 15, Wiltshire – 14, East Riding of Yorkshire – 14, Northumberland – 13, Suffolk – 13, Worcestershire – 12, Durham – 11, Herefordshire – 10, Shropshire – 9, Isle of Wight – 4			
Scotland	167	1: 32 059	3 229
for example, number of people: City of Edinburgh – 33, Glasgow City – 28, Fife – 15, East Lothian – 11, Aberdeen City – 11, Aberdeenshire – 8, Perth and Kinross – 8, Dundee City – 7, Highland – 7, Shetland – 6, Falkirk – 5, Scottish Borders – 5, Angus – 4, Clackmannanshire – 4, Renfrewshire – 4, West Lothian – 3, North Lanarkshire – 3			
Wales	75	1: 41 260	4 005
for example, number of people: Wrexham County Borough – 19, City and County of Swansea – 15, City and County of Cardiff – 14, Carmarthenshire – 11, Caerphilly County Borough – 5, Monmouthshire – 4, City and County of Newport – 3, Anglesey – 1			
FNorthern Ireland	31	1: 59 517	4 663
no detailed data			

It is worth noting that among the “typical” Poles’ names provided by respondents, there were those whose knowledge may be related to the contemporary popularity of specific people - usually famous athletes; Moreover, it is not without reason that some proper names were mentioned even two or three times. These are names such as *Lewandowski* (surname borne, among others, by Robert, Polish footballer, captain of the Polish national team, player of Borussia Dortmund, Bayern Munich and FC Barcelona, considered one of the best footballers of his generation in the world), *Zieliński* (surname Piotr, a player of the Polish national team, who also plays for Italian clubs: SSC Napoli and Inter Milan), *Wojtyła* (family name of one of the most outstanding Poles – a Polish Catholic bishop, who was elected pope in 1978 and held this office until 2005), *Polański* (the surname of Roman, a Polish-French screenwriter and director, repeatedly awarded with important awards from the film world), *Sienkiewicz* (the surname of Henryk, one of the most outstanding Polish writers).

## 7. Summary: conclusions, prospects for further research

The British – or at least this is what the study shows – do not attach any particular importance to surnames. This “average” attitude to the value of the surname is reflected in the dominant “indirect” answers given in the survey: “I partially agree with this”, “moderately characteristic”, “not very characteristic”, and “Yes, sometimes”. Let us emphasize that these answers concerned a general question: whether the surname has any significance for the respondents<sup>18</sup>, and if so, how much, and also specific

<sup>18</sup> The authors of the article tried to obtain more information about the value of surnames among the British, but they did not come across any study in the literature that would address this issue. That's why they contacted a specialist – Dr. Harry Parkin from the University of Chester, onomast, editor of the Concise Oxford Dictionary of Family Names in Britain and co-author of the Oxford Dictionary of Family Names in Britain and Ireland. It turned out that research in the field of interest to the authors of this text has not been and is not conducted; in response to the inquiry, the following information was received: “Thanks for getting in touch. As far as I'm aware, there's nothing that looks in detail at the general attitudes of British people towards their surnames. Papers instead seem to be focused more on attitudes to names in the context of certain surname changes and surname choices (e.g. attitudes to name changes due to marriage). In general, though, it might be useful to read up on the subfield of socio-onomastics, which looks at the relationship between names and identity” (mail of March 18, 2024).

It seems that minor suggestions about the importance of surnames for the British can be provided, among others, by a separate observation of the issue of changing surnames by women after marriage (this fact is deeply rooted in the British tradition, although it is not regulated by law). Well, it turns out that the British attitude towards the matter is gradually changing – research conducted in 1995 shows that in Great Britain about 94% of women getting married changed their surname to their husband's surname, and 4% of women left their family surname and at the same time adopted the surname husband (Valetas, 2001, pp. 1–4), while in 2016 only 89% of women gave up their surname and took their husband's surname (Duncan, Ellingsæter, Carter, 2020).

questions related to the assessment: firstly, whether and to what extent the surname can be a carrier of information about ethnicity (national), the origin of a given person, and secondly, which specific surnames are most associated with Poles in the opinion of the respondents. It should be emphasized that – paradoxically – although the survey participants did not declare a high value of surnames, also in terms of their appearance as identifiers (markers) of the nationality of the bearers, it is clear from the answers provided in the detailed parts of the survey that they not only accurately attribute surnames to nationality (and more narrowly: to the anthroponymic system), but also the scope of these assignments to a considerable extent reflects the positions of the types of derived surnames occurring in the Polish anthroponymic system (see the table below, in which the first line contains data from the survey, while the second reflects information included in the work 1000 most popular surnames in Poland [Zawadzki, 2002]).

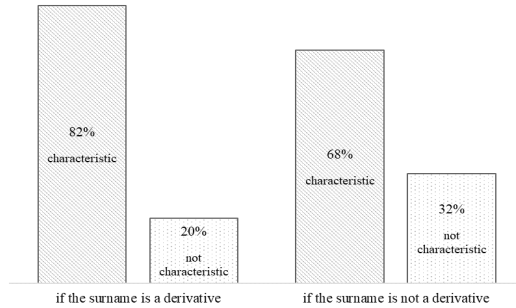
Table 23. Rank of stereotypical names – substantiated generalization

SUFFIX GROUPS		<i>ski/ cki/ dzki</i>		<i>ik/ yk</i>		<i>ek</i>		<i>ewicz/ owicz</i>		<i>ak</i>		<i>ka</i>	
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
RANKING POSITION	PERCENTAGE OF SUFFIX GROUPS	1	31%	2	28%	3	27%	4	26%	5	21%	6	13%
		1	35.6%	4	7.3%	3	8.6%	6	2.3%	2	11.6%	5	3.2%

Source: own research

For the British, the more characteristic Polish surnames are derived surnames. On this basis, it can be concluded that anthroponymous stereotypes are related primarily (if not exclusively) to the structure of surnames, and more precisely - they are embedded in suffixes (or: they are suffixes).

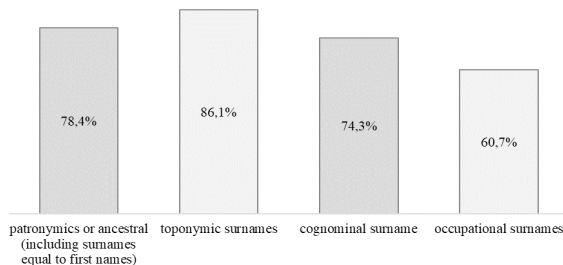
Figure 1. Stereotypical surnames – derivative and non-derivative surnames



In the perception of Polish surnames by the British, anthroponyms with the formants *ski/ -cki/ -dzki* (especially those with the first of the above-mentioned suffix variants) are characterized by the highest stereotypical character among derived surnames.

Although in the study the highest values in the assessment of surnames were obtained by local surnames and surnames derived from ethnic names, one cannot be guided by these survey results - it cannot be assumed that the anthroponymic stereotype is connected with the semantics of the names (the approximate meaning inherent in the root of the surnames). In this case, it is difficult to clearly state the correctness of the perception of surnames by the British, because anthroponyms belonging to the mentioned group of proper names are primarily surnames ending in *-ski/-cki/-dzki*, so it is these characteristic suffixes that may determine the perception of names and not the content contained in core of surnames. Only more detailed research can bring conclusions supporting or contradicting this thesis.

Figure 2. Stereotypical surnames – the approximate meaning inherent in the root of the surnames



There are many indications that the recognition of individual word-formation structures of surnames (more precisely: suffixes) and – to some extent – specific anthroponyms is often determined by their frequency. The table below, presenting selected surnames (most frequently chosen by respondents), contains information about their statistical presence in Poland (based on ISNP) and their functioning in Great Britain (based on FNBiI)<sup>19</sup>. It is worth paying attention to a certain regularity revealed during a thorough analysis of the information obtained in the survey: the larger the administrative unit (town) from which the respondents come, the more often individual surnames (de facto, representations of surname types) are indicated as typical anthroponyms. (very or moderately characteristic) for Poles. This is probably related to the respondents' potential encounter with Poles (or more broadly: with Polish culture and the cultural activities of Poles) in their everyday lives - in workplaces, shops, schools, etc. It is not a surprising fact that the probability of meeting a certain person, and therefore also his or her name, increases with the number of people operating in a given environment. And it must be remembered that the largest concentrations of the Polish community and Poles living in Great Britain are located in large towns<sup>20</sup>.

---

<sup>19</sup> Undoubtedly, comparing these statistical data with the data resulting from the survey will enable those interested to draw more precise conclusions or formulate further hypotheses related to the study of Polish anonymous stereotypes functioning in the (sub)conscious of the British.

<sup>20</sup> For example:

1) according to approximate data presented by the Central Statistical Office, in the years 2004–2020 the number of Polish emigrants in Great Britain increased dynamically: initially, in the mentioned period it was 150.000 people, but already in 2019 as many as 678.000 (after the so-called after Brexit, this number decreased significantly, in 2020 the group of Polish emigrants numbered approximately 514.000 people (source: Central Statistical Office [2024, March 10]. Information on the size and directions of temporary emigration from Poland in 2004–2020);

2) information provided by official statistical institutions regarding population censuses conducted in 2011 in England, Wales, Scotland and Northern Ireland shows that at that time there were over 654.000 Poles officially residing in Great Britain (sources: Census. Office for National Statistics [2016, January 5]. 2011 Census: Key statistics for local authorities in England and Wales; National Records of Scotland [2024, March 10], 10 March]). The publications posted on the websites of the above-mentioned institutions also show that the largest concentrations of Poles and Polish diaspora are: London, Manchester, Glasgow, Birmingham, Edinburgh, Bradford and Cardiff.



Table 24. Selected surnames (most frequently chosen by respondents) and their statistical presence in Poland and their functioning in Great Britain

SURNAME	RANK/FREQUENCY OF OCCURRENCE		SURNAME	RANK/FREQUENCY OF OCCURRENCE	
	w PL (wg ISNP)	w UK (wg FOR)		w PL (wg ISNP)	w UK (wg FOR)
				-ski	
<i>Antoniewski</i>	10196/572	E: 223652/6 E: 4796/1522 S: 5479/75	<i>Baraniecki</i>	5308/1086	E: 184742/8 S: 63002/1
			<i>Bosacki</i>	11987/482	E: 101561/19
<i>Kowalski</i>	2/129508	W: 5433/51 NI: 8250/12 ( <i>Kowalski</i> ) E: 389889/2	<i>Danecki</i>	5924/980	E: 290718/4
				-dzki	
			<i>Brodzki</i>	13907/412	E: 290718/4 ( <i>Brodzki</i> ) E: 489080/1 E: 54689/48
<i>Krakowski</i>	722/6156	E: 64828/37 S: 51579/1	<i>Rudzki</i>	703/6260	S: 25488/7 NI: 20648/1
<i>Lubelski</i>	8067/727	E: 89093/23 ( <i>Lubelski</i> ) E: 91802/22		-(ow/ew)icz	
			<i>Bartkiewicz</i>	1994/2701	E: 101561/19
<i>Pomorski</i>	2278/2419	S: 63002/1 W: 44023/1	<i>Janowicz</i>	1655/3185	E: 44023/1
				-ak	
			<i>Augustyniak</i>	280/12263	E: 38035/85 S: 28047/6
			<i>Seweryniak</i>	1051/4548	E: 389889/2
<i>Zieliński</i>	8/84274	W: 23171/6 NI: 8683/11 ( <i>Zielinski</i> ) E: 290718/4		-ek	
			<i>Dymek</i>	884/5158	E: 54689/48 S: 28047/6
			<i>Krzysiek</i>	4584/1254	E: 119675/15 E: 489080/1 ( <i>Pawelek</i> ) E: 51324/53
<i>Szymański</i>	9/82927	E: 338250/3 ( <i>Szymanski</i> ) E: 8448/750 S: 8372/39 W: 9008/26 NI: 20648/1	<i>Pawelek</i>	1576/3280	S: 51579/2 ( <i>Pawelek</i> ) S: 63002/1 E: 389889/2
					E: 389889/2
<i>Dąbrowski</i>	11/80212	( <i>Dombrowski</i> ) E: 55443/47 W: 8358/29	<i>Stasiek</i>	23497/205	S: 63002/1 E: 79942/27
					S: 35497/4
<i>Jankowski</i>	13/63676	E: 9190/669 S: 7147/50 W: 9008/26	<i>Ziomek</i>	1098/4427	W: 44023/1 NI: 20648/1

		NI: 11625/1		-ik/ -yk	
		(Jankowsky)			E: 13447/405
		E: 489080/1			S: 11205/25
		(Jankowsky)	Adamczyk	34/43508	NI: 6804/16
		E: 184742/8			W: 19671/8
		(Jankowsky)			(Adameyk)
		E: 132302/13			E: 290718/4
		NI: 16615/4			E: 59571/42
Kwiatkowski	15/61723	E: 9508/638	Dwornik	3167/1791	S: 63002/1
		S: 6478/58			(Dwornik)
		W: 12484/12			E: 338250/3
		NI: 18081/3			E: 6537/1040
		E: 290718/4	Kowalczyk	5/92088	S: 5732/70
		(Wisniewski)			NI: 8683/11
		E: 6889/975			W: 25852/5
		S: 6623/56			E: 22911/185
Wiśniewski	3/102545	W: 9528/24	Tomczyk	124/21083	S: 17291/13
		NI: 11625/7			W: 14969/12
		(Wisniewski)			NI: 10839/8
		E: 252590/5			W: 223652/6
		(Wisniewski)			S: 63002/1
		E: 290718/4			(Wojcik)
		E: 389889/2	Wójcik	4/ 93007	E: 6046/1150
		(Kozłowski)			S: 5732/70
		E: 8661/727			W: 10403/21
		S: 9168/34			NI: 12899/6
Kozłowski	12/70382	NI: 3011/66		-ka	
		W: 14969/12	Bronka	8721/672	E: 71393/32
		(Kozłowski)			389889/2
		E: 290718/4			(Słomka)
		E: 290718/4	Słomka	1111/4391	E: 53243/50
		S: 63002/1			S: 31189/5
		W: 44023/1			S: 31189/5
		(Kaminski)	n. non-derived: n. priopria = n. appellative		
		E: 6831/986	Drwal	4742/1212	E: 114324/16
		S: 4887/90			S: 63002/1
		W: 8167/30			E: 101561/19
		NI: 6804/16	Nitka	2941/1911	S: 51579/2
		(Kaminsky)			E: 23605/177
		E: 40828/76	Ptak	289/11927	S: 14413/17

n. non-derived: n. propria = n. priopria		W: 23171/6	
		E: 36944/89	E: 2971/2645
Dominik	1523/3380	S: 23443/8	S: 3229/167
		W: 44023/1	W: 4005/75
n. non-derived: surname = adjective		NI: 4663/31	
		E: 86519/24	(Nowak)
Ziemski	3982/1427	NI: 20648/1	E: 7800/828
		S: 63002/1	S: 8251/40
E – England	S – Scotland		W: 10403/21
W – Wales	NI – Northern Ireland		NI: 16615/4

Undoubtedly, culture, especially the so-called popular culture. This is expressed, among others, by jokes and anecdotes - texts of a ludic nature, most often unrestrained, the so-called political correctness, and often also crossing the boundaries of ethics, thus reflecting the real attitude of language users (members of a certain community) towards various elements of reality, their attitudes towards the world, including towards representatives of other ethnic and national groups (Chiaro, 1992; Davies, 1990; Brzozowska, 2000; The names mentioned above – representations of Poles – often appear in such texts. Here is a small sample of jokes found on websites and internet forums (interestingly - not only British but also American):

- What do you call a Polish ape? | – Chimpanski.
- Who was Alexander Graham Kowalski? | – The first telephone Pole.
- Why do Polish people have *ski* at the end of their names? | – Because they can't spell *toboggan*.

Perhaps the history of Poles' migration to the British Isles has a role in identifying certain types of surnames as "Polish" by the British. Poles known in the United Kingdom include scientists and writers, such as Paweł Edmund *Strzelecki* (traveler, geologist) or Józef *Korzeniowski* (writer, otherwise: Joseph Conrad), as well as presidents and members of the Polish government residing in exile, including Władysław *Sikorski*, Ignacy *Paderewski*, Tomasz *Arciszewski*, Edward *Raczyński* and Ryszard *Kaczorowski*. It can be assumed that this group of proper names is also complemented by the surnames of Polish politicians, social activists and athletes currently known in Great Britain. However, the issue raised requires further, in-depth studies.

Finally, it is worth raising one more issue or rather expressing a postulate related to further possible research on anthroponymous stereotypes. Personal proper names are a conglomerate (or transmitter) of

various, not only ethnic, stereotypes about the people who bear them (they are connected with “embodied named identity” (Pilcher, 2016; Williamson, Bramley, 2022)). Research shows that: firstly, people are often perceived (evaluated) by others based on their names and surnames (anthroponyms may reveal specific values of the bearers of particular names); secondly, names and surnames may not only suggest the character or disposition of their bearers but also influence the shape of the personality and signal the future life choices of people bearing given names and/or surnames (Newman, Tan, Caldwell, Duff, Winer, 2018; Zwebner, Sellier, Rosenfeld, Goldenberg, Mayo, 2017; Pelham, Mirenberg, Jones, 2002). Therefore, it would be worth looking at the problem raised in this text from such a perspective, assessing whether the degree of the mentioned influences and dependencies discussed in social psychology and sociology is not a consequence of the presence of specific - formal (both structural and graphic) or sound) and semantic components of anthroponyms (and not just entire names).

## References

- Bartmiński, J. (1990). Punkt widzenia, perspektywa, językowy obraz świata. In J. Bartmiński, J. Anusiewicz (Ed.) *Językowy obraz świata*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Bartmiński, J. (1998). *Podstawy lingwistycznych badań nad stereotypem (na przykładzie stereotypu matki)*. In J. Anusiewicz, J. Bartmiński (Ed.) *Język a Kultura. Tom 12: Stereotyp jako przedmiot lingwistyki. Teoria, metodologia, analizy empiryczne*. (pp. 63–83). Wrocław: Towarzystwo Przyjaciół Polonistyki Wrocławskiej.
- Bartmiński, J. (2007). *Stereotypy mieszkają w języku. Studia etnolingwistyczne*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Biolik, M. (2001). Zmiany morfemiczne w nazwiskach polskich na *ski* (leksykalizacja, perintegracja i absorpcja morfologiczna). *Prace Językoznawcze, III*, 5–19.
- Brzozowska, D. (2000). *O dowcipach polskich i angielskich. Analiza językowo-kulturowa*. Opole: Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego.
- Census. Office for National Statistics (2016, January 5). *2011 Census: Key Statistics for local authorities in England and Wales*. Retrieved from <http://www.ons.gov.uk/ons/rel/census/2011-census/key-statistics-for-local-authorities-in-england-and-wales/rft-table-q5203ew.xls>.
- Cheshire, J.A., Mateos, P., Longley, P.A. (2009). *Family names as indicators of Britain's changing regional geography*. London: University College London.
- Chiaro, D. (1992). *The Language of Jokes. Analyzing verbal play*. London, New York: Routledge.
- Cieślakowa, A., Malec, M. (1999). Kryteria włączania nazwisk z ziem pogranicznych do opracowania antroponimii Polski XVI do XVIII w. *Studia Slawistyczne, 1*, 68–74.
- Czopek-Kopciuch, B., Górny, H., Magda-Czekaj, M., Skowronek, K. (et al.). (2014, 10 February–20 March). *Internetowy słownik nazwisk w Polsce*. Retrieved from <https://nazwiska.ijp.pan.pl>.

- Davies, Ch. (1990). *Ethnic Humor Around the World. A Comparative Analysis*. Bloomington: Indiana University Press.
- Duncan, S., Ellingsæter, A.L., Carter, J. (2020). Understanding tradition. Marital name change in Britain and Norway. *Sociological Research Online*, 25, 438–455.
- Fomina, J. (2009). Światy równoległe – wizerunek własny Polaków w Wielkiej Brytanii. Warszawa: Instytut Spraw Publicznych.
- Fomina, J., Frelak, J. (2011). *Wizerunek Polski i Polaków w Wielkiej Brytanii. Raport z badań*. Warszawa: Instytut Spraw Publicznych.
- Garapich, M.P. (2008). The Migration Industry and Civil Society. Polish Immigrants in the United Kingdom Before and After EU Enlargement. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 34, 735–752.
- Garapich, M.P. (2010). Chłopi i żołnierze, budowlańcy i pijacy. Dominujący dyskurs migracyjny, jego kontestacje oraz konsekwencje dla konstruowania polskiej grupy etnicznej w wielokulturowym Londynie. In H. Grzymała-Moszczyńska, A. Kwiatkowska, J. Roszak (Ed.) *Drogi i rozdroża. Migracje Polaków w Unii Europejskiej po 1 maja 2004 roku. Analiza psychologiczno-socjologiczna*. (pp. 35–54). Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Garapich, M.P. (2016). Zaradni indywidualiści czy anatomiczni egoiści? Stereotypy i autostereotypy polskich migrantów w Wielkiej Brytanii w ujęciu antropologicznym. *Studia Migracyjne. Przegląd Polonijny*, 2, 5–21.
- Główny Urząd Statystyczny (2024, March 10). *Informacja o rozmiarach i kierunkach czasowej emigracji z Polski w latach 2004–2020*. Retrieved from <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/migracje-zagraniczne-ludnosc/informacja-o-rozmiarach-i-kierunkach-czasowej-emigracji-z-polski-w-latach-2004-2020,2,14.html>.
- Hanks, P., Coates, R., McClure, P. (2016). *The Oxford Dictionary of Family Names in Britain and Ireland*. Oxford: Oxford University Press.
- Jaracz, M. (2003). Stereotyp onimiczny w przysłowiać polskich. *Studia Językoznawcze*, 2, 113–123.
- Jaracz, M. (2006). Socjolingwistyczne uwarunkowania formacji nazwiskowych z *-owicz*, *-ewicz* w „Herbarzu polskim” Adama Bonieckiego. *Linguistica Bidgostiana*, 3, 86–97.
- Jaracz, M. (2007). Stereotypy nazwisk polskich a współczesna świadomość językowa. *LingVaria*, 2, 67–69.
- Kaleta, Z. (1998a). *Nazwisko w kulturze polskiej*. Warszawa: Sławistyczny Ośrodek Wydawniczy.
- Kaleta, Z. (1998b). Teoria nazw własnych. In E. Rzetelska-Feleszko (Ed.) *Polskie nazwy własne. Encyklopedia*. (pp. 15–36). Warszawa, Kraków: Towarzystwo Naukowe Warszawskie, Instytut Języka Polskiego PAN.
- Kosyl, Cz. (1983). *Forma i funkcje nazw własnych*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Kowalik-Kaleta, Z. (2007a). *Historia nazwisk polskich na tle społecznym i obyczajowym (XII–XV wiek)*. Tom 1. Warszawa: Sławistyczny Ośrodek Wydawniczy.
- Kowalik-Kaleta, Z. (2007b). Nazwisko jako ikona – film, reklama, marka (nazwa produktu). *Studia z Filologii Polskiej i Słowiańskiej*, 42, 269–279.
- Kravitz, S. (1977). London Jokes and Ethnic Stereotypes. *Western Folklore*, 36, 275–301.
- Lech-Kirstein, D. (2015). Zwrot kulturowy w badaniach onomastycznych. *Poznańskie Spotkania Językoznawcze*, 30, 85–95.
- Łuczak M. (2017). Polscy studenci w Wielkiej Brytanii i ich relacje z innymi Polakami. *Relacje. Studia z nauk społecznych*, 4, 81–98.
- Magda-Czekaj, M. (2011). *Wybrane typy słowotwórcze nazwisk (-icz, -owicz, -ewicz i z podstawowym -k-) okresu średniopolskiego na tle historyczno-społecznym*. Kraków: Wydawnictwo Instytutu Języka Polskiego PAN.
- Mordań, M. (2016). O stereotypach konotowanych przez niektóre modele współczesnych nazwisk (próba weryfikacji w oparciu o materiał z Bielska Podlaskiego). *Socjolingwistyka*, 30, 189–206.

- National Records of Scotland (2024, March 10). *Statistical Bulletin, 15 May 2014*. Retrieved from <https://www.scotlandscensus.gov.uk/documents/2011-census-key-results-from-releases-2a-to-2d/>.
- Newman, L. S., Tan, M., Caldwell, T. L., Duff, K. J., Winer, E. S. (2018). Name norms. A guide to casting your next experiment. *Personality and Social Psychology Bulletin, 44*, 1435–1448.
- Pacuła, J. (2012). Polskie i rosyjskie egoztonimy i przezwiska Żyda w kontekście stereotypu językowego. In B. Mitrenga (Ed.) *Linguarum Silva. Tom 1: Opozycja – przeciwieństwo – kontrast*. (pp. 135–148). Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Pacuła, J. (2016). Szablony nazewnicze Żyda w polszczyźnie i innych językach słowiańskich. In M. Grech, A. Siemes, M. Wszółek (Ed.) *Badanie i projektowanie komunikacji. Tom 5*. (pp. 165–192). Kraków: Wydawnictwo Libron.
- Pacuła, J., Kminikowski, M. (2022). Polskie heterostereotypy antroponimiczne Niemca (ujęcie statystyczno-kognitywne). In K. Olender, A. Siemes, M. Wszółek (Ed.) *Serdecznie MF. Księga jubileuszowa*. (pp. 381–413). Wrocław: Wydawnictwo Libron.
- Pelham, B. W., Mirenberg, M. C., Jones, J. (2002). Why Susie sells seashells by the seashore: implicit egotism and major life decisions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, s. 469–487.
- Pilcher, J. (2016). Names, Bodies, and Identities. *Socjology, 50*, 764–779.
- Pisarkowa, K. (1976). Konotacja semantyczna nazw narodowości. *Zeszyty Prasoznawcze, 27*, 1, 5–26.
- Rejter, A. (2019). *Nazwy własne w kon/tekstach kultury*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach.
- Rutkowski, M. (2015). Przeciętny „Kowalski”. Uwagi o konotacjach i medialnych wystąpieniach jednostki onimicznej. *Zeszyty Naukowe KUL, 58*, 3, 3–9.
- Rymut, K. (1999). *Nazwiska Polaków. Słownik historyczno-etymologiczny. Tom I: A-K*. Kraków: Wydawnictwo Instytutu Języka Polskiego PAN.
- Serwis Rzeczypospolitej Polskiej „Otwarte Dane” (2024, February 17). *Nazwiska występujące w rejestrze PESEL*. Retrieved from <https://dane.gov.pl/pl/dataset/1681,nazwiska-osob-zyjacych-wystepujace-w-rejestrze-pesel>.
- Simonsohn, U. (2011). Spurious? Name similarity effects (implicit egotism) in marriage, job, and moving decisions. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*, 1–24.
- Sword, K. (1996). *Identity in Flux. The Polish Community in Great Britain*. London: University of London, School of Slavonic and East European Studies.
- The Northern Ireland Statistics and Research Agency (2024, 10 March). *Statistics Bulletin, 28 June 2013*. Retrieved from <https://www.nisra.gov.uk/sites/nisra.gov.uk/files/publications/2011-census-results-detailed-characteristics-statistics-bulletin-28-june-2013.pdf>.
- Valetas, M. F. (2001). The Surnames of Married Women in the European Union. *Population and Sociétés, 367*, 1–4.
- Walczak, B. (1988). Z dziejów pewnego stereotypu nazewniczego (szlacheckie nazwiska na -ski, -cki). In E. Homa (Ed.) *Onomastyka w dydaktyce szkolnej i społecznej*. (pp. 275–281). Szczecin: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego.
- Williamson, J., Bramley, T. (2022). What’s in a name? Are surnames derived from trades and occupations associated with lower GCSE scores? *Research Matters. A Cambridge University Press & Assessment publication, 34*, 76–97.
- Zarębski, R. (2014). Rola czynników ideologicznych i językowo-kulturowych w procesie zmian nazwisk. *Rozprawy Komisji Językowej Łódzkiego Towarzystwa Naukowego, 60*, 313–326.
- Zarębski, R., Woźniak, E. (2018). Stereotyp nazwisk polskich w dwudziestolecu międzywojennym. In M. Hawrysz, M. Uździcka (Ed.) *Wokół dziejów używania polszczyzny – wspólnoty, potrzeby, zachowania komunikatywne*. (pp. 431–442). Zielona Góra: Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego.
- Zawadzki, J. M. (2002). *1000 najpopularniejszych nazwisk w Polsce*. Warszawa: Świat Książki.
- Zwebner, Y., Sellier A. L., Rosenfeld, N., Goldenberg, J., Mayo, R. (2017). We look like our names. The manifestation of name stereotypes in facial appearance. *Journal of Personality and Social Psychology, 112*, 527–554.

## Brytyjskie heterostereotypy antroponimiczne Polaka – komunikat z badań pilotażowych

### Słowa kluczowe

antroponim, stereotyp onimiczny, stereotyp etniczny (narodowy), onomastyka kulturowa

### Abstrakt

Artykuł dotyczy brytyjskich stereotypów onimicznych i ma charakter przyczynku do dalszych, pogłębionych analiz. Autorzy przedstawiają w nim wyniki badań przeprowadzonych w 2024 r., a skupiających się na odkryciu (ustaleniu) brytyjskich heterostereotypów antroponimicznych Polaków. Przyjęli oni, że w świadomości każdego narodu posługującego się określonym językiem (a ten rozumieją jako konglomerat doświadczeń społecznych i zwierciadło konceptualizacji świata) tkwi określony obraz desygnatów, charakterystyczny dla tej właśnie grupy językowo-kulturowej. Według autorów nazwiska – tak w całości, jak też poprzez elementy strukturalne i semantykę zawartą w rdzeniu – są źródłami różnych konotacji, w tym również konotacji dotyczących narodowości. Autorzy stawiają sobie za cel ustalenie tego, które nazwy i ich komponenty oraz w jakim stopniu decydują o identyfikacji etnicznej Polaka przez Brytyjczyków. Rozważania wpisują się w nurt badań onomastyki kulturowej i łączą się z tzw. zwrotem kulturowym w badaniach onomastycznych







# Medical Conditions and Risk Factors in the Use of Force – The British Approach to Ensuring Safety and Security in the Youth Social Rehabilitation Estate

Marcin Jurczyk, Konrad Wierzbicki

## Keywords

opiekunowie nieprofesjonalni, opiekunowie, niepełnosprawność, choroba przewlekła, choroba nieuleczalna, rodzina

## Contact

Marcin Jurczyk  
Uniwersytet Śląski w Katowicach (University of Silesia in Katowice), Polish Academy of Social Sciences and Humanities in London  
marcin.jurczyk@us.edu.pl  
ORCID: 0000-0003-0099-4730

Konrad Wierzbicki  
Akademia Wymiaru Sprawiedliwości w Warszawie  
konrad.wierzbicki@aws.edu.pl  
ORCID: 0000-0002-9481-9572

## Abstract

The article presents the complex legal and medical issues related to the use of force in secure rehabilitation institutions in England. It discusses the regulations governing the use of force, including the necessity for its application and official statistics regarding such interventions. The text highlights the risks of injury, breathing problems, and other medical concerns that may arise during the use of physical restraint. Furthermore, it emphasizes the crucial role of healthcare in monitoring the health of individuals subjected to restraint and minimizing potential health consequences.

## 1. Introduction

When considering juvenile offenders, it is vital to remember that we are dealing with people at a critical time of development, somewhere between childhood and maturity. This time is marked by profound shifts in awareness, value systems, and interests. Juveniles create new relationships and circles of interests, which serve as the foundation for their system of values and motives. In traditional words, juvenile justice refers to the complete process of holding juvenile offenders accountable, including the use of appropriate means of influence (punishment, educational coercion, etc.). The first juvenile court was formed in 1899

in the state of Illinois, United States. Its main job was to enforce penalties. Later, a period of child-centered reforms started, during which the juvenile justice system acknowledged that criminal conduct is not biologically determined but rather the consequence of the effect of social and family circumstances, which may be changed via social rehabilitation. The goal of social rehabilitation is to restore an individual's human rights, social position, health, activity, motivation, and values. This approach aims to restore the person's functioning within the social context, and the notion of inclusion includes adjusting the social environment to match the individual's requirements.

At the declarative level, everyone values trust, a sense of security, love, compassion, kindness, humanitarianism, family, parents, and friends. This fact alone offers a foundation for organizing resocialization activities, since it enables for steering juveniles toward socially acknowledged valued goals and teaching them socially acceptable methods of achieving these goals. The most effective way is to cause cognitive conflict (cognitive dissonance) in the youngster, allowing them to establish new harmony (consonance). Juvenile social resocialization is developing situations and circumstances that enable adolescents to critically evaluate their conduct and question the efficacy of their attitudes and ideals. In this setting, the juvenile's interests alter, and they begin to regard themselves as an active and valuable member of society. The purpose of these resocialization attempts is to elicit internal discontent with their former worldview and provide opportunities for self-reflection. Offenders should be worried about their issues and failings, as well as critically assess their attitudes and needs. During this procedure, professionals monitor and assess the nature of the juvenile's values and motives by comparing them to their actual conduct. The main risk in resocialization work is the high probability of frustration and the juvenile's withdrawal from further cooperation with specialists. To mitigate this risk, it is essential to monitor the stability of the motivation developed throughout the entire re-education process and reinforce positive outcomes. It is also important to cultivate an emotional sense of success and appreciation for achievements in the juvenile during resocialization.

Safety for Children and Young People Secure Estate statistics collect information on assaults, self-harm, use of force, separations, and fatalities from all sectors of the Youth Custody Service, including Young Offender Institutes (YOIs), Secure Training Centres (STCs), and Secure Children's Homes.

The use of force in the context of young offender rehabilitation is a sensitive and complicated topic that necessitates a delicate balance between ensuring safety and protecting young people's rights and well-being. In the United Kingdom, dealing with foreign circumstances stresses the safety of personnel and the wider society, as well as offenders' health and rehabilitation. Medical conditions and individual risk factors are crucial in assessing how and when force should be used since they can considerably alter the requirement and possible impact of such treatments.

## 2. The Law Relating to Use of Force

In the United Kingdom, the use of force is governed by stringent legal and ethical norms that aim to protect the welfare of juvenile offenders while also ensuring the safety of staff and society. This strategy is founded on the understanding that many juvenile offenders have a range of medical diseases and risk factors, such as mental health issues, developmental problems, or trauma histories, which may impact their behavior and attitude to authority.

“Depending on the sector, the Criminal Law Act 1967, the Secure Training Centre Rules 1998, Young Offenders Institution Rules 2000, The Children’s Home Regulations 2015 (and equivalent provisions in Wales), the Criminal Justice and Immigration Act 2008 and the rights and freedoms contained within common law and the European Convention on Human Rights (ECHR) form a set of statutory and non-statutory provisions which should be understood when considering the use of restraint and physical intervention in secure settings” (Use of Force, 2024, p. 5).

**YOI:** The Young Offender Institution Rules (2000)<sup>5</sup> - Rule 44 (Maintenance of order and discipline) and Rule 50 (Use of force).

**STC:** The Secure Training Centre Rules (1998)<sup>6</sup> – Rule 31 (Maintenance of order and discipline); Rule 37 (Use of force); and Rule 38 (physical restraint).

**SCH:** The Children’s Homes (England) Regulations (2015)<sup>7</sup> – Regulation 2 (Interpretation); Regulation 12 (The protection of children standard); Regulation 19 (Behaviour management and discipline); 20 (Restraint and deprivation of liberty); Regulation 35 (Behaviour Management policies and records)<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2015/541/contents/made> (accessed 16.09.24)

*Criminal Law Act 1967 Section 3(1)*

“Any person may use such force as is reasonable in the circumstances in the prevention of a crime, or in the effecting or assisting in the lawful arrest of offenders or suspected offenders unlawfully at large”

Common Law

In terms of the use of force, there is a well-established common law concept that states that a person has the right to defend oneself or others. Individuals can justify using force if they believe it was appropriate in the circumstances at hand.

*Human Rights Act 1998*

Article Two - The Right to life

Article Three- Prohibition from torture, inhumane or degrading treatment

Children Act 2004

The Children Act of 2004 established a national framework for providing children’s services and designated the five outcomes of the Every Child Matters initiative for children and young people, towards which all professionals must work. People, which all professional must work towards: be healthy, stay safe, enjoy and achieve, make a positive contribution, achieve economic well being.

a) Section 10 of the Act (Section 25 for Wales)

Children’s services must make arrangements to co-operate between services to address “well being” defined by the following outcomes: physical and mental health and emotional well being, protection from harm and neglect, education, training and recreation, the contribution made by them (the children) to society, social and economic well being.

b) Section 11 of the Act

All agencies working with children, young people, and their families take reasonable measures to minimize risks to their welfare. If there are concerns about their welfare, agencies address them appropriately (NOMS, 2014).

Safeguarding and promoting the welfare of children is defined for the purposes of this guidance as:

- providing help and support to meet the needs of children as soon as problems emerge;
- protecting children from maltreatment, whether that is within or outside the home, including online,
- preventing impairment of children’s mental and physical health or development,

- ensuring that children grow up in circumstances consistent with the provision of safe and effective care;
- promoting the upbringing of children with their birth parents, or otherwise their family network through a kinship care arrangement, whenever possible and where this is in the best interests of the children;
- taking action to enable all children to have the best outcomes in line with the outcomes set out (Working Together to Safeguard Children, 2023, p. 8).

Within this broader definition, safeguarding is about taking steps to ensure that children and young people are kept safe from harm. This includes protecting children and Young People from:

- Harm from self (self harm and suicide),
- Harm from peers who bully or are violent,
- Harm from adults.

#### *Health and Safety at Work Act 1974*

Members of Secure Care Officer (SCO) employed across the secure estate are entitled to the protection offered by the Health and Safety at Work Act 1974 and associated laws, and their employer is bound by specific statutory requirements.

### **3. Rules for Using Force in the Secure Estate**

#### A) Young Offender Institutions (YOI)

The Young Offender Institution Rules 2000<sup>2</sup>

##### *Rule 50: Use of Force*

- An officer in dealing with a prisoner shall not use force unnecessarily and, when the application of force is necessary, no more force than is necessary shall be used.
- No officer shall act deliberately in a manner calculated to provoke a prisoner.

#### B) Secure Training Centres (STC)

The Secure Training Centre Rules 1998, Rules 37 and 38<sup>3</sup>:

##### *Rule 37: Use of Force*

- An officer in dealing with a trainee shall not use force unnecessarily and, when the application of force to a trainee is necessary, no more force than is necessary shall be used.

<sup>2</sup> <https://www.legislation.gov.uk/uksi/2000/3371/article/5/made> (accessed 16.09.24)

<sup>3</sup> <https://www.legislation.gov.uk/uksi/1998/472/contents> (accessed 16.09.24)

- No officer shall act deliberately in a manner calculated to provoke a trainee.

Rule 38: Physical restraint

- No trainee shall be physically restrained save where necessary for the purpose of preventing him from: escaping from custody (a), injuring himself (b) or others, damaging property (c); or inciting another trainee to do anything specified in paragraph (b) or (c) above, and then only where no alternative method of preventing the event specified in any of paragraphs (a) to (d) above is available.
- No trainee shall be physically restrained under this rule except in accordance with methods approved by the Secretary of State and by an officer who has undergone a course of training which is so approved.
- Particulars of every occasion on which a trainee is physically restrained under this rule shall be recorded within 12 hours of its occurrence and notified to the monitor.

Prisons and secure educational centers follow the same legislative framework and health and safety rules. There are, however, various laws controlling the use of force in secure training facilities. The phrase ‘Use of Force’ refers to ‘any sort of physical action’ employed by one person against another.

1. The use of force by one person against another without agreement is illegal unless it is carried out in accordance with the legislation controlling the use of force in specific scenarios.
2. There is no one standard by which the lawfulness of a specific use of force may be assessed. The legality of an activity is always determined by the circumstances at the time.
3. Staff must comprehend the various statutory frameworks and broad principles of the law governing the use of force. That understanding should influence decisions on how to use force appropriately.
4. Never forget that everyone, whether in custody or not, must follow all provisions of the law. Acting against the law is illegal and can result in criminal charges.

The youth justice system in England and Wales works to prevent offending and reoffending by children. It is different to the adult system and is structured to address the needs of children. The interpretation of reasonableness is a fundamental issue in the application of force. Reasonableness is a factual question that must be answered in every sce-

nario. Each set of circumstances is unique and must be evaluated on its own merit. The size, age, gender, and history of both the Young Person and the staff person in issue should all be considered. Factors such as the presence of weapons, the physical actions performed, and the Young Person's mental, emotional, and psychological health should all be examined when assessing whether the use of force or a certain sort of limitation is reasonable.

'No more force than is necessary' can be seen as proportionate. SCO should establish a fair ratio of proportionality between the methods used and the goal sought. Any use of force should be kept to a minimum and completed as quickly as feasible. When there are less harmful but equally effective alternatives, the action performed is unlikely to be considered proportional. Using more force than is necessary is illegal; personnel must demonstrate that the intervention is proportionate to the goal (for example, you should not use a sledgehammer to shatter a nut).

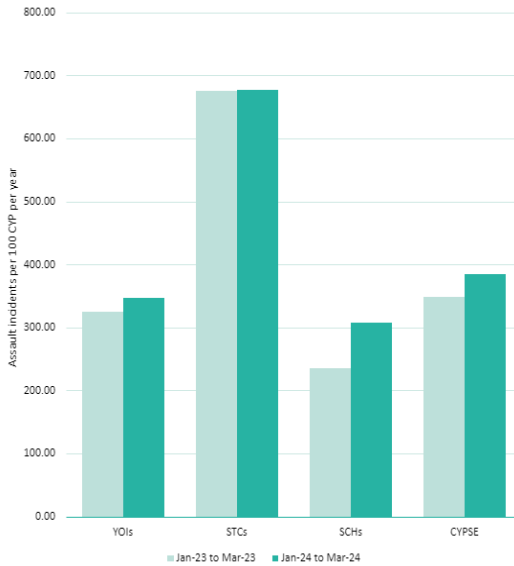
#### **4. Why Use of Force is needed? Official Statistics**

The youth justice system in England and Wales seeks to prevent children from offending and reoffending. It varies from the adult system and is intended to satisfy the needs of children. The report looks at statistics from the youth justice system in England and Wales for the fiscal year ending March 2023. It considers the number of minors in the system (ages 10-17), the offenses they committed, the outcomes they received, their demographics, and long-term trends.

Between January and March 2024, the annualized rate of assault events on staff per 100 children and young people was 169.0, representing a 6% rise over the same period in 2023. The rate of self-harm occurrences also increased dramatically, reaching 420.9 per 100 children and young people, a remarkable 119% rise over the prior year. During this time, the number of unique children and young people who engage in self-harm grew by 7%, from 83 to 89. Furthermore, the use of force episodes increased by 16%, reaching an annualised incidence of 882.6 per 100 children and young people. The number of persons involved in such occurrences increased by 6%, from 381 to 403. In Secure Children's Homes, the rate of separations per 100 children and young people

increased by 25% to 691.1. The number of unique children being separated climbed by 69%, from 29 in early 2023 to 49 in 2024. Similarly, at Secure Training Centres, the separation rate increased by 34%, with an annualized rate of 748.4. The number of people segregated in these centers has grown by 31%, from 35 to 46. In Young Offender Institutions, the separation rate increased by just 11%, to 312.4 separations per 100 children and young people. The number of unique persons enduring separations remained largely consistent, with 197 children and young people separated in early 2024, compared to 195 the previous year<sup>4</sup>.

Figure 2: Rate of assault incidents per 100 Children and Young People per year from January 2023 to March 2023 and from January 2024 to March 2024<sup>5</sup>

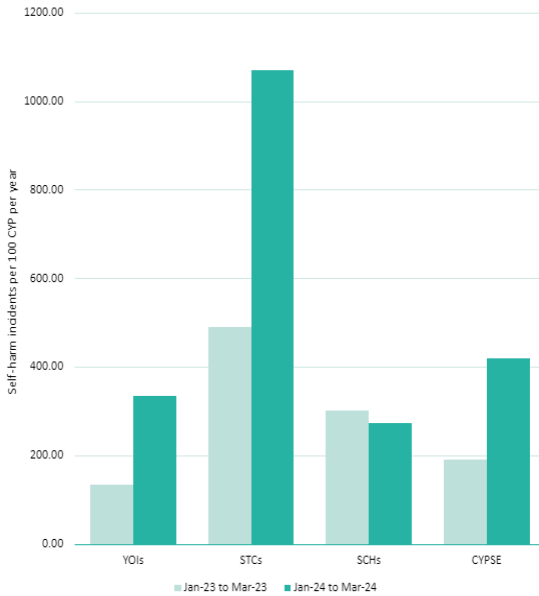


<sup>4</sup> Safety in the Children and Young People Secure Estate: Update to March 2024, <https://www.gov.uk/government/statistics/safety-in-the-children-and-young-people-secure-estate-update-to-march-2024/safety-in-the-children-and-young-people-secure-estate-update-to-march-2024> (accessed 19.09.2024).

<sup>5</sup> Ibidem.



Figure 4: Rate of self-harm incidents per 100 CYP per year from January 2023 to March 2023 and from January 2024 to March 2024<sup>6</sup>



## 5. Risk of Injury

The techniques in Physical Restraint have been designed for use on young people aged 12 to 17; it is recognised that within this age group there is a wide range of physical sizes and strengths that can influence how staff gain and maintain control during physical restraint incidents. Techniques should not be chosen arbitrarily, but rather after careful analysis of the effect variables listed above, as well as the nature of the occurrence and the Young Person’s competence. These considerations may impact staff members’ decision to use a certain method, but the goal should always

<sup>6</sup> Ibidem.

be to decelerate to the lowest degree of restraint possible, and any reason for technique selection should be documented in the Use of Force report. When force is used or is likely to be used to control a violent or disturbed Young Person, a member of health care professionals must attend every incident as soon as reasonably possible.

*“No restraint is 100% safe. As many of those who have contributed to the review have acknowledged, it is an area of controversy and competing claims and there is little consensus among medical experts about the causes of injury and death associated with restraint use or the relative risk associated with alternative methods of restraint”* (Smallridge, Williamson, 2008, p. 32).

It is critical that all personnel participating in restraining a Young Person understand that using techniques in certain postures may enhance the danger to the Young Person during restraint (especially prone). A restraint with the Young Person sitting requires extra consideration since the angle between the torso and lower limbs is already reduced. Compression of the torso against or towards the thighs limits the diaphragm and reduces lung inflate. The following variables contribute to the elevated hazards of restricting young people in a sitting position:

- Increased risk of compromising breathing.
- Duration of restraint can be unspecified/lengthy.

Over more, all SCO must be made aware of the following medical concerns that may occur during restraint: airway blockage, breathing difficulties, circulation anomalies, fracture/dislocation, nerve injury, ligament/tendon damage, soft tissue swelling, muscle damage, and bruising. Whenever possible, SCO should avoid having a young person sit. If employees are constrained in a sitting posture, they should look for another work as soon as feasible. A young individual should never sit while wearing a head support. All SCO must be aware of the medical signs, indicators, and procedures to follow, and an event may be characterized as a medical emergency rather than a Use of Force incident.

## **6. Airway and breathing issues**

Problems with any component of the airway can limit or prohibit oxygen and carbon dioxide from entering and exiting the lungs. This might result in a fast drop in blood oxygen levels, causing substantial in-

jury. Any restraining technique that confines the airway or causes the rib cage or diaphragm to inflate might severely limit a young person's ability to breathe, perhaps leading to asphyxiation. Covering the mouth and/or nose, as well as exerting pressure to the neck area, can restrict or obstruct the airway. This can soon result in asphyxiation. Any covering of the airway (nose/mouth), such as clothing or towels, can have an impact; for example, if the Young Person is supine (face up) and spits at staff, there may be a tendency to cover the face with towels, clothes, and so on. This must be avoided since it reduces the young person's ability to breathe. A safer method is to supply staff with full-face visors and protective clothing.

Any restraining technique that restricts the airway or causes the rib cage or diaphragm to expand may severely impede a Young Person's capacity to breathe, perhaps leading to asphyxiation. The airway can be constricted or blocked by covering the mouth and/or nose, or applying pressure to the neck area. This can quickly lead to asphyxiation. Any covering of the airway (nose/mouth), such as clothing or towels, can have an effect; for example, if the Young Person is supine (facing up) and spits at staff, there may be a propensity to cover the face with towels, clothes, and so on. This must be avoided since it impairs the young person's capacity to breathe.

Breathing can also be limited by restrictions on chest wall and diaphragm mobility. When the abdomen is squeezed, the stomach and its contents constrain the rib cage and diaphragm's movement. This can occur while the Young Person is in sitting, kneeling or prone (face down) constraint postures (Parkes, 2002). When restraining a young person laying face forwards on the ground (prone posture), caution must be shown. The individual's body weight (and any additional weight from restraining personnel) restricts mobility of the rib cage and diaphragm, resulting in breathing issues (Parkes, Carson, 2008). Restraint grips around the neck can be particularly effective and hence appealing to staff in dangerous situations. However, they have a lengthy history of causing abrupt death when under restraint due to airway obstruction. As a result, no neck restraints should be employed. For all of the reasons stated above, no weight should be placed on the Young Person's chest wall, belly, or neck (Reay, Eisele, 1982, p. 254).

## 7. Medical issues

Other medical issues can influence and raise the risk of complications related to airway, breathing, and circulation difficulties. It should be noted that the start of a major medical condition following the use of physical restraint is exceedingly unusual; nonetheless, persons in custody have died as a result of restraint, and this has nearly always been due to a failure to follow proper protocols. In a few cases, the constraint exacerbated an undiagnosed health issue.

Hence staff should be aware, whenever possible, of any associated health conditions that the Young Person may have which can affect how the body responds to increased exertion. These include: medical conditions that may affect airway, breathing and circulation; asthma, sickle cell thalassaemia, diabetes, epilepsy, obesity, drug or alcohol withdrawal/intoxication, pre-existing heart conditions, pregnancy.

Other risk factors include size disparity between the staff and the Young Person

- Restraint of an individual of small stature
- Prolonged restraint, where the person violently resists for an extended period of time. (This has been identified as the single greatest risk factor)
- A combination of chest-wall or abdominal restriction in a seated, kneeling or leaning forwards position (this is particularly dangerous). The Young Person must be kept as erect as possible when they are being restrained in a seated position (MMPR, 2014, p. 91).

The steps listed below will lower the risks associated with certain diseases and risk factors:

- Ensure that medical treatment is delivered as quickly as feasible.
- Minimize the duration of any unavoidable constraint.

Now, let's see more details about few medical conditions issues:

### 1) Asthma

As Gabriela Harvanová and Silvia Duranková (2022) pointed out Bronchial asthma is currently one of the most common chronic diseases of the respiratory system worldwide. The immune and respiratory systems regress to seemingly innocuous stimuli such as pollen, animal hair, dust, dust mites, or psychological stress. Subsequently, patients develop symptoms characteristic of bronchial asthma: shortness of breath, wheezing, chest tightness, and coughing. The disease has an impact on the patient's

psychological state, where in many cases it can be the cause of depression, anxiety, or a reduction in self-control. Bronchial asthma is a life-long disease, but under the control of medical treatment, patients can live a good quality and fulfilling life. Treatment of bronchial asthma is a lifelong process, but the prognosis is excellent. It is very important that it is diagnosed early and that the subsequent treatment is set up correctly. Also, the use of medications should be regular and accompanied by the use of relaxants and oral corticosteroids during anxiety states.

Young people with asthma have wheezy episodes that can be induced by effort, as well as shortness of breath and the need of an inhaler to ease their symptoms. They will increase their breathing rate and effort, employ 'accessory muscles of ventilation', and may complain of being unable to breathe. They need to get access to their drugs as quickly as possible. If the inhaler does not help their health or they grow increasingly wheezy or unable to communicate, they should be handled as a medical emergency.

## 2) Sickle cell anaemia and thalassaemia

Some people have inherited difficulties with the red blood cells they manufacture. Red blood cells deliver oxygen from the lungs throughout the body and transport carbon dioxide from the body's cells to the lungs, where it is eliminated. Many of these young people have less severe versions of these disorders, such as sickle cell trait, which arises when only one of the two genes is faulty. The severe type of sickle cell anaemia develops when both genes are defective, resulting in sickle cell disease. These people usually experience complications because their red blood cells grow stiff in small blood veins and obstruct them, producing agony (a sickle cell crisis). This obstruction increases their susceptibility to infections. Young people with sickle cell trait are typically free of crises, especially in cases of extreme oxygen deficiency. Sickle cell crises can result in catastrophic consequences including heart attacks, strokes, or even death. Sickle cell disease is more frequent in black Africans, the Mediterranean, and some regions of India (and their descendants) (Dyson, Boswell, 2009).

Blood disorder types characterized by low levels or missing normal globin chains in the normal red blood cell protein hemoglobin are now characterized as thalassaemia (Shafique et. al., 2023, p. 2). Thalassaemia1 is a genetic blood disorder. People with Thalassaemia disease are not able to make enough hemoglobin, which causes severe anemia. Hemoglobin is found in red blood cells and carries oxygen to all parts of the body. When

there is not enough hemoglobin in the red blood cells, oxygen cannot get to all parts of the body. Organs then become starved for oxygen and are unable to function properly (Prathyusha et. al., 2019, p. 186).

The majority of young people with sickle cell anemia or thalassaemia are aware of their disease, and whatever information they provide should be taken carefully. There is no reason why people with these genetic conditions should not be confined as long as they employ and use recognized techniques and procedures effectively. However, the hazards of restricting people with these disorders highlight the need of all workers being aware of and ensuring that the airways and breathing of everyone who is being restrained are maintained at all times. Any of the following symptoms may signal a significant worsening of sickle cell anaemia, sometimes known as „sickle cell crisis“. This is more likely to occur with sickle cell disease, but can occur with sickle cell trait, particularly if there is significant effort. Thalassaemia also has the disadvantage of enlarging the spleen, which might rupture with trauma. A person with severe sickle cell anemia or thalassaemia will need medical treatment. There have been cases where untreated patients have died in detention. Staff should avoid restraining postures that might impede respiration or compress the abdomen.

### 3) Diabetes

Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by the presence of hyperglycemia due to defective insulin secretion, defective insulin action or both. The chronic hyperglycemia of diabetes is associated with relatively specific long-term microvascular complications affecting the eyes, kidneys and nerves, as well as an increased risk for cardiovascular disease (Goldenberg, 2013). There is a rise in the number of young people who use insulin to regulate their blood sugar levels. They may rapidly reduce their sugar level with effort and require immediate medical treatment because if the level falls too low, they may complain of dizziness, drowsiness, loss of consciousness, or even fit.

### 4) Epilepsy

In 2005, the International League Against Epilepsy (ILAE) defined epilepsy as “a disorder of the brain characterized by an enduring predisposition to generate epileptic seizures, and by the neurobiologic, cognitive, psychological, and social consequences of this condition” (Fisher, et al. 2005). An epileptic seizure, on the other hand, refers to “a transient occurrence of signs and/or symptoms due to abnormal excessive or synchro-

nous neuronal activity in the brain.

Seizures can include loss of consciousness, collapsing to the floor, and tensing of the entire body followed by rhythmical muscular twitching (a „tonic-clonic seizure”). Other young people may have seizures in which they appear to be absent and unresponsive but may not lose consciousness completely. There are also seizures that affect only a portion of the brain (‘partial seizures’), which can result in strange sensations (such as seeing or hearing things) and aberrant behavior, depending on which section of the brain is involved. Epilepsy is a prevalent condition that is not often linked to violence. However, the following considerations are significant in the context of safe management for young people:

- If a young person discloses epilepsy, medical attention and access to prescribed medicines are critical. Seizures (and other dangerous responses) may occur if antiepileptic medication is quickly discontinued
- A person recuperating from an epileptic seizure may be disoriented, but this should not be misinterpreted as deliberate refusal to follow directions. A young person may be resistant to interventions at this time if they do not grasp what is going on. It is typically best to wait until complete responsiveness returns (assuming no imminent risk is present). If the Young Person is unconscious, get medical attention and place them in the recovery position.
- A young person having a ‘absence’ type seizure may appear to be conscious and capable of responding. However, this is not the case, and it is critical not to misinterpret the seizure for a deliberate inability to follow instructions. Allow the Young Person to act in a safe environment whenever feasible. Move everyone who may be in danger out of the area. However, cautious restraint may be required if the Young Person puts themselves in danger.
- Seizures can be caused by a variety of conditions. The Young Person may be aware of triggers that are important to them. A tiny proportion of young people will have seizures in reaction to flashing lights (photo-sensitive epilepsy), and they should not be intentionally exposed to strobe-type lighting.

## 5) Obesity

According to the World Health Organization (WHO), obesity and overweight are defined abnormal or excessive fat accumulation that may impair health. The imbalance between excess calorie intake and relatively less energy expenditure causes obesity. Obesity is a growing medical and

socioeconomic problem, which WHO defined as the epidemic disease of the new age world called globesity (Sümer, 2016, p. 57).

In 2022, an estimated 37 million children under the age of 5 years were overweight. Once considered a high-income country problem, overweight is on the rise in low- and middle-income countries. In Africa, the number of overweight children under 5 years has increased by nearly 23% since 2000. Almost half of the children under 5 years who were overweight or living with obesity in 2022 lived in Asia. Over 390 million children and adolescents aged 5–19 years were overweight in 2022. The prevalence of overweight (including obesity) among children and adolescents aged 5–19 has risen dramatically from just 8% in 1990 to 20% in 2022. The rise has occurred similarly among both boys and girls: in 2022 19% of girls and 21% of boys were overweight (WHO, 2024)

Obese Young people are susceptible to airway blockage, particularly when constrained in prone or sitting positions. The stomach and abdominal contents, like those of any prone or sitting individual, inhibit diaphragm mobility. Furthermore, obesity limits the diaphragm and rib cage's range of movement. In the prone or sitting posture, the rib cage has a much more difficult time moving upwards and outwards, as in inspiration, and fat within the belly hinders the diaphragm's downward migration.

#### 6) Drug or alcohol withdrawal/ intoxication

Alcohol and various other substances can impair the brain's control of respiration. The body's responses can be affected, and a sudden collapse may occur. Drugs like cocaine, methylamphetamine, or crack function as stimulants, so the young person may look hyperactive, impatient, anxious, and their speech may be nonsensical or difficult to comprehend. The heart and respiration rates may accelerate, and it may be difficult to decelerate the condition since the person may not listen. Restraint should not be continued since it might cause irregular cardiac rhythms. Any such individual experiencing chest pain should seek immediate medical assistance as this might be a heart attack. Ecstasy is related with high temperatures, disorientation, increased water consumption, fainting, and collapse. The heart and respiration rates rise, and thirst may increase. Alcohol withdrawal can range from psychological dependence to physical symptoms including sweating, tremors, fits, hallucinations, nausea, and vomiting, and it is considered a medical emergency (MMPR, 2024).



## 7) Heart Conditions

Heart disease describes a range of conditions that affect the heart. Heart disease includes: Blood vessel disease, such as coronary artery disease; Irregular heartbeats, called arrhythmias; Heart conditions that you're born with, called congenital heart defects; Disease of the heart muscle; Heart valve disease<sup>7</sup>. Anything that strains the heart or damages heart tissue can increase the risk of sudden cardiac death. Some conditions that can lead to sudden cardiac death in young people are:

- *Thickened heart muscle, also called hypertrophic cardiomyopathy.* This genetic condition is the most common cause of sudden cardiac death in young people. It causes the heart muscle to grow too thick. The thickening makes it hard for the heart to pump blood. This can cause fast heartbeats.
- *Long QT syndrome.* This heart rhythm condition can cause fast, chaotic heartbeats. Its linked to fainting for no reason and sudden death, especially in young people. If you are born with it, its called congenital long QT syndrome. If it is caused by a medicine or health condition, it is called acquired long QT syndrome.
- *Other heart rhythm conditions.* Other irregular heart rhythms can cause sudden cardiac death. These include Brugada syndrome and Wolff-Parkinson-White syndrome.
- *Forceful hit to the chest.* A blunt chest injury that causes sudden cardiac death is called commotio cordis. Commotio cordis may occur in athletes who are hit hard in the chest by sports equipment or by another player. This condition does not damage the heart muscle. Instead, it changes the heart's electrical signaling. The blow to the chest can trigger ventricular fibrillation. The hit must occur at a specific time in the heart signaling cycle.
- *Heart condition present at birth, also called a congenital heart defect.* Some people are born with changes in the heart and blood vessels. These changes can reduce blood flow and lead to sudden cardiac death<sup>8</sup>.

Every year, a few young people collapse and die as a result of an undetected cardiac problem, such as when participating in sports or physical exercise. It is therefore necessary to be prepared to administer basic life support in this circumstance as well as any other situations when any individual may have collapsed.

<sup>7</sup> <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heart-disease/symptoms-causes/syc-20353118> (accessed 26.09.24).

<sup>8</sup> <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sudden-cardiac-arrest/in-depth/sudden-death/art-20047571> (accessed 26.09.24).

## 8) Use of restraint or physical intervention involving a child who is pregnant

In any incident involving someone who is pregnant every effort should be made to deescalate and ensure that restraint or physical intervention is only used where it is absolutely reasonable, necessary and proportionate, and if it is being used to prevent harm to the child themselves, the harm to their unborn child should also be considered. 4.68 In all planned or unplanned instances where the use of restraint or physical intervention involving someone who is pregnant, members of staff must ensure that detailed planning or dynamic assessment is undertaken and the very specific risks to the mother and their unborn child are considered. Healthcare staff must be present from the start of the response unless the incident is spontaneous or unplanned<sup>9</sup>. Occasionally, it may be required to restrain a pregnant person; if the female falls on the ground, she must be shifted from the prone or supine position to the recovery posture, with the left side of her body on the ground and the right side uppermost. This is to prevent the uterus (with the fetus within) from compressing the big vein that drains back blood from the body, the inferior vena cava.

## 9) Unconsciousness

In all of these situations, such as drug or alcohol withdrawal/intoxication, low sugar as in insulin-dependent diabetes, cardiac difficulties, and so on, unconsciousness may develop, followed by aspiration of vomit into the lungs/compromise of the airway. This is life-threatening. The unconscious Young Person should be placed in the recovery posture as soon as feasible. Medical assistance is necessary.

## 10) Weight and height disparity

For each restraint method or operation that involves constraint, especially if it is planned, members of the team performing the restraint must consider their weight and size. A team of huge, powerful persons can do harm when restraining a much smaller individual; nevertheless, if the Young Person is considerably larger than the member(s) of staff, care should be taken to avoid injury to staff members. Height might be an essential aspect since a tall employee may apply a hold from a different angle than a smaller employee. This must be carefully studied by staff personnel so that their own restraining method does not

---

<sup>9</sup> Youth Custody Service, <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/64de3b25c8dee4000d7f1e6f/use-force-restraint-restrictive-practices-pf.pdf> (accessed 26.09.24).

cause unwanted and accidental suffering to the Young Person. Under no circumstances should the personnel place any body weight on the neck, chest or abdomen. This is such a crucial lesson since many fatalities have happened as a result of either airway blockage or preventable respiratory issues. When the member of staff is removing their hold on a Young Person, it must be done in such a way that no significant force is used on that part of the body to remove him/her self from that hold, e.g. to come off the arm hold from the Young Person in the supine position, the member of staff must not push him/her self off that arm by pushing down onto the arm, otherwise there is the potential for ligament, tendon or nerve damage at the elbow, muscle damage in the lower or upper arm and bruising at the site of maximum application of force (MMPR, 2014).

#### 11) Psychosis/ disturbed behaviour

Most people suffering from mental illness are not violent; however fear, confusion and abnormal beliefs experienced by some people suffering from psychosis may cause them to respond in a violent manner. Psychosis is a set of symptoms related to mental health issues that occurs in a range of psychotic disorders, to include Schizophrenia Spectrum Disorder, Bipolar Disorder, Posttraumatic Stress Disorder and Major Depressive Disorder (Doherty, Owen, 2014, p. 29).

There are many causes and types of psychosis, but common examples are:

- Acute and chronic organic brain syndromes (Cognitive Disorder): Such as delirium and dementia with psychotic features, some toxic or pathological basis can often be defined. Prominent features are confusions, disorientation, defective memory, disorganized thought and behaviour.
- Functional disorder: No underlying cause can be defined, memory and orientation are mostly retained but emotion, thought, reasoning and behaviour are seriously altered.
- Schizophrenia (Split Mind): Schizophrenia is characterized by delusion, hallucination and lack of insight. Acute schizophrenia may also present with disturbed behaviour, disturbed thinking, or with insidious social withdrawal and other so called negative symptoms and less obvious delusion and hallucination (Bangwal, Bisht, Saklani, Garg, Dhayani, 2020, p. 164).
- Mania: An extremely disabling and potentially harmful behavioral syndrome that indicates an underlying central nervous system disorder. Mania can lead to harm to self or others, and

- may be accompanied by features of psychosis. Hypomania is a less severe form of mania,
- see later on in the text how to differentiate between the two. Usually, by definition they denote affliction by one of the various forms of Bipolar Disorders or ‘Bipolar Spectrum’ of disorders<sup>10</sup>.
- Drug Induced Psychosis is defined as a condition in which psychotic symptoms are caused by a psychoactive substance and resolve within a set time period (Weibell, Velden Hegelstad, Johannessen, 2016, p. 52).
- Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is one of the most prevalent mental health problems among children and adolescents, with a rising trend. ADHD is a neurodevelopmental condition related to deficient brain and nervous system functions that usually start in early childhood and follow a persistent trait-like course into adolescence and adulthood. Children with ADHD may have behavioral problems such as inattention, hyperactivity, and impulsivity (Khamenkan, Homchampa, 2024, p. 1).
- Externalizing problems include rule-breaking actions, aggression toward others, and delinquency. Longitudinal research shows that adolescent externalizing behaviors are a major risk factor for a number of negative outcomes, such as juvenile delinquency and future crime and violence, as well as decreased educational and occupational attainment in adulthood (Georgiou, Charalampous, 2024). However, while some children uniquely exhibit externalizing problems, for a sizable proportion of children, these problems co-occur with internalizing problems (i.e., behavioral symptoms that are focused ‘inwards’ such as depression, social withdrawal, and anxiety) (Boutin et al., 2020).
- Oppositional defiant disorder (ODD) is one of a group of behavioral disorders called disruptive behavior disorders (DBD). These disorders are called this because children who have these disorders tend to disrupt those around them (Rocque, 2016, p. 493).
- Conduct disorder (CD), primarily characterized by aggression toward people and animals, property destruction, theft, and serious rule violations, is a problematic psychiatric disorder that generates significant impairment of daily functioning (Doucet, Azar, Doucet, Luke, 2021).

---

<sup>10</sup> Bipolar Disorder Mania and Hypomania, <http://thehub.utoronto.ca/psychiatry/wp-content/uploads/2014/05/Bipolar-Disorder-Handout.pdf>, (accessed 27.09.24).

## 8. Role of Healthcare during all instances where restraint or physical intervention is used

The safety, health and wellbeing of staff or children involved in any incident where restraint or physical intervention is used is a key priority. Training for staff in secure settings about their response to incidents where restraint or physical intervention is used must include: - Recognition of distress or deterioration of a child's physical condition and the warning signs and symptoms associated with medical distress<sup>45</sup>, including: - airway obstruction. - respiratory issues or breathing difficulties. - circulatory or cardiovascular problems. - articular or bony injury, including fracture or dislocation. - nerve injury. - damage to ligaments or tendons. - soft tissue swelling. - muscle damage. - Bruising. - Understanding of the physiology of breathing. - Airway management and how to undertake resuscitation. - Understanding of physiological or psychological conditions which might increase the risk of an adverse outcome.

## 9. Conclusion

The medical safety of both workers and young people is a top responsibility. According to the Independent Review of Restraint guidelines, providers must guarantee that they may call for prompt medical help for young people, including getting a paediatric report if hospital care is necessary. Any injuries should be treated appropriately and recorded on a body map. Providers may want to acquire photographic proof of the injuries, but this may not always be appropriate given the history of abuse that some young people in the secure estate have.

Both young people and staff should have a distinct debriefing procedure. The consequence should be an agreed-upon action plan to support positive conduct in the young person, reducing the chance of future behaviour degrading to the point where force is required. All young people should get support following a use of force event, especially throughout the debriefing phase. Some young people may benefit from having advocates present throughout the debriefing process, while others may choose to speak with their key worker, personal officer, social worker, or Independent Monitoring Board. Young people should always make the decision to seek support services themselves.

## References

- Bangwal, R., Bisht, S., Saklani, S., Garg, S., Dhayani, M., Psychotic Disorders, Definition, Sign and Symptoms, Antipsychotic Drugs, Mechanism of Action, Pharmacokinetics & Pharmacodynamics with Side Effects & Adverse Drug Reactions: Updated Systematic Review Article, *Journal of Drug Delivery and Therapeutics*, 10(1), 163-172 <http://dx.doi.org/10.22270/jddt.v10i1.3865>
- Bipolar Disorder Mania and Hypomania, <http://thehub.utoronto.ca/psychiatry/wp-content/uploads/2014/05/Bipolar-Disorder-Handout.pdf>, (access 27.09.24).
- Boutin, S., Roy, V., St-Pierre, R. A., Déry, M., Lemelin, J. P., Martin-Storey, A., Poirier, M., Toupin, J., Verlaan, P., Temcheff, C. E. (2020). The longitudinal association between externalizing and internalizing problems: an exploration of the dual failure model, *Dev. Psychol.*, 56(7), 1372-1384, <https://doi.org/10.1037/dev0000935>
- Doherty, J. L., & Owen, M. J. (2014). Genomic insights into the overlap between psychiatric disorders: implications for research and clinical practice. *Genome medicine*, 6(4), 29.
- Doucet, R., Azar, R., Doucet, S., Luke, A. (2021). Conduct Disorder: A Review of the Literature and the Impact on Caregivers, *Healthy Populations Journal*, 1(2), 49-57.
- Dyson, S., Boswell, G. (2009). *Sickle Cell and Deaths in Custody*. London. Whiting & Birch.
- Fisher, R. S, Boas, W an E, Blume W., Elger, C., Genton, P., Lee, P., et al. (2005). Epileptic seizures and epilepsy: Definitions proposed by the international league against epilepsy (ILAE) and the International Bureau for Epilepsy (IBE). *Epilepsia*, 46, 470-472.
- Georgiou, S. N., Charalampous, K. (2024). Parental styles and adolescent externalizing problems: A cross-lagged model examining the direction of influence. *Psychology in the Schools*, 61, 190–204. <https://doi.org/10.1002/pits.23046204>
- Goldenberg, R. (2013). Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes, Prediabetes and Metabolic Syndrome, *Canadian Journal of Diabetes*, 37, 8-11.
- Harvanová, G., Duranková, S. (2022). Asthma – its symptoms, risk factors, genetic predisposition, and diagnostics. *Alergologia Polska - Polish Journal of Allergology*, 9(4), 231-236. <https://doi.org/10.5114/pja.2022.122002>
- Khamenkan, K., Homchampa, P. (2024). Understanding Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Children: A Qualitative Analysis of Family Responses and Behavioral Challenges. *Open Public Health Journal*, 17, 1-9. <http://dx.doi.org/10.2174/0118749445293643240228120415>
- MMPR (2014). Leamer Initial Handbook 2014 V1.0, National Offender Management Service, Great Britain.
- Parkes, J., Carson, R. (2008) 'Sudden Death During Restraint: Do Some Positions Affect Lung Function Medicine, Science and the Law, 48(2), 137-141.
- Parkes, J. (2002) 'A Review Of The Literature On Positional Asphyxia As A Possible Cause Of Sudden Death During Restraint British Journal Of Forensic Practice, 4(1), 24-30.
- Prathyusha, K., Venkataswamy, M., Sridivya Goud, K., Ramanjaneyulu, K., Himabindu, J., Saikrupa Raj, K. (2019). Thalassemia - A Blood Disorder, its Cause, Prevention and Management, *Research Journal of Pharmaceutical Dosage Forms and Technology*, 11(3), 186-190.
- Reay, D.T., Eisele, J.W. (1982) 'Death from Law Enforcement Neck Holds The American Journal of Forensic Medicine and Pathology, 3(3), 253-258.
- Rocque, R. (2016). Oppositional Defiant Disorder, *International Journal of Nursing Education and Research*, 4(4), 493-496.
- Shafique, F., Ali, S., Almansouri, T., Van Eeden, F., Shafi, N., Khalid, M., S. Khawaja, S., Andleeb, S., ul Hassan, M. (2023). *Brazilian Journal of Biology*, 83, 1-8.

- Smallridge, P., Williamson, A. (2008). Independent Review Of Restraint In Juvenile Secure Settings, <https://www.positivehandling.co.uk/wp-content/uploads/2015/07/restraint-review.pdf> (accessed 22.09.24).
- Sümer, A. (2016). Definition of obesity and current indications for obesity surgery, *Laparosc Endosc Surg Sci*, 23(3), 56-62. DOI: 10.14744/less.2014.99608.
- Use of Force, Restraint and Restrictive Practices in the Children and Young People Secure Estate (CYPSE), HM Prison & Probation Service, Youth Custody Service, 2024, <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/64de3b25c8dee4000d7f1e6f/use-force-restraint-restrictive-practices-pf.pdf> (accessed 16.09.24)
- Weibell, M. A., Velden Hegelstad, W., Jan Olav Johannessen, J. O. (2016). Substance-Induced Psychosis: Conceptual and Diagnostic Challenges in Clinical Practice, In: Ed.: V. R. Preedy, *Neuropathology of Drug Addictions and Substance Misuse*, Academic Press, 50-57, <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800634-4.00005-6>.
- WHO (2024). Obesity and overweight, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (accessed 26.09.24).
- Working Together to Safeguard Children 2023 A guide to multi-agency working to help, protect and promote the welfare of children, HM Government, England, [https://assets.publishing.service.gov.uk/media/669e7501ab418ab055592a7b/Working\\_together\\_to\\_safeguard\\_children\\_2023.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/media/669e7501ab418ab055592a7b/Working_together_to_safeguard_children_2023.pdf) (accessed 15.09.24).

## Stan zdrowia i czynniki ryzyka a użycie siły – brytyjskie podejście do zapewnienia bezpieczeństwa i ochrony w procesie resocjalizacji nieletnich

### Słowa kluczowe

czynniki ryzyka, nieletni, problemy zdrowotne, resocjalizacja

### Abstrakt

W artykule zaprezentowano złożone kwestie prawne i medyczne związane z użyciem siły w zamkniętych instytucjach resocjalizacyjnych w Anglii. Omówiono przepisy regulujące stosowanie siły, w tym jej konieczność oraz oficjalne statystyki dotyczące takich interwencji. W tekście podkreślono ryzyko obrażeń, problemy z oddychaniem oraz inne kwestie medyczne, które mogą wystąpić podczas stosowania przymusu fizycznego. Ponadto zwrócono uwagę na kluczową rolę opieki zdrowotnej w monitorowaniu stanu zdrowia osób poddanych restrykcjom i minimalizowaniu potencjalnych skutków zdrowotnych.







# Sposoby radzenia sobie ze stresem młodych dorosłych

Aleksandra Jędrzyzek, Mateusz Grzebalski

## Słowa kluczowe

stres, studenci, psychologia, wokalistyka estradowa

## Kontakt

Aleksandra Jędrzyzek  
Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych  
w Warszawie  
aleksandra.jedrzyzek-geisler@mans.org.pl  
ORCID 0000-0002-8360-8622

Mateusz Grzebalski  
Polish Academy of Social Sciences and  
Humanities  
ORCID 0009-0006-8974-4349  
grzebalskimateusz@gmail.com

## Abstrakt

Celem przeprowadzonych badań było ustalenie, czy istnieją różnice w sposobach radzenia sobie ze stresem pomiędzy studentami wokalistyki estradowej i psychologii. Do przeprowadzenia badań zastosowany został sondaż diagnostyczny, wykorzystano Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini-COPE. Istotne różnice w stylach radzenia sobie ze stresem przez studentów psychologii i wokalistyki estradowej zostały wykazane tylko w odniesieniu do strategii radzenia sobie ze stresem polegających na aktywnym radzeniu sobie, akceptacji, poczuciu humoru, zwracaniu się ku religii, zażywaniu substancji psychoaktywnych oraz na obwinianiu siebie. Nie wykazano natomiast różnic między studentami psychologii i wokalistyki estradowej w odniesieniu do strategii planowania, pozytywne-go przewartościowania, poszukiwania wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego, zajmowania się czymś innym, zaprzeczania, wyładowania oraz zaprzestania działań.

## 1. Wprowadzenie

Jednym z czynników, który odgrywa istotną rolę w codziennym funkcjonowaniu człowieka, jest stres. Pojęcie stresu stało się nieodłącznym elementem współczesnej literatury przedmiotu, zarówno biologicznej, jak i psychologicznej. Analiza jego definicji, rodzajów, oraz sposobów radzenia sobie, stanowi istotny obszar badań zarówno naukowych, jak i praktycznych.

Ludzie odmiennie postrzegają sytuacje stresowe i tym samym reagują na nie w zindywidualizowany sposób. Zgodnie z literaturą przedmiotu

wiele problemów zdrowotnych wiąże się z doświadczaniem przewlekłego stresu. Działania i wysiłki, jakie człowiek podejmuje w jego obliczu, w istotny sposób warunkują zdrowie jednostki. Badania sondażowe przeprowadzone w Wielkiej Brytanii pod koniec lat 80. ubiegłego wieku wskazały na powszechne przekonanie, że stres stanowi bezpośrednią przyczynę chorób (Jurkiewicz, Kołpa, 2021, s. 17). W badaniach Jurkiewicz i Kołpy (2021) ludzie młodzi jako konsekwencję długotrwałego narażenia na stres najczęściej wymieniali depresję i nerwicę, na drugim miejscu wrzody żołądka i dwunastnicy, na trzecim zaś choroby sercowo-naczyniowe. Znaczną część badanej grupy stanowiły osoby uczące się. Wykazano, że głównym źródłem stresu dla osób młodych była szkoła i związane z nią egzaminy ustne (46%). Analiza zespołu badaczy z Pakistanu dotycząca między innymi przyczyn stresu u studentów medycyny wykazała, że głównym jego źródłem w badanej grupie były egzaminy szkolne (77,5%). W dalszej kolejności wymieniano nieporozumienia z bliskimi (26,5%) oraz problemy rodzinne (26%). Również z prac polskich autorów wynika, że młodzież postrzega środowisko szkolne jako najbardziej stresogenny czynnik (Jurkiewicz i Kołpa, 2021, s. 18).

## 2. Psychiczne wyzwania młodych dorosłych

Ludzie młodzi postrzegają środowisko szkolne jako najbardziej stresogenny czynnik, a największy stres wywołują u nich egzaminy ustne. W ostatnich latach obserwuje się wzrost liczby studentów prezentujących symptomy różnorodnych zaburzeń psychicznych. Dostępne badania potwierdzają, że studenci zgłaszają więcej problemów psychicznych w porównaniu do grupy osób w podobnym wieku, które nie uczęszczają na studia. Problemy zdrowia psychicznego wśród studentów stanowią znaczące wyzwanie dla społeczności akademickiej. Częstość występowania problemów psychicznych wśród studentów przewyższa wskaźniki obserwowane w populacji ogólnej, oscylując od 19,2% do 67,4% (Stallman, 2010, s.21). Międzynarodowa Klasyfikacja Zaburzeń Psychiczych *ICD-10* oraz amerykańska *DSM-IV* identyfikują kategorie zaburzeń psychicznych, których przebieg charakterystyczny jest dla wczesnej dorosłości i okresu studiów. Wśród nich znajdują się zaburzenia psychotyczne, zaburzenia lękowe, zaburzenia somatyczne, zaburzenia dysocjacyjne, reakcje na ciężki stres, zaburzenia nastroju (depresje i choroba afek-

tywna dwubiegunowa), zaburzenia odżywiania się (anoreksja, bulimia) oraz zaburzenia osobowości. Nieumiejętność radzenia sobie z sytuacjami trudnymi oraz odczuwany stres, są jedną z przyczyn objadania się. Ucieczka w jedzenie jest prostym, dostępnym sposobem na złagodzenie napięcia, unikanie zagrożenia oraz kompensowanie przeżywanych trudności. Badania przeprowadzone z udziałem Amerykanów wykazały, że blisko 50% badanych, jako sposób radzenia sobie ze stresem wybierało jedzenie. Zbliżone wyniki uzyskano w toku analizy badań własnych; w ten sam sposób zawsze, często lub czasami postępowało 45% młodych osób (Jurkiewicz,i Kołpa, 2021, s. 18).

Zgodnie z obserwacjami Edyty Dembińskiej okres studiów może być czasem podwyższonego ryzyka wystąpienia różnorodnych trudności psychicznych, w tym pierwszych epizodów zaburzeń psychicznych. Na tę sytuację wpływają różnorodne czynniki. Kluczowym determinantem jest typowy przebieg zaburzeń psychicznych, z których część zaczyna się pod koniec okresu dojrzewania i we wczesnej dorosłości (tabela 1).

Tabela 1. Wiek wystąpienia pierwszych objawów zaburzeń psychicznych

<b>Zaburzenie psychiczne</b>	<b>Najczęstszy wiek wystąpienia zaburzeń psychicznych</b>
Schizofrenia	20-30
Depresja	20-30 (pierwszy szczyt zachorowań)
Choroba afektywna dwubiegunowa	20-30
Zaburzenia lękowe	15-25
Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne	12'-35
Zaburzenia odżywiania:	
- anoreksja	14-18
- bulimia	18-25
Zaburzenia konwersyjne	20-30
Zaburzenia somatoformiczne	18-30
Zaburzenia osobowości	17-30 (rozpoznawanie od 18. roku życia)

Źródło: Dembińska (2010)

Okres studiów niesie za sobą szereg zmian rozwojowych, takich jak poszukiwanie własnej tożsamości, wybór ścieżki kariery, ustalanie roli w grupie rówieśniczej oraz nawiązywanie pierwszych trwałych relacji

uczuciowych. Wszystkie te przemiany generują znaczącą presję emocjonalną, zwiększając podatność na inne czynniki stresogenne. Dodatkowo, młodzi ludzie stają w obliczu licznych nowości i konieczności adaptacji do nowych sytuacji. Konfrontują się z oddzieleniem się od rodziny, znajomych, dostosowaniem do nowego środowiska akademickiego, zmianą sposobu nauki, przejęciem kontroli nad własnym kształceniem, a także zarządzaniem czasem i finansami czy nawiązywaniem nowych relacji (Franczak, 2016, ss. 254-255).

Inne formy zaburzeń, które mogą występować wśród studentów, obejmują zaburzenia lękowe. Lęk może manifestować się w różnych sytuacjach lub być ograniczony do konkretnego kontekstu, na przykład wystąpień publicznych, przebywania w grupie, podróżowania autobusem, przekraczania mostu, kontaktu z pajakami lub szczurami. Nadmierny poziom lęku wpływa negatywnie na funkcjonowanie społeczne jednostki, utrudniając jednocześnie rozwijanie potencjalnych zdolności intelektualnych. Zaburzenia lękowe mogą przybierać formę powtarzających się ataków, takich jak ataki paniki, natręctw myślowych, obsesji lub przewlekłe utrzymujących się objawów, na przykład stałego uczucia napięcia, niepokoju czy niemożności zrelaksowania się. Typowe towarzyszące uczucia lęku obejmują m.in. trudności w skupieniu uwagi przy jednoczesnym skoncentrowaniu się na sobie, niemożność odpoczynku, nadmierne obawy, problemy z zapamiętywaniem, trudności ze snem, przyspieszone bicie serca, płytki oddech, drżenie rąk lub całego ciała, nadmierne pocenie się, zawroty głowy, nudności, uczucie przerażenia oraz obawa przed utratą kontroli (Seligman i in., 2003, s. 180-236).

W późnym okresie dojrzewania oraz wczesnej dorosłości mogą pojawić się także zaburzenia afektywne, takie jak depresja, choroba afektywna dwubiegunowa czy zaburzenia nastroju spowodowane substancjami psychoaktywnymi. Osoba doświadczająca depresji może wykazywać cechy takie jak spowolnione tempo myślenia, utrata zainteresowań i przyjemności z wykonywania dotychczas satysfakcjonujących czynności, osłabienie pamięci, słaba koncentracja, obniżenie aktywności ruchowej i zdolności do pracy umysłowej, poczucie zmęczenia, niechęć do nauki oraz autodestrukcyjne przekonania, które kwestionują możliwość kontynuowania edukacji czy zdania egzaminów, a także nieadekwatne poczucie winy i katastrofizacja. W przypadku choroby afektywnej dwubiegunowej, obok cech charakterystycznych dla depresji, występują również okresy manii, podczas których mogą wystąpić objawy takie jak euforia, wysokie pobudzenie, rozdrażnienie, przyspieszenie toku myślenia, natłok myśli, zachowa-

nia nieadekwatne do okoliczności (co może prowadzić do konfliktów z prowadzącym zajęcia i innymi osobami), niepohamowane decyzje, impulsywność w zachowaniu, podwyższona ocena własnej sprawności umysłowej i poczucie mocy. Jednocześnie można zaobserwować spadek rzeczywistej zdolności psychicznej, co objawia się poprzez zmienność i powierzchowność zainteresowań, spadek precyzji myślenia, brak krytycyzmu, słabą koncentrację uwagi oraz spadek zdolności do działań celowych i zorganizowanych, na przykład w nauce (Seligman i in., 2003, s. 276-312)

W kontekście życia akademickiego symptomy mogą manifestować się społecznie, przybierając formę bezpośrednią lub pośrednią. W pierwszym przypadku objawy wyrażają się poprzez nieadekwatne zachowanie, trudności w komunikacji interpersonalnej, konflikty z prowadzącymi zajęcia oraz innymi osobami, nagłe opuszczanie zajęć, gadatliwość, nieprzemyślane wypowiedzi oraz skracanie dystansu społecznego wobec prowadzących zajęcia. Symptomy w sposób pośredni mogą manifestować się przez nieobecności na zajęciach, konflikty wewnętrzne, okresy zwiększonej i zmniejszonej aktywności, apatię, wycofanie się z wszelkich aktywności oraz bierność. Okresy zauważalnej dysfunkcji społecznej mogą przeplatać się z okresami dostosowania (Zaborniak-Sobczak, Sznajder, 2018).

Studenci zmagający się z zaburzeniami psychicznymi mogą napotykać na różnorodne trudności w trakcie swojej edukacji. Dembińska (2020) wskazuje na następujące wyzwania wpływające na ich zdolność do wywiązania się z obowiązków akademickich:

- nieobecności wynikające z okresowych nasileń objawów choroby,
- konieczność nadrabiania zaległości, które pojawiły się, np. w czasie hospitalizacji,
- problemy z koncentracją, pamięcią, utrzymaniem odpowiedniego poziomu motywacji oraz radzeniem sobie ze stresem,
- trudności w organizacji własnej pracy, planowaniu działań, ustalaniu celów i priorytetów, zwłaszcza pod presją czasu,
- konieczność współpracy w grupie oraz lęk przed publicznym wypowiedzeniem się,
- radzenie sobie z ewentualnymi skutkami ubocznymi wynikającymi z przyjmowania leków, takimi jak senność czy spowolnione tempo pracy.

Rozważając przedstawione zagadnienia, można dojść do wniosku, że środowisko akademickie stwarza okazję do bycia jednym z pierwszych

miejsc, gdzie można zauważyć niepokojące zachowania studenta, które ujawniają się gwałtownie lub stopniowo w formie zmiany zachowania. Ważne jest podkreślenie, że „nagle, ryzykowne zachowania studentów nie zawsze mają bezpośredni związek z występowaniem przewlekłych zaburzeń psychicznych; mogą również pojawić się w wyniku użycia substancji psychoaktywnych, trudnej sytuacji osobistej studenta lub niskiej tolerancji na stres, szczególnie w przypadku nagromadzenia trudnych sytuacji w krótkim czasie. Niepodważalnym jest fakt, że istotne jest rozwijanie różnorodnych form wsparcia dla studentów, którzy zmagają się z zaburzeniami psychicznymi, adaptacyjnymi, emocjonalnymi czy też borykają się z różnymi formami cierpienia w swoim życiu (Franczak, 2016, s. 257).

### 3. Stres w profesji artystów

Szczególnym rodzajem stresu, jaki występować może u osób w różnym wieku, jest stres towarzyszący różnego rodzaju artystom. Występuje on zatem również wśród studentów kierunków artystycznych. Według Patrycji Curyło-Sikory oraz Heleny Wrony-Polańskiej, trema to szczególny rodzaj napięcia, czyli relacja pomiędzy wykonawcą a sytuacją występu, gdzie charakter tej relacji, w zależności od oceny sytuacji i zdolności radzenia sobie z nią, może skutkować pozytywnymi (wspierającymi wykonanie i zdrowie muzyka) lub negatywnymi (zagrożenie dla wykonania i zdrowia muzyka) konsekwencjami (Curyło-Sikora i Wrona-Polańska, 2018, s. 92).

Jak stwierdza Agata Jarecka (2017, s. 52), jednym z najistotniejszych problemów pozamuzycznych jest z pewnością zjawisko tremy i strachu przed występem. Trema jest naturalnym zjawiskiem w zawodzie muzyka. W jego przypadku trema wynika z obawy przed krytyką związaną z każdym publicznym wystąpieniem. Silny stres powodują również zarówno pozytywne, jak i negatywne opinie po koncercie. Pozytywna ocena może wzbudzić wątpliwości, czy następnym razem znowu uda się zadowolić publiczność, natomiast ostra krytyka powoduje często zwątpienie we własny talent, umiejętności czy wręcz przydatność do zawodu.

Zdaniem Marcina Szulca i Anny Olszak, trema stanowi przykład lęku społecznego, który jest rezultatem doświadczania niepokojów w sytuacjach interpersonalnych. Istotną cechą wyróżniającą lęk społeczny

spośród innych rodzajów lęku jest perspektywa oceny, czy to realnej, czy wyobrażonej, w kontekście sytuacji społecznych. W rezultacie ludzie mogą odczuwać lęk społeczny zarówno w trakcie interakcji społecznych, jak i na samą myśl o tym, że mogą zostać ocenieni przez innych (Szulc, Olszak, 2012, s. 202). Objawy towarzyszące tremie manifestują się w sferze poznawczej poprzez zakłócenia w procesie logicznego myślenia, uczucie tzw. „pustki w głowie”, zaburzenia pamięci oraz natrętne myśli katastroficzne związane z ewentualnymi skutkami niepowodzenia podczas wystąpienia. W obszarze fizjologicznym pojawiają się nadmierna potliwość, nadmierne napięcie mięśni, reakcje sercowo-naczyniowe, reakcje układu oddechowego, układu pokarmowego, wzrost napięcia mięśniowego, a czasami również zaburzenia widzenia lub słuchu. W sferze behawioralnej występuje brak kontroli nad drżącymi rękami czy nogami, nadmierna gestykulacja oraz nerwowe tiki (Szulc, Olszak, 2012, s. 204).

## 4. Metoda

W badaniu wykorzystano Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem *Mini-COPE* oraz metryczkę własnego autorstwa.

### Cel badań

Celem przeprowadzonych badań było ustalenie, czy studenci psychologii oraz wokalistyki estradowej różnią się między sobą w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem.

Problem badawczy dotyczy różnic, jakie występują u studentów psychologii i wokalistyki estradowej w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem. Do problemu postawiono następujące pytanie i hipotezę badawczą.

Czy istnieją różnice w sposobach radzenia sobie ze stresem u studentów wokalistyki i psychologii?

H1: Studenci psychologii i wokalistyki estradowej różnią się istotnie statystycznie od siebie w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem.

### Procedura i osoby badane

Badanie przeprowadzono w okresie październik-grudzień 2023 roku. Uczestnicy badania zostali poinformowani o dobrowolności udziału w badaniu oraz jego anonimowości. Wszyscy badani zostali dokładnie

poinformowani o celu przeprowadzanego badania. Do badania dołączona została instrukcja.

Badaniem zostało objętych 80 studentów. 47 (58,75%) osób stanowili studenci kierunku psychologia Menadżerskiej Akademii Nauk Stosowanych w Warszawie. Pozostałe 33 (41,25%) osoby to studenci kierunku Wokalistyka Estradowa w Akademii Muzycznej w Łodzi. Badanie zostało przeprowadzone wśród osób w przedziale wiekowym 20-45 lat. Zarówno studenci wokalistyki estradowej jak również psychologii to osoby pochodzące z dużych miast, mniejszych miejscowości czy wsi z różnych regionów Polski. Osoby te posiadają zróżnicowaną sytuację materialną, a także różnorodną sytuację rodzinną. Najliczniejszą grupą były osoby w wieku dwudziestu trzech lat, stanowiącą dwadzieścia procent wszystkich badanych. Drugą najbardziej liczebną grupą były osoby w wieku dwudziestu lat, stanowiącą dwanaście i pół procent wszystkich badanych. Wśród badanych, przeważającą grupę stanowiły kobiety w liczbie 54 (67,5%). Pozostała część 26 (32,5%) osób to mężczyźni.

### Narzędzia badawcze

Kwestionariusz Mini-COPE, który jest narzędziem przeznaczonym do analizy sposobów radzenia sobie z stresem u osób dorosłych, zarówno zdrowych, jak i chorych. Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini-COPE autorstwa Charlesa S. Carvera, w polskiej adaptacji Zygryda Juczyńskiego i Niny Ogińskiej-Bulik (Szatkowska, Szkulmowski, 2018), został opracowany w celu oceny różnych metod przystosowawczych stosowanych w obliczu stresu. Głównym zastosowaniem Mini-COPE jest prowadzenie badań naukowych, jednak może być również używany w praktyce, w tym w badaniach przesiewowych, profilaktyce oraz do oceny skuteczności działań terapeutycznych.

Kwestionariusz składa się z 28 pytań dotyczących typowego zachowania ludzi w bardzo trudnych sytuacjach. Jest skróconą wersją inwentarza Cope, który zawiera 60 pytań.

Osoba badana udziela odpowiedzi na czterostopniowej skali:

1 = prawie nigdy tak nie postępuję, 2 = rzadko tak postępuję, 3 = często tak postępuję, 4 = prawie zawsze tak postępuję.

Strategie podzielono na cztery kategorie z odpowiadającymi im skalami. Pierwsza z tych kategorii to aktywne radzenie sobie, obejmująca takie elementy jak aktywne działania, planowanie i pozytywne przewartościanie. Kolejną kategorią jest bezradność, w której znajdują się działania takie jak zażywanie substancji psychoaktywnych, zaprzestanie działań i obwinianie siebie. Trzecia kategoria to poszukiwanie wsparcia, które



obejmuje zarówno poszukiwanie wsparcia emocjonalnego, jak i instrumentalnego. Ostatnia kategoria to zachowania unikowe, które obejmują zajmowanie się czymś innym, zaprzeczanie i wyładowanie. Dodatkowo, istnieją odrębne kategorie strategii, takie jak zwrot ku religii, akceptacja i poczucie humoru. To narzędzie pozwala ocenić, opierając się na dyspozycyjnych strategiach radzenia sobie, które z tych konkretnych strategii są najczęściej wykorzystywane w sytuacjach stresowych (Szatkowska, Szkulmowski, 2018).

## 5. Analiza uzyskanych wyników badania

Za pomocą pakietu statystycznego IBM SPSS wersja 29.0 wykonano obliczenia mające na celu zbadanie porównanie wyników osób studiujących psychologię z wynikami studentów wokalistyki estradowej. Sprawdzono, czy osoby te mają istotnie różne wyniki w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem. Przyjęto poziom istotności  $\alpha=0,05$ .

W ramach opisu statystycznego zmiennych przedstawiono dla każdej zmiennej średnią wartość, medianę, odchylenie standardowe, skośność, kurtozę oraz wartości minimalne i maksymalne. Poniżej zaprezentowano charakterystykę wyników strategii radzenia sobie ze stresem (Tabela 2).

Tabela 2. Opis statystyczny wyników uzyskanych za pomocą kwestionariusza mini COPE (N = 80)

	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>SD</i>	<i>Skośność</i>	<i>Kurtoza</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>
Aktywne radzenie sobie	1,90	2,00	0,51	0,11	-0,30	1,00	3,00
Planowanie	2,11	2,00	0,65	-0,27	-0,79	1,00	3,00
Pozytywne przewartościowanie	1,40	1,50	0,80	-0,32	-0,77	0,00	3,00
Akceptacja	2,27	2,25	0,57	-0,77	1,71	0,00	3,00

Tabela 2 (cd.)

	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>SD</i>	<i>Skośność</i>	<i>Kurtoza</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>
Poczucie humoru	1,23	1,00	0,66	1,04	0,96	0,00	3,00
Zwrot ku religii	0,61	0,50	0,81	1,31	0,82	0,00	3,00
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,45	1,50	0,75	0,20	0,10	0,00	3,00
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,26	1,00	0,79	0,73	-0,13	0,00	3,00
Zajmowanie się czymś	1,99	2,00	0,87	-0,96	0,29	0,00	3,00
Zaprzeczenie	0,97	1,00	0,76	0,36	-1,00	0,00	2,50
Wyładowanie	1,55	1,50	0,69	-0,27	-0,67	0,00	3,00
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,56	0,00	0,82	1,40	1,30	0,00	3,00
Zaprzestanie działań	0,84	1,00	0,72	0,31	-0,88	0,00	2,50
Obwinianie siebie	1,89	2,00	0,86	-0,47	-0,72	0,00	3,00

Min – wartość minimalna, Maks – wartość maksymalna, *M* – średnia, *Me* – mediana, *SD* – odchylenie standardowe.

Źródło: opracowanie własne

Najwyższy średni wynik uzyskano dla strategii radzenia sobie ze stresem polegającej na akceptowaniu sytuacji. Najniższy wynik uzyskano natomiast dla zażywania substancji psychoaktywnych. Dodatni współczyn-

nik skośności świadczy o prawostronnej asymetrii rozkładu i przewadze wyników poniżej średniej. Największą asymetrią rozkładu w kierunku prawym charakteryzują się wyniki dla skal: poczucie humoru, zwrot ku religii oraz zażywanie substancji psychoaktywnych. Ujemna wartość informuje o rozkładzie lewoskośnym i przewadze wyników powyżej średniej. Wyniki dla strategii akceptacji oraz zajmowania się czymś innym są w największym stopniu asymetryczne w lewym kierunku. Dodatnia wartość kurtozy wskazuje, że wyniki **są skupione względem średniej i mają rozkład leptokurtyczny**. Największe skupienie wyników wokół średniej uzyskano dla skal: akceptacja, poczucie humoru, zwrot ku religii oraz zażywanie substancji psychoaktywnych. Ujemny współczynnik kurtozy oznacza rozkład platykurtyczny i rozproszenie wyników wokół średniej. Największy poziom rozproszenia uzyskano dla wyników strategii zaprzeczania oraz zaprzestania działań. Wykonano również test Shapiro – Wilka w celu sprawdzenia zgodności rozkładu z normalnym (Tabela 3).

Tabela 3. Test normalności rozkładu Shapiro – Wilka (N = 80)

	S-W	p
Aktywne radzenie sobie	0,91	<0,001
Planowanie	0,88	<0,001
Pozytywne przewartościowanie	0,91	<0,001
Akceptacja	0,88	<0,001
Poczucie humoru	0,85	<0,001
Zwrot ku religii	0,77	<0,001
Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	0,91	<0,001
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	0,90	<0,001
Zajmowanie się czymś	0,87	<0,001
Zaprzeczenie	0,89	<0,001
Wyładowanie	0,94	<0,001

Tabela 3 (cd.)

	S-W	p
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,71	<0,001
Zaprzestanie działań	0,88	<0,001
Obwinianie siebie	0,91	<0,001
Skala lęku	0,96	0,001
Skala depresji	0,93	<0,001
Skala gniewu	0,89	<0,001

S-W wartość testu Shapiro – Wilka, p – poziom istotności.

Źródło: opracowanie własne

Wyniki dla wszystkich strategii radzenia sobie ze stresem odbiegają rozkładem od normalnego, w związku z powyższym do analiz wykorzystano test U Manna Whitneya (tabela 4).

Tabela 4. Analiza testem U Manna Whitneya: Strategie radzenia sobie ze stresem

	Psychologia (n = 47)		Wokalistyka (n = 33)		Z	p
	M	SD	M	SD		
Aktywne radzenie sobie	2,02	0,50	1,73	0,47	<b>-2,64</b>	<b>0,008</b>
Planowanie	2,06	0,60	2,17	0,73	-0,98	0,329
Pozytywne przewartościowanie	1,52	0,75	1,23	0,84	-1,65	0,099
Akceptacja	2,12	0,61	2,48	0,44	<b>-2,73</b>	<b>0,006</b>
Poczucie humoru	1,06	0,51	1,45	0,77	<b>-2,15</b>	<b>0,032</b>
Zwrot ku religii	0,85	0,85	0,27	0,61	<b>-3,66</b>	<b>&lt;0,001</b>

Poszukiwanie wsparcia emocjonalnego	1,51	0,76	1,36	0,74	-1,64	0,100
Poszukiwanie wsparcia instrumentalnego	1,35	0,74	1,12	0,86	-1,92	0,055
Zajmowanie się czymś	1,83	0,96	2,23	0,67	-1,92	0,054
Zaprzeczenie	0,93	0,70	1,03	0,84	-0,46	0,649
Wyładowanie	1,59	0,65	1,50	0,76	-0,36	0,719
Zażywanie substancji psychoaktywnych	0,48	0,90	0,68	0,68	<b>-2,03</b>	<b>0,042</b>
Zaprzestanie działań	0,94	0,66	0,71	0,79	-1,37	0,170
Obwinianie siebie	1,67	0,92	2,20	0,67	<b>-2,51</b>	<b>0,012</b>

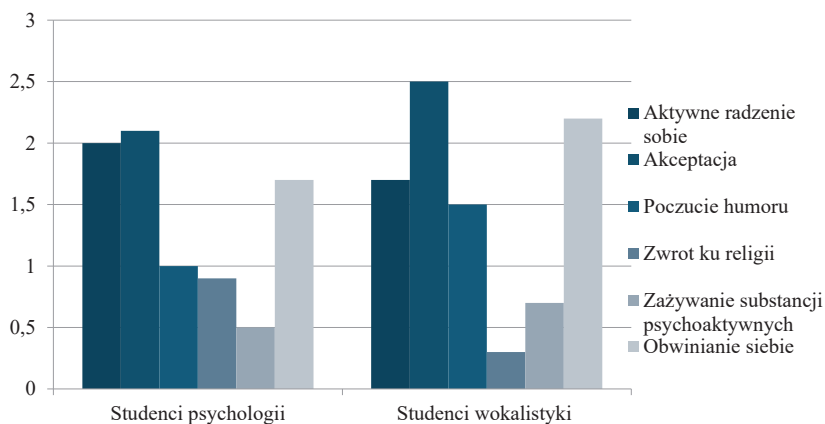
M – średnia, SD – odchylenie standardowe, Z – test U Manna Whitneya, p – poziom istotności.

Źródło: opracowanie własne

Sprawdzono, czy studenci psychologii wykazują istotnie inne sposoby radzenia sobie ze stresem w porównaniu do studentów wokalistyki. Na podstawie przeprowadzonego testu stwierdzono, iż istnieją różnice w strategiach radzenia sobie ze stresem polegających na aktywnym radzeniu sobie, akceptacji, poczuciu humoru, zwracaniu się ku religii, zażywaniu substancji psychoaktywnych oraz na obwinianiu siebie. Studenci psychologii uzyskali wyższy wynik dla strategii aktywnego radzenia sobie oraz dla zwracania się ku religii. Studenci wokalistyki natomiast częściej stosują strategię polegającą na akceptacji, poczuciu humoru, zażywaniu substancji psychoaktywnych oraz na obwinianiu siebie. Uzyskane różnice zostały zobrazowane na rysunku 1.

Nie potwierdzono różnic między studentami psychologii oraz wokalistyki w zakresie strategii planowania, pozytywnego przewartościowania, poszukiwania wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego, zajmowania się czymś innym, zaprzeczania, wyładowania oraz zaprzestania działań.

**Rysunek 1.** Strategie radzenia sobie ze stresem polegające na aktywnym radzeniu sobie, akceptacji, poczuciu humoru, zwracaniu się ku religii, zażywaniu substancji psychoaktywnych oraz na obwinianiu siebie w grupie studentów psychologii oraz wokalistyki



Źródło: opracowanie własne

## 6. Dyskusja

Z przeprowadzonych badań wynika, iż istnieją statystycznie istotne różnice w sposobach radzenia sobie ze stresem wśród studentów psychologii i wokalistyki estradowej w zakresie aktywnego radzenia sobie, akceptacji, poczucia humoru, wsparcia religijnego, używania substancji psychoaktywnych oraz obwiniania siebie. Studenci psychologii uzyskali wyższe wyniki w strategiach aktywnego radzenia sobie oraz wsparcia religijnego. Natomiast studenci wokalistyki częściej korzystają ze strategii akceptacji, poczucia humoru, używania substancji psychoaktywnych oraz obwiniania siebie. Nie zaobserwowano jednak istotnych różnic między studentami psychologii a wokalistyki w zakresie strategii planowania, pozytywnego przewartościowania, poszukiwania wsparcia emocjonalnego i instrumentalnego, zajmowania się czymś innym, zaprzeczania, wyładowania oraz zaprzestania działań.

Przeprowadzone badania potwierdzają jedynie połowicznie tezę przedstawioną w badaniach Tokarz i Kaleńskiej (Tokarz, Kaleńska, 2005),

iz najczęstszym stylem radzenia sobie ze stresem wśród studentów kierunków wokalistyki estradowej, podobnie jak w przypadku uczniów różnych szkół muzycznych, jest styl poprzez aktywne działanie. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują bowiem, iż jedyną strategią radzenia sobie, używaną częściej przez studentów wokalistyki estradowej niż przez studentów na kierunku psychologia, jest poczucie humoru oraz obwinianie się. Pozostałe strategie odnoszące się do emocji, czyli zaprzeczanie i wyładowanie, nie wykazują istotnych różnic między studentami psychologii i wokalistyki estradowej.

Istnieje niewiele badań dotyczących różnic w sposobach radzenia sobie ze stresem z uwzględnieniem studentów wokalistyki estradowej, stąd należałoby eksplorację znacznie rozszerzyć. Propozycja nowych badań mogłaby obejmować analizę skuteczności różnych technik treningowych oraz interwencji psychologicznych w radzeniu sobie ze stresem przez studentów wokalistyki estradowej. Ponadto warto byłoby zbadać, jak czynniki środowiskowe, takie jak wsparcie społeczne czy atmosfera w grupie, wpływają na doświadczanie stresu przez artystów. Wnioski z przeprowadzonych badań mogą przyczynić się do lepszego zrozumienia procesu radzenia sobie ze stresem wśród studentów wokalistyki estradowej oraz opracowania skuteczniejszych programów wsparcia psychologicznego dla tej grupy.

## Bibliografia

- Curyło-Sikora P., Wrona-Polańska H. (2018). Zdrowie młodzieży uzdolnionej muzycznie w kontekście radzenia sobie z tremą. *Psychologia Rozwojowa*, 23(1), 89-101.
- Dembińska, E. (2020). *Wsparcie edukacyjne studentów z zaburzeniami psychicznymi*. [http://www.darelearning.eu/pl.zaburzenia\\_psychiczne.html](http://www.darelearning.eu/pl.zaburzenia_psychiczne.html). Data dostępu: 03.09.2023.
- Franczak R. (2016). Psychoterapia wśród studentów. Stan aktualny i potrzeby. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska Lublin-Polonia*, 29 (1), 254-255.
- Jarecka, A. (2017). Przygotowanie utworu muzycznego do publicznej prezentacji z perspektywy wykonawcy i pedagoga. *Konteksty Kształcenia Muzycznego*, 2(7), 43-55.
- Jurkiewicz, B.M., Kołpa, M. (2021). Stres a ryzyko wystąpienia depresji u ludzi młodych w przedziale wiekowym 20-35 lat. *Problemy Pielęgniarstwa*, 23 (1), 13-19.
- Seligman, M.E.P., Walker, E.F., Rosenhan, D. (2003). *Psychopatologia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Stallman, H. (2010). Psychological Distress in University Students: A Comparison with General Population Data. *Australian Psychologist*, 45, 249-257.
- Szatkowska, K., Szkulmowski, Z. (2018). Zmęczenie życiem codziennym a strategie radzenia sobie ze stresem opiekunów rodzinnych osób wentylowanych mechanicznie w domu. *Palliative Medicine in Practice*, 12(2), 86-96.

- Szulc, M., Olszak A. (2012). Wybrane psychologiczne wyznaczniki tremy koncertujących muzyków profesjonalistów i amatorów. *Estetyka i Krytyka*, 25(2), 9-38.
- Tokarz, A., Kaleńska, J. (2005). Skala Samopoczucia Muzyka przed Występem Andrew Steptoe'a, Helen Fidler – wstępne opracowanie wersji polskiej. *Psychologia Rozwojowa* 10(1), 125-134.
- Zaborniak-Sobczak, M., Sznajder J. *Student z zaburzeniami psychicznymi – formy wsparcia w środowisku akademickim*. Materiały OWiRON, Uniwersytet Rzeszowski, [www.firr.org.pl/uploads/PSIV/Student-z-zaburzeniami-psychicznymi-formy-wsparcia-w-srodowisku-akademickim.doc](http://www.firr.org.pl/uploads/PSIV/Student-z-zaburzeniami-psychicznymi-formy-wsparcia-w-srodowisku-akademickim.doc) (dostęp: 15.08.2023).

## Coping Strategies of Young Adults

### Keywords

stress, students, psychology, stage vocal performance

### Abstract

The aim of the conducted research was to determine whether there are differences in coping strategies between students of stage vocal performance and psychology. A diagnostic survey was employed for the study, utilizing the Mini-COPE Inventory for Measuring Coping Strategies. Significant differences in stress coping styles between psychology and stage vocal performance students were found only in relation to strategies such as active coping, acceptance, humor, turning to religion, use of psychoactive substances, and self-blame. However, no differences were observed between the two groups in strategies related to planning, positive reframing, seeking emotional and instrumental support, distraction, denial, venting, and cessation of activity.





# Motywacja osiągnięć wśród pedagogów i osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych

Aleksandra Jędrzysek, Oliwia Sokołowska

## Słowa kluczowe

motywacja osiągnięć, pedagodzy, pedagogika

## Kontakt

Aleksandra Jędrzysek

Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych  
w Warszawie

aleksandra.jedrzysek-geisler@mans.org.pl

ORCID 0000-0002-8360-8622

Oliwia Sokołowska

ORCID 0009-0005-8160-1848

oliwia.lang@gmail.com

## Abstrakt

Przedmiotem rozważań podjętych w artykule jest motywacja osiągnięć wśród pedagogów i osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych. Do przeprowadzenia badania został wykorzystany Inwentarz Motywacji Osiągnięć (LMI) w polskiej adaptacji Andrzeja Sępkowskiego oraz Waldemara Klinkosza. Próbę badawczą stanowiło 39 pedagogów oraz 38 osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych, osób aktywnych zawodowo z różnych regionów Polski. Spośród wszystkich skal mierzonych inwentarzem LMI cała grupa badana uzyskała najwyższy wynik w skali satysfakcji z osiągnięć, a najniższy wynik został odnotowany w skali nastawienia na rywalizację. Wyniki analiz wykazały brak istotnie statystycznych różnic między grupami jedynie w skali odwagi. W skalach elastyczności, preferowania trudnych zadań, niezależności, wiary w sukces, dominacji, zapału do nauki, ukierunkowania na cel, wysiłku kompensacyjnego, dbania o prestiż, satysfakcji z osiągnięć, zaangażowania, nastawienia na rywalizację, flow, internalizacji, wytrwałości i samokontroli pedagodzy uzyskali statystycznie istotnie różne wyniki niż osoby bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych.

## 1. Wprowadzenie

Motywacja to ogólny termin obejmujący wszystkie procesy związane z rozpoczynaniem, kierowaniem i podtrzymywaniem działań człowieka, zarówno fizycznych, jak i psychicznych. Termin ten wywodzi się z łaciny: *movere* – „poruszać się”. Organizmy żywe kierują się (poruszają się) ku bodźcom i działaniom zgodnie ze swoimi upodobaniami i awersjami (Zimbardo, Gerrig, 2012). Philip G. Zimbardo i Richard J. Gerrig podają

następującą definicję motywacji: proces inicjowania, kierowania i podtrzymywania aktywności fizycznych i psychicznych; obejmuje mechanizmy wyboru określonego działania spośród innych oraz energię i wytrwałość reagowania (Zimbardo, Gerrig, 2012, s. 486).

Motywacja jest więc rodzajem energii, która skierowana jest na zaspokojenie potrzeb, pragnień, umożliwienie realizacji założonych celów i podjętych zadań. Jest to część osobowości, dzięki której jednostka może rozpocząć daną aktywność, podtrzymać ją i zakończyć, również pomimo napotykanych przeszkód, trudności oraz znudzenia czy niechęci (Wieczorkowska, 2007). Jest to proces, który dotyka nie tylko inicjacji danego zachowania, ale również jego kontynuację do momentu osiągnięcia założonego celu. Motywacja obejmuje procesy wrodzone, zdeterminowane biologicznie (pragnienia, popędy) oraz procesy nabyte w toku życia (pasje, zainteresowania, awersje) (Franken, 2005). Istnieje wiele rodzajów motywacji, w tym motywacja osiągnięć, która jest definiowana jako skłonność do osiągania sukcesów, coraz lepszej realizacji zadań oraz przekraczania poziomu swoich umiejętności (Łukaszewski i Doliński, 2007).

Pedagodzy kształtują osobowość dzieci i młodzieży. Często są stawiani za wzór do naśladowania, stają się powiernikami uczniów, ich doradcami, partnerami w dyskusji i działaniu. Poprzez swoją pracę powinni inspirować swoich wychowanków do podejmowania nowych wyzwań, kształtowania osobowości, budowania relacji interpersonalnych czy poczynań społecznych. W niektórych sytuacjach muszą przyjąć rolę sędziego i dyscyplinować uczniów (Atmańczuk, 2003). Nauczyciele i specjaliści pracujący z dziećmi są podstawą funkcjonowania systemu oświaty. To od ich działań, umiejętności i wiedzy zależy jakość edukacji i wychowania. Dlatego też pedagogzy powinni w pełni angażować się w swoją pracę, być pełni entuzjazmu, umiejętnie zarządzać emocjami zarówno swoimi, jak i emocjami podopiecznych. Motywacja uczniów do nauki zależy w dużej mierze od motywacji nauczycieli do wykonywania swoich obowiązków służbowych. Stąd też motywacja osiągnięć stanowi niezwykle ważny czynnik w systemie edukacji i w czasie zdobywania kwalifikacji zawodowych przyszli nauczyciele powinni rozwijać swoją motywację osiągnięć. Dlatego też w niniejszych badaniach postanowiono sprawdzić, czy pedagogzy różnią się w zakresie motywacji osiągnięć od osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych.

## 2. Motywacja osiągnięć – wybrane teorie

Tematykę motywacji osiągnięć poruszył już w 1938 roku Henry Murray uważany za pioniera rozwoju motywacji osiągnięć, który wysunął hipotezę mówiącą o istnieniu potrzeby osiągnięć, której nasilenie jest różne w zależności od jednostki oraz która ma wpływ na jej dążenie do sukcesu oraz ocenę osiągniętych przez siebie wyników (Zimbardo, Gerrig, 2012). Murray opisał potrzebę osiągnięć w następujący sposób: Dokonać czegoś trudnego. Panować nad obiektami fizycznymi, istotami ludzkimi lub ideami. Manipulować nimi lub organizować je. Robić to jak najsprawniej i w sposób jak najbardziej niezależny. Przewyciężyć przeszkody i osiągać wysoki poziom. Rywalizować z innymi i górować nad nimi. Zwiększać szacunek do samego siebie przez skuteczne wykorzystanie swojego talentu (Za: Hall, Lindzey, 1994, s. 208). Murray wychodził z założenia, że osobowość człowieka odnosi się do wielu zdarzeń mających miejsce w jego życiu, kieruje jego życiem, a do jej głównych zadań należy zaspokajanie potrzeb jednostki i planowanie osiągnięcia przyszłych celów. Zakładał on również, że człowiek nie jest świadomy swoich stanów wewnętrznych, a więc nie jest świadomy również czynników, które motywują go do działania (Klinkosz, Sękowski, 2006).

Teoria Murraya stała się inspiracją do rozwoju kolejnych teorii psychologicznych (Madsen, 1980). Bandura w 1977 roku stworzył termin „poczucie własnej skuteczności”, które podkreślało rolę percepcji własnej skuteczności, np. w określaniu swoich umiejętności, możliwości poradzenia sobie z danym zadaniem oraz w określeniu swoich emocji i stopnia zaangażowania w działanie. Według niego osoby z wysoką oceną własnej skuteczności są bardziej wytrwałe i gotowe podjąć większy wysiłek, niż osoby charakteryzujące się niską oceną własnej skuteczności (Bandura, 1997).

David McClelland w roku 1958 badał związki pomiędzy siłą motywacji do osiągania celów, a jej rezultatami w pracy zawodowej. Brał pod uwagę takie czynniki, jak społeczeństwo i warunki mogące wesprzeć lub zahamować siłę motywacji. Zdefiniował on motywację osiągnięć jako wynik napięcia pomiędzy dwiema tendencjami: nadzieją na osiągnięcie sukcesu i lękiem przed niepowodzeniem. McClelland wychodził z założenia, że motywacja osiągnięć nie jest procesem w pełni świadomym. McClelland rozwinął teorię Murraya poprzez wyodrębnienie trzech cech charakterystycznych dla osób o wysokiej potrzebie osiągnięć:

- a) preferowanie środowiska pracy, w którym mogą one określić osobistą odpowiedzialność za rozwiązywane problemy,
- b) umiejętność kalkulowania ryzyka i ustanawiania zadań realnych do zrealizowania,
- c) potrzeba uznania oraz informacji zwrotnych o postępach, aby upewnić się, że właściwie radzą sobie z powierzonym zadaniem (Klinkosz i Sękowski, 2006).

Motywację osiągnięć można najprościej zdefiniować, jako tendencję dążenia do sukcesu. Łukaszewski definiuje ją bardziej szczegółowo. Uważa on motywację osiągnięć za „tendencję do osiągania i przekraczania standardów doskonałości, związaną z odczuwaniem pozytywnych emocji w sytuacjach zadaniowych, spostrzeganych jako wyzwanie” (Łukaszewski, Doliński, 2007, s. 461).

Motywacja osiągnięć wpływa na rodzaj podejmowanej przez człowieka aktywności, a także na różne cechy człowieka, np. samoocenę. Sama również jest kształtowana poprzez oddziaływanie innych czynników, jak np. potrzeby jednostki, środowisko wychowania, prezentowany styl atrybucji, wyznawane wartości (Zimbardo, Gerrig, 2012). Do zwiększenia motywacji osiągnięć może przyczyniać się uświadomienie sobie skuteczności własnych działań i przypisywanie sukcesu własnym umiejętnościom i wysiłkowi włożonemu w pracę. W sytuacji, kiedy człowiek jest przekonany, że osiągnięty wynik jest zasługą jego działania oraz że po wykonaniu konkretnych działań osiąga się pożądaný rezultat, zwiększa się jego motywacja do wysiłku i dokonywania takich zmian w swoim zachowaniu, aby zrealizować cel (Łukaszewski, Doliński, 2007). Jest to podstawa do wytworzenia w reprezentacji umysłowej człowieka związku przyczynowego pomiędzy jego zachowaniem, a wynikiem, który uzyskał.

Kolejnym badaczem zajmującym się motywacją i potrzebą osiągnięć był uczeń McClellandna – John William Atkinson. Stworzył on teorię nazywaną teorią „oczekiwania-wartości”, która jest oparta na metaforze człowieka wzorowanego na Bogu: bezstronnego, wszytkowiedzącego, ostatecznego sędziego własnych zachowań (Atkinson, 1958). John Atkinson zakładał, że ludzie, wybierając cele, opierają się na własnej ocenie wartości tych celów i prawdopodobieństwie ich osiągnięcia (Bańka, 2016).

Za podstawę teorii oczekiwania-wartości uważany jest model ryzyka, który zakłada, że człowiek przy wyborze celu kieruje się prawdopodobieństwem jego osiągnięcia oraz możliwymi pozytywnymi konsekwencjami osiągnięcia sukcesu w jego realizacji. Osoby, które zakładają powodzenie swoich działań, wybierają wg Atkinsona zadania o średnim poziomie

trudności, natomiast osoby chcące uniknąć porażki wybierają zadania łatwe albo te najtrudniejsze. Z łatwymi zadaniami łączy się wyższe prawdopodobieństwo osiągnięcia sukcesu oraz z niską wartością nagradzającą. Dzieje się tak, ponieważ poczucie sukcesu w przypadku wykonywania zadań łatwych jest najslabsze. Autor teorii założył, że wartość celu jest determinowana przez dumę, jaką człowiek odczuwa, gdy osiągnie cel. Odczuwana duma idzie w parze z trudniejszymi zadaniami. Atkinson był zdania, że motywacja osiągnąć jest zależna od natężenia potrzeby osiągnąć. Innymi słowy jest iloczynem potrzeby, wartości gratyfikacyjnej oraz prawdopodobieństwa subiektywnego. Atkinson wyróżnił dwie tendencje: motywację negatywną (próba uniknięcia danego przeciwcelu) oraz pozytywną (dążenie do osiągnięcia wybranego celu) (Boski, 1980).

W swojej teorii założył, że ludzie posiadają hipotetyczną skłonność do osiągania sukcesu. Jej podstawą były trzy czynniki, z których wynika przedsiębiorczość człowieka ukierunkowana na osiągnięcie ambitnego celu: siła motywu lub potrzeby, wiara w osiągnięcie celu, zachęta do osiągania celu. Aby to wyrazić, stworzył wzór matematyczny, w którym jest ona iloczynem subiektywnego prawdopodobieństwa osiągnięcia celu i jego wartości gratyfikacyjnej (Klinkosz i Sękowski, 2006). Trójczynnikowy model Atkinsona składa się z następujących elementów:

1. Motywacja osiągnąć = motywacja do sukcesu + motywacja unikania niepowodzeń,
2. Motywacja do sukcesu = potrzeba dążenia do sukcesu  $\times$  subiektywne prawdopodobieństwo sukcesu  $\times$  wartość gratyfikacyjna sukcesu,
3. Motywacja unikania niepowodzeń = potrzeba unikania niepowodzeń  $\times$  subiektywne prawdopodobieństwo niepowodzenia  $\times$  ujemna wartość niepowodzenia (Bańka, 2016, s. 21).

Według teorii Atkinsona, osoby o pozytywnym wzorze motywacji osiągnąć powinny preferować zadania o średniej możliwości sukcesu. Zadania łatwe nie są dla nich atrakcyjne, natomiast trudne zadania łączą się z silnym oddziaływaniem czynników losowych i z niskimi szansami na osiągnięcie sukcesu. Osoby o negatywnym wzorcu motywacji powinny natomiast unikać zadań ze średnim prawdopodobieństwem porażki. Wybierania zadań o niskim stopniu trudności, zwiększają ich szanse na powodzenie, natomiast wybór zadań trudnych tłumaczy ewentualną porażkę wysokim poziomem zadania (Bańka, 2016).

W swojej teorii Atkinson wprowadził pojęcie użyteczności, rozumianej jako cenność sukcesu. Definiuje ją jako funkcje dwóch czynników: stałej motywacji oraz antycypowanej wartości gratyfikacyjnej (Boski, 1980,

s. 75). Zakłada on, że wysoka potrzeba osiągnięć sprawia, iż jednostka wyżej ocenia swój sukces przy wykonywaniu trudniejszych zadań. Im zadanie trudniejsze, tym wyższa użyteczność sukcesu. Zależność ta jest charakterystyczna dla ludzi, których potrzeba dążenia do osiągnięcia sukcesu jest silniejsza niż potrzeba unikania niepowodzeń (Bańka, 2016).

### 3. Motywacja osiągnięć w zawodzie pedagoga

Za dobrych nauczycieli uważa się takich, którzy wspomagają swoich wychowanków we wszystkich możliwych sferach: poznawczej, duchowej, moralnej, uczuciowej, sprawnościowej, są twórczy i pobudzają do twórczości swoich uczniów. Twórczy i zaangażowany nauczyciel powinien dążyć do mistrzostwa w swoim zawodzie, doskonalić siebie i swój warsztat pracy, podejmować refleksję nad własną praktyką zawodową i podejmowanych w tym kierunku działań, pogłębiać swoją wiedzę, uzupełniać ją i aktualizować (Babecka, 2004). Dodatkowo są odpowiedzialni za tworzenie pozytywnej atmosfery w zespole klasowym oraz zapewnienie bezpiecznego środowiska, w którym uczniowie mogą swobodnie wyrażać siebie i angażować się w proces edukacyjny. Jak widać przed nauczycielami stawiane jest wiele bardzo odpowiedzialnych zadań. Dlatego też warte zastanowienia jest, skąd nauczyciele czerpią motywację do swoich działań w zawodzie, który jest obciążony wysokim ryzykiem wystąpienia wypalenia zawodowego (Kocór, 2019).

Istnieją różne rodzaje motywacji i czynniki, które na nie wpływają. Można podzielić je na dwie główne grupy: czynniki indywidualne (takie jak: potrzeby, wartości, ocena własnych kompetencji, wyznaczanie celów czy umiejscowienie kontroli) oraz organizacyjne (np. nagrody, relacje z przełożonym, informacja zwrotna) (Lipowska, 2016). Motywacja może być również wewnętrzna (poczucie misji i powołania, satysfakcja z nauczania, rozwój osobisty i zawodowy), zewnętrzna (warunki pracy w postaci środowiska i stabilności zatrudnienia), materialna lub niematerialna (Marek, 2006).

Potrzeby, od początku badań nad motywacją osiągnięć, były ściśle z nią łączone. Zależności te zostały opisane w poprzednim podrozdziale pracy. Zaspokojenie potrzeb prowadzi do poczucia satysfakcji z wykonanego zadania (Baard, Deci i Ryan, 2004). W pracy nauczyciela niezwykle

istotne jest zaspokojenie potrzeby autonomii, kompetencji i kreatywności. Dobrostan psychiczny pedagogów jest ściśle związany z jakością ich pracy na rzecz uczniów i społeczności szkolnej. W sytuacji, gdy nauczyciel ma możliwość samodzielnego podejmowania wyborów, kreatywnych, autorskich działań zgodnych z jego wykształceniem, jego funkcjonowanie w pracy będzie optymalne. W odwrotnym przypadku jego działania nie będą tak efektywne, jakby tego oczekiwał, co może w znacznym stopniu obniżać jego motywację (Pyżalski, 2010).

Istotna jest również potrzeba relacji z innymi. Zbigniew Radwan uważa, że działania kończące się sukcesem można podejmować w szkołach, w których członkowie rady pedagogicznej:

1. cenią otwartość i komunikację międzyludzką,
2. potrafią ze sobą współpracować.

Natomiast złe relacje pomiędzy pracownikami wpływają negatywnie na jakość wykonywanej przez nich pracy (Radwan, 1997).

Potrzeby determinują wartości i zainteresowania jednostki. Wartości są w większym stopniu niż potrzeby powiązane z konkretnymi wyborami życiowymi. Można więc wnioskować, że motywacja osiągnięć również jest ściślej z nimi powiązana. Pedagog kierujący się w pracy zawodowej wyznawanymi przez siebie wartościami, będzie silniej dążył do określonego przez siebie celu. Nadrzędną wartością osób pracujących z dziećmi i młodzieżą jest ich dobro. Jeżeli więc pedagog będzie pracował w warunkach, dzięki którym będzie mógł w pełni skupić się na działaniach mających na celu dobro dzieci, będzie lepiej wykonywał swoje obowiązki (Banach, 1995).

W motywacji osiągnięć bardzo ważną kwestię pełni ocena własnych osiągnięć oraz wyznaczanie celów. Carole Dweck uważa, że osoby, które uważają talent i inteligencję za cechę stałą, unikają wyzwań i odnoszą niewiele sukcesów. Natomiast osoby, które sądzą, że są w stanie rozwijać swoją wiedzę i możliwości, podejmują cele ambitne, stanowiące wyzwanie, dzięki czemu zwiększają swoje kompetencje. Człowiek więc może nauczyć się tyle, ile, w jego ocenie, jest w stanie (Dweck, 1991). Praca pedagoga wymaga stałego samorozwoju, udziału w różnego rodzaju kursach, szkoleniach, warsztatach, niekiedy podejmowania studiów podyplomowych. W sytuacji, kiedy nauczyciel czuje się kompetentny, będzie podejmował trudniejsze zadania, jak np. pomoc psychologiczno-pedagogiczna uczniom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Adekwatne rozeznanie we własnych możliwościach i podejmowanie realnych do osiągnięcia celów, idą również w zgodzie

z główną wartością, jaką kierują się pracownicy oświaty – dobro podopiecznych (Buchcic, 2014).

Kolejnym czynnikiem wpływającym na motywację osiągnięć jest umiejscowienie kontroli. Wiąże się ono z przekonaniami na temat posiadanego wpływu na własne życie i działania. Trudniejsze cele stawiają przed sobą osoby, które posiadają wewnętrzne umiejscowienie kontroli. Żyją one w przeświadczeniu, że to dzięki podejmowanym przez samych siebie działaniom, osiągają sukces w różnych dziedzinach życia (Rotter, 1954). Pedagodzy powinni więc cechować się wewnętrznym umiejscowieniem kontroli. Powinni samodzielnie podejmować wyzwania i coraz trudniejsze zadania, jak np. przygotowanie uczniów do olimpiady przedmiotowej czy udział w międzynarodowych projektach. Nauczyciele zewnętrzsterowni są bierni w swojej pracy, nie wychodzą poza znane im schematy, ich praca jest mało efektywna i są narażeni na szybsze wypalenie zawodowe (Kocór, 2019).

Stosowanie nagród może mieć pozytywny wpływ na kreatywność oraz jakość i sposób wykonywania zadania. Może ona podnieść jakość wykonywania zadania, szczególnie w przypadku, gdy jest adekwatna do wartości wykonywanej pracy i wkładu osoby ją wykonującej (Hennessey, Ambile, 1998). Naturalną nagrodą w zawodzie pedagoga jest satysfakcja z efektów jego oddziaływań. Również sympatia uczniów i dobre relacje z nimi i ich rodzicami mogą wpływać motywująco na nauczyciela. Istotną rolą motywacji w postaci nagrody jest odpowiednie wynagrodzenie oraz nagrody przydzielane przez dyrektora placówki (Buchcic, 2014).

Wpływ na motywację osiągnięć mają również relacje pracowników z przełożonym oraz informacja zwrotna na temat wykonywanych zadań. Najbardziej korzystna jest tak zwana autonomiczna orientacja menedżerów, która polega na szacunku wobec opinii i perspektywy podwładnych, udzielaniu konstruktywnej informacji zwrotnej w sposób pozbawiony manipulacji, zachęcaniu do podejmowania własnej inicjatywy oraz dawaniem wyboru (Baard, Deci, Ryan, 2004). Podane właściwości odnoszą się również do zawodu pedagoga. Dyrektor, który sprawuje nadzór pedagogiczny sprawnie i skutecznie, stwarza warunki sprzyjające podwyższeniu jakości pracy placówki i poszczególnych pracowników. Aby motywować swoich pracowników do jak najlepszego wypełniania obowiązków, powinien dawać im przykład swoją osobą, szanować zarówno ich, jak i ich zdanie, udzielać im trafnej informacji zwrotnej na temat podejmowanych przez nich działań, a także doradzać im i nie obciążać zbyt dużą ilością obowiązków (Buchcic, 2014).



Istnieją również inne czynniki wpływające na motywację osiągnięć prezentowaną przez pedagogów. Nie tylko nagrody, ale również możliwość wystąpienia kary może mobilizować nauczycieli do wyższej jakości wypełnianych obowiązków. Dyrektor placówki oświatowej ma do dyspozycji kary twarde (formalne) oraz miękkie. Do kar twardych należą m.in.: upomnienie (słowne lub pisemne), kary pieniężne (w postaci obniżenia wynagrodzenia) i nagana z wpisem do akt. Natomiast do miękkich zaliczają się: obniżenie dodatku motywacyjnego, pominięcie w rozdawaniu nagród lub też powierzenie nauczycielowi innej grupy uczniów lub sali, niż oczekiwał (Marek, 2006). Zawieszenie w obowiązkach, czyli odsunięcie nauczyciela od pracy na czas określony, może być jedną z bardziej dotkliwych kar dyscyplinarnych i zdecydowanie może negatywnie wpłynąć na podejście do późniejszej pracy po powrocie. Dyrekcja może również podejmować kary administracyjne wobec nauczyciela, które wiążą się m.in. ze zmianą miejsca pracy (przeniesienie na inne stanowisko w ramach tej samej szkoły) czy też degradacją często wiążącą się z jednoczesnym obniżeniem wynagrodzenia.

Istotną rolę w motywowaniu nauczycieli do pracy odgrywają właściwe warunki lokalowe i odpowiednie wyposażenie pracowni. Pedagog nie może wypełniać swoich obowiązków w przypadku, gdy nie ma odpowiednich pomocy tematycznych, książek lub gdy w klasie jest zbyt wielu uczniów. Sprzęt biurowy jak komputer czy drukarka powinny być do jego dyspozycji. Aby motywacja osiągnięć nauczyciela była wysoka, musi on mieć przeświadczenie, że przy pomocy dostępnych mu środków jest w stanie osiągnąć zakładane efekty (Buchcic, 2014).

Motywacja osiągnięć nauczycieli jest kształtowana przez różnorodne czynniki, zarówno wewnętrzne, jak i te zewnętrzne. Nauczyciele, którzy czerpią satysfakcję z sukcesów swoich uczniów, odczuwają powołanie do pracy edukacyjnej, uzyskują wsparcie od współpracowników i pracodawcy oraz pewnego rodzaju uznanie dla wykonywanej przez siebie pracy, są bardziej skłonni angażować się i dążyć do osiągnięcia sukcesu. Odpowiednie warunki pracy, możliwości rozwoju oraz środowisko szkolne wspierające innowacyjność i autonomię nauczycieli również odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu i budowaniu odpowiednio wysokiej i silnej motywacji do osiągnięcia sukcesów.

## 4. Metoda

W badaniu wykorzystano Inwentarz Motywacji Osiągnięć (LMI) oraz metryczkę własnego autorstwa. Głównym celem badań jest sprawdzenie czy istnieją różnice w motywacji osiągnięć pedagogów oraz osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych. Problem badawczy dotyczy różnic, jakie występują w zakresie motywacji osiągnięć u pedagogów i osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych. Do problemu postawiono następujące pytanie i hipotezę badawczą:

*Czy istnieją różnice w motywacji osiągnięć pedagogów a osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych?*

H.1. Pedagodzy i osoby bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych różnią się między sobą motywacją osiągnięć.

## 5. Narzędzia badawcze

Do pomiaru motywacji osiągnięć wykorzystano Inwentarz Motywacji Osiągnięć (LMI) autorstwa Heinza Schulera, George'a C. Thorntona oraz Andreasa Frintrupa, natomiast polską wersję tego inwentarza opracowano w katedrze Psychologii Różnic Indywidualnych KUL. Autorami polskiej adaptacji inwentarza LMI są Andrzej Sękowski oraz Waldemar Klinkosz i została ona stworzona na podstawie niemieckiej oraz angielskiej wersji językowej. Inwentarz jest dostępny zarówno w wersji papierowej, jak i w wersji on-line. Obecnie funkcjonująca wersja inwentarza składa się ze 170-ciu pozycji o charakterze samoopisowym, na które badany udziela odpowiedzi na siedmiostopniowej skali, gdzie 1 to „zupełnie mnie nie dotyczy”, a 7 to „w pełni mnie dotyczy”. Skale, jakie bada wyżej wymienione narzędzie, to: elastyczność, odwaga, preferowanie trudnych zadań, niezależność (samodzielność), wiara w sukces, dominacja, zapał do nauki, ukierunkowanie na cel, wysiłek kompensacyjny, dbanie o prestiż (orientacja na status), satysfakcja z osiągnięć, zaangażowanie, nastawienie na rywalizację, flow, internalizacja, wytrwałość i samokontrola. Badanie inwentarzem LMI może być przeprowadzane indywidualnie lub grupowo i przeznaczone jest dla osób dorosłych oraz młodzieży. Czas badania to około 30-40 minut.

## 6. Procedura i osoby badane

Badania zostały przeprowadzone od maja 2023 roku do lutego 2024 roku. Objęte zostało badaniem 77 osób aktywnych zawodowo, w tym 54 kobiety i 23 mężczyzn. Najmłodsza osoba miała 20 lat, a najstarsza – 62 lata. Najwięcej osób zadeklarowało zamieszkanie w mieście powyżej 250 tys. mieszkańców – 49 osób. W badaniu brały udział jedynie osoby z wykształceniem co najmniej średnim, nikt nie zadeklarował wykształcenia podstawowego czy zawodowego, przy czym najwięcej osób deklaroowało uzyskanie tytułu magistra – 54 osoby. Ze względu na kompletność danych do badania wykorzystano łącznie 77 wypełnionych kwestionariuszy, w tym 39 kwestionariuszy pedagogów (tylko i wyłącznie ze szkół prywatnych) oraz 38 kwestionariuszy osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych. Badane osoby wypełniły papierowe arkusze, nie zgłaszając żadnych trudności w trakcie badania.

## 7. Analiza uzyskanych wyników badania

Wyniki uzyskane po przeprowadzeniu badania testem LMI zostały podane analizie i zaprezentowane w Tabeli 1. Pozwalają one stwierdzić, że obie grupy badane różnią się od siebie istotnie statystycznie pod względem poziomu elastyczności ( $Z = -6,75; p < 0,01$ ), preferowania trudnych zadań ( $Z = -4,88; p < 0,01$ ), niezależności ( $Z = -5,42; p < 0,01$ ), wiary w sukces ( $Z = -6,47; p < 0,01$ ), dominacji ( $Z = -5,59; p < 0,01$ ), zapału do nauki ( $Z = -6,51; p < 0,01$ ), ukierunkowania na cel ( $Z = -6,02; p < 0,01$ ), wysiłku kompensacyjnego ( $Z = -6,96; p < 0,01$ ), dbania o prestiż ( $Z = -3,42; p < 0,01$ ), satysfakcji z osiągnięć ( $Z = -5,90; p < 0,01$ ), zaangażowania ( $Z = -5,18; p < 0,01$ ) oraz nastawienia na rywalizację ( $Z = -6,92; p < 0,01$ ), flow ( $Z = -6,91; p < 0,01$ ), internalizacji ( $Z = -5,65; p < 0,01$ ), wytrwałości ( $Z = -5,07; p < 0,01$ ) oraz samokontroli ( $Z = -4,37; p < 0,01$ ). Nie odnotowano jednak istotnie statystycznych różnic między badanymi grupami pod względem jednej ze skal motywacji osiągnięć – odwagi ( $Z = -1,82; p = 0,07$ ).

Otrzymane wyniki średnich rang wskazują, że grupa badanych pedagogów uzyskała wyniki wyższe od grupy osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych we wszystkich skalach motywacji osiągnięć poza nastawieniem na rywalizację. W tej skali statystycznie istotnie wyższy wynik uzyskały osoby bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych.

Tabela 1. Różnice w poszczególnych skalach motywacji osiągnięć u pedagogów oraz osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych

Skala	Pedagodzy n=39	Osoby bez pe- dagogicznych kwalifikacji zawodowych n=38	Z	Poziom istot- ności
	Średnia ranga	Średnia ranga		
Elastyczność	55,95	21,61	-6,75	<0,001
Odwaga	43,58	34,30	-1,82	0,07
Preferowanie trudnych zadań	51,26	26,42	-4,88	<0,001
Niezależność	52,63	25,01	-5,42	<0,001
Wiara w sukces	55,27	22,30	-6,47	<0,001
Dominacja	53,05	24,58	-5,59	<0,001
Zapał do nauki	55,37	22,20	-6,51	<0,001
Ukierunko- wanie na cel	54,13	23,47	-6,02	<0,001
Wysiłek kom- pensacyjny	56,50	21,04	-6,96	<0,001
Dbanie o prestiż	47,58	30,20	-3,42	<0,001
Satysfakcja z osiągnięć	53,82	23,79	-5,90	<0,001
Zaangażowa- nie	52,01	25,64	-5,18	<0,001
Nastawienie na rywaliza- cję	21,62	56,84	-6,92	<0,001

Flow	56,37	21,17	-6,91	<0,001
Internalizacja	53,21	24,42	-5,65	<0,001
Wyrwałość	51,74	25,92	-5,07	<0,001
Samokontrola	49,97	27,74	-4,37	<0,001

n - liczba osób; Z - wynik testu U Manna-Whitney'a; \* p<0,05; \*\*p<0,01

Źródło: opracowanie własne

## 8. Dyskusja

Analiza uzyskanych badań pozwoliła potwierdzić hipotezę, że pedagodzy różnią się motywacją osiągnięć od osób bez pedagogicznych kwalifikacji zawodowych w 16 podskalach: elastyczności, preferowania trudnych zadań, niezależności, wiary w sukces, dominacji, zapału do nauki, ukierunkowania na cel, wysiłku kompensacyjnego, dbania o prestiż, satysfakcji z osiągnięć, zaangażowania, nastawienia na rywalizację, flow, internalizacji, wyrwałości i samokontroli. W skali odwaga istotnych różnic nie stwierdzono. W związku z tym postawiona w badaniach hipoteza została potwierdzona częściowo.

Motywacja osiągnięć jest szczególnym rodzajem motywacji. Nie odnosi się tylko do chęci podjęcia działania, ale do osiągnięcia w tej dziedzinie sukcesu, a czasem nawet mistrzostwa (Franken, 2005). Pozwala na osiąganie sukcesów, pięcie się po szczeblach kariery zawodowej, w tym obejmowanie pozycji liderów (Sękowski i Sitko, 2018, 125). Profesja nauczyciela jest właśnie taką, w której najczęściej dąży się do mistrzostwa. Nauczyciele często na celu mają być mistrzem dla swoich podopiecznych. Niewątpliwie wykonując swój zawód, muszą być liderami i przewodzić, stać na czele swojej klasy.

Motywacja osiągnięć uznawana jest za zmienną osobowościową i stanowi jedną z głównych predyktorów sukcesu. W sytuacjach wolnego wyboru, gdzie występuje swoboda wykonywania czynności, podejmowania decyzji, nie ma ścisłej kontroli nad sprawowanymi czynnościami, motywacja osiągnięć ma szansę ujawnić się jako cecha. Dotyczy to przede

wszystkim środowisk pracy, szkolnego czy sportu (Klinkosz, Sękowski, 2013). Zatem, wyższe wskaźniki 16 z 17 podskal motywacji osiągnięć potwierdzają założenia wspomnianych wyżej badaczy.

Praca na stanowisku nauczyciela jest bardzo wymagająca i trudna, a osoby obejmujące te stanowiska powinny charakteryzować się m.in. umiejętnością samokontroli, sumiennością, zaradnością, zdecydowaniem, samodzielnością, gotowością do zmian czy elastycznością. Na co dzień nauczyciele spotykają się ze skrajnymi sytuacjami, są odpowiedzialni za podopiecznych oraz proces nauczania, z którego są rozliczani przez osoby na wyższych stanowiskach w swoich placówkach. W badaniach Martina Sigmunda, Jany Kvintovej, Radka Hanusia, Lenki Bartkovej i Vladimira Hobza (2014) menedżerowie biznesowi uzyskali wyższe wyniki w każdej ze skal mierzonych inwentarzem LMI od menedżerów non-profit. Można więc wnioskować, że możliwości zarobkowe wpływają na wyższe wyniki motywacji osiągnięć na plus dla osób uzyskujących wyższy dochód.

Wykonywany zawód bardzo zdeterminował wyniki przeprowadzonych badań. Różnice między grupami są znaczące i mogą wynikać z kilku czynników. Przede wszystkim same badania zostały przeprowadzone z udziałem pedagogów pracujących w placówkach prywatnych. Oznacza to przede wszystkim wyższe wynagrodzenia, lepsze warunki pracy, wsparcie zespołu oraz system nauczania odbiegający od systemu nauczania w szkołach państwowych. Pewna dowolność w sposobie prowadzenia lekcji, dobieranie odpowiednich metod i narzędzi oraz lepsze wyposażenie sal z pewnością wpływa pozytywnie na zaangażowanie pedagoga do pracy, elastyczność czy wiarę w sukces – zarówno swój, jak i swoich podopiecznych. Dodatkowo, grupa kontrolna składała się przede wszystkim z osób pracujących u kogoś lub dla kogoś, są to osoby mocno zależne od aktualnych potrzeb pracodawcy. Wynagrodzenia są często zbliżone do najniższej krajowej, stąd zapewne ciężko o poczucie niezależności, dbanie o prestiż, satysfakcję z osiągnięć czy szeroko pojęte flow. Jednocześnie różnice, jakie pojawiają się między grupami w skali nastawienia na rywalizację (niższy wynik w grupie pedagogów), mogą wynikać z możliwości awansu zawodowego. Awans zawodowy pedagoga jest ściśle określony przez prawo. Po osiągnięciu najwyższego szczebla tzn. stopnia nauczyciela dyplomowanego, nie ma dalszej ścieżki awansu na stanowisku w placówce. Ponadto wynagrodzenia także są określone prawnie. Nawet, decydując się na pracę w placówce prywatnej, należy liczyć się z faktem, że pewien pułap wynagrodzenia będzie już nieprzekraczalny. Stąd też potrzeba rywalizacji w tak klarow-

nie określonym środowisku może być bardzo niska. W innych miejscach pracy możliwości awansu są zależne od realnej pracy wykonywanej przez pracownika. Napięcie związane z szansą na zdobycie podwyżki mogą podkreślać atmosferę rywalizacji w pracy.

Podjęcie się powtórzenia przeprowadzenia badań, uwzględniając pewne modyfikacje, mogłoby przynieść interesujące skutki. Należałoby w przyszłych badaniach podjąć próbę doboru bardziej zróżnicowanego podmiotu badań pod względem miejsca pracy. Innym ciekawym rozwiązaniem mogłoby być podjęcie próby przebadania grupy nauczycieli pracujących w placówkach prywatnych wraz z grupą nauczycieli uczących w szkołach państwowych. Kwalifikacje zawodowe, warunki pracy, np. liczebność klas, lepsze wyposażenie sal lekcyjnych czy wynagrodzenie mogą być interesującym aspektem różnicującym obie grupy mimo pracy, w teorii, na podobnym stanowisku pracy.

## Bibliografia

- Atkinson, J. (1958). Towards experimental analysis of human motivation in terms of motives, expectancies and incentives. W: J. Atkinson (red.), *Motives in fantasy, action and society*, s. 288-305.
- Atmańczuk, K. (2003). Standardy kwalifikacji zawodowych. *Edukacja i dialog*, 5 (148), 31-35.
- Baard, P. P., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2004). Intrinsic Need Satisfaction: A Motivational Basis of Performance and Well-Being in Two Work Settings. *Journal of Applied Psychology*, 34, 2045-2068.
- Babecka, B. (2004). Co znaczy dobra szkoła? *Edukacja i dialog*, 4, 4-11.
- Banach, Cz. (1995). Cechy osobowościowe nauczycieli. *Nowa Szkoła*, 3, 37-40.
- Bandura, A. (1997). *Social learning theory*. NJ: Prentice Hall, Englewoods Hills.
- Bańka, A. (2016). *Motywacja osiągnięć. Podstawy teoretyczne i konstrukcja skali do pomiaru Motywacji Osiągnięć w Wymiarze Międzynarodowym*. Poznań-Warszawa: Instytut Rozwoju Kariery.
- Boski, P. (1980). Potrzeba osiągnięć jako psychologiczny czynnik rozwoju społeczno-ekonomicznego. W: J. Reykowski (red.), *Osobowość a społeczne zachowanie się ludzi*, s. 27-103.
- Buchcic, E. (2014). Czynniki wpływające na jakość pracy nauczyciela, *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis*, 162, 119-132.
- Dobrowolska, M. (2012). Człowiek i elastyczne formy zatrudnienia-wybrane problemy. *Czasopismo Psychologiczne*, 2(18), 195-203.
- Dweck, C. S. (1991). Self-theories and goals: Their role in motivation, personality, and development. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1990: Perspectives on motivation* (pp. 199-235). University of Nebraska Press.
- Franken. R. (2005). *Psychologia motywacji*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Hall, C.S., Lindzey, G. (1994). *Teorie osobowości*. Warszawa: PWN.
- Klinkosz, W., Sękowski, A.E. (2006). H. Schulera i M. Prochaska wersja Inwentarza Motywacji Osiągnięć – Leistungsmotivationsinventar (LMI). *Czasopismo Psychologiczne*, 7 (2), 253-264.
- Kocór, M. (2019). *Wypalenie zawodowe nauczycieli: diagnoza, wsparcie, profilaktyka*. Kraków: Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego & Towarzystwo Naukowe „Societas Vistulana”.

- Lipowska, J. (2016). *Wypalenie zawodowe a motywacja do pracy i czynniki ją wzmacniające u kadry pedagogicznej instytucji opiekuńczo-wychowawczych*. Opublikowana praca doktorska: Biblioteka Uniwersytecka UAM.
- Łaguna, M. (2005). Od czego zależy sukces w podejmowaniu działalności gospodarczej? Przegląd propozycji teoretycznych. *Czasopismo Psychologiczne*, 11 (2), 143–155.
- Łukaszewski, W., Doliński, D. (2007). Mechanizmy leżące u podstaw motywacji. W: J. Strelau (red.), *Psychologia: Podręcznik akademicki*, s. 441–468.
- Madsen, K.B. (1980). *Współczesne teorie motywacji. Naukoznawcza analiza porównawcza*. Warszawa: PWN.
- Marek, A. (2006). Motywacja w pracy nauczyciela. *Roczniki Nauk Społecznych*, 3, 335–346.
- Pyżalski, J. (2010). *Psychospołeczne warunki pracy polskich nauczycieli. Pomiedzy wypaleniem zawodowym a zaangażowaniem*. Kraków: Oficyna wydawnicza Impuls.
- Radwan, Z. (1997). *Rozwój organizacyjny szkoły: antologia III*. Radom: Instytut Technologii Eksploatacji.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. NY: Prentice-Hall, Inc.
- Sękowski, A.E., Sitko, E.M. (2018). Inteligencja emocjonalna i motywacja osiągnięć u kobiet na stanowiskach kierowniczych. *Polskie Forum Psychologiczne*, 23(1), 122–138.
- Sigmund, M., Kvintová, J., Hanuš, R., Bartková, L., Hobza, V. (2014). Achievement motivation and its structure in middle and top managers in the pharmaceutical industry in The Czech Republic. *Ekonomika & Management*, 4. [https://econpapers.repec.org/article/prgjinleam/v\\_3a2014\\_3ay\\_3a2014\\_3ai\\_3a4\\_3aid\\_3a240.htm](https://econpapers.repec.org/article/prgjinleam/v_3a2014_3ay_3a2014_3ai_3a4_3aid_3a240.htm) (dostęp: 22.04.2024)
- Wieczorkowska, G. (2007). *Kierowanie motywacją. Rola myśli i emocji*. Warszawa: Uniwersytet Warszawski.
- Zimbardo, P. G., Gerrig, R. J. (2012). *Psychologia i życie*. Warszawa: PWN.

## Achievement Motivation among Educators and Individuals without Pedagogical Qualifications

### Keywords

achievement motivation, educators, pedagogy

### Abstract

The article examines achievement motivation among educators and individuals without pedagogical qualifications. The study employed the Achievement Motivation Inventory (LMI) in its Polish adaptation by Andrzej Sępkowski and Waldemar Klinkosz. The research sample included 39 educators and 38 individuals without pedagogical qualifications, all professionally active across various regions of Poland. Among all the scales measured by the LMI inventory, the entire study group scored the highest in the scale of satisfaction with achievements, while the lowest score was recorded for the scale of competitiveness. The analysis revealed no statistically significant differences between the groups only in the scale of courage. However, statistically significant differences were observed in the scales of flexibility, preference for challenging tasks, independence, belief in success, dominance, enthusiasm for learning, goal orientation, compensatory effort, concern for prestige, satisfaction with achievements, engagement, competitiveness, flow, internalization, perseverance, and self-control, where educators scored differently compared to individuals without pedagogical qualifications.





# Konsekwencje stresu i jego związek z wypaleniem zawodowym pracowników

Mirosław Szcześniak

## Słowa kluczowe

stres zawodowy, prewencyjne zarządzanie stresem, choroba cywilizacyjna, zdrowie psychiczne, wypalenie zawodowe

## Kontakt

Polska Akademia Nauk Społecznych  
i Humanistycznych w Londynie  
E-mail: miroslaw.szczesniak@pasylhondyn.eu  
ORCID: 0000-0001-6442-7132

## Abstrakt

Każdy stres występujący u jednostki ludzkiej ma pewien bodziec i ma charakter psychofizjologiczny. Reakcja stresowa obejmuje szereg realistycznych reakcji, które prowadzą bezpośrednio do pobudzenia psychofizjologicznego. Może objawiać się zarówno stanem pobudzenia, ale również w sytuacjach pryncypialnych, może dojść do całkowitego zatrzymania funkcji. Stresor, czyli bodziec wywołujący bezpośrednio reakcję staje się nim w efekcie konstatacji poznawczej, a jest to zależne od znaczenia jakie jednostka mu nadaje. Chroniczne występowanie reakcji stresowej, może doprowadzić do uszkodzeń somatycznych lub dysfunkcji. Stres może posiadać aspekty zarówno negatywne jak i pozytywne. Konieczne jest więc odróżnienie procesu pobudzenia psychofizjologicznego, czyli stresu od możliwych konsekwencji w postaci wtórnych zaburzeń patologicznych. Ludzie uczą się i szukają różnorodnych sposobów radzenia sobie ze stresem, bądź pozostają bierni. Sposób który zastosuje dana jednostka zależy od: rodzaju sytuacji trudnej lub stresowej, intensywności tej sytuacji i indywidualnych właściwości człowieka. Na styl radzenia sobie ze stresem składa się względnie stała, specyficzna dla danej jednostki tendencja, która wyznacza przebieg radzenia sobie z nim bądź z sytuacją trudną.

## 1. Wprowadzenie

Wielu badaczy zajmujących się problematyką stresu zauważa, że dzisiejsze miejsce pracy jest wymagającym środowiskiem, zarówno na płaszczyźnie ekonomicznej, jak i psychologicznej. Pracownicy są wyczerpani emocjonalnie i fizycznie. Codzienne wymagania, związane

z życiem zawodowym i rodzinnym, zdecydowanie osłabiają ich energię oraz entuzjazm. W takich warunkach oddanie i zaangażowanie w pracę gaśnie, a pracownicy stają się zdystansowani i cyniczni. Przedstawiciele nauk medycznych i społecznych wskazują na to, że zagrożenie stresem wzrasta w rozmiarach niemal epidemicznych, specjaliści zajmujący się problematyką organizacji i zarządzania twierdzą, że stres w pracy w znaczący sposób powiązany jest z negatywnymi postawami i zachowaniami pracowników. Kadra kierownicza wskazuje, że konsekwencje stresu zawodowego są niezmiernie kosztowne w wymiarze ekonomicznym. W procesie zarządzania zasobami ludzkimi nie można bagatelizować wpływu czynników związanych ze środowiskiem pracy na organizm ludzki, a także na zdrowie psychiczne oraz dobrostan pracowników. Praca w dobrych warunkach psychospołecznych, może posiadać pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne zatrudnionych, zapewnić większe poczucie społecznej integracji, możliwość rozwoju, czy też większą pewność siebie jednostki. Złe warunki w miejscu pracy mogą być istotną przyczyną występowania negatywnych zmian w zdrowiu, zatrudnionych w organizacji, pracowników. W związku z tym wskazać należy, że z punktu widzenia pracownika takim skutkiem nieprawidłowego zarządzania zagrożeniami psychospołecznymi są (Clayton, 2012):

- a) stres zawodowy,
- b) zaburzenia zdrowia psychicznego,
- c) poczucie wypalenia zawodowego,
- d) trudności w skupieniu uwagi,
- e) popełnianie większej ilości błędów,
- f) problemy, które zdarzają się również w życiu prywatnym,
- g) nadużywanie alkoholu, narkotyków i innych używek,
- h) problemy z zakresu zdrowia fizycznego.

Powyższe kwestie, ale także istota zarządzania stresem i jego wpływ na syndrom wypalenia zawodowego, są przedmiotem analizy w ramach niniejszego artykułu. Zatem podjęto próbę znalezienia odpowiedzi na pytanie, w jaki sposób prewencyjne zarządzanie stresem w miejscu pracy ma wpływ na ochronę zasobów ludzkich oraz przedsiębiorstwa przed negatywnymi skutkami stresu i jego wpływu na wypalenie zawodowe. Jest to niezwykle ważne zarówno dla pracodawcy, jak i dla pracowników w kontekście ich zdolności do wykonywania stosunku pracy, zaangażowania oraz zdrowia psychicznego i fizycznego. Jako metodę badawczą wykorzystano analizę i krytykę piśmiennictwa w postaci monografii, podręczników oraz artykułów naukowych.

## 2. Istota zarządzania stresem

Znanym oraz najbardziej obiecującym podejściem odnoszącym się do problematyki zarządzania stresem w organizacjach jest metoda prewencyjnego zarządzania stresem. Z całą stanowczością należy podkreślić, że jest to w pewnym sensie filozofia organizacji, a także zbiór zasad, który kształtuje konkretne metody dotyczące bezpośrednio zdrowia jednostek oraz organizacji, której istota sprowadza się do bezwzględnej ochrony zatrudnionych oraz przedsiębiorstwa przed negatywnymi skutkami stresu. Naukowcy opracowali pięć fundamentalnych zasad, na których oparte powinno być zapobiegawcze zarządzanie stresem:

1. Jednostka oraz organizacja są od siebie zależne. Wydajność oraz zdrowie jednostki uzależnione jest od realiów pracy występujących w danej organizacji. W praktyce podmioty gospodarcze nie mogą osiągnąć wysokiego poziomu w zakresie produktywności i dynamice wzrostu bez zdrowych oraz pełnych energii pracowników. Musi w związku z tym istnieć wzajemne dopasowanie się między wymienionymi elementami.
2. Stres organizacyjny oraz indywidualny jest zjawiskiem nieuniknionym w każdej działalności gospodarczej i świadczeniem usługi pracy przez jednostkę ludzką. Można spotkać się ze stwierdzeniem, że stres jest elementem sukcesu oraz postępu. Myślę jednak, że jest to próba usprawiedliwienia kierownictwa firmy w przypadku braku aktywności, która odnosi się bezpośrednio do zarządzania stresem.
3. Na osobach zarządzających ciąży odpowiedzialność za zdrowie jednostek oraz organizacji. Na tej płaszczyźnie kierujący organizacją nie powinni działać tylko z konieczności, ale również w ramach interesu własnego oraz firmy, bez narażania własnego zdrowia.
4. Każda organizacja funkcjonująca na rynku, powinna być dynamiczna i podlegać ciągłym zmianom. Ma to istotne znaczenie w odniesieniu do funkcjonowania danej jednostki, ponieważ to, co było dawniej przyczyną stresu w firmie nie jest nią teraz. Bardzo istotny jest przy tym stały wysiłek, który skierowany jest na problemy związane z właściwym zarządzaniem, stresem oraz jego monitorowaniem (określeniem skutków i przyczyn jego powstawania).
5. Każda zatrudniony oraz organizacja (indywidualnie) reagują na sytuacje stresowe. W praktyce to określenie ma istotne implikacje, ponieważ nie można mówić tylko o najlepszej metodzie w zakresie

walki ze stresem, należy ją dopasować do indywidualnych możliwości jednostek, a także do właściwości danej organizacji (Clayton: 2012).

Model ogólny w zakresie zarządzania stresem powinien być przystosowany do każdej organizacji indywidualnie, przy uwzględnieniu jej potrzeb, a także oferowanych możliwości. Takie podejście możemy nazwać algorytmem postępowania, który można modyfikować w odpowiedni sposób, tak by dopasować go do wielkości organizacji, ale także rodzaju stresorów oraz innych dostępnych metod walki ze stresem. Schemat ogólny zarządzania stresem powinien składać się z trzech podstawowych elementów:

1. *Identyfikacja problemu*: Pozwala klarownie opisać dany problem i zrozumieć istotne przyczyny jego powstania. Daje to możliwość łatwego badania czynników wywołujących oraz wzmacniających zachowanie, częstotliwość, intensywność oraz miejsce występowania trudnego zachowania jednostki;
2. *Interwencja*: skomplikowany proces, którego celem jest stworzenie indywidualnego planu w zakresie jej zastosowania. Pozwala zatem na zmianę niewłaściwego zachowania jednostki. Na tym etapie porównuje się uzyskane postępy, które zostały zaobserwowane podczas monitorowania, z poziomem odniesienia i wyznaczonymi celami, co jednocześnie umożliwia dokonanie oceny efektywności całego wdrożonego planu ingerencji;
3. *Ocena interwencji*: pozwala stwierdzić, czy dana interwencja spełniła oczekiwania, czy jest ona wdrażana zgodnie z planem i czy jest ona skuteczna (Pietrzak, 2012).

### 3. Etapy prewencyjnego zarządzania stresem

W celu zmniejszenia oddziaływania stresu na zatrudnionych pracowników, należy bezzwłocznie włączyć w firmie zarządzanie stresem, które powinno się odbywać zarówno na poziomie organizacji, jak i jednostki. Rozwiązaniami, które bezpośrednio dotyczą poziomu organizacji są: zwiększenie udziału zatrudnionych w procesach decyzyjnych dotyczących bezpośrednio stanowisk, na których wykonują swoje codzienne zadania; modyfikacja zadań, czyli umożliwienie pracownikom czasowej zmiany zakresu obowiązków, pracy czy stanowiska; mentoring, który po-

lega na czasowej opiece doświadczonych pracowników nad nowo przyjętymi do pracy; programy wdrożeniowe ułatwiające im szybszą adaptację zawodową; wprowadzenie elastycznych form zatrudnienia i godzin pracy, co w sposób zdecydowany pozwala pracownikom na zachowanie równowagi pomiędzy życiem osobistym a pracą zawodową; analiza zakresów odpowiedzialności i decyzyjności na określonych stanowiskach, kiedy zachodzi ryzyko, że konflikty w miejscu pracy generują stres, a wynikają z nakładania się obszarów odpowiedzialności na różnych stanowiskach; budowanie właściwych relacji między pracownikami a resztą organizacji oraz kultury organizacyjnej, otwartości i zrozumienia; zwiększanie autonomii i kompetencji pracowników, które pomagają brać odpowiedzialność za całość wykonywanego zadania, a nie tylko za jego część. Takie podejście, zwiększa zakres decyzyjności i sposób wykonywania działań; wprowadzenie do przedsiębiorstwa przejrzystego systemu komunikacji, dającego pracownikom informację o ich dalszym rozwoju lub zmianach organizacyjnych, które obecnie w firmie zachodzą (Pietrzak, 2012).

Każdy menedżer zarządzający zespołem ludzkim powinien również dysponować takimi instrumentami, które będą pomocne, kiedy stres pojawi się na poziomie jednostki. Należą do nich:

1. Odpowiednie dopasowanie pracownika do wymagań powierzonego mu stanowiska, czyli właściwe kompetencje jednostki do pełnienia określonej funkcji,
2. Zapewnienie ciągłości i sensowności wykonywanych zadań, tak by przynosiły one wymierne rezultaty,
3. Szkolenia z asertywności lub umiejętności radzenia sobie w sytuacjach stresowych,
4. Zapewnianie regularnej informacji zwrotnej na temat jakości wykonywanych przez niego zadań,
5. Wsparcie psychologa lub coacha,
6. Budowanie jak najlepszych relacji między wszystkimi pracownikami a kadrą zarządzającą i kierownictwem najwyższego szczebla organizacji na zasadzie otwartości, szczerości i zrozumienia (Kozłowski, 2012).

Każdy ze wskazanych powyżej instrumentów czyni otoczenie pracownika bardziej przyjaznym oraz poprawia efektywność wykonywanych przez niego obowiązków. Bez najmniejszej wątpliwości zapobiega wypaleniu zawodowemu, które stanowi przedłużającą się reakcją na chronicznie występujące stresory zawodowe (Kozłowski, 2012). Jak już wspomniano wcześniej koncepcja prewencyjnego zarządzania stresem,

w istotny sposób pomaga zniwelować w znacznym stopniu stres zatrudnionych pracowników.

Można wyróżnić trzy etapy prewencyjnego zarządzania stresem:

1. Prewencja pierwszego stopnia poświęcona jest usuwaniu potencjalnych przyczyn stresu;
2. Prewencja drugiego stopnia koncentruje się na modyfikacji reakcji jednostki na pojawiające się sytuacje stresowe;
3. Prewencja trzeciego stopnia ma za zadanie obniżyć poziom negatywnych skutków stresu (zarówno na poziomie indywidualnym jak i organizacyjnym), które pojawiły się w wyniku nieskutecznej kontroli na etapie pierwszym i drugim (Heszen-Niejodek, 1995).

Model praktyczny zarządzania stresem musi mieć charakter ogólny, by mógł być przydatny dla różnych użytkowników. Nie można w nim przewidzieć, jakie konkretne strategie zarządzania stresem należy zastosować. Zależy to bowiem od tego, na jakie obszary interwencji wskazuje diagnoza stresu oraz od warunków brzegowych, wyznaczanych przez właściwości organizacji, zachowań pracowników w niej zatrudnionych i przez otoczenie zewnętrzne. W tej sytuacji można jedynie zaproponować pewien algorytm postępowania przydatny przy planowaniu, wdrażaniu i ocenianiu zakładowych programów zarządzania stresem. Każda z organizacji musi zatem stworzyć swój własny program zarządzania stresem, adekwatny do jej potrzeb i możliwości (Cieślak, Łuszczynska-Cieślak, 2000).

## 4. Konsekwencje stresu wśród pracowników

Stres uznawany jest współcześnie za jedną z chorób cywilizacyjnych XXI wieku. Szybki i stały postęp cywilizacji zapewnia coraz lepsze warunki życia i rozwoju współczesnemu człowiekowi. Składa się na to: bardzo szybki postęp informatyczno-telekomunikacyjny, rozwój nauki, techniki, przemysłu, rolnictwa i innych dziedzin twórczości ludzkiej. Taki stan spowodował znaczne polepszenie warunków pracy, mieszkania, odżywiania, komunikacji, łączności, opieki zdrowotnej oraz umożliwił przeznaczenie większej ilości czasu na odpoczynek. Te osiągnięcia cywilizacyjne, najlepiej odzwierciedlają wskaźniki demograficzne. Z wieku na wiek wydłuża się średnia długość życia człowieka, w czasach prehistorycznych człowiek żył przeciętnie 19 lat, w wieku XIX 45 lat, współcześnie ponad 70 lat.

W Polsce długość życia dziecka urodzonego na przełomie XIV i XV wynosiła zaledwie 20-25 lat, w latach 1965-1966 wzrosła do 66,8 roku. Pod koniec XX wieku średnia życia Polek wynosiła 76 lat, a Polaków 68 lat. W państwach wysokorozwiniętych, 85 i 75 lat. Wyraźną różnicę w długości życia widać obecnie pomiędzy krajami rozwijającymi się, gdzie średnia długość życia wynosi zaledwie 52 lata, a krajami rozwiniętymi, przekracza lat 77. W najbogatszych krajach świata ludzie żyją nie tylko dłużej ale znacznie wygodniej. Każdy obywatel od dnia urodzenia otoczony jest opieką państwa aż do wieku sędziwego, od wyprawki niemowlęcej, do świadczeń socjalnych na bardzo wysokim poziomie na rzecz ludzi starszych.

Pomimo tego, w tym wygodnym i zdawałoby się beztróskim świecie, obserwujemy zjawiska budzące niepokój a nawet obawę o los przyszłych pokoleń. W krajach nazywanych rozwiniętymi, w skutek niewłaściwych zachowań zdrowotnych, związanych ze stylem codziennego życia, najczęstszą przyczyną zgonów i zachorowań są obecnie choroby popularnie zwane cywilizacyjnymi, do których zalicza się choroby układu krążenia, nowotwory, otyłość, cukrzycę typu B, wypadki i urazy oraz choroby psychiczne (Sękowska, 2004).

Choroby cywilizacyjne w ujęciu definicyjnym, to globalnie i powszechne występujące choroby, których przyczyną rozwoju oraz rozprzestrzenienia jest postęp współczesnej cywilizacji. Są one również przyczyną ponad 80% wszystkich zgonów. Głównie wynikają one z nieprawidłowego żywienia, małej aktywności fizycznej oraz palenia papierosów. Pośrednimi przyczynami ich rozwoju jest postępujące przemysłowienie, urbanizacja, wzrost napięcia nerwowego i sytuacji stresowych, degradacja środowiska naturalnego, uciążliwy hałas oraz promieniowanie - głównie jonizujące (Siemiński, 2009).

Przewlekły lub traumatyczny stres staje się czynnikiem wystąpienia ryzyka, które dotyczą wielu problemów zdrowotnych. Może on wywierać negatywny wpływ na funkcjonowanie człowieka zarówno w sferze fizycznej, psychicznej, jak również sferze społecznej, obniżając w sposób zasadniczy jakość życia oraz skracając długość jego trwania. Dodatkowo może on być czynnikiem negatywnie modulującym przebieg już istniejącej choroby (Uszyński, 2009).

Rozwój chorób i zaburzeń psychicznych, którym sprzyja współczesna cywilizacja dokonuje się powoli. Schorzenia te ujawniają się często dopiero w wieku dojrzałym w postaci ciężkich i groźnych dla ludzkiego życia konsekwencji takich jak: zawał serca, wylew krwi do mózgu, choroba wieńcowa serca, zmiany zrostowe w tętnicach kończyn dolnych,

miażdżycy, cukrzyca itp. Należy, zatem zadać sobie pytanie: czy człowiek jest całkowicie zdany na uzależnienia cywilizacyjne, czy też może w jakiś sposób im się przeciwstawić?

Dobrym przykładem jest tutaj maksyma, że „aby być zdrowym, trzeba nauczyć się mądrzej żyć”. Oznacza to, że powinniśmy zrozumieć istotę czyhających zagrożeń i zacząć zdrowo żyć, pamiętając o czterech decydujących o tym czynnikach: więcej aktywności fizycznej, właściwe odżywianie się, unikanie uzależnień oraz unikanie stresu (Woynarowska, 2003).

Efektom stresu jest również depresja. Około 450 milionów ludzi cierpi na całym świecie z tego powodu. Co gorsza, pomimo dostępności do szerokiego leczenia, około 2/3 populacji z rozpoznanymi zaburzeniami psychicznymi, nie szuka pomocy w wyspecjalizowanych ośrodkach. Światowa Organizacja Zdrowia wskazuje, że osobom, które chciałyby skorzystać z pomocy oraz leczenia zaburzeń wywołanych stanem psychicznym stają na przeszkodzie przede wszystkim stygmatyzacja, dyskryminacja oraz brak szacunku. Należy jednocześnie pamiętać, że monotonia i rutyna zwykłych codziennych obowiązków oraz zajęć zawodowych, brak możliwości zaspakajania rosnących potrzeb indywidualnych powoduje stres, który prowadzi często do bardzo niebezpiecznych stanów depresyjnych (Wrona-Polańska, 2008).

Depresja należy do powszechnie występujących zaburzeń psychicznych. Według WHO na świecie choruje na nią ponad 350 mln ludzi, z czego 1,5 miliona osób w Polsce. Najczęściej obserwowana jest u osób w wieku 20-40 lat i dotyka dwukrotnie częściej kobiety niż mężczyzn. Również w populacji powyżej 65 roku życia, zachorowalność na depresję zaczyna wzrastać. Wśród pacjentów poradni ogólnych, odsetek ten sięga 25%, a w domach opieki społecznej 30%. Główną przyczyną tego zjawiska wydaje się być obecność przewlekłych chorób somatycznych pogarszających funkcjonowanie organizmu u tych osób. W badaniach obejmujących populację seniorów, lekkie objawy depresji wykazano u 43,6% badanych, natomiast ciężkie zaburzenia nastroju u 10,9%. Badania wykazały występowanie objawów depresyjnych w tej grupie wiekowej u około 15% badanych (Osińska, Kazberuk, Celińska-Janowicz, Zadykiewicz i Rysiak, 2017).

Stres zawodowy wywołuje konsekwencje zarówno po stronie pracodawców, jak i pracowników. W przypadku pracodawców są to koszty, które bezpośrednio związane są:

1. ze spadkiem produktywności pracowników oraz jakości świadczonych przez nich usług;



2. wzmożoną absencją chorobową;
3. wzrostem ilości wypadków przy pracy;
4. obniżeniem poziomu zarządzania;
5. spadkiem motywacji do pracy przez zatrudnionych;
6. wzrostem konfliktów oraz przypadków występowania mobbingu wśród zasobów organizacji (Osińska, Kazberuk, Celińska-Janowicz, Zadykowicz, Rysiak, 2017).

Natomiast długotrwały stres występujący w miejscu pracy może być przyczyną:

1. Zaburzeń zdrowia psychicznego, czyli depresji,
2. Chorób układu krążenia oraz układu mięśniowo-szkieletowego,
3. Trudności w skupieniu uwagi,
4. Poczucia wypalenia zawodowego,
5. Popelniania w pracy błędów,
6. Narastających problemów, które występują w życiu prywatnym,
7. Nadużywanie alkoholu albo innych środków odurzających (Osińska, Kazberuk, Celińska-Janowicz, Zadykowicz, Rysiak, 2017).

Według danych opublikowanych przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy, na rynku pracy Unii Europejskiej roczne straty, które są bezpośrednio związane z depresją pracowników wywołaną bezpośrednio stresem, wynoszą średnio 616 mld euro. W tej kwocie 272 mld euro są to straty, które są związane ze zwolnieniami lekarskimi. Z kolei 242 mld kosztuje spadek produktywności, natomiast 63 mld jest wydawane na leczenie w związku z tym nasilającym się zjawiskiem (Wrona-Polańska, 2008).

## 5. Wpływ stresu na zjawisko wypalenia zawodowego

W literaturze naukowej termin „wypalenie zawodowe” po raz pierwszy pojawił się w roku 1961. Graham Greene w swojej książce pod tytułem *A Burn-Out Case* opisał przypadek architekta, który był zmęczony i znużony swoją pracą, która mu nie przynosiła żadnych satysfakcji. Postanowił on zostawić dotychczasowe życie i zamieszkać w dżungli (Bilska, 2004).

W roku 1974, psycholog amerykański Herbert Freudenberger, w artykule *Staff burn-out* przedstawił swoje spostrzeżenia, które były wynikiem jego pracy w ośrodku dla osób uzależnionych od narkotyków (Anczew-

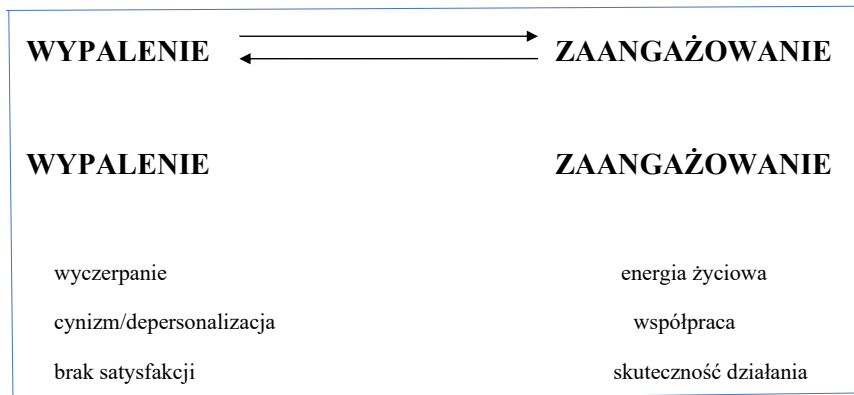
ska, Świtaj i Roszczyńska, 2005). Opisał w nim zmianę zaangażowania ludzi młodych pracujących charytatywnie we wskazanym ośrodku. Na początku poświęcali się pracy, ale nieosiąganie przez nich zamierzonych celów powodowało, że następowało załamanie i brak dalszej motywacji co przechodziło w stopniową utratę chęci walki o wyjście z nałogu i brak zaangażowania (Bilska, 2004)). Przywoływany autor zdefiniował wypalenie zawodowe jako stan zmęczenia czy też frustracji, która wynika z poświęcenia się jakiejś sprawie, czy też sposobowi życia co ostatecznie nie przyniosło tym osobom oczekiwanej nagrody (Sęk, 2009). Zwrócił też uwagę na objawy somatyczne, takie jak:

- a) bóle głowy,
- b) bezsenność,
- c) wybuchy gniewu (Sęk, 2009).

U pracowników cierpiących na syndrom wypalenia zawodowego nawet niewielkie zwiększenie wykonywanych przez nich obowiązków wywołuje poczucie przeciążenia pracą. Są oni przekonani o złych intencjach przełożonych i współpracowników, którzy chcą ich wykorzystać. Cechuje ich duża nieufność a wskazówki innych osób, są przez nich ignorowane (Chirkowska-Smolak, 2009). W roku 1981 kolejni badacze C. Maslach oraz S. E. Jackson sporządzili kwestionariusz MBI (*Maslach Burnout Inventory*), który jest najbardziej popularnym narzędziem do pomiaru wypalenia zawodowego. Opracowując ten model, Maslach, podobnie jak inni autorzy zajmujący się tym zjawiskiem, traktowała wypalenie jako syndrom rozwijający się pod wpływem obciążających emocjonalnie kontaktów pracownika z innymi ludźmi: pacjentami, podopiecznymi, uczniami itp. (Jędrzysek-Geisler, 2021). Z kolei A. M. Pines, a także E. Aronson definiują wypalenie zawodowe jako „stan fizycznego, emocjonalnego, a także psychicznego wyczerpania, który jest spowodowany przez zaangażowanie w długotrwałe sytuacje, które są dla nich obciążające pod względem emocjonalnym” (Anczewska, Świtaj, Roszczyńska, 2005). Według nich, wypalenie zawodowe może się pojawić w każdym zawodzie, nie tylko w tym, który jest związany z usługami społecznymi ale także tych związanych w pomaganiu innym. W latach 90 ubiegłego wieku R. T. Golembiewski, K. Scherb i R. Boudreau zauważyli, że na wypalenie zawodowe ma również istotny wpływ styl zarządzania oraz organizacja pracy (Jędrzysek-Geisler, 2021).

Na poniższym rysunku zaprezentowano relacje jakie zachodzą pomiędzy wypaleniem zawodowym oraz zaangażowaniem pracownika w miejscu pracy.

Rysunek 1. Relacja między wypaleniem a zaangażowaniem



Źródło: N. Kamrowska, *Wypalenie zawodowe*, Polski Merkuriusz Lekarski 2007, nr XXIII, s. 136.

Przyczyny, które powodują syndrom wypalenia zawodowego podzielić można na trzy podstawowe grupy (Kamrowska, 2007):

1. Czynniki indywidualne (demograficzne, osobowościowe i postawy związane z pracą),
2. Czynniki interpersonalne,
3. Czynniki organizacyjne.

Analizując szczegółowo czynniki osobowościowe, dojdziemy do wniosku, że bardziej podatni na wypalenie zawodowe są pracownicy o niskiej odporności psychicznej, słabo radzący sobie ze stresem. Do czynników takich zalicza się: wysoką neurotyczność (czyli lęk), wrogość, depresję, impulsywność, nadwrażliwość i nieśmiałość. Jeżeli weźmiemy pod uwagę postawy pracowników (związane z pracą) to wypaleniu zawodowemu sprzyja stawianie sobie wysokich i nierealistycznych oczekiwań, które są związane bezpośrednio z wykonywaną pracą (Anczewska, Świtaj, Roszczyńska, 2005).

Z kolei czynniki interpersonalne to relacje, jakie zachodzą pomiędzy pracownikiem, przełożonym, klientem, usługobiorcą lub pacjentem. Wypalenie zawodowe szczególnie dotyka pracowników, którzy w sposób zbyt emocjonalny angażują się w problemy osób, które do nich przychodzą po pomoc (poradę, motywowanie, leczenie, doradzanie czy też opiekę). Wprawdzie w pracy (w szczególności osób, które zajmują się usługami społecznymi) jest wręcz konieczne zaangażowanie się w problemy

innych, a także w indywidualne potraktowanie każdego z klientów. Należy jednak zawsze pamiętać, że zbyt duże zaangażowanie się, może doprowadzić w konsekwencji do wypalenia zawodowego.

Do czynników interpersonalnych zalicza się kontakty bezpośrednie i pośrednie do jakich dochodzi na linii: pracownik – przełożony oraz na linii pracownik – współpracownicy. Kontakty zatrudnionego personelu, oparte na niewłaściwej komunikacji (niejasne polecenia, brak dialogu, brak możliwości wypowiedzenia się przez pracownika, pomijanie sygnalizowanych problemów przez pracodawcę oraz lekceważenie opinii pochodzącej bezpośrednio od zatrudnionych), mogą być środkiem powodującym powstanie stresu, konfliktów a także agresji (Chirkowska-Smolak, 2009).

Kolejna grupa czynników, które sprzyjają rozwojowi omawianego zjawiska, to czynniki organizacyjne. Uwagę poświęcił im między innymi Cary Cherniss, który przeprowadził wywiady z osobami, które zaczęły zatrudnienie w zawodach społecznych. Powtórzył te badania po 12 latach wykonywanej przez nich pracy. Na bazie otrzymanych wyników wyodrębnił pięć najistotniejszych czynników stresu, które sprzyjają wypaleniu zawodowemu. Są nimi:

1. Biurokracja,
2. Wątpienie we własne kompetencje,
3. Trudni klienci,
4. Brak możliwości rozwoju,
5. Niewłaściwe relacje interpersonalne (Flegler, 2001).

Na czynniki organizacyjne w swoich badaniach zwrócili również uwagę Maslach oraz Leiter. Cytowani badacze podzielili je na sześć podstawowych grup:

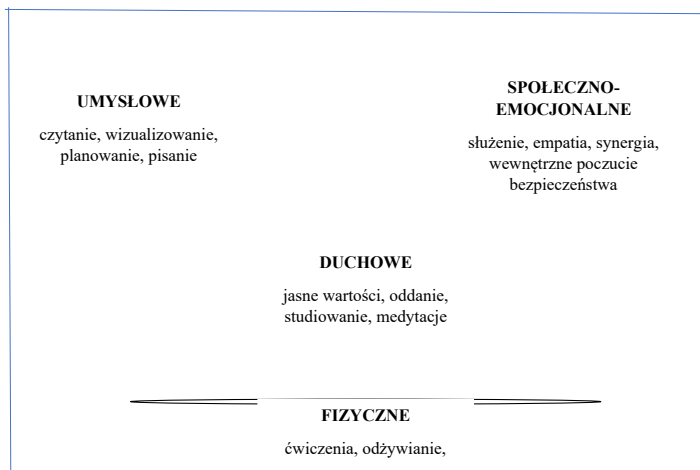
- a) przeciążenie pracą: zbyt duży zakres obowiązków, mało czasu przeznaczonego na wykonanie poszczególnych zadań, brak możliwości sprostanania stawianym wymaganiom, pośpiech, niemożliwość pogodzenia życia rodzinnego z pracą zawodową),
- b) kontrola, czyli brak partycypacji: rozumianej jako udział w zarządzaniu firmą oraz w procesie podejmowania decyzji), a także duża odpowiedzialność bez jednoczesnego posiadania uprawnień decyzyjnych,
- c) wynagradzanie oraz docenianie zaangażowania w pracy: na które składają się: brak uznania, niskie płace, czy też brak nagród finansowych i pozafinansowych,

- d) relacje społeczne: izolowanie, konflikty, podważanie przez innych posiadanych kompetencji, brak wsparcia pochodzącego ze strony kolegów z pracy i przełożonego,
- e) sprawiedliwość: przejawiająca się poprzez dyskryminowanie oraz faworyzowanie,
- f) wartości: konflikt wartości, czy też rozbieżność jaka zachodzi pomiędzy celami danej organizacji oraz samego pracownika, wymagania odnoszące się do zachowań, które są niezgodne z wartościami danego pracownika (Kamrowska, 2007).

Wypalenie zawodowe jest procesem, który rozwija się powoli i niespodziewanie. Pierwsze sygnały mogą być niedostrzegane czy też bagatelizowane. Pracownicy, którzy są zagrożeni wypaleniem zawodowym, na początku angażują się w pracę zawodową, oczekują bardzo dużo od siebie, a własne potrzeby spychają na dalszy plan i chętnie podejmują się nowych wyzwań zawodowych. Początkowa fascynacja nowymi doświadczeniami, energia oraz ogromny zapal ustępują miejsca stopniowo wyczerpaniu a także niechęci do swojej pracy. Syndrom wypalenia zawodowego jest związany coraz częściej z erozją zaangażowania w pracę (Maslach, 200). Pracownik na początku może postrzegać ów proces w kategoriach korzyści osobistych. W pierwszym okresie jest on bardzo wydajny oraz efektywny, co zostaje dostrzeżone przez współpracowników i przełożonych. Często zdarza się, że zatrudniony obarczany jest nowymi i bardziej wymagającymi zadaniami. W pewnym momencie wysiłek zarówno fizyczny, jak również i psychiczny może przekroczyć granice jego wyczerpania. Bezsprzecznie w takiej sytuacji powstaje ryzyko wystąpienia omawianego zjawiska.

Na rysunku nr 2 przedstawione zostały cztery wymiary odnoszące się do wypalenia zawodowego. Wyróżnić możemy tutaj wymiar fizyczny, (związany z ćwiczeniami, właściwym odżywianiem oraz kontrolą poziomu stresu), wymiar społeczno-emocjonalny, który odnosi się przykładowo do empatii czy też do wewnętrznego poczucia bezpieczeństwa, wymiar duchowy, czyli jasne wartości, medytacja oraz wymiar umysłowy (czytanie, planowanie i pisanie).

Rysunek 2. Wymiary wypalenia zawodowego



Źródło: N. Ogińska-Bulik, *Stres zawodowy w zawodach usług społecznych. Źródła – konsekwencje – zapobieganie*, Warszawa 2006, s. 147.

Psycholodzy z American Psychology Association zaproponowali skrócony opis zjawiska wypalenia zawodowego, ujmując je w pięciu charakterystycznych dla tego procesu etapach:

1. Miesiąc miodowy (*honeymoon*): okres zauroczenia pracą i pełnej satysfakcji z osiągnięć zawodowych. Dominują w nim energia, entuzjazm i optymizm.
2. Przebudzenie (*awaking*): ten etap to nic innego jak czas w którym jednostka widzi, że idealistyczna ocena jego pracy jest nierealistyczna. Zaczyna on pracować wtedy coraz więcej ponad swoje siły, aby obraz ten nie uległ ewentualnemu zaburzeniu,
3. Szorstkość (*brownout*): realizacja zadań zawodowych w tym okresie, wymaga coraz większego wysiłku. Zaczynają się pojawiać kłopoty w kontaktach społecznych zarówno ze współpracownikami i klientami.
4. Wypalenie pełnoobjawowe (*full scale burnout*): czyli pełne wyczerpanie fizyczne i psychiczne. Mogą się zacząć pojawiać stany depresyjne, ale także poczucie pustki, samotności, chęć wyzwolenia się, ucieczki z pracy.
5. Odradzanie się (*phoenix phenomenon*): to okres regeneracji, „leczenia ran”, które powstały w wyniku wypalenia zawodowego (Bilska, 2004).

Symptomy odnoszące się do powstania wypalenia zawodowego, są niejako sygnałem kosztów, jakie są ponoszone przez jednostkę. Autor ma tu na myśli koszty psychiczne, fizyczne oraz finansowe. Autorską listę objawów wypalenia zawodowego, przedstawił B. Brewster.

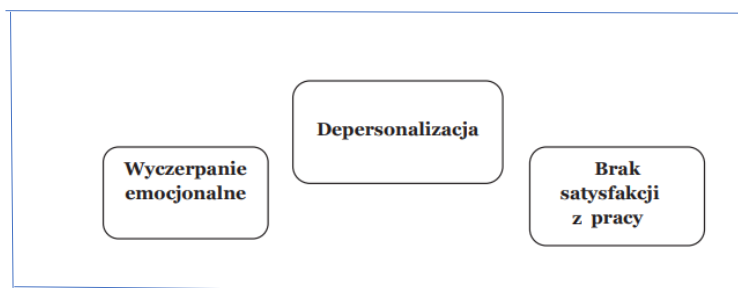
Zalicza do nich:

- wyczerpanie fizyczne: objawia się przez utrzymujące się zmęczenie bez widocznej przyczyny, możliwa w tym zakresie jest również utrata apetytu czy też chudnięcie lub przybieranie na wadze;
- bezsenność: pojawienie się u osób dobrze dotąd śpiających wskazanej tutaj przypadłości;
- napięcie mięśniowe: objawia się w różnorodnych bólach, które powstają bez wyraźnej przyczyny, jak również we wzroście potliwości, w problemach gastrycznych;
- migrenowe bóle głowy: u osób, które stale cierpią na migrenę następuje zwiększona częstotliwość tych ataków;
- niezdolność do podejmowania decyzji: wskazać należy, że dawniej osoby bardzo zdecydowane zauważalnie stają się niezdecydowane;
- poczucie nadmiernego obciążenia pracą: niemożność poradzenia sobie z ilością pracy, czy też spokojnego przeanalizowania jej jakości mogą często wskazywać na początki omawianego syndromu, jednakże nie na de facto rzeczywiste przeciążenie tej osoby;
- utrata entuzjazmu: objawiające się poprzez reagowanie mechaniczne na zadania, a także na poczucie znudzenia pracą;
- niecierpliwość oraz irytacja: drobne frustracje prowadzą do reakcji nadmiarowych;
- obojętność względem nowych idei;
- uzależnienia: nadmierne picie alkoholu, czy też nadużywanie leków uspokajających albo sięgnięcie po narkotyki;
- cynizm: jedna z form poczucia humoru, pozwala również bronić się przed wypaleniem, jednak kiedy staje się wyłączną formą stosunku np. do klientów to świadczy o tym, że już nastąpiło wypalenie;
- inercja: trudności do zabrania się przez pracownika do jakiegokolwiek pracy, oraz odsuwanie na później wysiłku;
- izolowanie się: towarzyskie dotąd osoby odsuwają się od pozostałych współpracowników, mieć mogą trudności w porozumiewaniu się twarzą w twarz;
- reakcja *mea culpa*: obwinianie siebie za występujące niepowodzenia w wykonywanej pracy;

- oskarżanie za niepowodzenia innych: niezależnie od natury niepowodzeń winni są wszyscy inni czyli uczniowie, rodzice, system, kierownictwo – jedynie siebie nie wskazuje się jako osobę odpowiedzialną (Brewster, 1993).

Na rysunku nr. 3 wskazano na triadę objawów wypalenia zawodowego, do których odnosi się wyczerpanie emocjonalne, depersonalizacja oraz brak satysfakcji z pracy.

Rysunek 3 Triada objawów wypalenia zawodowego



Źródło: J. Fengler, *Pomaganie męczy*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2001, s. 47.

Najnowsze badania wskazują, że wypalenie zawodowe może być odwracalne. Należy jednak w odpowiedni sposób udzielić jednostce specjalistycznej pomocy, która będzie miała na celu uwolnienie go od fizycznego i emocjonalnego wyczerpania czyli redukcję stresu. Ważne są zatem w tym przypadku działania profilaktyczne, które zwiększą możliwość zachowania optymalnego poziomu energii psychicznej. Pomocne będą działania związane ze zwiększeniem aktywności fizycznej, co pozwoli zregenerować siłę, wyznaczanie realne celów i większe angażowanie się w rozwój osobisty.

## 6. Zakończenie

Człowiek bardzo często zmuszony jest do wykonywania różnych zadań w niesprzyjających do tego warunkach. Najczęściej napotyka na różnego rodzaju trudności i przeszkody, które mogą nie tylko bezpośrednio zakłócić jego działania, ale również wpływać w negatywny sposób na jego stan psychiczny. Człowiek narażony jest wówczas na funkcjonowanie



pod wpływem silnego stresu, który określaniany jest jako stan lub zmiany organizmu wywołane wszelkimi szkodliwymi bodźcami, powodującymi zaburzenia fizjologicznej i chemicznej równowagi organizmu (homeostazy). Natomiast wypalenie zawodowe postrzegane jest jako stan wyczerpania, który dla pracownika będzie oznaczać utratę motywacji do działania, obniżenie efektywności wykonywanych zadań oraz brak satysfakcji z pracy. Dotyka ono ludzi znajdujących się w różnym wieku, a także wykonujących różne zawody oraz posiadających różny status społeczny. To jednak nie jest jedyna sfera życia która wskutek tego ulega pogorszeniu, ponieważ także w życiu prywatnym zaczynają się problemy, które bezpośrednio są związane z frustracją w wykonywanej pracy. Aby uniknąć wypalenia zawodowego w wymiarze psychicznym, jednostka powinna zastanowić się na tym, czy to co robi jest nadal ciekawe i nadal sprawia jej zadowolenie. Musi zawsze pamiętać o tym, że zasoby swojej energii psychicznej są ograniczone i nie wolno dopuścić do ich wyczerpania. Bezsprzecznie pomocne w tym zakresie będą zachowania asertywne, ponieważ pracodawcy chętnie obarczają pracowników dodatkowymi zadaniami, konsumując tym samym ich energię.

## Bibliografia

- Anczewska, M., Świtaj, P., J. Roszczyńska, J. (2005) *Wypalenie zawodowe*, Postępy Psychiatrii i Neurologii 2005, nr 14, s. 67.
- Bilska, E. (2004). *Jak Feniks z popiołów czyli syndrom wypalenia zawodowego*. Niebieska Linia nr 4, s. 17.
- B. Brewster. (1993). *Wypalenie* [w:] J. Szmagański (red.), *Nadzór i zarządzanie w pracy socjalnej*, Wyd. MIPS, Warszawa.
- Cieślak, R., A. Łuszczynska-Cieślak, A. (2000). *Zarządzanie stresem w pracy*, Promocja Zdrowia. Nauki Społeczne i Medycyna 2000, nr 21, s. 54.
- Clayton. M. (2012). *Zarządzanie stresem, czyli jak sobie radzić w trudnych sytuacjach*. Warszawa: Wydawnictwo Samo Sedno.
- Chirkowska-Smolak, T. i Kleka, P. (2011). *The Maslach burnout inventory – general survey: validation across different occupational groups in Poland*. Polish Psychological Bulletin, 42(2), 86–94.
- Chirkowska-Smolak, T. (2009). *Organizacyjne czynniki wypalenia zawodowego*, *Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny* 2009, nr 4, s. 176.
- Erenkfeit, K. Dudzińska, L. Indyk, A. (2012). *Wpływ środowiska pracy na powstanie wypalenia zawodowego*, *Medycyna Środowiskowa* nr 15, s. 124.
- Flegler, J. (2001). *Pomaganie mężczyznom. Wypalenie w pracy zawodowej*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Heszen-Niejodek. I. (1995). *Promocja zdrowia – próba systematyzacji z perspektywy psychologa*, Promocja Zdrowia. Nauka Społeczne i Medycyna 1995, nr 5-6, s. 7.
- Jędrzysek-Geisler, A. (2021). *Korelaty wypalenia zawodowego u nauczycieli w Polsce i Anglii*. Warszawa: Wydawnictwo Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR

- Kozłowski, M. (2012). *Employer branding. Budowanie wizerunku pracodawcy krok po kroku*. Warszawa: Wydawnictwo: Wolters Kluwer.
- Kamrowska, N. (2007). Wypalenie zawodowe, *Polski Merkuriusz Lekarski* 2007, t. 23, nr 136, s. 317-319.
- Maslach, Ch. (2000). *Wypalenie w perspektywie wielowymiarowej* [w:] Sęk H. (red.), *Wypalenie zawodowe – przyczyny, mechanizmy, zapobieganie*. Warszawa: Wydawnictwo PWN.
- Osińska, M., Kazberuk, A., Celińska-Janowicz, K., Zadykowicz, R., Rysiak, E. (2017), *Depresja – choroba cywilizacyjna XXI wieku*, „Geriatría”, nr 11, s. 124.
- Pietrzak, T. (2012). *Jak zostać szefem?*. Warszawa: Wydawnictwo Złote Myśli.
- Sęk, H. (2009). *Uwarunkowania i mechanizmy wypalenia zawodowego w modelu społecznej psychologii* [w:] H. Sęk (red.) *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie*, Warszawa Wydawnictwo PWN.
- Sękowska, L. (2004). *Styl życia a choroby cywilizacyjne*, *Ido – Ruch dla Kultury: Rocznik Naukowy* 2004, nr 4, s. 233.
- Siemiński, M. (2009). *Środowiskowe zagrożenia zdrowia*, Warszawa: Wydawnictwo PWN.
- Uszyński, M. (2009) *Stres i antystres – patomechanizm i skutki zdrowotne*, Wrocław: Wydawnictwo Alfa-Medica Press.
- Woynarowska, B. (2003). *Rozwijanie umiejętności życiowych w edukacji szkolnej*, LIDER 2003, Numer Specjalny, s. 3.
- Wrona – Polańska, H. (2008). (red.), *Zdrowie – stres – choroba w wymiarze psychologicznym*, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

## Consequences of stress and its relationship with burnout of employees

### Keywords

occupational stress, preventive stress management, civilization disease, mental health, burnout

### Abstract

Every stress occurring in a human being has a certain stimulus and is of a psychophysiological nature. The stress reaction includes a series of realistic reactions that lead directly to psychophysiological arousal. It can manifest itself both as a state of arousal, but also in principled situations, it can lead to a complete cessation of function. The stressor, i.e. the stimulus that directly causes the reaction, becomes so as a result of cognitive observation, and this depends on the meaning that the individual gives to it. Chronic occurrence of the stress reaction can lead to somatic damage or dysfunction. Stress can have both negative and positive aspects. It is therefore necessary to distinguish the process of psychophysiological arousal, i.e. stress, from possible consequences in the form of secondary pathological disorders. People learn and look for various ways of coping with stress, or remain passive. The method that a given individual will use depends on: the type of difficult or stressful situation, the intensity of this situation and the individual characteristics of the person. The style of coping with stress consists of a relatively stable, individual-specific tendency that determines the course of dealing with stress or a difficult situation.



# Obciążenia i wzmocnienia związane z opieką nad osobami chorymi psychicznie i fizycznie w opinii opiekunów

Klaudia Daniluk, Jakub Gawiński

## Słowa kluczowe

opiekunowie nieprofesjonalni, opiekunowie, niepełnosprawność, choroba przewlekła, choroba nieuleczalna, rodzina

## Kontakt

Daniluk Klaudia  
Studentka IV roku psychologii,  
Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych  
w Warszawie  
e-mail: autorklaudiapaz@gmail.com  
ORCID: 0009-0008-2483-8066

Gawiński Jakub  
Student IV roku psychologii  
Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych  
w Warszawie  
e-mail: jakub.gawinski@op.pl  
ORCID: 0009-0005-4799-7340

## Abstrakt

Artykuł omawia obciążenia i wzmocnienia związane z opieką nad osobami chorymi psychicznie i fizycznie z perspektywy opiekunów nieprofesjonalnych. Składa się z dwóch części. W pierwszej opisano główne wyzwania, jakie napotykają opiekunowie, w tym emocjonalne, fizyczne i finansowe obciążenia. Przedstawiono również korzyści płynące z opieki, takie jak poczucie spełnienia i satysfakcji z pomagania bliskim. Skupiono się na polskim gruncie, jednak przytoczono też perspektywy z innych krajów. Następnie, na bazie dostępnej literatury, ułożono pytania, by w drugiej części przeprowadzić dwa wywiady z osobami, które sprawują opiekę nad chorymi. Wywiady potwierdzają wiele aspektów zawartych w literaturze. Widać też różnice w obciążeniach w opiece nad chorym psychicznie i fizycznie. Głosy opiekunów ukazały różnorodność doświadczeń i potrzeb. Jednakże niezależnie od rodzaju choroby z obu wywiadów wybrzmiewa duża rola wsparcia społecznego. Wskazano na konieczność większego wsparcia systemowego, w tym dostępu do opieki wytchnieniowej, aby poprawić jakość życia opiekunów i ich podopiecznych.

## 1. Wprowadzenie

To, że najbliżsi zajmują się niepełnosprawnym członkiem rodziny, zdaje się w Polsce oczywiste. Ale dlaczego? Tak, kocham, więc zajmuję się; Tak, jest to krewny, więc zajmuję się; Tak, z tych samych względów rezygnuję z siebie, ze swojej wygody, a czasem z planów życiowych. Dlaczego to takie oczywiste? Dlaczego model poświęcenia przyjmujemy za normalny? Opieka nad niepełnosprawnym dorosłym, bo na takiej sku-

pimy się w niniejszym artykule, to coś, co wciąż, w naszej opinii, jest za mało widoczne w społecznych dyskusjach.

Jesteśmy od siebie zależni. Na początku dzieci od rodziców, później, bardzo często rodzice od dzieci, a i ludzie pełnosprawni i niezależni finansowo bywają uzależnieni od innych, chociażby emocjonalnie. Niemniej te zależności zdają się nie być tak przywiązujące, ponieważ z założenia dzieci zaczną żyć same, seniorzy odejdą, a uzależnienia emocjonalne można przepracować. Natomiast opieka nad chorym czy niepełnosprawnym dorosłym zdaje się już stylem życia. Osoby nie będące w pełni samodzielne, do przeżycia potrzebują opiekuna. Wchodzenie w taką rolę jest niejednokrotnie nie wyborem, a koniecznością. Często to dylemat moralny i myśli: *Jak ja się nie zajmę, to kto? Muszę to zrobić, tak należy. Nie mam wyjścia. Z czym jeszcze boryka się opiekun? Z brakiem. Z brakiem czasu, snu, relaksu odpowiedniego zadbania o własne zdrowie. Z brakiem wytchnienia, spokoju, planowania pod siebie, często z brakiem pieniędzy. To ciągły brak* (Boling i in., 2003).

Badania nad opieką rodzin nad chorymi ze schizofrenią, chorobami mózgu i układu oddechowego uwidaczniają ciężar obciążeń, jaki dźwigają. Badania na 709 krewnych chorych ze schizofrenią wykazały, że opieka nad bliskimi niepełnosprawnymi z uwagi na chorobę była związana z ogólnym zaburzeniem rodzinnego życia. Badani odczuwali też utratę własnych zainteresowań i problem z wyjazdami na urlop, aby odpocząć. Te same badania na grupie 646 krewnych, którzy opiekowali się chorymi fizycznie wykazały bardzo podobne odczucia w zakresie zaburzeń życia rodzinnego i własnej aktywności społecznej (Magliano i in., 2005).

W wydaniu „Archives of Public Health” ukazał się fascynujący artykuł zatytułowany „Impact of informal caregiving on caregivers - subjective well-being in China: a longitudinal study” (Cheng i in., 2023), który bada wpływ nieformalnej opieki na samopoczucie opiekunów w Chinach. Badanie to, oparte na trzech falach danych z China Family Panel Studies z lat 2016, 2018 i 2020, dostarcza istotnych dowodów na to, jak opieka wpływa w negatywny sposób na subiektywne samopoczucie opiekunów, ze szczególnie silnym efektem u osób, które opiekują się na co dzień. Autorzy artykułu, Mingmei Cheng, Hualei Yang, i Qian Yu, zwracają uwagę na różnice w doświadczeniach opiekunów w zależności od ich demografii, w tym płci, miejsca zamieszkania, statusu zawodowego i rodzinnej sytuacji życiowej. Wykazują, że kobiety, osoby zamieszkałe na wsi, pracujące, zamężne lub żyjące oddzielnie od rodziców doświadczają większych negatywnych skutków. Oprócz identyfikacji problemu, badanie to proponuje również konkretne interwencje, które mogłyby pomóc w zmniejsz-

szeniu negatywnych skutków opieki nieformalnej. Sugeruje ono, że należy rozważyć wdrożenie usług wsparcia dla opiekunów, takich jak usługi odpoczynkowe, tymczasowa opieka, czy doradztwo psychologiczne.

Należy pamiętać o tym, że stała opieka nad niepełnosprawnym czy chorym to też bardzo silna relacja w jakiej opiekun i podopieczny się znajdują. Aby ta relacja była pełna spokoju, a nie złości i frustracji, poczucia krzywdy, należy, aby opiekun miał zapewnioną pomoc społeczną i profesjonalną. Artykuł Pierre Gérain i Emmanuelle Zech (2019) „Informal Caregiver Burnout? Development of a Theoretical Framework to Understand the Impact of Caregiving” koncentruje się na wypaleniu zawodowym doświadczanym przez nieformalnych opiekunów. Pojęcie wypalenia, tradycyjnie kojarzone z kontekstem zawodowym, jest dostosowane do kontekstu opieki, podkreślając emocjonalne wyczerpanie i depersonalizację jako kluczowe składniki wypalenia opiekunów. Opieka jest uznawana za skomplikowaną działalność z emocjonalnymi, fizycznymi i psychologicznymi skutkami dla opiekuna. Determinanty to między innymi środowisko opieki, osobiste cechy opiekuna i środowisko socjokulturowe. Normy kulturowe i oczekiwania społeczne mogą znacząco wpływać na doświadczenia opieki i skłonność do wypalenia.

Ocena sytuacji przez opiekuna – jak postrzega i ocenia swoje obowiązki i stresory związane z opieką – odgrywa kluczową rolę w rozwoju wypalenia. Dodatkowo jakość relacji między opiekunem a osobą otrzymującą opiekę jest znacząca. Słaba jakość relacji może nasilać stres opiekuna i przyczyniać się do wypalenia.

Zawarte w pracy treści nie nawołują do rezygnacji z opieki nad bliskimi, lecz podkreślają potrzebę zapewnienia odpowiedniego wsparcia emocjonalnego i materialnego dla opiekunów. Chcemy, aby ci, którzy podjęli się tej wymagającej roli, dostrzegli tę potrzebę i umieli szukać dostępnej pomocy, która choć nie jest idealna, to jednak istnieje. Czuła opieka rodziny pomaga choremu. Może też służyć opiekunowi – poczucie satysfakcji, robienia czegoś dobrego czy poczucie bycia potrzebnym. Warto w tym miejscu przytoczyć chociażby artykuł Beaty Tobiasz-Adamczyk (2013), w którym wskazuje, że oprócz negatywnych, istnieją również pozytywne aspekty udzielania opieki. Pozytywne emocje, takie jak okazywanie uczuć, poczucie bycia potrzebnym oraz chęć sprostania zadaniom, sprawiają, że opieka może stać się celem życia, wyzwaniem oraz sposobem na podniesienie poczucia własnej wartości. Dodatkowo, udzielanie opieki wzmacnia poczucie tożsamości i włączenia w grupę rodzinną, co poprawia samopoczucie i daje przekonanie, że robi się coś dobrego. Osoby sprawujące opiekę często odczuwają również satysfakcję. Warto także

zauważyć, że w tym samym momencie opieki mogą współlistnieć zarówno pozytywne, jak i negatywne doświadczenia, na przykład zmęczenie przynoszące satysfakcję.

Tomoko Morimoto i Ben Yanai (2000) analizując czynniki obciążenia opiekunów osób z ciężkimi niepełnosprawnościami fizycznymi i psychicznymi w kontekście ich subiektywnego odczuwania zdrowia i satysfakcji z życia. Obciążenie opiekunów jest powiązane z negatywnymi odczuciami. Opiekunowie często odczuwają, że życie razem z niepełnosprawnym członkiem rodziny jest dla nich ciężarem. Wzrastające obciążenie związane jest zwłaszcza ze starzeniem się osób niepełnosprawnych.

## 2. Opiekunowie osób chorych fizycznie

Zajmowanie się osobami cierpiącymi na choroby fizyczne to szereg wyzwań. Istotne jest zgłębienie problemów, z jakimi konfrontują się opiekunowie. Często doświadczają oni przeciążenia w trakcie realizacji rutynowych zadań opiekuńczych, takich jak ubieranie, karmienie czy kąpanie swoich podopiecznych. Należy zaznaczyć, że duże zaangażowanie czasowe i energetyczne w opiekę nad chorym często prowadzi do zaniedbania własnych potrzeb i zdrowia psychicznego opiekunów (Potemkowski i Ratajczak, 2017).

Marta Gawlik i Donata Kurpas (2014) dostarczają ciekawych wniosków po swoim badaniu. Wykazują, że opiekunowie pacjentów onkologicznych objętych domową opieką paliatywną prezentują średni poziom wypalenia, z największymi problemami w obszarze obniżonego poczucia osiągnięć i wyczerpania emocjonalnego. Zdaniem autorek istotne jest skoncentrowanie uwagi na wsparciu społecznym dla opiekunów. Należy rozwijać inicjatywy edukacyjne i wsparcia, aby zwiększyć poziom wiedzy opiekunów na temat choroby i technik opiekuńczych, co może przyczynić się do lepszego radzenia sobie ze stresem i unikania wypalenia.

Co ważne, wyniki nie wykazały bezpośredniego wpływu poziomu wykształcenia opiekunów na ich zachowania zdrowotne, co sugeruje, że inne czynniki, takie jak bezpośrednia obecność i potrzeby osoby chorej, mogą odgrywać większą rolę. Artykuł podkreśla konieczność zwrócenia większej uwagi na dobrostan psychiczny opiekunów domowych, którzy często pozostają w cieniu systemu opieki zdrowotnej, mimo iż pełnią

kluczową rolę w procesie leczenia i opieki nad chorymi na nowotwory.

Maria Kózka, Stanisław Wojtan oraz Elżbieta Woźniak (2011), opisują funkcjonowanie psychospołeczne opiekunów chorych wentylowanych mechanicznie w warunkach domowych. Podkreślają, że opieka nad bliskimi z taką potrzebą prowadzi do zaburzeń w funkcjonowaniu psychospołecznym opiekunów, głównie ze względu na brak pracy zawodowej, co skutkuje problemami finansowymi rodzin. Opiekunowie doświadczają zaburzeń w funkcjonowaniu społecznym wynikających z braku czasu i niemożności zostawienia chorego pod opieką innej osoby. Są to chociażby problemy w pracy oraz ograniczenia kontaktów towarzyskich.

Opiekunowie otrzymują przede wszystkim wsparcie informacyjne od pielęgniarek, lekarzy i rodziny, jednak najrzadziej otrzymują wsparcie wartościujące. Najczęściej stosują zadaniowy styl radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, przy czym jego nasilenie zmienia się w zależności od wieku, płci i aktywności zawodowej opiekunów.

Warto jeszcze raz zaznaczyć, że opieka nad chorymi lub starszymi członkami rodziny, choć wymagająca, niesie ze sobą również znaczące korzyści. Jak podkreśla Tobiasz-Adamczyk (2013), taka sytuacja może sprzyjać rozwojowi wartościowych cech jak empatia czy wytrwałość. Ponadto, stawianie czoła trudnościom może wzmocnić umiejętności radzenia sobie w kryzysowych sytuacjach. Istotnym aspektem jest też możliwość pogłębienia więzi rodzinnych, co przekłada się na wzajemne wsparcie między członkami rodziny, wzmacniając ich relacje.

### 3. Opiekunowie osób chorych psychicznie

Opieka nad osobami z zaburzeniami psychicznymi wymaga od opiekunów nie tylko wysokich kompetencji, ale także głębokiej empatii i zaangażowania emocjonalnego. Opiekunowie stanowią filar, na którym opiera się stabilność i dobrostan pacjentów z chorobami psychicznymi. Ich rola wykracza poza podstawowe obowiązki opiekuńcze i obejmuje wsparcie emocjonalne, zarządzanie procesem leczenia oraz pomoc w codziennych czynnościach. Jest to zadanie o wysokim stopniu trudności, które często bywa niedostatecznie doceniane, mimo że ma kluczowe znaczenie w procesie terapii i rehabilitacji.

Równie istotna jest świadomość społeczna oraz adekwatne wsparcie dla opiekunów, którzy są narażeni na zwiększone ryzyko wypalenia zawodo-

wego i problemów zdrowotnych związanych ze stresem. Aby skutecznie pełnić swoje obowiązki, opiekunowie również potrzebują wsparcia, które umożliwi im utrzymanie zasobów emocjonalnych i fizycznych niezbędnych do kontynuowania ich niezwykle istotnej pracy. Zapewnienie takiego wsparcia stanowi wspólną odpowiedzialność społeczeństwa i instytucji, mającą na celu nie tylko poprawę jakości życia osób z zaburzeniami psychicznymi, ale również tych, którzy codziennie dbają o ich zdrowie i dobrostan. Dzięki ich perspektywie możemy w pełni zrozumieć różnorodność wyzwań i korzyści związanych z opieką nad osobami chorymi.

Za przykład posłuży nam choroba jaką jest schizofrenia. M. Chuchra (2009) dokładnie opisuje brzemię rodziny, która opiekuje się chorym. Życie z osobą chorą psychicznie w rodzinie to problem skomplikowany i wieloaspektowy, obejmujący nie tylko kwestie materialne, ale również emocjonalne i społeczne. Początkowo rodziny były obwiniane za pojawienie się schizofrenii u jednego z jej członków, a później za nawroty choroby, co dodatkowo obciążało emocjonalnie rodziców. Choć współczesne teorie genetyczne łagodzą to podejście, rodzice nadal mogą czuć się winni z powodu predyspozycji genetycznych. Z czasem uznano, że rodziny ponoszą ogromne konsekwencje wynikające z opieki nad chorym członkiem, co nazwano „brzemieniem rodziny”. To brzemię obejmuje codzienne obowiązki, reorganizację życia rodzinnego, a także emocjonalne wyzwania wynikające z konieczności stałej troski i wsparcia chorego.

Choroba psychiczna w rodzinie często wywołuje głęboki stres i wymaga od członków rodziny przystosowania się do nowej sytuacji. Rodziny zmagają się z emocjami takimi jak strach, poczucie bezsilności, a także obawy o przyszłość chorego, szczególnie gdy opiekunowie są starsi. Choroba może zakłócać normalne funkcjonowanie rodziny, zmuszać do rezygnacji z dotychczasowych ról i form aktywności, co może prowadzić do kryzysów emocjonalnych i społecznych. Dodatkowo, stygmatyzacja związana z chorobą psychiczną pogłębia izolację społeczną rodziny i zwiększa poczucie odrzucenia.

Chuchra podkreśla, że wsparcie profesjonalne, w tym pomoc psychologiczna i społeczna, to kluczowy aspekt poprawy funkcjonowania rodziny i jakości życia jej członków. Odpowiednia pomoc może ułatwić rodzinom zaakceptowanie choroby i lepsze radzenie sobie z codziennymi wyzwaniami, co jest istotne zarówno dla chorego, jak i dla całego systemu rodzinnego. Zwraca też uwagę na potrzebę zmiany podejścia do rodzin osób chorych na schizofrenię, proponując bardziej zrozumiałe i wspierające strategie pomocy, które mogą zmniejszyć obciążenie, jakie niesie ze sobą życie z osobą chorą psychicznie (Chuchra, 2009).



Artykuł „Involvement and burden of informal caregivers of patients with mental illness: the mediating role of affiliated stigma” opublikowany w BMC Psychiatry przez Kaggwę i współpracowników (2023) pokazuje wpływ stygmatyzacji związanej z opieką nad pacjentami z chorobami psychicznymi na zaangażowanie i obciążenie nieformalnych opiekunów w Ugandzie. Stygmatyzacja związana z opieką (affiliated stigma) pełni rolę mediatora w relacji między obciążeniem opiekunów a ich zaangażowaniem. Oznacza to, że wyższy poziom stygmatyzacji zwiększa obciążenie opiekunów, co z kolei wpływa na zmniejszenie ich zaangażowania. Dodatkowo czynnik taki jak „bycie kobietą” był związany z mniejszym obciążeniem opieką w porównaniu do mężczyzn. Kobiety w Ugandzie mogą mieć lepsze umiejętności radzenia sobie ze stresem związanym z opieką, co może wynikać z ich wychowania i ról społecznych.

Artykuł sugeruje, że interwencje mające na celu zmniejszenie stygmatyzacji związanej z opieką powinny być włączone do głównego nurtu opieki zdrowia psychicznego. Może to obejmować edukację na temat zdrowia psychicznego, psychoedukację, techniki radzenia sobie ze stresem (np. joga, medytacja) oraz terapie grupowe dla opiekunów.

Opiekunowie często odczuwają brak wsparcia, co zwiększa ich obciążenie. Wsparcie psychologiczne, szkolenia i grupy wsparcia mogą pomóc zmniejszyć stygmatyzację i obciążenie opiekunów, co z kolei może poprawić jakość opieki nad pacjentami.

Badanie zawarte w artykule miało charakter przekrojowy, co utrudnia ustalenie przyczynowości. Konieczne są dalsze badania, zwłaszcza longitudinalne, aby lepiej zrozumieć dynamikę stygmatyzacji, zaangażowania i obciążenia opiekunów. Należy podkreślić, że narzędzia psychometryczne użyte w badaniu nie zostały specyficznie zwalidowane dla kontekstu Ugandy, co może wpływać na wyniki.

Badania na polskim gruncie (Babicki i in., 2018) uwidaczniają dyskryminację osób chorujących psychicznie. Od respondentów zebrano informacje świadczące o dystansie, jaki zachowaliby względem chorej psychicznie osoby. Większa dyskryminacja występowała w grupie mężczyzn w porównaniu do kobiet. Dyskryminacja ta występowała z uwagi na wstydlivość schorzenia, widoczne różnice w wyglądzie, niejednokrotnie mniejszą sprawność intelektualną. Co ciekawe, zauważono również poczucie wyższości nad osobami chorującymi psychicznie. Należy dodać, że wśród respondentów, którzy doświadczyli choroby psychicznej lub korzystali z profesjonalnej pomocy psychiatrycznej, dystans był mniejszy, a akceptacja znacznie rosła.

## 4. Dostęp do opiekunów profesjonalnych i innych form pomocy w Polsce

Dane przedstawione w „Diagnozie Społecznej” (Czapiński, Panek, 2015, za: Łuczak, 2017) roku świadczą o tym, że 1682 osoby zadeklarowały, że sprawowały opiekę nad osobą niepełnosprawną. Były to głównie kobiety, stanowiące 64,9% ogółu badanych. Ich średni wiek wyniósł 61,5 lat, natomiast mężczyzn 63,5 lat. Niestety podobnie jak zajmowanie się domem, opieka nad niepełnosprawnymi członkami rodziny jest pracą nieodpłatną i niedocenianą, przyjmuje się ją jako pewien standard, zwłaszcza jeśli chodzi o kobiety. Co zmieniło się od roku 2015? Na ten moment dane z GUS<sup>1</sup> na podstawie wyników Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań z 2021 roku podają, że w Polsce żyje ogółem 5,4 mln osób z niepełnosprawnością. Powstaje pytanie iloma z nich opiekuje się rodzina?

Wnioski dotyczące sytuacji opiekunów nieprofesjonalnych (często rodzinnych) wynikające z analizy artykułu Rafała Bakalarczyka (2017) dotyczą między innymi dezaktywizacji zawodowej i braku adekwatnego wsparcia. Opiekunowie nieprofesjonalni często rezygnują z pracy zawodowej, co ma bezpośredni wpływ na ich zabezpieczenie emerytalne. Długotrwała opieka nad osobami niesamodzielnymi często skutkuje przerwami w aktywności zawodowej, co prowadzi do niższych emerytur ze względu na mniejszą liczbę lat składkowych. Opiekunowie nieprofesjonalni są grupą szczególnie narażoną na ryzyko ubóstwa i niepewności finansowej w starszym wieku z powodu braków w systemie wsparcia i zabezpieczenia społecznego, co wymaga pilnych działań legislacyjnych i instytucjonalnych.

Czy coś się zmieniło od roku 2017?

Przepisy i systemy wsparcia nie zapewniały odpowiedniego zabezpieczenia socjalnego i emerytalnego dla opiekunów nieprofesjonalnych. Było to wynikiem ograniczeń w dostępie do odpowiednich świadczeń, takich jak zasiłki czy specjalne ubezpieczenia. W odpowiedzi na istniejące wyzwania, od 2024 roku Polska wprowadziła znaczące reformy w polityce społecznej i systemie zabezpieczeń społecznych. Opiekunowie ubiegający się o świadczenie pielęgnacyjne lub zasiłek dla opiekuna nie są już zobowiązani do zaprzestania pracy w gospodarstwie rolnym i mogą sa-

---

<sup>1</sup> Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych, <https://niepelnosprawni.gov.pl> (dostęp 27.09.2024).

modzielnie opłacać składki do KRUS, co umożliwi im kontynuację pełnego ubezpieczenia społecznego rolników. Ponadto, w odpowiedzi na luki w zabezpieczeniu emerytalnym, stworzono nowe świadczenie przedemerytalne dla opiekunów, którzy stracili prawo do wcześniejszych form wsparcia, dostępne dla osób spełniających określone kryteria wiekowe i stażowe. Równocześnie rozpoczęto wprowadzanie programów aktywizacji zawodowej dla opiekunów, którzy pobierali wcześniejsze świadczenia opiekuńcze, mających na celu wsparcie ich powrotu do aktywności zawodowej i zwiększenie ich długoterminowej stabilności finansowej i zawodowej<sup>2</sup>.

Institucje i przepisy nie dostosowują się wystarczająco do rzeczywistych potrzeb opiekunów, co utrudnia im równoważenie obowiązków zawodowych i opiekuńczych. Dostępne rozwiązania, takie jak urlopy czy wsparcie finansowe, są często niewystarczające lub nieadekwatne do skali potrzeb. Niemniej, pocieszające jest, że w Polsce zachodzą zmiany we wsparciu tej grupy.

Dostęp do opiekunów profesjonalnych dla osób niepełnosprawnych stanowi kluczowy element systemu wsparcia społecznego w Polsce. Problematyka ta dotyczy zarówno aspektów organizacyjnych, jak i jakości świadczonych usług. W Polsce, podobnie jak w innych krajach europejskich, obserwuje się wzrost zapotrzebowania na profesjonalne usługi opiekuńcze, co jest wynikiem starzenia się społeczeństwa oraz rosnącej liczby osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. Zgodnie z przeprowadzonymi badaniami<sup>3</sup>, jednym z głównych wyzwań w Polsce jest niedostateczna liczba wykwalifikowanych opiekunów, co często prowadzi do obniżenia standardów opieki oraz ograniczenia dostępu do niezbędnych usług dla osób niepełnosprawnych. Ponadto, regionalne dysproporcje w dostępie do opiekunów profesjonalnych są znaczące; najtrudniejsza sytuacja występuje w mniejszych miejscowościach i na obszarach wiejskich, gdzie dostęp do specjalistów jest ograniczony.

W odpowiedzi na te wyzwania, polski system opieki zdrowotnej i społecznej próbuje implementować różnorodne rozwiązania, takie jak programy szkoleniowe dla opiekunów, wsparcie finansowe dla rodzin osób niepełnosprawnych oraz rozwój usług opiekuńczych realizowanych przez organizacje pozarządowe. Pomimo tych działań, wciąż istnieje wiele barier, które utrudniają pełny dostęp do wysokiej jakości usług opiekuńczych.

<sup>2</sup> Infor.pl (dostęp 26.09.2024).

<sup>3</sup> Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych., 2017, <https://www.pfron.org.pl> (dostęp 27.09.2024).

Należy podkreślić wagę pomocy takiej jak opieka wytchnieniowa<sup>4</sup>. To istotny aspekt wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnościami, oferujący im niezbędny czas na odpoczynek i regenerację. Znaczenie opieki wytchnieniowej podkreśla Maciej Borski (2019). Zauważa on, że choć opieka ta jest realizowana przez niektóre samorządy w Polsce, często brakuje jej systemowego podejścia. Wskazuje, że choć formalne wsparcie w Polsce kształtuje się już od około 30 lat, to wiele zmian dotyczyło formalizacji działań, które wcześniej miały charakter nieformalny. Mimo działań politycznych i społecznych, występuje potrzeba stałego wsparcia od państwa, które bywa realizowane przy możliwie najmniejszym zaangażowaniu finansowym.

Opieka wytchnieniowa opisywana jest jako usługa czasowa, oferująca opiekunom tzw. „urlop od opieki”, który umożliwi im odpoczynek od sprawowania opieki. Dla zapewnienia wysokiej jakości usług opiekuńczych, kluczowe jest rozwianie obaw opiekunów związanych z możliwością pogorszenia kondycji podopiecznego. Programy takie jak „Opieka wytchnieniowa” - Edycja 2019 z funduszu wsparcia osób niepełnosprawnych świadczą finansowanie działań, które mają wspierać opiekunów.

Maciej Borski podkreśla kilka istotnych punktów dotyczących nieprofesjonalnych opiekunów osób niepełnosprawnych. Odgrywają oni kluczową rolę w systemie opieki nad osobami z niepełnosprawnościami, często zapewniając ciągłość opieki, która jest niezbędna dla dobrostanu osób zależnych od nich. Są to zazwyczaj członkowie rodziny, którzy na co dzień zajmują się osobami chorymi, oferując im wsparcie emocjonalne, fizyczne oraz pomoc w codziennych czynnościach. Nieprofesjonalni opiekunowie często doświadczają znacznego obciążenia emocjonalnego i fizycznego, co może prowadzić do wypalenia oraz problemów zdrowotnych. Borski zwraca uwagę na potrzebę systemowego wsparcia dla opiekunów, w tym właśnie dostęp do opieki wytchnieniowej, która umożliwi im odpoczynek i regenerację.

Opieka wytchnieniowa jest przedstawiona jako istotny element systemu wsparcia, który umożliwi nieprofesjonalnym opiekunom krótkotrwałe oderwanie się od obowiązków opiekuńczych. Zapewnia to odciążenie opiekunów i pozwala im na regenerację, co jest kluczowe dla utrzymania ich zdolności do długoterminowej opieki nad osobami

<sup>4</sup> Opieka wytchnieniowa to program rządowy w Polsce, którego głównym celem jest wsparcie członków rodzin lub opiekunów osób niepełnosprawnych, zapewniając im czasową pomoc w postaci specjalistycznej opieki. Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Wytchnienie dla opiekunów. Nowy program z podpisem minister rodziny. Gov.pl

z niepełnosprawnościami. Borski zaznacza, że rozwój usług opieki wytchnieniowej i dostosowanie ich do lokalnych potrzeb może przyczynić się do lepszego wsparcia nieprofesjonalnych opiekunów. Podnosi także kwestię konieczności zwiększenia świadomości społecznej i politycznej na temat znaczenia i potrzeb nieprofesjonalnych opiekunów.

Podkreśla też, że opieka nad osobami z niepełnosprawnościami jest tematem nośnym politycznie i że opiekunowie nieprofesjonalni potrzebują większego uznania i wsparcia ze strony państwa, co powinno przełożyć się na konkretne działania i reformy systemowe.

Nieprofesjonalni opiekunowie są niezastąpionym ogniwem w opiece nad osobami z niepełnosprawnościami i że ich wsparcie przez system opieki wytchnieniowej jest kluczowe dla ich dobrostanu oraz efektywności wykonywanej opieki.

Oprócz czynników strukturalnych i ekonomicznych, na poziom i jakość dostępu do różnorodnej pomocy w Polsce, wpływają także uwarunkowania prawne. Polskie prawodawstwo w zakresie opieki nad osobami niepełnosprawnymi i chorymi jest w trakcie ewolucji, jednak nadal wymaga dalszych reform, które umożliwiłyby bardziej skuteczne i elastyczne reagowanie na potrzeby tej grupy. Żywimy nadzieję, że nasz artykuł będzie kolejną cegiełką w budowie lepszej rzeczywistości dla chorych i ich opiekunów.

## 5. Procedura wywiadów i użytych narzędzi

Rekrutacja do badania była prowadzona za pośrednictwem mediów społecznościowych, w tym głównie na platformie Facebook, gdzie zamieszczono ogłoszenia skierowane do opiekunów osób dorosłych z niepełnosprawnością. Kryterium doboru uczestników badania obejmowało reprezentację dwóch grup: opiekunów osób chorych fizycznie oraz opiekunów osób chorych psychicznie. W badaniu wzięły udział dwie osoby pełniące funkcję opiekunów. Dobór próby był celowy, ponieważ zamierzano porównać specyficzne wyzwania i korzyści związane z opieką nad osobami chorymi na różne rodzaje schorzeń. Wybór opiekunów reprezentujących te dwa przypadki był zgodny z celem badania, którym było zgłębienie różnorodnych doświadczeń opieki.

Wywiady przeprowadzono w mieszkaniach respondentów, a ich czas trwania wynosił około godziny. Podczas wywiadów nie było obecnych

osób trzecich. Imiona respondentów zostały zmienione, a uczestnicy wyrazili zgodę na publikację zebranych materiałów.

Przed rozpoczęciem wywiadów osobom badanym przedstawiono konsept artykułu, w ramach którego wywiady miały być opublikowane. Poproszono również o wypełnienie Kwestionariusza Skali Samotności oraz Skali Uogólnionej Własnej Skuteczności, które opisano poniżej.

Skala Samotności autorstwa Jenny de Jong-Gierveld oraz Fransa Kamphuis'a (2010) oraz Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności (Schwartz i Jerusalem, 1992; Juczyński 1998) są powszechnie uznawanymi i zweryfikowanymi narzędziami psychometrycznymi. Narzędzia te zostały zaadaptowane na język polski przez wykwalifikowanych badaczy. Narzędzia te pozwoliły na obiektywną ocenę aspektów samotności i własnej skuteczności respondentów. Ponadto, przeprowadzono wywiady pogłębione, które miały na celu zebranie jakościowych danych dotyczących subiektywnych doświadczeń opiekunów, co uzupełniło wyniki kwestionariuszy. Wywiady były prowadzone zgodnie z wcześniej opracowanym scenariuszem, w którym skupiono się na tym, aby zapytać o konkretne wskaźniki w oparciu o opracowania naukowe. Przebieg oraz wyniki wywiadów zostały dokładnie zanalizowane w kontekście dostępnej literatury przedmiotu. Celem tych wywiadów nie była statystyczna reprezentatywność, lecz głęboka analiza przypadków.

## **6. Opisy narzędzi: W badaniach wykorzystane zostały dwa narzędzia badawcze GSES oraz Skala Samotności**

1. *Skala Samotności* została stworzona przez Jenny de Jong-Gierveld, Frans Kamphuis (2010), a zaadaptowany na język polski przez Paweł Grygiel, Grzegorz Humenny, Sławomir Rębisz, Piotr Świtaj, Justyna Sikorska (2012). Jest to kwestionariusz skonstruowany w celu oceny zarówno samotności emocjonalnej (czyli braku bliskich relacji z innymi ludźmi) jak i samotności społecznej (czyli braku uczestnictwa w społecznych interakcjach i aktywnościach). Skala składa się z 11 pytań, z czego sześć odnosi się do poczucia samotności związanej ze sferą kontaktów społecznych i są to twierdzenia odwrócone – sformułowane jako zdania negatywne. Pozostałe pięć twierdzeń odnosi się do samotności, która jest odbierana w sposób emocjonalny. Wynik ogólny składa się na całościowe poczucie samotności. Skala wykazuje się wysokim

wskaznikiem rzetelności i trafności. Skala jest oparta na badaniach naukowych i posiada solidną podstawę psychometryczną, co oznacza, że jest rzetelna i wiarygodna w pomiarze samotności. Pytania w skali są zwykle proste i łatwe do zrozumienia, co ułatwia zarówno respondentom udzielanie odpowiedzi, jak i badaczom interpretację wyników. Skala może być stosowana zarówno w badaniach naukowych, jak i w praktyce klinicznej i społecznej do oceny samotności oraz monitorowania efektów interwencji.

2. *Kwestionariusz GSES* (General Self-Efficacy Scale) opracowany przez Ralfa Schwarzera i Matthiasa Jerusalema, a zaadaptowany na język polski przez Zbigniewa Juczyńskiego, jest narzędziem służącym do pomiaru ogólnego poczucia własnej skuteczności (Schwarzer i Jerusalem, 1992; Juczyński 1998). GSES jest skalą typu Likerta, co oznacza, że pytania są oceniane na podstawie stopniowej skali, zazwyczaj od „zupełnie się nie zgadzam” do „zupełnie się zgadzam”. Standardowa wersja kwestionariusza zawiera 10 pytań. Każde pytanie jest stwierdzeniem, na które respondenci odpowiadają, oceniając swoje przekonania dotyczące własnej skuteczności. Pytania dotyczą ogólnych przekonań o zdolności do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, pokonywania przeszkód oraz osiągania celów. GSES jest wykorzystywany głównie w badaniach psychologicznych do oceny poczucia własnej skuteczności, co ma znaczenie w kontekście zdrowia psychicznego, motywacji, zachowań zdrowotnych oraz w radzeniu sobie ze stresem. Narzędzie to znajduje zastosowanie w różnych grupach wiekowych i w różnorodnych kontekstach, zarówno klinicznych, jak i badawczych. Wyniki z kwestionariusza GSES mogą być używane do przewidywania zachowań, planowania interwencji psychologicznych, a także w badaniach naukowych dotyczących psychologii osobowości i zdrowia.

Jedną z głównych zalet GSES jest jego łatwość w administracji, co czyni go użytecznym narzędziem w wielu różnych sytuacjach badawczych i klinicznych. GSES wykazuje wysoką rzetelność wewnętrzną. Współczynnik alfa Cronbacha dla tej skali często przekracza wartość 0.8, co wskazuje na bardzo dobrą spójność wewnętrzną pytań. GSES charakteryzuje się również dobrą stabilnością w czasie, co oznacza, że wyniki uzyskane przez osobę w różnych momentach są konsekwentne, o ile nie zaszły istotne zmiany w życiu tej osoby. Trafność konstruktu GSES została zaprojektowana, aby mierzyć ogólne poczucie własnej skuteczności, co jest dobrze odzwierciedlone w konstrukcji pytań. Badania potwierdziły, że skala ta rzeczywiście mierzy to, co ma mierzyć, co wskazuje na

wysoką trafność konstruktu. GSES jest uznawana za narzędzie o wysokiej rzetelności i trafności teoretycznej, co czyni je cennym narzędziem w badaniach psychologicznych.

## WYWIAD Z OPIEKUNEM OSOBY CHOREJ FIZYCZNIE

Dane: Karol, 69 lat, emerytowany kwiaciarz, opiekuje się żoną

### Wywiad:

**Jakub:** Dziękuję za wypełnienie kwestionariuszy. Teraz przejdziemy do wywiadu. Czy jesteś gotowy?

**Karol:** Tak, jestem. Zaczynamy.

**J:** Super. To powiedz proszę kim się opiekujesz?

**K:** Opiekuję się moją żoną. Żona od dzieciństwa jeździ na wózku wskutek wypadku.

**J:** Czy możesz powiedzieć mi jaki to był wypadek?

**K:** Jak była dzieckiem to spadła jej na nogę ciężka szafa. No niestety nogę trzeba było amputować. No i od tego czasu porusza się na wózku.

**J:** Rozumiem. Ktoś jeszcze opiekuje się twoją żoną? Inny domownik może?

**K:** Tak, tak. Mieszkamy razem z córką i naszymi już dorosłymi wnuczkami. Dziewczyny też mi dużo pomagają. Szczególnie przy pracach domowych np. sprzątanie. Także nie jestem sam do opieki.

**J:** A powiedz mi od jak dawna opiekujesz się swoją małżonką?

**K:** O kurczę. Ile to już lat? Od 19...1980 roku. To już w tym roku 44 lata razem.

**J:** Rozumiem. A tak konkretnie, jakie główne obowiązki na tobie spoczywają?

**K:** No żona jest bardzo samodzielna. Oboje jesteśmy już na emeryturze. Więc ogólnie bardziej takie robienie zakupów albo załatwianie jakiś urzędowych spraw.

**J:** A takie obowiązki typowo związane z osobą niepełnosprawną?

**K:** No to chyba pomoc w przemieszczaniu się. Wożę żonę do lekarzy, fryzjera i do apteki. Biorę ją na ręce i wsadzam do auta. No i podobnie pomagam tak wyjść z auta. No, muszę żonę wkładać też do wanny...szcze-



gólnie jak jest starsza. I co jeszcze? No jeżeli chodzi o higienę to myję jej nogi i obcinam paznokcie. Resztę rzeczy żona robi sama.

**J:** Czy mógłbyś opowiedzieć o typowym dniu z życia twojego i żony?

**K:** No to wstajemy rano. Pomagam żonie wyjść z łóżka i wyjmuję jej z szafy ubrania. Ona się sama ubiera więc w międzyczasie idę do sklepu zrobić jakieś zakupy na śniadanie. Szczególnie po pieczywo i słodkie bułki dla dziewczyn. No i tak. W ciągu dnia robię jakieś rzeczy przy domu. No od niedawna szykujemy się na posiadanie kur, więc szykuję wybieg i to zajmuje mój czas wolny.

**J:** A jak wygląda przygotowywanie posiłków? Bo jak rozumiem sprzątaniami zajmują się inni domownicy.

**K:** Gotuje u nas żona. I to bardzo dobrze. Ja raczej pomagam, jak trzeba jakiś ciężki garnek wyjąć z szafki albo sięgam po coś do lodówki. A sprzątaniami zajmują się dziewczyny, ja bardziej praca w ogrodzie i jakieś drobne naprawy i takie rzeczy.

**J:** Jakie czynności związane z opieką zajmują Ci najwięcej czasu? Czy są jakieś aspekty opieki, które wymagają od Ciebie szczególnej cierpliwości lub zrozumienia?

**K:** Nieee. Teraz na pewno nie ma takich rzeczy. Może jak byliśmy młodszy i uczyliśmy się razem żyć to były takie momenty bezradności albo drobne jakieś sprzeczki. Ale poznałem żonę jak była na wózku więc wiedziałem, że życie z osobą niepełnosprawną może być w jakiś sposób bardziej wymagające...Od nas obojga oczywiście. Bo żona też musiała znosić moje momenty, kiedy nie wiedziałem, jak coś zrobić. No ogólnie jak wygląda opieka nad kimś na wózku.

**J:** Rozumiem. A czy tylko ty jesteś odpowiedzialny za finanse w domu? Czy otrzymujecie może jakąś pomoc finansową?

**K:** Oboje z żoną dostajemy emerytury. Żona też ma 500+ dla osób niepełnosprawnych. No a córka pracuje, więc ma pensje. Kosztami w domu dzielimy się na równo chyba.

**J:** Czy wasze życie rodzinne było lub jest zaburzone jakoś w związku z sytuacją z opieką?

**K:** Nie.

**J:** Wcześniej również nie było?

**K:** Też nie było. Wiedziałem na co się piszę od dnia ślubu.

**J:** Rozumiem. A jak jest z czasem? Co z wyjazdami na „urlop”?

**K:** Swego czasu jeździliśmy z żoną bardzo dużo. Jak byliśmy młodszy. Za granicę. Autobusami. Nawet samolotami.

**J:** A teraz?

**K:** Teraz to do sanatorium raczej jeździmy. Odkąd jesteśmy na emeryturze to wolimy w domu zostać z wnukami.

**J:** Aha. A zauważyłeś, że twoje zainteresowania i hobby ucierpiały w jakiś sposób na skutek obowiązków związanych z opieką?

**K:** Nie raczej. Tak jak wspomniałem żona jest osobą bardzo samodzielną więc ta opieka aż tyle nie zajmuje czasu. A odkąd jestem na emeryturze to mam bardzo dużo tego czasu. Teraz właśnie ten pomysł z kurnikiem się narodził i wolnym czasie coś przy tym robię. Więc czasu jest sporo.

**J:** Czyli masz czas na sen i wypoczynek?

**K:** Tak. Ale oboje z żoną jesteśmy rannymi ptaszkami więc zazwyczaj wstajemy i tak już o 6 rano.

**J:** A Jak radzisz sobie z potrzebą ciągłej gotowości do działania i brakiem spokoju? Czy stosujesz jakieś techniki redukcji stresu?

**K:** No tak jak mówię żona nie jest osobą, żebym musiał cały czas być w jakiejś gotowości, aby jej pomagać. A ja raczej tak nie odczuwam jakichś stresów. Uważam, że jestem pozytywny i nie ma takich rzeczy, żeby mnie jakoś martwiły specjalnie.

**J:** No to czy są momenty, kiedy czujesz, że twoje wysiłki są szczególnie doceniane lub zauważane przez innych? Jak to wpływa na twoje samopoczucie?

**K:** Szczególnie docenianie? No nie wiem. Wiem, że żona jest mi wdzięczna codziennie za te rzeczy, które dla niej robię. I w drugą stronę. Jak w każdym małżeństwie właściwie.

**J:** Czy odczuwasz obciążenie emocjonalne?

**K:** Nie. Niczego takiego nie odczuwam.

**J:** A w ogóle masz jakieś dostępne zasoby lub wsparcie, które pomagają ci w codziennej opiece?

**K:** To moje dziewczyny. Czyli córka i dwie wnuczki. Odkąd wnuczki są dorosłe to dużo pomagają. Czy to po coś jechać albo zawieźć mnie i żonę do rodziny lub naszych znajomych. Zawsze jest jakaś pomoc. Dziękuję im za to bardzo. Szczególnie teraz kiedy się starzeję.

**J:** Czy czujesz się przeciążony fizycznie?

**K:** No już taki wiek, że mnie bolą jakieś rzeczy. Także dzięki dziewczynom ciągle daję radę.

**J:** A jak odczuwasz swoje zdrowie psychiczne?

**K:** Bardzo dobrze. No nie wiem co powiedzieć.

**J:** Jesteś zadowolony ze swojego życia?

**K:** Tak. Nie zamieniłbym go na nic. Kocham żonę i dzieci. No i oczywiście wszystkie moje wnuki. Zawsze byłem optymistą i tak mi zostało.

**J:** Rozumiem. A słyszałeś może o opiece wytchnieniowej? Może korzystałeś z niej? Czy chciałabyś skorzystać?

**K:** Tak, słyszałem, ale nigdy nie korzystałem. Nie potrzebne to mi. To bardziej chyba dla opiekunów osób bardziej niepełnosprawnych niż moja żona.

**J:** A czy korzystasz z jakiegokolwiek pomocy od państwa?

**K:** No tylko żona dostaje ten dodatek 500+ ale nic więcej.

**J:** A jakieś grupy wsparcia dla opiekunów osób z niepełnosprawnością?

**K:** Nieee. Nigdy.

**J:** A na początku życia z żoną uczestniczyłeś w jakichś szkoleniach dotyczących opieki nad osobami niepełnosprawnymi?

**K:** Nie. Wszystkiego nauczyłem się w trakcie wspólnego życia. Ale szczerze to wydaje się fajną opcją. Wiem, jak stres towarzyszył mi zaraz po ślubie. Czy dam radę się opiekować. Jak to wygląda w ogóle.

**J:** A kiedykolwiek korzystaliście z opieki profesjonalnych opiekunów?

**K:** Nie. Nie było takiej potrzeby. Tylko jak żona jest w szpitalu to jest pod taką opieką.

**J:** Jakie są twoje największe obawy dotyczące przyszłości osoby, którą się opiekujesz, i twojej roli jako opiekuna?

**K:** No chyba co będzie jak mnie zabraknie. Kto się nią w pełni zajmie. Też co będzie jak żona się „położy”. Wtedy opieka nad nią będzie wymagała o wiele więcej pracy. To są takie rzeczy, których się boję...

**J:** A co ci daje siłę do opieki?

**K:** Taka satysfakcja no i oczywiście miłość. Głównie miłość tak naprawdę.

**J:** A czy doświadczenie bycia opiekunem zmieniło twoje postrzeżenie na temat życia i wartości, które uważasz za ważne?

**K:** Czy jakoś zmieniło? Chyba nie. Zawsze patrzyłem na życie z humorem. No czasem życie jest ciężkie oczywiście, ale można ze wszystkiego wyjść. Trochę to brzmi głupio, ale taka prawda jest.

**J:** Czy czujesz się potrzebny i doceniany w swojej roli opiekuna? W jaki sposób twoja praca jest uznawana przez rodzinę lub społeczność?

**K:** Tak, moje dziewczyny doceniają to co robię. I to dla mnie najważniejsze.

**J:** Czy czujesz, że społeczeństwo ma wystarczającą świadomość wyzwań związanych z opieką nad osobami chorymi? Tu też coś się odważyło

**K:** Na pewno nie. Jest tyle cięższych przypadków niż nasz. Szczególnie kiedy chodzi o dziecko

**J:** Co najlepszego mogłoby uczynić państwo/społeczeństwo dla opiekunów?

**K:** Dla opiekunów? Na pewno wsparcie finansowe. Ale też dostęp do profesjonalnych opiekunów. Jakieś pielęgniarki czy fizjoterapeuci byłiby ogromnym wsparciem dla bardziej niepełnosprawnych ludzi i ich opiekunów. U nas to raczej nie tak bardzo potrzebne teraz.

**J:** A jak zmieniło się twoje postrzeganie choroby w wyniku doświadczeń związanych z opieką?

**K:** No widzę, jak wózek może ograniczać życie. Dlatego mam do tego ogromny respekt, szczególnie, kiedy widzę niepełnosprawne dzieci.

**J:** To na koniec. Co powiedziałaś opiekunom osób chorych?

**K:** Taki mój apel, tak? Dobrze. Spróbuję coś mądrego powiedzieć...Działajcie...Bo osoby, którymi się opiekujecie bardzo to doceniają i jeżeli je kochacie to nie możecie się poddać. Korzystajcie z pomocy innych, to nie wstyd.

**J:** Super. Dziękuję bardzo za możliwość przeprowadzenia takiego wywiadu.

**K:** Dziękuję bardzo. Pierwszy mój taki wywiad. Mam nadzieję, że coś z tego będzie.

**J:** Tak. Dziękuję.

## SKALA SAMOTNOŚCI KAROLA:

Wynik Karola w Skali Samotności wynosi 1 sten, co oznacza, że jest klasyfikowany jako „niesamotny”. Karol nie doświadcza samotności emocjonalnej, co oznacza, że posiada bliskie, intymne relacje. Nie doświadcza też samotności społecznej, co oznacza, że ma szeroką sieć kontaktów społecznych, takich jak przyjaciele, znajomi, rodzina. Jego odpowiedzi wskazują na silne wsparcie społeczne i emocjonalne, które pomaga mu czuć się zintegrowanym społecznie.

## GSES KAROLA:

Karol osiągnął wynik w General Self-Efficacy Scale (GSES) plasujący się na 10 stenie, co wskazuje na bardzo wysokie poczucie własnej skuteczności. Ma silne przekonanie o swojej zdolności do radzenia sobie w trudnych sytuacjach i w obliczu różnych wyzwań. To wysokie poczucie własnej skuteczności przyczynia się do jego ogólnego samopoczucia i wydajności w różnych dziedzinach życia.

## WYWIAD Z OPIEKUNKĄ OSOBY CHOREJ PSYCHICZNIE

Dane: Monika, 50 lat, pracuje w dużej firmie, opiekuje się synem

### Wywiad:

**Klaudia:** Opiekujesz się synem. Możesz rozwinąć, powiedziec coś więcej? Bo wiem, że syn jest niepełnosprawny psychicznie, tak?

**Monika:** Tak, ma 26 lat, niepełnosprawność w stopniu umiarkowanym, diagnoza schizofrenia.

**K:** Od jak dawna syn ma niepełnosprawność stwierdzoną?

**M:** Od około czterech lat.

**K:** Około czterech lat, a czy wcześniej było coś, co mogłoby wskazywać na tę niepełnosprawność? Jak to się w ogóle okazało, że jest niepełnosprawny?

**M:** Poszedł do urzędu, który orzeka stopień niepełnosprawności. Natomiast wcześniej chorował psychicznie. Choroby psychiczne są specyficzne, bo ci ludzie raz funkcjonują idealnie jak zdrowy, pełnosprawny człowiek, a w momencie nawrotu choroby psychiczne funkcjonowanie jest tak zaburzone, że nie zachowują się racjonalnie. Tak jak mój syn, kiedy jest w psychozie, mówi niedorzeczne słowa, ale też i podejmuje zachowania bardzo nieracjonalne, szkodliwe dla niego samego.

**K:** Czyli przed diagnozą już chorował, tak? To można powiedzieć, że od jak dawna choruje?

**M:** Trudno jest mi powiedzieć, od jak dawna choruje, ale mogę powiedzieć, że pierwszy raz miał stwierdzony stan psychotyczny w wieku 18 lat.

**K:** A czy wcześniej coś wskazywało na to?

**M:** Na psychozę chyba nie, natomiast od małego był nieco inny niż jego rodzeństwo. Miał kłopoty i z koncentracją, i ze sobą. Bardzo wcześnie się pojawiła nerwica natręctw, ale bardziej myślę, że to było postrzegane jako jakieś dysfunkcje, jako nieharmonijny rozwój, a nie jako choroba.

**K:** I teraz twój syn ma 26 lat, tak?

**M:** Tak.

**K:** I opiekujesz się nim cały czas?

**M:** Ale co to znaczy cały czas?

**K:** Mieszka z nim?

**M:** Teraz już nie.

**K:** Czyli jak wygląda twoja opieka nad nim?

**M:** Teraz bardziej, chciałabym powiedzieć, zdalnie steruję i pomagam mu w zarządzaniu jego życiem. Ja dążę do tego, żeby on był niezależny mimo problemów, jakie go spotykają. A poza tym, żeby moje życie było takie, no, spełnione w tym, co jest dla mnie ważne i pozostałych moich dzieci, więc przyjęłam taką strategię, takiego maksymalnie, na ile to się da, wdrożenia go w niezależność, w samodzielność. Teraz to się na razie odbywa za pośrednictwem asystenta osobistego osoby niepełnosprawnej. Ma kogoś takiego przy sobie, a przez to ja się odsuwam na taką bezpieczną odległość, żeby nie być już za blisko.

**K:** Czyli w tym momencie jakie na tobie spoczywają obowiązki, jeśli chodzi o tę opiekę?

**M:** Teraz już mniej. Teraz to bardziej są takie sytuacje doradcze, kiedy on się zwraca z czymś do mnie albo takie motywujące go, albo szukanie jakichś ciekawych rozwiązań, które mogą być wdrożone w życie osoby z chorobą psychiczną. Cały czas mając na celu to, że te wszystkie działania mają służyć jego niezależności.

**K:** Wypracowałaś taki model. A wcześniej co na tobie spoczywało, jeśli chodzi o opiekę?

**M:** Zanim udało mi się tak trochę już usamodzielnic syna? Myślę, że przede wszystkim takie... Chociaż nadal gdzieś tam z tyłu głowy mam, że może coś takiego się pojawić... Takie pilnowanie, czy nie ma nawrotu. Czujność, czy nie pojawiają się jakieś sygnały niepokojące, które by świadczyły o nawrocie. Kontrola, czy bierze leki, czy zapisał się do lekarza. Taki nadzór, można powiedzieć. Kluczowym zadaniem była też sama moja obecność. Przy chorobach, psychicznych szczególnie, ludzie doświadczają alienacji, sami też się trochę tak wyautowują. On sygnalizował bardzo dużą potrzebę bycia blisko, potrzebę miłości, akceptacji. A jakoś albo ja tego nie rozpoznawałam i on, albo tak faktycznie było, że właściwie nikt poza mną nie za bardzo chciał uczestniczyć w jego życiu tak bezpośrednio.

**K:** Byłaś z tym sama?

**M:** Zawsze pomagały mi trochę pozostałe dzieci i przyjaciele, ale głównie to jestem sama z tym.

**K:** Coś jeszcze robiłaś w opiece nad synem?

**M:** Pomagałam mu tak technicznie. Skończyć szkołę, zdobyć zawód. Wyszukiwałam możliwości właśnie, żeby mimo wszystko zdobywał coś w życiu i żeby robił postępy. To jest takie ważne, przynajmniej w mojej ocenie, żeby nie wepchnąć takiego człowieka w wyuczoną bezradność.

A myślę, że ja po części coś takiego mu zafundowałam nieświadomie, bo zawsze w porównaniu do swojego rodzeństwa był dzieckiem bardziej potrzebującym uwagi, bardziej potrzebującym jakiegoś pilnowania, wyręczenia. Poza tym jego tempo pracy zawsze było wolne, a ja jestem osobą dosyć szybką i działającą. To też wiem, że sama wiele rzeczy robiłam za niego. On pewnie by to zrobił, ale wolniej, a ja się po prostu wkurzałam i robiłam to sama.

**K:** Jakbyś mogła powiedzieć, jakie aspekty opieki nad twoim synem wymagają od ciebie najwięcej cierpliwości i zrozumienia? Lub wymagały, może coś się zmieniło?

**M:** Cierpliwości i zrozumienia... No to na pewno właśnie jego wolniejsze tempo pracy intelektualnej i powiązane z tym kłopoty ze skupieniem. Mimo że jest bystry bardzo, to jednak wolniej pracuje, wolniej się szykuje. Ale też i takie ciągłe gubienie, kłopot ze zorganizowaniem najprostszych rzeczy. Na przykład, nie wiem, chce mieć czysto, a nie potrafi sobie zorganizować pracy, aby sprzątnąć mieszkanie. Wtedy zwykle dzwonił i prosił, żebym była na kamerce i mówiła mu krok po kroku, co ma robić. Na pewno to po części wynikało z samotności i z takiej potrzeby bycia w kontakcie, ale w dużej mierze też z powodu jego kłopotu z planowaniem i z realizacją tego planu i z kończeniem rozpoczętych aktywności. No i... kiedy wchodził w takie fazy agresywne, ciężko coś takiego wytrzymać. Ta choroba, z którą on się zmagają, to jest diagnoza schizofrenia, ale ona też jest taka niespecyficzna, o ile w ogóle można mówić o specyficznej schizofrenii. Jemu w tych jego kłopotach też towarzyszy depresja i to też wymaga cierpliwości i zrozumienia. To jego czarnowidztwo i takie zniechęcenie do życia i rezygnacja. Ja jestem osobą bardzo zaradną i nastawioną na zadania i sprawczą, no to taki duży kontrast i to mnie chyba najbardziej tak kosztowało energetycznie, bo ja wiedziałam, że coś można zrobić, że są rozwiązania, a on stale mówił, że „nie, nie” i wszystko negatywnie.

**K:** Taki opór, tak?

**M:** Tak. Natomiast od kiedy bierze też antydepresanty, to jest od niedawna, to zdecydowanie się to poprawiło, ale to jest też takie... Trzeba dobrać dobrego psychiatrę, żeby on potrafił eksperymentować z lekami, ponieważ leki antydepresanty trochę są antagonistyczne do przeciwpsychotycznych, bo one nakręcają człowieka, a przeciwpsychotyczne mają trochę w dół go sprowadzić. Teraz chyba ma dobrze dobrane te leki. Zresztą on jest niedługo po ostatniej psychozie. Jeszcze nie ma pół roku, a ostatnio nam psychiatra powiedział, że to jest tak od trzech miesięcy do pół roku, żeby człowiek wrócił do jakiejś równowagi po epizodzie psy-

chotycznym, więc myślę, że to i czas, i to, że dobrze są dobrane leki sprawia, że on teraz dobrze w miarę funkcjonuje, aczkolwiek ja sobie zdaję sprawę, że mogą być nawroty. Zależy mi na tym, żeby one były jak najrzadziej. Gdzieś tam na poziomie modlitw to chciałabym, żeby już się nigdy nie wróciły.

**K:** Powiedz, pracujesz zawodowo, tak?

**M:** Tak.

**K:** A czy kiedyś przez chorobę syna, przez to, że musisz się nim opiekować, twoja praca była zaburzona?

**M:** No pewnie, że była zaburzona, ale akurat miałam wtedy takie możliwości, że sama byłam szefem, więc firma się jakoś turlała.

**K:** A zaburzona, czyli co na przykład?

**M:** No, prawie mnie nie było. Nawet jak byłam, to nie byłam tam emocjonalnie ani psychicznie. Tyle tylko, że byłam na takim stanowisku, że mogłam sobie wtedy na to pozwolić.

**K:** Była zaburzona przez to, że jakby psychicznie byłaś obciążona, czy fizycznie musiałaś być w jakiś miejscach z nim?

**M:** Jedno i drugie. I psychicznie byłam obciążona i musiałam z nim bywać, czy też wozić go gdzieś tam, albo bywać w szpitalu. Ale też dodatkowo... czuwać, żeby nie stała się, choć to i tak nie jest do końca możliwe, jakaś nadmierna krzywda jego rodzeństwu. Przecież mam też inne dzieci.

**K:** A jak z finansami? Czy to generowało też koszty?

**M:** No tak, no wiadomo. Teraz też chodzi do psychiatry prywatnie, jedna wizyta to jest, z tego co pamiętam, teraz 350 złotych. Chodzi na terapię. Gdyby chciał chodzić raz na tydzień, to miesięcznie by to było od 1000 do 1250 złotych, przy czym ten terapeuta nie bierze dużo.

**K:** Kto to opłaca?

**M:** Ja, oczywiście, ale też trochę pomaga jego ojciec. Nie jest zaangażowany, ale finansowo pomaga trochę. No i jeszcze mój przyjaciel przesłał mi jakąś kwotę, kiedy się dowiedział, że syn choruje, to przysłał nam pieniądze na kilka sesji terapii dla niego. Czasami obcy ludzie pomagają, wcale nie rodzina.

**K:** A czy syn otrzymuje jakąś pomoc finansową od państwa?

**M:** Rentę socjalną.

**K:** Rentę socjalną, tak? Z uwagi na niepełnosprawność?

**M:** Nie, zanim miał niepełnosprawność, to już miał tę rentę, to nie jest powiązane. Renta socjalna należy się osobom, które zachorowały w trakcie nauki szkolnej, a on zachorował... Znaczący być może, że innym też, ale takim też, a mój syn zachorował w klasie maturalnej.



**K:** A jakbyś mogła powiedzieć, czy wasze życie rodzinne było lub jest nadal zaburzone w związku z niepełnosprawnością syna?

**M:** No oczywiście, że tak. To nie ulega wątpliwości, bo wiadomo, że... wszyscy go kochamy, on też nas kocha, ale choroba, szczególnie choroba psychiczna, kiedy właściwie człowiek, którego znasz, staje się jakąś osobą, której nie możesz rozpoznać emocjonalnie, albo staje się nieprzewidywalny, niezrozumiały, no to bardzo zaburza, bo to po prostu generuje dużo lęku. I o siebie, i o niego, i o wszystkich dookoła, i o to, co straci, a czego nie straci. No też o taki ostracyzm społeczny. Dla przykładu: w poprzednim epizodzie psychotycznym rozdał swoje rzeczy, łącznie z dokumentami, z portfelem, kartą do bankomatu.

**K:** Ale komu rozdał?

**M:** Mówił, że bezdomnym, ale nie wiem. To wymagało szeregu zaplanowanych działań. Najpierw umieścić go w szpitalu, a potem biegać po urzędach i zastrzec kartę, żeby nikt nie pobrał pieniędzy, zastrzec dowód osobisty, żeby nikt jego dowodem się nie posługiwał. No już tam ubrania, walizki były nie do odzyskania. No ale wiadomo, że potem ten człowiek potrzebuje ubrań, więc trzeba kupić ubrania. A na dodatek jeszcze cały czas rozpoznawać, balansować pomiędzy zdrowym postawieniem granicy, a zrozumieniem, że to nie on tylko choroba. I to jest chyba najtrudniejsze. No bo trudno jest mieć pretensje do osoby, chociażby, bez nóg, że nie może iść, albo do niewidomej, że się przewróci na ulicy, bo nic nie widzi. I tak samo trudno jest mieć do osoby chorej psychicznie, że robi takie nieracjonalne ruchy. Bywało też często, że był atakujący wobec mnie, że się go bałam. Więc... tak, bardzo zaburza życie rodzinne. No, a poza tym bardzo niewielu członków rodziny chce się w ogóle w to zaangażować, raczej większość odwraca wzrok i szczerze mówiąc, to jeżeli ktokolwiek mi z dorosłych pomaga... to są osoby niespokrewnione.

**K:** Bo ty jesteś głównym opiekunem twojego syna?

**M:** Tak. Jedynym. Znaczą teraz ma już tego asystenta.

**K:** A jeśli mówiliśmy o zaburzonym życiu rodzinnym, to takie już strictly twoje na przykład wyjazdy na urlop, czy inne spędzanie wolnego czasu, twoje zainteresowania, czy w jakiś sposób one ucierpiały przez te obowiązki, które się wiążą z opieką?

**M:** No na pewno, chociaż ja nie mogę powiedzieć, że ja o to nie dbam. Stawiam to jako bardzo ważny aspekt, żeby jednak realizowała się i zawodowo, i wypoczynkowo, i towarzysko. No ale jeszcze tak sobie myślę, że chcę dodać coś do tego zaburzenia życia, teraz mi się to układa. Syn ma zupełnie inny tryb życia dobowy. Jak wszyscy śpią, to on nie śpi, a jak on śpi, to wszyscy nie śpią. To było jeszcze zanim miał diagnozę choroby.

Myślę, że ta choroba po prostu tak pełzła, tak nadchodziła powoli, jak taki wąż, tak sobie to wyobrażam, niemalże bezszelestnie, to były objawy. Pamiętam, jak dochodziło do takich awantur, że my wszyscy już w ruchu, coś robimy w domu, taki normalny tryb i też dźwięki życia dziennego, a on krzyczał, że nie dajemy mu spać, bo on całą noc nie spał. Zresztą od urodzenia miał kłopoty ze snem, więc ja myślę, że prędzej czy później ta choroba się miała rozwinąć. No i to też zaburza, tak? No bo ktoś się drze: „Nie odzywajcie się, nie chodźcie, nie stukajcie”, a ty chcesz sobie zrobić herbatę, no i się wkurzasz, że nie możesz sobie zrobić herbaty, bo czajnik mu przeszkadza. To jest prozaiczne, ale na co dzień bardzo uciążliwe.

**K:** A co do snu twojego, uważasz, że przez opiekę, no już teraz nie, bo nie mieszkasz z synem, ale miałaś mniej czasu właśnie na sen i wypoczynek albo były gorsze jakościowo?

**M:** Szczerze powiedziawszy trudno jest mi to określić, bo nie pamiętam, czy kiedykolwiek były lepsze. Bo od kiedy on się urodził, to... Nie, chyba w ogóle od kiedy zostałam mamą, to przestałam właściwie spokojnie spać. W takim sensie, że zawsze coś się działo. Jak się ma troje dzieci, to jak nawet jedno podrośnie, to za chwilę się pojawia drugie, a potem trzecie. I to, co odeszło już jakby z etapem rozwoju pierwszego dziecka, pojawia się u drugiego. A jeszcze jak się pojawia takie trudne dziecko jak on, no to w ogóle.

**K:** Czyli nie łączysz tego bezpośrednio?

**M:** Nie, a poza tym ja generalnie dobrze śpię.

**K:** A to co mówiłaś wcześniej, to czy tak jest, że jakby musiałaś być... Nie wiem, czy nadal musisz być, w ciągłej gotowości do działania?

**M:** Był taki czas, że żyłam w takim ciągłym napięciu i w ciągłym niepokoju. To nawet nie było tylko napięcie, ale wręcz takie ataki nerwicowe. Miałam takie sytuacje, że na przykład jakaś myśl mnie o nim przebudziła i traciłam czucie w nogach. To nie jest tak, że one były sparaliżowane, że nie mogłam chodzić, bo mogłam, ale to było takie dziwne, odczuwałam takie odcięcia.

**K:** Właśnie. Stosujesz jakieś techniki redukcji stresu?

**M:** Znaczy no ja cały czas po pierwsze jestem w rozwoju osobistym, po drugiej dużo takiej pracy duchowej, dużo medytacji, bardzo rozbudowałam to swoje życie duchowe i jakąś tam, można nawet nazwać, filozofię życia. Mimo wszystko ta sytuacja z nim bardzo mnie rozwinęła, wzmocniła, nauczyła jeszcze większej zaradności. Bardzo mnie tak naprawdę usamodzielniała, paradoksalnie. Nie chcę, żeby to jakoś zabrzmiało tak górnolotnie albo z jakimś patosem, ale że to jest jakiegoś rodzaju dar.

Bardzo zmieniłam swoje funkcjonowanie przez to i myślę, że tak ogólnie dla świata to jest jakiś zysk. Z drugiej strony myślę sobie, że takie doświadczenie to jest tylko dla, też nie chcę, żeby tak zabrzmiało, że ja chcę sobie tutaj pomnik za życia zbudować i wystawić, ale że jest to dla takiej konstrukcji z gatunku „hero”.

**K:** No właśnie. Chciałam zapytać, czy czujesz, czy są takie momenty, że czujesz, że twoje wysiłki, to co robisz są szczególnie doceniane lub zauważane przez innych?

**M:** Nie, nie, ale też nie mam takiej potrzeby, żeby ktoś to doceniał albo zauważał.

**K:** Czyli nie uważasz, że ludzie patrząc na ciebie doceniają lub uważają, że robisz coś, dobrą robotę wykonujesz?

**M:** Nie, no czasami dostaję takie sygnały, ale jakoś nie, nie mam takiej potrzeby. Nie zastanawiam się nad tym i nie mam takich oczekiwań, choć to jest miłe, kiedy to usłyszę. Bardziej chyba takim barometrem jest to, jak ja się wewnętrznie czuję i jakie są moje relacje z innymi, z pozostałymi dziećmi, ze znajomymi, w pracy. Wtedy widzę, że to ma sens. I kiedy ja widzę, że on jest teraz bardziej samodzielny, albo że po ostatniej psychozie zapisał sobie w notesie, że już nigdy więcej nie chce wrócić do szpitala i że chce się leczyć, albo, że chce zrobić prawo jazdy, co do tej pory mówił, że absolutnie, że bardzo się boi, to wtedy widzę sens. Tej chorobie duże lęki towarzyszą. Przynajmniej jego chorobie, on się boi.

**K:** Czy w związku z opieką czujesz się przeciążona? Słyszę, że psychicznie był taki moment.

**M:** No to nawet nie był moment, to był okres. Jednak jestem osobą, która bardzo szybko się regeneruje. Choć też dosyć szybko się wyczerpuje.

**K:** A przeciążenie fizyczne też występowało?

**M:** Nie, bardziej fizycznie to chyba już był ten objaw tego przeciążenia emocjonalnego. Później wchodziły takie sytuacje, że tam czy głowa mnie bolała, czy nie miałam siły się ruszać, czy całe ciało takie obolałe. To było z emocjonalnych, myślę, względów i z takich napięć, które to generowało. No bo ja go nie dźwigam przecież. Nie ma takiego aspektu, że on by potrzebował mojej jakiejś tam pracy fizycznej. Tym bardziej, że jak w miarę funkcjonuje i nawet jak nie miał jeszcze asystenta, no to on na przykład chciał posprzątać, czy chciał coś tam zrobić sam. Tylko bardziej ja byłam mu potrzebna do takiego zarządzania nim, odpowiadania mu, towarzyszenia niż do fizycznej pracy.

**K:** Czy zaniedbujesz lub zaniedbywałaś kiedykolwiek swoje potrzeby ze względu na opiekę?

**M:** Był taki czas, że zaniedbywałam, ale to był też mój wybór, tak? Gdzieś tam wewnętrznie czułam, że jeszcze dam radę. Jednak wydaje mi się, chociaż nie mam porównania, że dosyć szybko zauważyłam, że nie chcę zaniedbywać siebie z uwagi na chorobę dziecka. To chyba też nie jest takie oczywiste, bo mam takie swoje przekonanie, może wcale niesłuszne, że gdzieś tam oddajemy takie prowadzenie chorobie w rodzinie. Szczególnie chorobie dziecka. Zresztą ja widziałam takie matki, które sensem swojego życia uczyniły to, że mają chore dziecko. Ja absolutnie czegoś takiego nie zrobiłam na szczęście i nie chcę i nawet wściekam się, kiedy pomyślę, że mogłoby tak być. Uważam, że to jest obciążające zarówno dla mnie, jak i dla tego chorego dziecka i tych pozostałych. I w ogóle, że to jest po prostu złe. Więc staram się siebie nie zaniedbywać i powoli już też jego nauczyłam, że na przykład o pewnej godzinie już nie może do mnie dzwonić, bo ja śpię. Albo że mu odmawiam rozmowy, bo jestem zmęczona. Powoli, opornie, ale już się tego nauczył.

**K:** A na ten moment jak odczuwasz swoje zdrowie psychiczne?

**M:** Myślę, że jestem zdrowa psychicznie. Tak paradoksalnie myślę, że zdrowsza niż dawniej, tylko, że dawniej, nie wiem, bo nie jestem fachowcem, ale myślę, że byłam jakaś bardziej neurotyczna. Nie wiem, czy to jest dobre określenie, natomiast mam dosyć krótki lont, kiedy jestem przemęczona. No to na przykład, kiedy on jest w szpitalu i ten czas taki około szpitalny, to wtedy mam krótki lont. Szybko się irytuję. No ale też w pełni świadomie to obserwuję i szukam takich przestrzeni w swoim życiu, żeby właśnie zadbać o to swoje wyciszenie. Też chyba jestem bardziej uważna, żeby nie wchodzić w coś, co mnie zaraz wyczerpie. Nie lecę się psychiatrycznie. Psychiatrę odwiedzam, żeby porozmawiać, żeby mieć świadomość jak pomagać synowi, żeby wiedzieć i rozróżniać co z jego zachowania wynika z choroby, a co nie. To bardziej do tego są mi psychiatrzy potrzebni. Żeby się odnaleźć w tej, mogę to tak nazwać, w tej obsłudze choroby. Żeby się bardziej choroby syna nauczyć no i żeby sobie wymyślić jakiś sposób na życie z tą chorobą. I bardziej na nią patrzę jak na taki... element życia naszej rodziny. Na pewno nie może rządzić ani zarządzać tutaj naszym życiem, ale jest i trzeba ją uwzględnić. Trochę to mi się teraz skojarzyło, że lepiej ją zaprosić, niż miała by być taką złą wrótką, co tam śpiącą królową jednak narazi na jakąś klątwę.

**K:** A jeszcze nie spytałam wcześniej. Gdy syn dostał orzeczenie o niepełnosprawności, to co czułaś? Czy to była bardziej ulga, bo (...) wiem, że jest niepełnosprawny, więc pewne rzeczy to tłumaczy? Czy było to bardziej taki (...)

**M:** Było mi to kompletnie obojętne. On to sam sobie załatwił, bo wtedy był w takiej dobrej fazie. Załatwił to, żeby mieć jakieś ulgi typu tańsze bilety czy pracę chronioną. To bardziej tak. A tak naprawdę ulgę to dopiero w tym roku poczułam. Bo chyba zawsze mi się wydawało, że ja akceptuję to, że on jest chory, ale od akceptacji do takiej zgody i poddania się, że tak jest, to jednak mija. Chyba byłam dosyć długo w jakimś, mimo wszystko, zaprzeczeniu.

**K:** To co się stało w tym roku, że się to zmieniło?

**M:** Nie mam pojęcia, co się stało. Po prostu może to była już moja gotowość, jakiś taki moment, żeby się poddać i powiedzieć, no tak, to jednak jest to. Nie wiem, a może jak dostałam książkę o schizofrenii, od znajomej?

**K:** Może to wszystko się przepracowało.

**M:** No właśnie, nie wiem, może to ta książka? Ale myślę, że chyba tę książkę, gdybym dostała rok temu, to pewnie by też nic nie zrobiła. To chyba bardziej już takie moje umęczenie i takie pogodzenie się. Myślę sobie, że to jest też taki naturalny etap, no, tak jak są te etapy żałoby. Gdzieś w tym, jeszcze do tego momentu byłam w takiej niezgodzie mimo wszystko. W walce o to, żeby on był zdrowy. Teraz już zrezygnowałam z tego i jestem w zgodzie, że no dobra, no to mamy coś takiego i z tym żyjemy.

**K:** A słyszałaś o opiece wytchnieniowej?

**M:** Tak, słyszałam.

**K:** Wiesz na czym polega, tak?

**M:** Nigdy nie korzystałam, ale już sama nazwa mnie zachwyca i uważam, że to nie powinny być ani programy, ani takie zajawki, tylko to powinno być absolutnym standardem. I powinno być bardzo, bardzo dostępne. Ludzie nie powinni w ogóle o to zabiegać. Tylko, nie wiem, idziesz do szpitala, dowiadujesz się, że twój bliski jest tak chory i od razu dostajesz to odgórnie. Tak samo jak właśnie asystent. Czy asystent zdrowienia, czy asystent osobisty, jak zwał, tak zwał, czy domy przejściowe, bo to wszystko sprawia, że ten człowiek z chorobą może po prostu dążyć do swojej własnej niezależności, mimo wszystko.

**K:** A dlaczego nie skorzystałaś z takiej opieki wytchnieniowej?

**M:** Nigdy mi tego nikt nie zaproponował. Nawet nie wiem, gdzie się tego szuka. Tylko o tym słyszałam, ale słyszałam o tym w kontekście osób niepełnosprawnych fizycznie. I też słyszałam, może niesłusznie, że to jest ciężko, że to znowu jest jakieś odległe, że jest coś takiego, ale nie wiadomo gdzie. Człowiek sobie z wieloma rzeczami poradzi ale chyba to, co jest takie najbardziej dobijające w takiej sytuacji, jaką ja miałam,

czy myślę, że u innych osób, które doświadczają, że ich bliscy tak ciężko chorują, to przedzieranie się przez gąszcz jakiegoś i poszukiwanie. To odbiera dużo energii, dużo chęci, dużo czasu. Tak naprawdę uważam, że system powinien być tak zorganizowany, że tak jak mówię, jak się pojawia sytuacja jak mojego syna, dostajesz taki pakiet. Tak jak wyprawkę dla noworodka, kiedy rodzisz. Dostajesz koszyk, pieluchy, jakieś papki, śpiochy. To kiedy doświadczasz czegoś takiego, dostajesz taki pakiet, żebyś już tej energii nie tracił i w tym swoim umęczeniu, żeby to do ciebie przyszło, po prostu.

**K:** A mówiłaś o asystencie syna. Możesz to bardziej rozwinąć, o co chodzi?

**M:** Tak, to jest taki program. Tylko no właśnie, na ten rok dostaliśmy, co będzie za rok, nie wiadomo.

**K:** A kto to sponsoruje?

**M:** To akurat gmina do mnie zadzwoniła. A i to się wiąże właśnie z orzeczeniem o niepełnosprawności, czyli musi być osoba z orzeczeniem o niepełnosprawności. Wcześniej ja syna zgłosiłam właśnie do opieki społecznej i w tym roku oni do mnie zadzwonili, że są takie pieniądze i czy syn by tego chciał. Tylko że to są po pierwsze tak śmieszne pieniądze, że nie można było nikogo znaleźć kompletnie.

**K:** Żeby chciał być tym asystentem osobistym?

**M:** Oczywiście, tym bardziej, że dla osoby chorej psychicznie. Edukacja na temat chorób psychicznych w Polsce jest na poziomie średniowiecza. Chociaż nie chcę poniżać średniowiecza, bo podobno jednak średniowiecze wcale nie było takie zacofane, jak nam się tak opowiada i opowiadało na lekcjach historii. W każdym razie jest zero edukacji, pieniądze są żenująco niskie, bo to jest 50 zł brutto za godzinę.

**K:** Dla tego asystenta, tak?

**M:** Tak. Do tego umowa zlecenie, a to jest przeogromny wysiłek i to muszą być ludzie o wysokich kompetencjach komunikacyjnych, żeby znowu z tego człowieka nie zrobić takiej kukły, którą się prowadzi za rękę i się przestawia z kąta w kąt. To jest człowiek bardzo trudny, o niskim poczuciu własnej wartości, o dużych zranieniach, bo te choroby generują dużo zranień ze społeczeństwa. W związku z tym to wymaga niesamowitej pokory i umiejętności komunikacyjnych i tego, żeby wytrzymać w tym. Widzę jak asystentka syna pracuje nad tą relacją. Przy czym, no jeżeli taka osoba dostaje takie żenujące pieniądze, to gdyby to nie była też moja inicjatywa taka już osobista, to nie miałby tego asystenta i przypuszczam, że wiele osób nie ma tych asystentów, bo po prostu nikt nie chce nimi być bo uposażenie jest żenujące.

**K:** Czyli mówisz, że twoja osobista inicjatywa, czyli ty znalazłaś tę asystentkę?

**M:** Tak, oczywiście, nawet mi tak od razu powiedzieli w urzędzie, żebym poszukała. Wcześniej jak tam ktoś z pomocy przyjeżdżał, to była osoba, która przyjeżdżała do inteligentnego młodego mężczyzny i traktowała go jak upośledzone dziecko z przedszkola. No i sama mi powiedziała, że: „No wie pani, no ja to tam uczyć dzieci pisać i czytać”. A ja mówię: „No akurat mój syn to nie potrzebuje tego typu pomocy, tylko potrzebuje bardziej takiego uspołeczniania, takiego powrotu do życia w społeczeństwie, aktywizacji zawodowej i tak dalej”.

**K:** Czyli jakby jest ta pomoc od państwa, ale tej pomocy trzeba „pomóc” samemu.

**M:** No tak i ta pomoc to też nie jest taka stała. Nikt ci nie powie: „No dobrze, to teraz pani syn ma to zagwarantowane”. To jest jakiś program, są jakieś pieniądze, nie wiadomo na jak długo. Zawsze trzeba będzie się pewnie starać, jeżeli program się utrzyma, no to się będzie trzeba starać od nowa. Trzeba samemu sobie znaleźć tego opiekuna. No i co? No i znowu, jak się nie zaangażuje rodzina, czy ktoś bliski, czy jakiś przyjaciel, choć tacy ludzie zwykle nie mają przyjaciół, bo to tylko bliscy i tylko niektórzy mogą wytrzymać, no to jest znowu skazana na porażkę. Bo państwo polskie się kompletnie nie interesuje. Jest taki piękny film, polecam, mogę znaleźć linka, pokazujący jak państwo, chyba to się dzieje w Norwegii, tak mi się wydaje, nie pamiętam, ale chyba jakaś Skandynawia, jak oni się opiekują osobami po kryzysie psychicznym. No to żeby chociaż w jednej piątej było tak w Polsce, to byłoby cudnie. Tam się system opiekuje osobami, które wychodzą ze szpitali psychiatrycznych, dostają mieszkanie, dostają opiekunów, takich asystentów właśnie, którzy uczą ich jak żyć od nowa. No i to jest takie marzenie, żeby było w Polsce, przynajmniej, żeby tak myśleć w Polsce, bo wdrożyć to potem chyba już nie jest kłopot, ale żeby w ogóle tak myśleć.

**K:** A ty uczestniczyłaś w jakichś szkoleniach dotyczących opieki nad osobami niepełnosprawnymi psychicznie? Miałaś taką możliwość?

**M:** Jak syn był jakiś czas temu w szpitalu, to pokazał mi, że jest taka grupa, to był też jakiś program unijny, oni tylko przez dwa lata działali, „Praski Psyche Progres” no i tam między innymi właśnie oni mieli dostęp do asystentów zdrowienia, bo asystent zdrowienia to kto inny niż asystent osobisty. Asystent zdrowienia to osoba, która sama chorowała psychicznie i jest w remisji, jest w leczeniu, przeszła takie szkolenie i na swoim przykładzie poprzez asystowanie temu choremu pokazuje, że można z tym żyć, że można dobrze funkcjonować. Niestety mój syn z tego

jakoś nie miał okazji skorzystać. To jest w ogóle nowy zawód, stworzony z myślą o niepełnosprawnych psychicznie, ten asystent zdrowienia.

A ja dwa razy poszłam na grupę wsparcia dla rodzin. Pierwszy raz poszłam i już wiedziałam, że więcej nie pójdę, ponieważ to było tak dołujące spotkanie, że drugi raz to już poszłam tylko podpisać się, że już nie będę chodziła, bo to był program, więc oni potrzebowali podpisów. Bardzo nieudolnie, bardzo negatywnie znowu prowadzone. Nie było prowadzone w takim duchu, że: „Ok, słuchajcie, z tym da się żyć, nauczymy się”. Tylko to było takie, pamiętam, kółko kobiet, które non stop płakały i się wszyscy nad tym użalali aż do urzygu. To, co było z tamtego wnoszące, to to, że tam właśnie na to spotkanie, wtedy akurat ja miałam takie szczęście, przyszła pani, która była pracownikiem socjalnym i odpowiedziała właśnie o tym, że należy się ta renta socjalna, jeśli człowiek zachorował w trakcie nauki szkolnej i wtedy tę rentę tam zaczęliśmy załatwiać, to znaczy syn zaczął.

**K:** Inne pytanie. Czy kiedykolwiek miałaś w sobie taką myśl: „Mam dość”?

**M:** No pewnie. W kontekście opieki tak.

**K:** Możesz coś więcej powiedzieć? Czy masz jeszcze takie myśli?

**M:** Już ich nie mam, ale miałam ich wiele, że mam dość i że nie chcę tak żyć. Ale ja tak naprawdę chcę żyć, tylko nie chciałam takiego życia. W takim przeciążeniu i w opiece i żeby moje życie składało się tylko z opieki nad synem. I być może, że te myśli plus to, że ja jestem jednak bardzo nastawiona na życie, jestem taka, myślę, nachalna na to, żeby żyć, sprawiły, że zaczęłam chyba poszukiwać. „No to ok, to jak nie chcę tak żyć, to jak chcę żyć?” I jeżeli już wiem, jak chcę żyć, no to co trzeba zrobić? Jak to trzeba poukładać, żeby inni się tym zajęli? Inni, czyli nie rodzina. Na przykład ta asystentka. Czy są fundacje, stowarzyszenia? Poszukiwałam. No niestety państwo polskie kompletnie takich ludzi wyrzuca na margines. Są wypływani. Szczęście jest takie, że jest nieodpłatna opieka psychiatryczna w sytuacji zagrożenia życia, więc to jest akurat dobrze, że ludzie są przyjmowani do szpitala. Oczywiście nieraz jak się wzywa na przykład takie pogotowie, no to trzeba nawet lekko przybarwić, że zagraża swojemu życiu, bo inaczej nie wezmą go, nie? A tak to przyjmują. Przyjeżdżają w eskorcie policji i zabierają. Więc no tak, miałam myśli „mam dość” ale z jednej strony były one dołujące i zniechęcające, a z drugiej strony mobilizujące do poszukiwania rozwiązań.

Ale tak sobie myślę, że jeżeli ktoś nie ma takiego nastawienia jak ja na życie, że chce żyć i nie jest taki zadaniowy, to albo zwariuje, albo zdiwaczeje, albo sobie odbierze życie, albo sama nie wiem. No ale general-



nie to już dla mnie się taka później generuje głęboka patologia funkcjonowania. Bo nie da się tak funkcjonować, żeby to była zdrowa rodzina, zdrowe funkcjonowanie.

**K:** A jakbyś powiedziała, jakie są twoje największe obawy dotyczące przyszłości i w tym twojej roli jako opiekuna?

**M:** Teraz nie wiem, może to chwilowe, ale teraz nie mam takich obaw, bo jestem bardzo nastawiona na to, że nigdy swojego życia nie dedykuję tylko i wyłącznie opiece nad synem. Mam nieraz obawy, czy ten asystent osobisty wytrzyma, jak długo przy nim będzie. Dlatego teraz moim celem takim wspierania syna jest to, by poszerzyć mu grono kontaktów i takiego wsparcia społecznego, żeby poznał ludzi, którzy będą przy nim, nawet gdyby mnie nie było, czy gdyby tej asystentki nie było. I znowu uważam, złe jest to, że trzeba samemu poszukiwać, że coś takiego powinno się dostawać w pakiecie, bo to, co jest bardzo złe, uważam, to to, że jak twój bliski idzie do takiego szpitala, to nikt w szpitalu, nikt z personelu, nikt nie interesuje się tobą. W takim kontekście nikt nie podejdzie i nie powie: Proszę pani, zapraszamy na rozmowę, jedną, drugą, trzecią, po pierwsze taką wsparciową, po drugie jakąś instruktażową.

Po prostu oni są skupieni na tym, żeby zaradzić, żeby postawić tego człowieka do jakiejś tam równowagi i wypisują i niech radzi sobie, nie? Więc w ogóle nie ma żadnego monitorowania, co z tą rodziną dalej, jak ta rodzina sobie radzi. A jeżeli jest jeszcze rodzina, na przykład jakaś mniej sprawna, społecznie, intelektualnie, no to przepraszam, ale hodzi kolewnych wariatów i to wszystko się jakoś odbywa tak przypadkowo.

**K:** Ale mówisz, że teraz nie masz obaw co do przyszłości syna?

**M:** No bo ja jestem człowiekiem głębokiej wiary, więc wierzę, że będzie dobrze, że teraz on zacznie poznawać innych ludzi, że zrobi prawo jazdy, ale może to jest chwilowa rzecz, bo teraz jest po prostu dobrze. Poza tym do pewnych rzeczy się człowiek przyzwyczaja, więc do takich obsunięć też.

**K:** To co w zasadzie daje ci siłę do tej opieki nad synem?

**M:** Ojejku. Znowu, to w ogóle nie ma oczywiście związku z żadnym kościołem, ale jakaś głęboka wiara, taka moja filozofia życia, że to ma jakiś sens i że to ma sens jakiś głębszy. To po pierwsze. No po drugie to, że bardzo go kocham i kocham jego rodzeństwo bardzo, więc też wiedziałam, że jestem potrzebna pozostałym dzieciom. W związku z tym, idąc tą zasadą, żeby im było dobrze, to mi najpierw musi być dobrze, w takim sensie, że mam o siebie zadbać i się nie przewrócić. Wiadomo, że dzieci przy tej matce zawsze gdzieś tam są i nie chcą, żeby się mamie krzywda stała. Poza tym, one mają prawo do posiadania swojej matki

po kawałku. Ale też myślę, że to, że ja jestem dzieckiem matki, która od kiedy ja przyszłam na świat, zawsze chorowała, w związku z tym, gdzieś byłam wytresowana do takiego życia w stałym zagrożeniu, że można tę osobę najbliższą stracić. No i skoro w takim stałym zagrożeniu, to chyba trochę jest tak, że ja po prostu... niewielu rzeczy się już boję. A poza tym, moja mama w pewnym momencie przecież zmarła i też sobie poradziłam. Więc trochę jestem w stanie, tak nieraz sobie myślę, że jestem skazana na życie, że jestem jakimś takim egzemplarzem, który po prostu ma żyć mimo wszystko. Aczkolwiek to też wcale takie poczucie niezłomności wcale nie jest takie dobre. Bo z jednej strony daje namacalne efekty tego, co robisz, ale z drugiej strony właśnie doprowadza mnie nie raz do przeciążenia siebie.

**K:** Czy znajdujesz jakąkolwiek satysfakcję w roli opiekuna?

**M:** Ja nie wiem, czy w roli opiekuna, bo ja o sobie nawet tak nie myślę, że jestem jego opiekunem.

**K:** No tak, ale wcześniej mówiłaś, że jesteś jedyną osobą, która opiekowała się nim i która działała na jego rzecz.

**M:** Tak, tak. Ale nawet nie chcę tego nazywać, że to jest „opiekun”.

**K:** A jak byś to nazwała?

**M:** Jestem jego matką, która bardzo go kocha.

**K:** Okej, to inaczej... Czy odczuwasz satysfakcję z tego, co robisz dla swojego syna?

**M:** No tak. Dla każdego, kogo kocham, zrobiłabym to samo. Mam takie poczucie, że nauczyłam się kochać mimo wszystko. A miłość jest dla mnie najwyższą wartością w moim życiu i żyję w zgodzie ze swoją najwyższą wartością.

**K:** A jakie są dla ciebie największe osobiste korzyści, które odczuwasz w związku z... No nie chcesz mówić rolę „opiekuna”, no to w związku z zajmowaniem się synem przez tyle lat?

**M:** Nie, no mogę mówić, że „opiekuna”, chociaż mi to po prostu nie pasuje, bo ten opiekun, to mi się od razu tak kojarzy, że to już w ogóle skazuje tę drugą osobę na rolę podopiecznego, a moim dążeniem, tak jak mówiłam, jest jego niezależność.

**K:** No to jakie są największe osobiste korzyści, które odczuwasz w relacji z synem?

**M:** Jestem... lepsza. Jestem mniej krytyczna. Jestem bardziej cierpliwa. Myślę, że mimo wszystko moje poczucie własnej wartości wzrosło i moja samoocena, no bo... nie dosyć, że to wytrzymałam, no to jeszcze właśnie osiągamy jakieś tam... On zaczyna osiągać jakieś osobiste sukcesy, co

też mi jako matce sprawia radość. Nie wiem, bo może gdyby to nie było moje dziecko, to może byłoby inaczej, ale gdzieś tam to postrzegam w ten sposób, że dzieci są po to, by je chociaż w miarę optymalnie wyposażone wypuścić do świata, by mogły same funkcjonować. Więc to jest moja jakaś osobista satysfakcja, bo ja zawsze chciałam być matką.

**K:** Uważasz, że doświadczenie tego, co się działo z twoim synem, co dla niego robiłaś, zmieniło twoje postrzeganie życia i wartości, które uważasz za ważne?

**M:** Tak, tak. I to wielokrotnie wywracało wszystko do góry nogami, to co mi się na przykład wydawało. Na przykład ja od mojego syna słyszałam, że jestem kurwą, że jestem szmatą, że mnie zabije.

**K:** Gdy był w psychozie, tak?

**M:** Był w psychozie, albo chwilę po niej, gdzie ja jeszcze nie wiedziałam, że to jest tak naprawdę cały czas choroba, bo też na początku wydawało mi się, że jak człowiek wychodzi ze szpitala, no to, że to... No tak jak wychodzisz ze szpitala po operacji, no to coś tam cię jeszcze śwędzi i swy ci zdejmują, ale generalnie już nie masz problemu. Więc (...) Więc jeszcze raz, jakie było pytanie?

**K:** Czy to doświadczenie...

**M:** A, tak, zmieniło, no zmieniło kompletnie. Tak, tak. Właśnie postrzeganie życia, że nic nie jest oczywiste. Ale też, że właśnie być w relacji bliskiej z drugim człowiekiem i kochać drugiego człowieka, to po prostu... No, mimo wszystko, tak? Mimo wszystko, ale to nie znaczy, że ulegać, niech cię tam bije, wyzywa i w ogóle To nie o to chodzi, ale o to, żeby wracać do relacji, żeby nie zamykać się, żeby sobie zadać pytanie, no dobra, no ale, no to co ode mnie zależy i na przykład, jak ja mogę się w tym odnaleźć, albo jak następnym razem mogłabym zrobić coś inaczej, chociażby postawić szybciej granice. Kiedyś moja szefowa mówiła, że łatwo jest kochać grzeczne i zdolne dzieci, a trudno jest kochać dzieci, które sprawiają taki duży kłopot, ale kochać, nie deklarować, tylko po prostu to czuć, nie? Czuć i chcieć dla tej osoby dobrze i mimo tych „kurew”, mimo najróżniejszych trudnych sytuacji, to zrobić takie dwa, trzy kroki do tyłu, popatrzeć na to i powiedzieć, aha, no dobra, to więcej na to, czy na tamto nie pozwolę, ale i tak otwieram to serce i... No i cokolwiek się nie wydarzy, będę.

**K:** To już kończące pytanie. Czy czujesz, że społeczeństwo teraz nasze w Polsce ma wystarczającą świadomość wyzwania, jakie mają właśnie opiekunowie osób chorych?

**M:** Kompletnie nie. No ale to chyba nie jest nawet dziwne, bo po prostu ich to nie obchodzi, bo tego nie doświadcza. Poza tym jest chyba trochę

tak, że jak na przykład są dzieci chore na raka, to jednak społeczeństwo reaguje na to bo raka się nie wstydzimy, a choroby psychicznej się wstydzimy. Zachowanie osoby na przykład w psychozie potrafi być tak przerażające... A jeszcze plus jakieś filmy Polańskiego na przykład, czy literatura... Mało jest chyba takich dzieł sztuki, które mówią w pozytywny sposób o chorobie psychicznej. Może to się zmieni. Jest coraz większy taki fajny, podoba mi się trend o tym, żeby na alkoholizm na przykład patrzeć, jak na chorobę. I pokazywać tak naprawdę cierpienie tego człowieka i jego rodziny. Chociażby „Żółty Szalik”, tak? Genialny film, z genialną rolą Gajosa. Pokazujący realne cierpienie osoby uzależnionej. No i jest dużo teraz takich akcji, działań, takiego postrzegania w społeczeństwie, że już osoba uzależniona, to nie zawsze jest ten ćpun albo pijus, tylko osoba z chorobą. No to też jest choroba natury psychicznej, emocjonalnej. Ale myślę, że chyba choroby psychiczne są jeszcze w największym takim tabu.

**K:** A co najlepszego twoim zdaniem mogłoby uczynić państwo dla opiekunów właśnie osób niepełnosprawnych psychicznie?

**M:** Absolutnie zapewnić nie tyle dostęp, co wyjście do tych osób, kiedy to się wydarza. I nie jednorazowe wyjście, ale jakieś monitorowanie sytuacji i nie inwazyjne, ale wychodzenie z taką przysłowiową pomocną dłonią, z takim mocnym ramieniem do wsparcia, żeby nie trzeba było poszukiwać, udowadniać, pisać pism cholernych, kolejnych, stawać na jakieś pieprzone komisje, udowadniać, że jest ciężko. Tylko żeby przychodzić ze wsparciem i z wytchnieniem. No i edukacja, edukacja społeczna, może więcej tych kampanii społecznych, więcej takich programów, żeby odczarować. Tak myślę, że przede wszystkim żeby była ciągłość działań, kiedy ten człowiek zachoruje i po jego chorobie i te oddziaływania i to wsparcie dla rodziny, czy tam dla opiekunów również i to nie doraźne, tylko takie właśnie monitorujące z góry, co się wydarza i jak pomóc, a nie zrzucanie wszystkiego na rodzinę. No już pomijam też, że finanse, no bo to wszystko się wiąże z finansami, no bo umówmy się, taka renta socjalna na nic nie starcza. I żeby tego nie robiły jakieś NGOSy, tylko żeby to było normalne, systemowe. Nie wiem, czy nadal tak jest, ale jak ja miałam małe dzieci, no to był obowiązek, że mama się zgłaszała na bilans z dzieckiem, tak, jak miało tam ileś tygodni i tak dalej i przychodziła pielęgniarka środowiskowa, patrzyła jak się to niemowlę rozwija, kalendarz szczepień, że ktoś mądrzejszy od rodzica to monitorował. I tak samo tu, przecież jest baza tych chorych, bo są wystawiane renty, są orzeczenia o niepełnosprawności i żeby znowu były takie instytucje, które same się tym interesują. Przychodzą i mówią z czego można skorzystać i gdzie można skorzystać. To skraca drogę.

**K:** Ostatnie pytanie. Co powiedziałybyś opiekunom osób chorych psychicznie, czyli takich na swoim miejscu?

**M:** Żeby po pierwsze nie myśleli o sobie jak o opiekunach, żeby zrobili wszystko, by ta osoba, ten podopieczny, tak zwany, optymalnie mógł być niezależny i samodzielny nawet przy pomocy, przy wsparciu obcych osób, bo to trochę taki asystent osobisty to jest mogę porównać jak wózek dla osoby, która nie chodzi. No i żeby po prostu dbały o swoje życie, o swoje cele, o swój rozwój, bo osoba niepełnosprawna wcale nie potrzebuje nieszczęśliwej mamy, umęczonej, udręczonej, albo taty, albo babci, tylko potrzebuje obok siebie osoby szczęśliwej, która będzie pokazywała, że życie też jest fajne. No, żeby też jak mają inne dzieci, żeby o nich nie zapominały, jak mają partnerów, to żeby pamiętały, że jako partnerki czy partnerzy są bardzo potrzebni. Już wiem, chyba to co najważniejsze, że rola tego tak zwanego opiekuna to nie jest jedyna ich rola w życiu, że tych ról mamy dużo i żeby ona nie była jedyną albo przeważającą, żeby tak sobie starać się urządzić życie, by te role jakoś wypełniać, ale żeby była jedną z kilku ważnych ról. Ja jestem mamą, jestem pracownikiem, jestem przyjaciółką, jestem kobietą, partnerką, no i też mamą osoby niepełnosprawnej, chorej psychicznie, ale też, a nie tylko i wyłącznie albo przede wszystkim.

**K:** Dziękuję.

**M:** Dzięki.

## SKALA SAMOTNOŚCI MONIKI:

Wynik Moniki mieści się na poziomie 1 stena co oznacza: niesamotny. Monika nie doświadcza samotności emocjonalnej oznaczającej brak bliskich relacji, w tym intymnych np. z partnerem. Nie występuje u niej też samotność społeczna, która wiąże się z brakiem szerszej sieci społecznych kontaktów: przyjaciele, grupa wsparcia, znajomi. Jest to zgodne z tym, co Monika mówiła podczas wywiadu, przytaczając, że często ludzie z nią niespokrewnieni pomagają jej i jej synowi.

## GSES MONIKI:

Wynik GSES uzyskany przez Monikę, po przeliczeniu plasuje się na 10 stenie.

Monika, tak jak Karol ma bardzo wysokie poczucie własnej skuteczności. Oznacza to, że wierzy w siebie i w to, że poradzi sobie w obliczu trudności. Idąc za Locke i Latham (1990) im silniej osoba przekonana

o własnej skuteczności, tym wyższe cele sobie stawia i tym mocniej jest zaangażowana w osiągnięcie ich. Widać to w tym, co Monika mówi w wywiadzie: ma cel usamodzielnic syna, wierzy w to i dąży do tego wszelkimi sposobami, nie zrażając się porażkami czy trudnościami. Wiara w swoje możliwości to też więcej energii, którą widać u Moniki – sama określa się jako osobę „dość szybką i działającą”. Można przypuszczać też, że przekonanie o własnej skuteczności pełni u Moniki funkcję regulacyjną, uwzględniając jej realne możliwości, gdyż nie mówi o rozczarowaniach jakich doświadcza, a to zdarza się przy przesadnie nierealistycznym optymizmie (Zakrzewski, 1987, za: Juczyński, 2000).

## 7. Podsumowanie

Karol od ponad czterdziestu lat pełni rolę opiekuna swojej żony, nie zgłaszając przy tym objawów przeciążenia ani nie postrzegając tej roli jako szczególnie wymagającej. Takie doświadczenie jest niezgodne z szeroko udokumentowanymi danymi w literaturze, które wskazują, że długotrwała opieka nad bliskimi, zwłaszcza w kontekście chorób przewlekłych, często wiąże się z wysokim poziomem stresu, zmęczeniem emocjonalnym oraz fizycznym, a także ryzykiem wypalenia opiekuna (Schulz i Sherwood, 2008). Przeprowadzone badania pokazują, że większość opiekunów odczuwa znaczący ciężar emocjonalny i fizyczny, co może prowadzić do negatywnych skutków zdrowotnych, zarówno na poziomie psychicznym, jak i somatycznym (Pinquart i Sörensen, 2003). Zatem doświadczenia Karola stanowią interesujący przypadek odchylenia od normatywnych wzorców opisywanych w badaniach nad opieką długoterminową. Może być to spowodowane dużym wsparciem, jakie otrzymuje od rodziny.

Karol jest odciążony w codziennych obowiązkach przez względną samodzielność żony. Jego rolą pozostaje wsparcie w takich dziedzinach jak poruszanie się, czynności higieniczne, załatwianie formalności oraz bardziej wymagające prace domowe. Dzięki współpracy z córką i wnukami, ma możliwość poświęcania czasu na swoje pasje, w tym na pielęgnację ogrodu. Badania nad opieką nad chorymi ze stwardnieniem rozsianym (Potemkowski, Ratajczak, 2017) oraz artykuł Marii Kózki, Stanisława Wojtana i Elżbiety Woźniok (2011), zaznaczają istotność wsparcia społecznego w zmniejszaniu obciążeń opiekunów. Karol owo wsparcie ma

i podkreśla swoją wdzięczność za nie. Zaznacza również, że ich życie rodzinne nigdy nie było zaburzone z powodu niepełnosprawności żony, a wspólne wyjazdy i aktywności pozwalają im cieszyć się życiem. Nie jest to zgodne z tym, co czytamy chociażby u Magliano (2005).

Na podstawie pracy Potemkowskiego i Ratajczaka (2017) na temat psychologicznych i społecznych problemów dzieci w rodzinie ze stwardnieniem rozsianym, można zauważyć, że opieka nad bliskimi cierpiącymi na chroniczne choroby, choć obciążająca, przynosi także pewne korzyści emocjonalne. Opiekowanie się żoną sprawia, że Karol czuje się spełniony i potrzebny, co jest uczuciem dzielonym przez wielu opiekunów.

Karol wspomina też o korzystaniu z dodatku 500+ oraz emerytur, ale nie z profesjonalnej opieki i szkoleń. Mówi, że takie coś byłoby dobre, zwłaszcza gdy jako młody mąż nie umiał początkowo odnaleźć się w sytuacji. Jest to zgodne z tym co czytamy w literaturze. Szeroko opisane wyzwania finansowe i ograniczony dostęp do profesjonalnej pomocy dla opiekunów osób niepełnosprawnych fizycznie (Gawlik, Kurpas, 2014; Bakalarczyk, 2017) oraz raporty o stanie wsparcia socjalnego w Polsce również potwierdzają taką potrzebę (Łuczak, 2017).

Chociaż Karol jest już w podeszłym wieku, swoją kondycję zarówno fizyczną, jak i psychiczną ocenia jako dobrą. Czerpie energię do działania z miłości do żony oraz z poczucia bycia ważnym i potrzebnym. Obawia się, co stanie się, gdy go zabraknie, kto zajmie się żoną tak jak on. Uważa, że społeczeństwo powinno być bardziej świadome wyzwań opiekunów i oferować większe wsparcie.

Monika, opowiadając o swoim doświadczeniu, potwierdza wnioski z literatury, wskazujące na emocjonalne i finansowe wyzwania, z jakimi mierzą się opiekunowie osób z zaburzeniami psychicznymi (Morimoto i Yanai, 2000; Tobiasz-Adamczyk, 2013). Choć jej syn dąży do niezależności, jego codzienne funkcjonowanie wciąż wymaga od niej stałego wsparcia, cierpliwości i poświęcenia. Chociaż Monika doświadcza licznych trudności, cieszy się z sukcesów syna i aktywnie dąży do wzbogacania swojego życia prywatnego.

Warto zaznaczyć, że Monika zwraca również uwagę na problem niewystarczającego wsparcia systemowego dla opiekunów. Krytykuje obecne rozwiązania, podkreślając, że środki pomocowe są dalece nieadekwatne do rzeczywistych potrzeb osób zajmujących się opieką nad innymi. Podnosi również kwestię konieczności reform, które byłyby bardziej zorientowane na praktyczne wsparcie i realne ułatwienia dla opiekunów. Zdanie Moniki jest zgodne z tym co mówią inni opiekunowie w różnych badaniach (Mazurkiewicz i in., 2015). Monika podkreśla, że takie wspar-

cie powinno być łatwiej dostępne i bardziej kompleksowe. Przyznaje też, że jej życie rodzinne i zawodowe było zaburzone przez chorobę syna. Towarzyszył jej długotrwały stres i poczucie, że nie chce żyć tylko jako opiekunka syna.

Monika zaznacza, że opieka nad osobą cierpiącą na schizofrenię wymaga ciągłej uwagi i adaptacji do ewoluujących potrzeb pacjenta, co stanowi istotne wyzwanie. Podkreśla także, że społeczeństwo nie otrzymuje wystarczającej edukacji na temat chorób psychicznych, a chorzy jak i ich opiekunowie doświadczają stygmatyzacji. Jest to opisywany aspekt w literaturze (Kaggwa i in., 2023).

Monika czerpie siłę i motywację z miłości do syna i rodziny, wierząc, że mimo trudności, można prowadzić satysfakcjonujące życie.

Te dwa przypadki ilustrują, jak opiekunowie, mimo wieloaspektowych wyzwań związanych z opieką nad osobami z niepełnosprawnościami, mogą czerpać zadowolenie z pełnienia swoich ról. Opieka ta jest złożonym procesem, który wymaga integracji wsparcia rodzinnego z instytucjonalnym, co podkreśla potrzebę współpracy na wielu poziomach. Doświadczenia Karola i Moniki, choć różnorodne, zgodnie pokazują fundamentalne znaczenie miłości i emocjonalnego wsparcia jako kluczowych elementów efektywnej opieki i radzenia sobie z codziennymi obowiązkami opiekuńczymi. Zgodne jest również to, że według badań opiekunowie najczęściej stosują zadaniowy styl radzenia sobie z trudnymi sytuacjami (Kózka i in., 2011), co widać w wypowiedziach naszych respondentów.

Oboje podkreślają również potrzebę większej edukacji społecznej na temat chorób psychicznych, co jest zgodne z literaturą, która wskazuje na konieczność zwiększenia świadomości społecznej i wsparcia dla opiekunów (Morimoto i Yanai, 2000). Z obu wywiadów wybrzmiewa także brak dostępu do profesjonalnej opieki i potrzeba większego wsparcia ze strony państwa.

Analiza wywiadów wskazuje, że zarówno Karol, jak i Monika mają silne wsparcie społeczne i wysokie poczucie własnej skuteczności. Oboje wyrażają, mimo wszystko, zadowolenie z życia. Jest to zgodne z literaturą, która podkreśla, że wsparcie społeczne i poczucie własnej skuteczności mogą znacząco wpływać na dobrostan opiekunów. Wysoka skuteczność własna jest kluczowa dla opiekunów osób chorych, ponieważ wpływa na ich zdolność do podejmowania wyzwań i zarządzania stresem (Schwarzer i Jerusalem, 1992). Sami jesteśmy zaskoczeni aż tak zgodnymi wynikami. Jednakże mimo wysokiego poziomu skuteczności własnej i wsparcia społecznego, opiekunowie nadal napotykają liczne



wyzwania i potrzebują większego, realnego wsparcia zarówno ze strony systemu opieki zdrowotnej, jak i społeczeństwa. Ważne jest, aby system wsparcia dla opiekunów był bardziej zintegrowany i dostępny, co mogłoby znacznie poprawić jakość życia opiekunów, jak i osób, którymi się zajmują.

Zdajemy sobie sprawę, że wypowiedzi pojedynczych osób nie są miarodajne na całą grupę jaką są nieprofesjonalni opiekunowie, ale mogą być ważnym głosem w tym społecznie znaczącym temacie. Być może byłoby to zaczynem do większych badań w przyszłości. To temat aktualny, istotny i wpływający na całe społeczeństwo. Nie tylko na opiekunów i ich podopiecznych. Jesteśmy siecią połączeń. Frustracja przemęczonego opiekuna, który nie otrzymuje dostatecznego wsparcia, jest niejednokrotnie wyładowywana w miejscach publicznych. Nigdy też nie wiadomo czy i kiedy samemu przyjmie się rolę opiekuna lub podopiecznego. Empatia, życzliwość i mądre wsparcie to coś, co naszym zdaniem, jest podstawą jaką należy zapewnić, tej szczególnie obciążonej, grupie.

## Bibliografia

- Babicki, M., Kotowicz, K., Piotrowski, P., Stramecki, F., Kobyłko, A., Rymaszewska, J. (2018). Obszary stygmatyzacji i dyskryminacji osób chorujących psychicznie wśród respondentów internetowych w Polsce. *Psychiatria Polska*, 52(1), 93-102.
- Bakalarczyk, R. (2017). Deficyt bezpieczeństwa emerytalnego opiekunów osób niesamodzielnych jako skutek dezaktywizującego zawodowo systemu opieki w Polsce. *Ubezpieczenia społeczne. Teoria i Praktyka*, 4, 91-119.
- Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych. Dane demograficzne. Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań z 2021 roku.
- Boling, W., Macrina, D.M., Clancy, J.P. (2003). The Caregiver Quality of Life Cystic Fibrosis (CQOLCF) Scale: Modification and Validation of an Instrument to Measure Quality of Life in Cystic Fibrosis Family Caregivers. *Quality of Life Research*, nr 12, s. 1119-1126.
- Borski, M. (2019). „Opieka wytchnieniowa” jako ważny instrument wsparcia opiekunów osób z niepełnosprawnościami. *Roczniki Administracji i Prawa*, 2(19), 151-167. DOI: 10.5604/01.3001.0014.0433
- Chen, L., Zhao, Y., Tang, J., Jin, G., Liu, Y., Zhao, X., Chen, C., Lu, X. (2019). The burden, support, and needs of primary family caregivers of people experiencing schizophrenia in Beijing communities: a qualitative study. *BMC Psychiatry*, 19(1), Article 75.
- Cheng, M., Yang, H., Yu, Q. (2023). Impact of informal caregiving on caregivers' subjective well-being in China: a longitudinal study. *Archives of Public Health*, 81(209). DOI: 10.1186/s13690-023-01220-1.
- Chuchra, M. M. (2009). Obraz brzemienia rodziny z osobą chorą na schizofrenię. *Roczniki psychologiczne*, 12(2), 103-128.
- De Jong Gierveld, J., van Tilburg, T. (1999). *Manual of the Loneliness Scale*. Methoden en technieken.

- Gawlik, M., Kurpas, D. (2014). Ocena poziomu wypalenia członków rodzin w opiece nad pacjentem z chorobą nowotworową objętych domową opieką paliatywną. *Family Medicine & Primary Care Review*, 16(4), 336-340.
- Gąciarz, B., Bartkowski, J. (2014). Położenie społeczno-ekonomiczne niepełnosprawnych w Polsce na tle sytuacji osób niepełnosprawnych w krajach Unii Europejskiej. *Niepełnosprawność–zagadnienia, problemy, rozwiązania*, 11(2), 20-43
- Gérain, P., Zech, E. (2019). Informal Caregiver Burnout? Development of a Theoretical Framework to Understand the Impact of Caregiving. *Frontiers in Psychology*, 10, 1748. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01748.
- Infor.pl. (2023). Ważne zmiany dla opiekunów podlegających ubezpieczeniu w KRUS od 2024 r.; W 2024 r. świadczenie przedemerytalne dla opiekuna osoby niepełnosprawnej.
- Juczyński Z. (2001). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego
- Juczyński Z. (2009). *Skala Uogólnionej Własnej Skuteczności*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego
- Juczyński, Z. (2000). Poczucie własnej skuteczności–teoria i pomiar.
- Kaggwa, M. M., Najjuka, S. M., Mamun, M. A., Griffiths, M. D., Nyemara, N., Ashaba, S. (2023). Involvement and burden of informal caregivers of patients with mental illness: The mediating role of affiliated stigma. *BMC Psychiatry*, 23, 72. DOI: 10.1186/s12888-023-04553-x.
- Kózka, M., Wojtan, S., Woźniak, E. (2011). Funkcjonowanie psychospołeczne opiekunów chorych wentylowanych mechanicznie w warunkach domowych. *Problemy Pielęgniarstwa*, 19(2), 185-193.
- Locke, E. A., Latham, G. P. (1990). Work motivation and satisfaction: Light at the end of the tunnel. *Psychological science*, 1(4), 240-246.
- Łuczak, P. (2017). Opiekunowie dorosłych osób niepełnosprawnych w Polsce i ich aktywność zawodowa. *Polityka Społeczna*, 521(8), 36-41.
- Magliano, L., Fiorillo, A., de Rosa, C., Malangone, C., Maj, M. (2005). Family Burden in Long- Term Diseases: A Comparative Study in Schizophrenia vs. Physical Disorders. *Social Science & Medicine*, 61, s. 313–322.
- Mazurkiewicz, A., Sidor, K., Podstawka, D., Wolak, B., Makara-Studzińska, M. (2015). Wpływ wsparcia na jakość życia osób sprawujących opiekę nad chorymi na Alzheimer. *Medycyna Paliatywna*, 7(4), 250-255.
- Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. *Wytchnienie dla opiekunów. Nowy program z podpisem minister rodziny*. Gov.pl.
- Morimoto, T., Yanai, B. (2000). Analysis of Factors Related to Caregiver Burden among Informal Caregivers of Severely Mentally and Physically Disabled Persons: Negative Health Perceptions and Reduced Quality of Life. *Journal of Health Education and Promotion*, 7(1-2), 3-10.
- Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. „Raport końcowy z badania potrzeb osób niepełnosprawnych”. PFRON. Data dostępu: 06.06.2024r.
- Pinquart, M., Sörensen, S. (2003). Differences between caregivers and noncaregivers in psychological health and physical health: A meta-analysis. *Psychology and Aging*, 18(2), 250-267.
- Potemkowski, A., Ratajczak, A. (2017). Psychologiczne i społeczne problemy dzieci w rodzinie ze stwardnieniem rozsianym. *Polski Przegląd Neurologiczny*, 13(3), 132-136.
- Schulz R, Sherwood PR. (2008). Physical and mental effects of family caregiving. *Journal of Social Work Education*, 44, 105–113.
- Schwarzer, R., Jerusalem, M. (1992). Generalized Self-Efficacy scale. W J. Weinman, S. Wright, M. Johnston, Measures in health psychology.
- Tobiasz-Adamczyk, B. (2013). Wyzwania dla rodzin związane z opieką nad chorym lub starszym bliskim.

## The burdens and reinforcements associated with providing care for individuals with mental and physical illnesses from the perspective of caregivers

### Keywords

non-professional caregivers, caregivers, disability, chronic illness, incurable disease, family.

### Abstract

The article discusses the burdens and reinforcements associated with caring for mentally and physically ill individuals from the perspective of non-professional caregivers. It consists of two parts. The first part describes the main challenges encountered by caregivers, including emotional, physical, and financial burdens. It also presents the benefits of caregiving, such as a sense of fulfilment and satisfaction from helping loved ones. The focus is on the Polish context, but perspectives from other countries are also cited. Subsequently, based on the available literature, questions are formulated to conduct two interviews in the second part with individuals who care for the sick. The interviews confirm many aspects found in the literature. Differences in the burdens of caring for mentally and physically ill individuals are also evident. The voices of the caregivers revealed a variety of experiences and needs. However, regardless of the type of illness, both interviews emphasize the significant role of social support. The need for greater systemic support, including access to respite care, is highlighted to improve the quality of life for caregivers and their charges.





Izabela Pakuła  
Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych w Warszawie  
Email: isa.pakula@gmail.com  
ORCID: 0009-0001-4443-5140

**Recenzja publikacji pt. *Neuronauka społeczna*, autorstwa Stephanie Cacioppo, Johna T. Cacioppo, (przeł. Małgorzata Guzowska),  
Wydawnictwo PWN: Warszawa 2023.**

Książka „Neuronauka społeczna” ukazała się na rynku amerykańskim w 2020 roku nakładem wydawnictwa Princeton University Press. W Polsce została opublikowana w 2022 i 2023 roku (to drugie wydanie jest w niniejszej recenzji omawiane) nakładem wydawnictwa PWN w Warszawie. Redakcji naukowej polskiego wydania oraz recenzji naukowej podjął się prof. Michał Harciarek z Uniwersytetu Gdańskiego, a książkę na język polski przełożyła Małgorzata Guzowska. Polskie wydanie wraz z bibliografią liczy 316 stron. Książka podzielona została na 9 rozdziałów (zatytułowanych odpowiednio: „Wprowadzenie do neuronauki społecznej”, „Kontakty społeczne są ważne”, „Mózg społeczny”, „Siły łączące”, „Percepcja społeczna: czytanie twarzy”, „Oszustwa społeczne: czytanie oczu”, „Procesy grupowe”, „Wpływ społeczny”, „Zdrowe więzi społeczne”), dwa załączniki („Ewolucyjna teoria samotności Cacioppo ETL oraz „Skala namiętnej miłości”) oraz obszerny spis bibliograficzny, spis rycin, tabel ramek, indeks nazwisk oraz indeks rzeczowy a także notatkę „O autorach”. Każdy z rozdziałów składa się z pomniejszych podrozdziałów -zamkniętych uwagami końcowymi.

Stephanie Cacioppo jest naukowcem związanym z University of Chicago, gdzie kieruje laboratorium dynamiki mózgu, a także jest przewodniczącą Towarzystwa Neuronauki społecznej, John. T. Cacioppo natomiast jest naukowcem również związanym z University of Chicago, autorem samego pojęcia „neuronauka społeczna”, a także wielu książek związanych z tematyką funkcjonowania mózgu w kontekście psychologii społecznej. „Neuronauka społeczna” jest pierwszą pozycją autorów przetłumaczoną na język polski.

Rozdział pierwszy „Wprowadzenie do neuronauki społecznej” obejmuje takie zagadnienia, jak ewolucja zachowań społecznych (wyróżnienie czterech rodzajów zachowań społecznych, takich jak: wzajemne korzyści, samolubstwo, altruizm oraz złośliwość), czym jest neuronauka i neuronauka społeczna (odpowiednio neuronauka behawioralna koncentrowała się na mózgu jako ogniwie pośrednim między bodźcem i reakcją, podczas gdy neuronauka społeczna traktuje mózg w kategoriach interdyscyplinarnych i w perspektywie relacji z innymi jednostkami), co czyni nas ludźmi (np. umiejętność narracji charakterystyczna dla lewej półkuli) oraz nakreśla, czym jest doktryna analizy wielopoziomowej (omawia zasadę wielokrotnego determinizmu, zasadę determinizmu nieaddytywnego oraz zasadę wzajemnego determinizmu), a także charakteryzuje tzw. złoty trójkąt (w skład którego wchodzi manipulacja eksperymentalna, testowanie behawioralne oraz pomiary fizjologiczne).

Rozdział drugi zatytułowano „Dlaczego kontakty społeczne są ważne”. Autorzy podkreślają w nim ważną rolę tzw. zdrowych więzi społecznych, które wiążą się z szeregiem korzyści, zarówno dla zdrowia psychicznego, jak i fizycznego. Z drugiej strony badacze zwracają uwagę na fakt, iż zarówno niesatysfakcjonujące kontakty społeczne, jak i izolacja społeczna, korelują ze zwiększonym ryzykiem zachorowalności na niektóre choroby oraz przedwczesną śmiercią. Warto dodać -, że predyktorem ewentualnych trudności nie jest obiektywna izolacja, ale jej percepcja. W tym rozdziale została również przedstawiona ewolucyjna teoria samotności, a także ścieżki i konsekwencje izolacji społecznej, w kontekście pracy mózgu i neurofizjologii człowieka.

Rozdział trzeci nosi tytuł „Mózg społeczny”. Przedstawione zostały w nim metody badania mózgu, takie jak: metody neuroobrazowe, badanie modyfikacji ekspresji genów, badanie zmian aktywności genów. Autorzy scharakteryzowali również ewolucję mózgu społecznego. Dwa podrozdziały zostały odpowiednio poświęcone rozwojowi mózgu społecznego w okresie niemowlęcym (z naciskiem na rozwój funkcji mowy) i rozwojowi mózgu społecznego dzięki zdrowym związkom społecznym (z uwzględnieniem samotności i jej wpływu na kształtowanie się mózgu). Rozdział kończy się refleksją, jak ważne dla kształtowania prawidłowej struktury mózgu, i co za tym idzie szeregu funkcji na poziomie poznawczym i behawioralnym, są kontakty społeczne.

Rozdział czwarty o tytule „Siły łączące” – skupia się na tzw. „niewidzialnych siłach” łączących ludzi w społeczeństwie, takich jak: identyfikacja, naśladowanie, zarażanie emocjonalne, empatia, świadome myślenie o cudzych myślach uczuciach intencjach i celach. W tym rozdziale zostały krótko omówione również inne mechanizmy z zakresu psychologii społecznej, takie jak: automatyczna mimikra, imitacja, zarażanie emo-

cyjonalne, rezonans somatosensomotoryczny, przyjmowanie perspektywy afektywnej, empatia emocjonalna czy empatia poznawcza. Bardziej szczegółowo, z uwzględnieniem zmian zachodzących w mózgu zostały przedstawione zarażanie emocjonalne, przyjmowanie perspektywy afektywnej, empatia, imitacja oraz identyfikacja. Osobny podrozdział został poświęcony mentalizacji (wyróżniona została m.in. perspektywa egocentryzmu oraz symulacji), gdzie obszerny fragment poświęcono tzw. neuronom lustrzanym oraz uczeniu społecznemu.

Rozdział piąty zatytułowany „Percepcja społeczna: czytanie twarzy” poświęcony został m.in. postrzeganiu twarzy w kontekście ewolucyjnym. Autorzy przedstawiają w nim także najnowsze badania na temat pracy mózgu i postrzegania twarzy. Jeden z podrozdziałów został zadedykowany tzw. sygnałom statycznym, czyli stałym elementom twarzy, dzięki którym dokonujemy oceny i wnioskujemy o innych cechach spotkanych osób. Dużo miejsca poświęcono również sygnałom powolnym (związanym z wiekiem), sztucznym (tym, które zmieniają wygląd twarzy, jak np. makijaż), szybkim (mikroekspresjom) i związanej z tym percepcji emocji. W niniejszym rozdziale wyróżniono również negatywne emocje moralne, czyli zdolności człowieka do odczuwania emocji złożonych.

Rozdział szósty autorzy zatytułowali „Oszustwa społeczne: czytanie oczu”. Skupiają się w nim na procesie rozpoznawaniu stanu emocjonalnego drugiej osoby na podstawie wyglądu jej oczu, m.in. za pomocą kierunku spojrzenia, któremu został poświęcony osobny podrozdział. Autorzy dokonują również pewnego rodzaju podsumowania, integrując wpływy fizyczne, kontekstowe i behawioralne. W podsumowaniu tego rozdziału zwracają uwagę na rolę komunikacji ekspresyjnej i jej znaczenie dla przetrwania jednostki oraz wskazują, jak wraz z ewolucją więzi społecznych kształtował się ośrodkowy układ nerwowy u człowieka.

Siódmy rozdział książki nosi nazwę „Procesy grupowe” i został poświęcony relacjom pomiędzy biologicznymi uwarunkowaniami tworzenia grup i funkcjonowania w nich oraz aspektem kulturowym tegoż. W rozdziale omówiono mechanizmy konkurencji między - i wewnątrzgatunkowej z perspektywy psychologii ewolucyjnej, a także zjawisko wzajemności z podziałem na wzajemność bezpośrednią, pośrednią oraz wzajemność sieciową. Osobne podrozdziały zostały poświęcone zagadnieniu grup obcych i grup własnych oraz neuronalnemu podłożu uprzedzeń i stereotypów w kontekście stereotypizacji, uprzedzeń i dyskryminacji oraz łagodzeniu stereotypów i uprzedzeń. Scharakteryzowano również zjawisko altruistycznego karaniania oraz współpracy.

Rozdział ósmy „Wpływ społeczny” omawia takie zjawiska jak konformizm, posłuszeństwo wobec autorytetów oraz charakteryzuje zjawisko perswazji. Perswazja została tutaj przedstawiona w perspektywie zarówno

no kulturowej, jak i ewolucyjnej. Autorzy -omówili historyczne uwarunkowania perswazji oraz jej związek z komunikacją interpersonalną oraz zaprezentowali autorski model ELM – tzw. „model prawdopodobieństwa opracowania” odnoszący się do różnego rodzaju operacji przetwarzania informacji.

Ostatni rozdział „Zdrowe więzi społeczne” skupia się przede wszystkim na relacjach interpersonalnych. Autorzy opisują namiętną miłość romantyczną również w kontekście aktywowanych obszarów mózgu i wniosków z badań neuroobrazowania. Omawiają również inne rodzaje miłości, popędy biologiczne oraz wnioski z badań nad stylami przywiązania. Osobne podrozdziały zostały poświęcone „Szybkości miłości w ludzkim mózgu”, „Romantycznemu odrzuceniu” oraz „Poznawczym korzyściom miłości”. W uwagach końcowych rozdziału autorzy podkreślają, że miłość aktywuje w mózgu trzy ważne systemy: afektu, nagrody oraz poznawczy.

W podręczniku znajdziemy również dwa załączniki. Załącznik A charakteryzuje krótko „Ewolucyjną teorię samotności Cacioppo” (ETL), która opiera się na ewolucyjnej klasyfikacji zachowań społecznych. Załącznik B natomiast stanowi „Skala namiętnej miłości” składająca się z 15 twierdzeń, punktowanych od 1 do 9 i służy do oceny poznawczych emocjonalnych i behawioralnych składowych namiętnej miłości. Książkę kończy obszerna bibliografia, z podziałem na poszczególne rozdziały, licząca sobie ponad 1000 pozycji, w zdecydowanej większości anglojęzycznych.

„Neuronauka społeczna” jest niewątpliwie ciekawą i nowatorską pozycją na rynku literatury z zakresu psychologii społecznej i neurobiologii. Została napisana przystępnym, łatwym w odbiorze językiem i bogato zilustrowana rycinami przedstawiającymi omawiane zagadnienia. Jej dodatkową zaletą jest odwołanie się do stanu badań, które zostały opublikowane do roku 2020, więc jest również pozycją aktualną. Integruje wiedzę z różnych dziedzin i podaje ją w perspektywie psychologii społecznej. Wydaje się ciekawym wyborem zarówno dla studentów, jak i dla wykładowców oraz wszystkich pasjonatów nauk społecznych i nie tylko.

Do słabych stron książki można zaliczyć przeładowanie szczegółami i łączenie perspektywy ewolucyjnej z perspektywą współczesną, bez ujęcia zmiennych pośredniczących oraz kontekstu historyczno-społecznego, w którym przecież jednostka zawsze funkcjonuje. Dodatkowo, zdecydowana większość przykładów i badań pochodzi ze Stanów Zjednoczonych. Bez wątpienia jest to jednak oryginalna i nowatorska pozycja na rynku naukowym, która wzbogaca wiedzę o funkcjonowaniu ludzkiego mózgu w perspektywie psychologii społecznej.





Marcin Jurczyk  
Uniwersytet Śląski w Katowicach (University of Silesia in Katowice)  
marcin.jurczyk@us.edu.pl  
ORCID: 0000-0003-0099-4730

## REPORT

### **Event titled: „Pedagogical and Psychological Educatorium” University of Silesia in Katowice, Poland**

On October 30, 2023, from 9:30am to 3:00pm, the “Pedagogical and Psychological Educatorium” took place at the Open University of the University of Silesia in Katowice. The event aimed to present research findings on discriminatory behaviors and situations in schools in Katowice, as well as to discuss methods for counteracting such phenomena. The research, commissioned by the Department of Education of the Katowice City Hall, was conducted among teachers, male and female students. It focused on diagnosing discrimination based on various characteristics such as race, nationality, physical appearance (including excessive body weight), sexual orientation, gender identity, religion, financial status, developmental needs, and disabilities. The research also aimed to identify the needs for responding to unequal treatment and to assess the training and competency needs of teachers in addressing these issues.

The event began at 9:30am with the official welcome of participants. At 9:45am, Prof. Ewa Jarosz delivered a lecture titled “Children’s Well-being: Can/Should Schools Help Them Be Happy?”, which addressed the role of schools in providing emotional support and ensuring student well-being. At 11:00am, a team consisting of Dr. Dagmara Dobosz, Dr. Hewilia Hetmańczyk, Dr. Marcin Jurczyk, Dr. Maciej Bożek, and Prof. UŚ presented a report titled «Equality, Diversity, and Discrimination», discussing the findings of the research. Following the presentation, participants took a coffee break, offering a chance for reflection and discussion.

After the break, from 11:30am to 1:00pm, the first part of the workshops took place. The workshops covered topics such as counteracting discrimination, supporting war refugee students, working with neurodiverse students (ASD), and alternative methods of education for children and youth. After the first session of workshops, participants had another short break.

The second part of the workshops, held from 1:30pm to 3:00pm, continued to explore important educational topics. During this session, Dr. Sabina Pawlik addressed the issue of democratic coexistence in education with a lecture titled “Who Has a Voice? Education as Democratic Coexistence”. Dr. Karolina Skop led a session on “Working with Students in Crisis Situations – Children from Ukraine in Polish Educational Institutions” discussing the challenges of educating refugee students. Dr. Jolanta Klimczak delivered a lecture titled “Schools as Places for Counteracting Discrimination” focusing on actions that can help combat unequal treatment in schools. The final workshop, led by Dr. Iwona Wendreńska, was on creating environments conducive to learning for students with ASD and was titled “Creating a Learning Environment for Students with ASD”.

The “Pedagogical and Psychological Educatorium” not only provided participants with theoretical knowledge but also offered practical tools for counteracting discrimination in schools, supporting students in difficult situations, and developing skills for working with students with special needs. This event became an important platform for the exchange of experiences and the enhancement of competencies for teachers, educators, and other professionals involved in education.

The result of the research team’s work is a publication titled “Discrimination in School: The Perspective of Students and Teachers”, available in open access at <https://wydawnictwognome.pl/dyskryminacja-w-szkole>

*“We present to our readers a publication that is the result of research on phenomena and situations of discrimination, as well as the needs of students and teachers in the context of their occurrence. The research was conducted at the turn of 2022 and 2023, as part of a collaboration between a team of researchers from the University of Silesia in Katowice and the city of Katowice. The study took place in primary and secondary schools in Katowice and followed a praxeological orientation—meaning it was socially engaged research aimed at initiating change and improving the functioning of schools in terms of respecting and promoting social diversity. This diversity also includes the challenges arising from the integration of refugee children into schools due to the armed conflict in Ukraine.*

*We inquired about phenomena, behaviors, and instances of discrimination from both teachers and students to obtain the most credible, multi-perspective view of the issue. The research results allowed us to formulate recommendations for actions that promote a desired model of school functioning as an environment for development, with a clear imperative of respecting and supporting diversity. We emphasize the significance and value of such a model, recognizing its importance not only in respecting the dignity and individuality of every young person and creating a safe, supportive environment for their individual development, but also acknowledging its key role in fostering proper civic attitudes and building a strong civil society”.*

*(An excerpt from the publication, p. 9)*





Tomasz Wojciechowski  
Wydział Humanistyczny Politechniki Koszalińskiej,  
Szkoła Doktorska Politechniki Koszalińskiej  
ORCID: ORCID: 0000-0002-0675-4474

## **Sprawozdanie z Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej pł. Władze RP na uchodźstwie i polska emigracja niepodległościowa 1939–1990 – stan badań i postulaty badawcze, 23–24 wrzesień 2024, Mielno**

Ogólnopolska konferencja naukowa „Władze RP na uchodźstwie i polska emigracja niepodległościowa 1939-1990 – stan badań i postulaty badawcze” odbywała się w dniach 23 -24 września 2024 roku w Mielnie, skupiając badaczy z całej Polski, zajmujących się problematyką uchodźstwa, emigracji niepodległościowej, jak również organizacji polonijnych w XX wieku.

Jej zakres był bardzo szeroki, biorąc pod uwagę samą tylko cezurę czasową, stąd organizatorzy: Wydział Humanistyczny Politechniki Koszalińskiej oraz Koszalińskie Centrum Badań nad Uchodźstwem i Emigracją, zdecydowali o dwudniowym przebiegu wydarzenia, obejmującym trzy osobne panele tematyczne. Patronaty nad wydarzeniem objęli Adam Rudawski - Wojewoda Zachodniopomorski oraz dr hab. Danuta Zawadzka, prof. PK - JM Rektor Politechniki Koszalińskiej. Konferencja była elementem projektu, realizowanego w ramach programu „Nauka dla Społeczeństwa II“.

Należy podkreślić, że konieczność zorganizowania wyżej wymienionej konferencji postulowały same środowiska badawcze, chcąc dokonać podsumowania oraz usystematyzowania posiadanej wiedzy oraz przygotować pewnego rodzaju konceptualizm pod przyszłe paradygmaty naukowe. Tym bardziej, że badania nad dziejami polskiego wychodźstwa stanowią przedmiot licznych kwerend archiwalno-bibliotecznych i muzealnych w ośrodkach krajowych i zagranicznych. Powstaje szereg publikacji, realizowane są projekty naukowe i cały czas powstają nowe inicjatywy. Rozwijają się ośrodki badawcze i kształtuje percepcja postrzegania zjawiska emigracji czy uchodźstwa. Kolejną placówką na

naukowej mapie Polski związaną z emigracją jest wspomniane Centrum Badań nad Uchodźstwem i Emigracją, funkcjonujące od listopada 2023 roku przy Wydziale Humanistycznym Politechniki Koszalińskiej, które w swym zakresie działalności realizuje także organizację konferencji naukowych i wydarzeń poświęconych Polakom za granicą.

Komitet naukowy konferencji tworzyli: prof. dr hab. Jarosław Kłaczek (UMK Toruń), prof. dr hab. Wiesław Jan Wysocki (UKSW, Instytut Józefa Piłsudskiego w Warszawie), prof. dr hab. Bogusław Polak (WH PK), prof. dr hab. Jacek Knopek (WH PK), prof. dr hab. Czesław Partacz (WH PK), płk dr hab. Juliusz S. TYM (prof. Akademii Sztuki Woj), dr hab. Zbigniew Girzyński, (prof. UMK), dr hab. Joanna Pyłat (prof. WSKZ), dr hab. Waldemar Handke (Instytut im. S. "Grota" Roweckiego w Lesznie), dr hab. Jerzy Grzybowski (prof. UW), dr hab. Zbigniew Werra, (prof. PK), dr hab. Krzysztof Wasilewski (prof. PK), dr hab. Michał Polak (prof. PK) oraz dr hab. Tadeusz Kondracki (prof. IH PAN).

Pierwsza z sesji miała charakter analityczny, dokonano próby podsumowania wyników badań, dotychczas zgromadzonych przez prelegentów. Jej moderatorem był prof. dr hab. Jacek Knopek (WH PK), wystąpienia zaprezentowali natomiast: prof. dr hab. Bogusław Polak (również z Wydziału Humanistycznego Politechniki Koszalińskiej), podsumowujący stan badań nad problematyką polskiej emigracji niepodległościowej na Politechnice Koszalińskiej, a także dr hab. Zbigniew Girzyński (UMK), przedstawiający stan badań nad emigracją polską we Francji po II wojnie światowej. W obu przypadkach stwierdzono możliwość dalszego pogłębienia tematyki i zgromadzenia danych badawczych w postaci źródeł. Następnie dr hab. Zbigniew Werra (WH PK), wygłosił referat pt „Sterowniczym wymiar społeczności polonijnej”, zaś płk dr hab. Juliusz S. Tym, profesor Akademii Sztuki Wojennej w Warszawie (i zarazem moderator drugiej sesji) w swoim wystąpieniu „Bitwa o Monte Cassino – aktualny stan badań i postulaty badawcze” zwrócił uwagę na konieczność szerszego spectrum postrzegania polskiego udziału w walkach o masyw Monte Cassino. Natomiast dr Paul McNamara (WH PK) zaprezentował losy uchodźców z punktu widzenia mieszkańców Alboinu w swym referacie pt „Émigrés of Polish military forces in post-war Britain and Ireland” (Emigranci Polskich Sił Zbrojnych w powojennej Wielkiej Brytanii i Irlandii). Sesję zamknęła analiza mgr Marioli Jackiewicz, dyrektor Biblioteki Uczelnianej PK, która w bardzo przystępny sposób omówiła posiadane zbiory emigracyjne w zasobie tejże instytucji. Wskazała przy tym na wieloletnią współpracę Biblioteki Uczelnianej PK z naukowcami, dotyczącą gromadzenia poloników.

Druga z sesji, która miała miejsce tego samego dnia, tematycznie skupiła się wokół konkretnych postaci, powiązanych z polskim uchodźstwem. Znalazły się wśród nich postacie pierwszego oraz ostatniego prezydenta II Rzeczypospolitej Polskiej na uchodźstwie, co stanowiło niejako kłamrę zamykającą dekadę działalności polskiej emigracji politycznej w Wielkiej Brytanii. Mgr Tomasz Wojciechowski (Szkola Doktorska PK) wygłosił referat „Władysław Raczkiewicz. Pierwszy prezydent RP na uchodźstwie”, następnie prof. dr hab. Wiesław Jan Wysocki (UKSW, Instytut Józefa Piłsudskiego w Warszawie), przybliżył zebrany postaci Ryszarda Kaczorowskiego, ostatniego prezydenta II RP, tytułem wstępu wygłaszając fragment wiersza nawiązującego do postaci prezydenta. W toku dyskusji nawiązano do wizyty prezydenta Kaczorowskiego w Koszalinie oraz wysunięto postulat badawczy, aby dokonać kwerendy dokumentów, które pozwolą przybliżyć okres młodości i początki kariery politycznej prezydenta Raczkiewicza jako wcześniejszego ministra i wojewody.

Dr Bartosz Janczak z IPN w Łodzi w swojej prelekcji pt „Powołanie i działania gen. dyw. Tadeusza Komorowskiego „Bora” jako Naczelnego Wodza Polskich Sił Zbrojnych” w ciekawy sposób poddał analizie wojskową działalność generała Komorowskiego w czasie Powstania Warszawskiego, u schyłku II wojny światowej i w latach późniejszych. Wyłaniał się z tego opisu obraz człowieka niezdecydowanego, wątpliwego w swe zdolności militarne i adaptacyjne do nowoczesnych form walki zbrojnej. Następnie dr Wojciech Grobelski omówił sylwetkę słynnego „pierwszego ułana II Rzeczypospolitej”, gen. bryg. Bolesława Wieniawy-Długoszowskiego, przedstawiając tę nietuzinkową postać jako lekarza, poetę, żołnierza i dyplomata. W toczonyj się na sali dyskusji nawiązano do włoskich losów generała, gdy pełnił on funkcję polskiego ambasadora w Rzymie w przededniu wybuchu II wojny światowej.

Ostatnim prelegentem tej sesji był mgr Robert Borucki z Archiwum państwowego w Koszalinie. Zaprezentował on temat: „Materiały archiwalne dotyczące emigracji niepodległościowej w latach 1939-1990 w zasobie Archiwum Państwowego w Koszalinie”, który zawierał przykładowe historie osób, narracje członków rodzin i ciekawą dokumentację zdjęciową, jaka znajduje się w zbiorach tej instytucji.

Drugi dzień konferencji zawierał różnorodny w swej treści referaty. Prof. Krzysztof Wasilewski w wystąpieniu „Prasa polonijna w USA jako nośnik narodowej pamięci w epoce porozbiorowej” wskazał ważną rolę, jaką pełniły polonijne media tamtego okresu, nawiązując do możliwości dalszych badań prasy emigracyjnej z wykorzystaniem zasobów dygitalizowanych i internetowych. Wystąpienie w formie on-

line dr hab. Jerzego Grzybowskiemu, prof. UW, nawiązywało do próby polsko-białoruskiego porozumienia politycznego na emigracji w latach 1945-1956, uwzględniając trudny charakter relacji, nieufność obu stron i powojenne realia geopolityczne. Podobnie, trudny wątek podjął prof. dr hab. Czesław Partacz (WH PK). Przedstawił on temat „Polski rząd na uchodźstwie wobec problemu ukraińskiego”. Konkluzją było stwierdzenie, iż żadne działania rządu polskiego na uchodźstwie nie mogły wpłynąć na kształt zachodnich granic Polski, określonych na konferencji w Jałcie. Zebrani mogli dowiedzieć się wiele o losach polskiej emigracji na Czarnym Łądzie, gdyż prof. dr hab. Jacek Knopek (WH PK) w referacie „Polska emigracja w Afryce 1939-1990: stan badań i postulaty badawcze” zaprezentował polski wkład w rozwój Afryki, sugerując dalszy rozwój badań w tym zakresie.

Prof. dr hab. Jarosław Kłaczko (UMK Toruń) przybliżył sylwetkę ks. bp. Władysława Fierli, jako organizatora życia religijnego i społecznego polskich ewangelików na Obczyźnie. Kolejny prelegent, prof. Waldemar Handke z Instytutu im. Stefana „Grota” Roweckiego w Lesznie, w swoim referacie ukazał postać ks. kanonika Henryka Czornego, kapelana wojskowego w kampanii włoskiej i prezesa Koła Żołnierzy 6. Pułku Pancernego „Dzieci Lwowskich”. Autor przedstawił wojenne losy duchownego, przedstawiając przy okazji wiele ciekawych wątków związanych z jego działalnością. Także kolejny badacz, mgr Maciej Frycz (IPN Szczecin) skupił się na wybranej postaci, wnoszącej swój wkład w emigracyjną działalność Polonii. Tematem jego prelekcji była emigracyjna działalność majora Zbigniewa Sujkowskiego w latach 1945-1954. Mgr Wiktoria Gawin ze Szkoły Doktorskiej Politechniki Koszalińskiej omówiła bardzo obszerny w treści temat „Emigracja, kultura, komunikacja. Wyzwania Polonii w okresie II wojny światowej i komunizmu”. Jako ostatni mówca wystąpił reprezentujący Politechnikę Koszalińską dr hab. Michał Polak, prof. PK. W wystąpieniu „Tendencje badawcze i publicystyczne na temat polskiego udziału w bitwie o Monte Cassino-w 80 rocznicę” zawarł przekaz dotyczący pamięci zbiorowej i postrzegania przez różne środowiska, w tym dziennikarskie, bitwy pod Monte Cassino.

Na zakończenie konferencji wśród zgromadzonych uczestników miała miejsce dyskusja, obejmująca podsumowanie wydarzenia i propozycje realizacji dalszych postulatów badawczych w tematyce emigracji i uchodźstwa polskiego, narracji a także polityki historycznej naszego państwa. Stwierdzono także potrzebę cykliczności opisywanego wydarzenia.