

Wydział Pedagogiki i Psychologii
Zakład Andragogiki

J a n u s z G A J D A

Samotność jako styl życia człowieka
Одиночество как педагогическая категория
Loneliness as a Category in Pedagogy

Wielorakie kryzysy uświadamiają nam w większym stopniu konieczność traktowania społeczeństwa i poszczególnych osób w sposób podmiotowy. Przed naukami humanistycznymi pojawiły się pytania o fundamentalnym znaczeniu dla egzystencji ludzkiej - jak zachować świat przed zagładą, jak przejść od egocentryzmu i k'sobnych postaw do osobowości społecznej. Nic dziwnego przeto, że w "pedagogice humanistycznej" akcentuje się mocno powrót do uniwersalnych, trwałych wartości, a jednocześnie zwraca się uwagę na podjęcie nowych zadań wynikających z obecnych uwarunkowań, w jakich przyszło nam żyć. Są to, zdaniem B. Suchodolskiego¹:

- 1) potrzeba globalnej i orientującej wizji przyszłości,
- 2) kształtowanie alternatywnego myślenia, czyli kreowanego pytaniem "czy mogłoby być inaczej?",
- 3) kształtowanie jakości życia horyzontalnego, zorientowanego na b y ć,
- 4) zadania wychowania do pracy i twórczości, zaangażowania i uczestnictwa.

Jednym z istotniejszych uwarunkowań współczesnego człowieka jest jego wielowymiarowa samotność. Urosła ona do rozmiarów zjawiska i jako taka stanowi swoistą kategorię pedagogiczną. W zależności od stopnia przeżywania jej wywiera przemożny wpływ na styl i jakość życia.

¹B. S u c h o d o l s k i, Edukacja na rozdrożu [w:] Polska 2000, Jadwisin 1980.

PRZYCZYNY SAMOTNOŚCI

Przyczyny samotności można porządkować w kategoriach społecznych, psychologicznych i kulturowych i w zależności od dominujących czynników eksponować je jako najważniejsze. Wśród przyczyn społecznych istotną rolę pełnią miejsce zamieszkania i związane z tym możliwości kontaktów z wieloma osobami, sytuacja społeczna i materialna, wykształcenie, opinia w środowisku, uroda (wyraźne defekty, kalectwo). Wśród czynników psychologicznych nie można pominąć m.in. kompleksu niższości, nieumiejętności nawiązywania kontaktów, wygórowanego ideału miłości. Przyjęte w środowisku wzory kulturowe, wartości i normy współżycia mogą być przyczyną wyobcowania jednostki. Najczęściej jednak działają całe zespoły przyczyn wzajemnie się wzmacniających, z których nie sposób wyodrębnić czynników w istocie decydujących.

Obiektywne i rzetelne wskazanie genezy samotności jest prawie niemożliwe, bo wymagałoby przeprowadzenia dokładnych, wielostronnych badań wielu osób i także nie byłoby wolne od ryzyka błędu, ponieważ przyczyny, podobnie jak istota samotności, należą bardziej do sfery odczuć subiektywnych. Poprzestano dlatego na deklaracjach badanych, które jednak przyjmowane są krytycznie i poddawane rewizji, poprzez bliższe rozpoznanie sytuacji tych osób, rzadko bowiem ludzie doszukują się przyczyn samotności tkwiących w nich samych. Chętniej natomiast uzależniają ten stan od czynników od nich niezależnych - losu, drugiego człowieka. Stosunkowo najprostsze jest wyodrębnienie trzech grup przyczyn, według przyjętego podziału tych osób na ich stan cywilny. Są to: osoby samotne z wyboru (tzw. stary kawaler, stara panna, duchowny), osoby samotne z przyczyn losowych (wdowa, wdowiec), osoby, które powróciły do samotnego życia (rozwiedzeni, porzuceni, opuszczeni). Stan cywilny nie jest jednak niekwestionowanym sztywnym kryterium. Wiele osób samotnych żyje w nielegalizowanych związkach lub utrzymuje kontakty uczuciowe, a zatem czy można mówić, że są samotni?

Podobnie, można zadać pytanie o przyczyny ich stanu. O ile np. stan staropanieństwa czy złożenia ślubów zakonnych jest własnym świadomym wyborem, a o ile jest wynikiem poniesionych urazów w życiu? Ta bardzo pobieżna analiza przyczyn samotności, zawiązana do kryterium stanu cywilnego, wskazuje na wielorakie aspekty przeżywania jej.

PRZEŻYWANIE SAMOTNOŚCI

Przeżycia związane ze stanem samotności uwarunkowane są wieloma czynnikami natury społeczno-demograficznej i psychologicznej. Są one

niewpowtarzalne, jak niewpowtarzalne jest życie poszczególnych ludzi, a zatem są zawsze subiektywne. Różnią się od siebie charakterem, zakresem i głębokością oraz wynikającym stąd rodzajem wpływu na aktywność społeczno-zawodową, a w tym kulturalną przeżywających je osób.

Lęki i koszmar samotności

Tak można nazwać przeżycia wielu osób, które szczególnie silnie odczuwają utratę więzi uczuciowych z bliską osobą, a nierzadko tracą wiarę w sens życia. Samotności fizycznej towarzyszy samotność psychiczna i brak wiary w sens życia, a zatem samotność moralna. Samotni przeżywają głęboki smutek, cierpienie, rozgoryczenie z powodu braku kochanej osoby lub jej niewdzięczności. Nierzadkie są im stany rozstroju nerwowego, głębokiego przygnębienia, a nawet apatii. Myśl o przyszłości napawa ich lękiem. Są przerażeni swoją sytuacją, która jawi się jak koszmar. Odbiera im to chęć do pracy, do kontaktów z ludźmi, do jakiegokolwiek działalności. Wiele czasu poświęcają refleksjom nad "marnością tego świata". Osoby te nie znalazły sposobu na własną samotność. Nawet praca zawodowa czy podtrzymywane jakieś inne przejawy aktywności z czasów poprzednich nie dają im poczucia satysfakcji. Pozwalają one tylko na ten okres zapomnieć o swojej sytuacji, która w chwilach wolnych wraca ze zdwojonym poczuciem lęku. Takie dotkliwe odczuwanie samotności rzutuje zazwyczaj na przeszłość, która oceniana jest nie najwyżej, aczkolwiek o wiele lepiej od teraźniejszości, a prowadzi również do wyeliminowania niektórych form uczestnictwa w kulturze, jak teatr, opera, filharmonia. Wpływa to najczęściej ze stanu przygnębienia i inercji, ale także z tradycyjnie przyjętego przekonania, że chodzi się tam we dwoje. U ludzi starych jest to także wynikiem lęku przed późnym powrotem do domu.

A oto dwie tylko charakterystyczne wypowiedzi-zwierzenia:

"Przed dwoma laty miałam takiego amanta doskakiwacza . Był żonaty i na wysokim stanowisku [...] Nie mogłam z nim nigdzie pójść - ani do teatru, ani do koleżanek [...] Mogliśmy się spotykać tylko u mnie. Miał klucze od mojego mieszkania i przychodził regularnie zawsze w piątki na 2-3 godz. Przynosił dobry alkohol, ja stawiałam kawę i ciastka, zapalałam świece, muzyka [...] Musiałam być zawsze pogodna i miła. Nie mogłam się mu wyzalić, porozmawiać jak z bliskim człowiekiem, ale przynajmniej byłam z nim. Kiedy wychodził, zostawałam sama. To dobre, było krótkie [...] Zaczęłam uświadamiać sobie swoją upokarzającą sytuację. Szlag mnie

trafiał [...] Czym dla niego jestem? Przecież on mnie w ogóle nie kochał...

Przerwałam ten związek. A on jakby na to czekał ... Jestem zupełnie sama. Wracam z pracy i czuję pustkę. Nic mi się nie chce. Nie czytam, drażni mnie telewizja. Inni są szczęśliwi, kochają się. Ja patrzę w sufit!... W czarnych kolorach widzę przyszłość, ba w ogóle jej nie widzę ... Szkoda, że nie zdecydowałam się na dziecko ... A mogłam mieć już troje!... Dziś za późno ..."

(B.N., lat 33, wyższe wykształcenie
pracownik umysłowy, Warszawa)

"Nie przypuszczałam, że samotność jest tak straszna. Samotność jest dla mnie wielkim smutkiem. Teraz dopiero rozumiem koleżankę, która mówiła, że rano kiedy się budzi jest jej najbardziej smutno i ciężko na sercu. Dla mnie na początku samotności wieczory były straszne, a w tej chwili to i ranki. Czym dłużej jestem sama, tym jest gorzej. Dlaczego tak jest w życiu, że kiedy człowiek potrzebuje kogoś, aby był przy nim - to nikogo nie ma. Kiedy jest sprawny, otaczają go ludzie, a kiedy jest stary, mniej sprawny, bardziej potrzebujący - unikają go [...] Czasami jest tak, że nie mogę siedzieć w domu, muszę wyjść jak najszybciej (boję się wychodzić sama wieczorem). Tygodniami nie mogę nic robić w domu. Żałuję, że minęły te lata kiedy dzieci były małe."

(wdowa, lat 72, wyksz. średnie)

Wszystkie osoby, które odczuwają samotność jako dotkliwy stan, oceniają podobnie całokształt swojego życia. U większości jest on zdecydowanie ujemny, u pozostałych - niejednoznaczny. Na taką ocenę wpływają: brak kontaktu uczuciowego (brak współtowarzysza życia, dzieci), niezrealizowanie planów życiowych, słabe zadowolenie z pracy, lub brak takowego, brak wiary w poprawienie swojego życia i kierowanie nim, brak wiary w sens życia.

Pogodzenie się z losem

Postawę pogodzenia się z życiem reprezentują na ogół ludzie starzy, a nawet w wieku sędziwym. Żdają sobie bowiem sprawę, że w życiu ich nie nastąpi żadna radykalna zmiana. Doświadczenie, jakie wynieśli z długiego życia, wskazuje im, iż "nie warto walczyć", bo się tym niewiele zdziała. Człowiek i tak jest skazany na los. Są to przeważnie jednostki, które sens życia odnalazły w swojej samotniczej egzystencji. A zatem można

rzec, iż jest to "życie dla życia", takiego jakim ono jest. Tu i ówdzie jawi się tylko nuta skargi na odniesione niepowodzenia, ale pokrywana jest refleksją, że tak widocznie musiało być, i z tym trzeba się pogodzić. Jest to aprobująca rezygnacja z dążeń i zgoda na to co niesie los.

Oto jedna z wypowiedzi, która może być uznana za typową dla tej postawy samotnych:

"Z życia jestem zadowolony, zgadzam się z losem, jaki człowiek ma przeznaczony. Nie wierzę w to, że gdybyśmy drugi raz żyli - to mądrzej. Mam wrażenie, że gdyby zaczęło się od nowa, to mózg byłby jeszcze słabszy [...] Co ma być niech będzie [...] Wszystko jest przeznaczone człowiekowi. Po co się zabijać? Człowiek może mieć skarby, ale zdrowie ucieka ... Zdrowie to cały skarb."

(wdowiec, lat 81, wyksz. gimnazjalne)

Wiele osób w tym wieku wymienia wiarę w Boga jako wartość w ich życiu, odnalezienie właściwego sensu życia.

Osoby w średnim wieku, które także wyrażają zgodę na swój los, ze zrozumiałych względów nie eksponują zdrowia jako wartości naczelnej. Niewiele z nich wymienia także religię. Głównie w pracy zawodowej, a następnie pracy społecznej, czy innych podejmowanych zajęciach (w organizacjach, stowarzyszeniach), znajdują wypełnienie czasu i sensu życia. Jednocześnie z ich wypowiedzi przebija nuta oczekiwania, nadziei na lepsze.

Afirmacja i przekraczanie granic samotności

Postawę od zadowolenia do pełnej afirmacji samotnością reprezentują ludzie, niezależnie od lat, ale o bogatym wnętrzu. Najczęściej samotność fizyczna dała im niezależność, samodzielność, pełną swobodę w podejmowaniu decyzji, zdjęła uciążliwy obowiązek wyjaśniania, tłumaczenia, informowania o tym, co się robi.

Osoby, które ponownie powróciły do samotności w wyniku zerwania uciążliwego dla nich związku, określają 3-4 letni okres po rozwodzie jako najbardziej szczęśliwy w ich życiu. Ta entuzjastyczna ocena jest wynikiem pełnej swobody w dysponowaniu sobą, jest stanem upojenia wolnością. Dopiero później następuje bardziej trzeźwa ocena sytuacji, dostrzeganie mankamentów tego stanu i refleksja, jak długo można żyć w pojedynkę.

Afirmacja swobody wyraża się w określonych kierunkach aktywności, w działalności społecznej, zawodowej, w możliwościach rozwijania zainteresowań, w uczestnictwie kulturalnym.

"Samotności zawdzięczam to, że mogę więcej czytać, oglądać telewizję, w spokoju słuchać radia. W każdej chwili mogę pójść z wizytą czy na spacer. Kiedyś nie miałem na to czasu."

(Rozwiedziona, lat. 35, wyksz. średnie)

"Samotność stwarza warunki, że można ułożyć program swojego życia, nie tłumacząc się nikomu, decydować za siebie."

(Kawaler, samodzielny pracownik naukowy, l. 55)

Dla wielu badanych dysponowanie większą ilością wolnego czasu to szansa intensywnej pracy naukowej, pracy nauczycielskiej, oddanie się dzieciom, młodzieży, ludziom niepełnosprawnym. Była to dla nich forma kompensacji własnej samotności, bardzo korzystna ze społecznego punktu widzenia. Nie wchodzi tu w grę w ogóle samotność rozpatrywana w kategoriach psychologicznych. Nie odczuwają one smutku ani cierpienia. Aktywność zawodowa, szerokie zainteresowania wypełniły im życie i dały poczucie dobrze spełnionego obowiązku i zadowolenia. Można tu mówić wręcz o budującej samotności i dodatnim bilansie życia. Tego typu samotność jest w większości przypadków czynnikiem osobotwórczym, co potwierdza literatura przedmiotu i wypowiedzi wielu osób. Na przykład światowej sławy neurobiolog - Rita Levi Montalcini w wywiadzie udzielonym jednej z francuskich gazet powiedziała: "Uważam, że życie ma więcej do zaoferowania, jeśli idzie się przez nie samotnie. Jestem zadowolona z życia i nie mogę powiedzieć, abym kiedykolwiek czuła się samotnie. Młodzi nie powinni obawiać się samotności."²

Deklaruje to wręcz kilkunastu badanych ze wszystkich grup, a głównie osoby, które samotność wybrały świadomie, nie wchodząc w związki małżeńskie, i osoby, które ponownie stały się wolne.

"Kiedy zostałem sam, odnowiłem pasję teatralną jako instruktor i tak jakoś z tego wyszedłem, zaczęło mi się układać. Robiłem najpierw mniej intensywnie, później moja działalność intensyfikowała się [...]"

²Por. Z. B a r n a c h, Samotność moja miłość, "Życie Literackie" 1985, nr 10.

Znalazłem swój świat. Komuś może wydać się to dziwactwem. Cudownie się odnalazłem."

(wdowiec, 57 lat, wykształcenie wyższe, instruktor teatru.)

W grupie tej jest samodzielny pracownik naukowy, oddający się z pasją swojej pracy, która pochłania go bez reszty i w niej widzi swoje szczęście. Jest również siostra zakonna, która bez reszty poświęciła się wychowaniu sierot, jest twórcą wybitny i są emerytowane nauczycielki.

"Jestem zadowolona ze swojego życia. Nie chciałabym niczego zmieniać [...] Celem moim było nauczanie i osiągnęłam to [...] W szkole gdy pracowałam prowadziłam kursy recytatorskie [...] Dwóch moich wychowanków pisze książki. Utrzymujemy kontakty. Jeden z nich powiedział w telewizji, że swój interesujący styl książek zawdzięcza mi. Było to dla mnie bardzo miłe."

(wdowa od 40 lat)

"Nigdy nie chciałabym pokierować swoim życiem inaczej [...] Jestem bardzo zadowolona z tego, co osiągnęłam. Pierwsze studia moje to prawo - skończyłam jeszcze przed wojną. Biologię studiowałam po wojnie. Wydaje mi się, że osiągnęłam maksimum tego, co mogłam. Dużo podróżowałam. Mam wielu przyjaciół, z którymi piszę. Zapraszają mnie do Finlandii, RFN, NRD."

(wdowa od lat 12)

Przytoczone przykłady przeżyć samotności zmuszają do zwrócenia uwagi na styl życia tych osób.

SAMOTNOŚĆ A SPOSÓB, STYL I JAKOŚĆ ŻYCIA

Samotność a sposób życia

Ludzie żyjący dłuższy czas w samotności są odbierani jako inni. Ich stan wyciska na nich niezauważalne swoiste piętno. Stąd nierzadko słyszy się: "a to taki typowy stary kawaler", "stara panna", "zdziwaczka samotnik". W tych potocznych stwierdzeniach kryje się bliżej nieokreślony, ale odczuwany powszechnie syndrom cech składających się na ową "inność" ludzi żyjących samotnie; cechy te dotyczą trybu życia i

zachowania, zmian w psychice, choć te ostatnie są trudniejsze do zaobserwowania.

Życie w pojedynkę nie jest powszechnie jeszcze akceptowane. Środowisko społeczne traktuje je jako porażkę, wynik nieumiejętności, brzydoty, a nawet złego charakteru. Dlatego wielu samotnych (zwłaszcza w wieku poprodukcyjnym) ma utrudnione kontakty z innymi, a nawet są izolowani, co powoduje zamykanie się w sobie, obojętność, odrzucanie kontaktów społecznych, brak zaangażowania i inicjatywy. Następują także zmiany w obowiązujących normach postępowania. Dawne normy przestają odgrywać rolę znaczącą i są zastępowane przez nowe, nie poparte presją osób bliskich. Brak takich osób implikuje swoiste zachowanie samotnych, którzy mogą postępować w sposób dla siebie wygodny, niekiedy wręcz egoistyczny i nierządno dziwaczny. Nieodwzajemnioną miłość do ludzi przelewają na rzeczy i zwierzęta, które noszą ludzkie imiona, są pieśczone, ubierane, "rozmawia się" z nimi. Traktowane są one jako "prawdziwi przyjaciele", dają namiastkę związków uczuciowych.

U części samotnych trudności w kontaktach interpersonalnych objawiają się w zachowaniach aroganckich i agresywnych. Zgorzkniałemu osamotnionemu człowiekowi może sprawiać przyjemność czynienie drugiemu przykrości, knucie intryg, oczernianie.

Samotność może wywoływać również zupełnie odmienne zachowania od wymienionych wyżej. Zamiast ucieczki i odizolowania się może cechować się wychodzeniem do ludzi, intensywnym uczestnictwem w działalności społecznej i kulturalnej. Wielu takich osobników charakteryzuje głęboki altruizm - pomaganie innym, angażowanie się w sprawy środowiska i kraju, podejmowanie prac w organizacjach i stowarzyszeniach społecznych. Chętnie chodzą oni do klubów, korzystają z oferty placówek kultury, oddają się własnemu hobby oraz twórczości. Nie są ograniczeni wymaganiami partnera i korzystają w pełni ze swobody, jaką im daje życie w pojedynkę.

Samotność wpływa również na tryb życia, który skrajnie można przedstawić od korzystnego do wyniszczającego.³ Pierwszy odznacza się pedanterią i perfekcjonizmem w organizacji dnia codziennego. Wszystko odbywa się w oznaczonym czasie, bez pośpiechu i zbędnych napięć. Tacy samotni chcą żyć jak najdłużej, stąd też studiują zasady racjonalnego żywienia, wystrzegają się wszystkiego, co niezdrowe, dbają o swoją urodę,

³Por. P. M u l c h e r-N i e c k o w s k i, To nie choroba, "Magazyn Rodzinny" 1982, nr 99.

przestrzegają zasad higieny. Drugi jest zaprzeczeniem racjonalnego postępowania. Dotyczy on zarówno osób, które hołdują totalnemu hedonizmowi, jak gorliwych ascetów czy tytanów pracy. Sybaryci, chcący żyć jak najwygodniej, oddający się bez ograniczeń pokusom, różnorodnym uciechom życia - wyniszczają swój organizm bardzo skutecznie. Skrajności te, nie obce wszystkim ludziom, są typowe dla samotnych.

Życie w pojedynkę nie pozwala na systematyczne zaspokajanie wszystkich potrzeb, zwłaszcza potrzeb seksualnych u osób w sile wieku. Nieregularne pożycie płciowe odbija się wtedy negatywnie na samopoczuciu, a nawet zdrowiu. Popęd seksualny może popychać do nawiązywania kontaktów z przygodnymi osobami, do rozwiązłości, a nawet do zbroczeń.

Wyniszczająca jest również nadmierna praca, aby zagłuszyć potrzeby serca, aby zapomnieć o swoim stanie, aby wypełnić pustkę.

W sumie u ludzi samotnych można wyróżnić wiele postaw i zachowań. Są to, zestawiając skrajnie: tryb życia - korzystny bądź wyniszczający, kontakty interpersonalne - intensywne i różnorakie bądź ich odrzucanie, izolowanie się, uczestnictwo w kulturze: intensywne, szerokie, głębokie, kontakty z instytucjami upowszechnienia kultury, twórczy rozwój osobowości bądź minimalne uczestnictwo w kulturze, brak zainteresowań sobą i minimalny rozwój osobowości.

Samotność a style życia: ku sobie, ku światu, ku ludziom

W przypadku samotnych charakterystyczne są trzy podstawowe orientacje życia, zależne od kierunku aktywności i obiektu zainteresowań jednostki. Są to style życia: ku sobie, ku ludziom i ku światu.⁴

Orientacja k u s o b i e znamienne jest dla samotnych, którzy wszystko, co robią i przeżywają, traktują pod kątem własnych potrzeb i zainteresowań. Do orientacji tej należą również samotni twórcy i uczeni, którzy traktują swoją działalność na serio jako ich osobistą pasję. W orientacji tej życie może być traktowane na serio jako ciąg zdarzeń ważnych i układających się w biografię jednostki, podporządkowanych rygorystycznemu moralnemu wobec siebie i wobec rzeczywistości zewnętrznej, może być również przeżywane w atmosferze zabawy, w kategoriach ryzyka, niespodzianki. Wtedy ceni się to, co dostarcza nowych wrażeń i doznań, poszukuje się nowości, przywiązuje wagę do intensywności przeżyć

⁴Por. B. S u c h o d o l s k i, Kształt życia, Warszawa 1979.

emocjonalnych, do poszukiwania wzruszeń. Można powiedzieć, że jest to "życie chwilą", charakteryzujące się intensywnym przeżywaniem "chwil teraźniejszych", "namiętnościami zaspokajanymi bezpośrednio".⁵ Obie te odmiany orientacji "ku sobie" mają charakter introwertyczny i egotyczny. Przy przekroczeniu pewnych granic postawa ta zaczyna jeszcze bardziej izolować jednostkę od społeczeństwa, pogłębiać samotność. Los jej staje się dramatyczny, pozbawiony spokoju i szczęścia, a rozkwitająca w tych warunkach twórczość trudna i niezrozumiała, jest ceniona. Wymownym przykładem takiego samotnika twórcy może być Franz Kafka.

Sama twórczość zresztą jest - jak sugestywnie wyjaśnił B. Suchodolski - stylem życia⁶ charakteryzującym się swoistą postacią działalności zaangażowanej i nowatorskiej. Samotność sprzyja twórczości, bo ta w gruncie rzeczy jest działalnością indywidualną, a nie kolektywną. Skupienie twórcze wymaga izolacji od ludzi i taką izolację powoduje. W niektórych skrajnych przypadkach twórcy zafascynowani swoją działalnością zaniedbują podstawowe obowiązki wobec samych siebie, bliskich i wobec społeczeństwa. Ale ponieważ twórczość jest najwyższą formą działania wśród ludzi i dla ludzi, dlatego też samotni poprzez swą działalność twórczą zbliżają się do wspólnoty. Pewnego rodzaju analogia nasuwa się między twórczością i religią, która jest również swoistym stylem życia skierowanym ku sobie, ale i zbliżającym do wspólnoty.

Jest ona formą świadomości społecznej, a jednocześnie określa system wartości i orientacji jednostki w świecie, pozwala znaleźć sens życia, ukierunkować jego działalność i dlatego też szczególną rolę pełni w życiu samotnych. Zmniejsza wydatnie odczucie samotności, ponieważ umożliwia realizację potrzeby bliskiego kontaktu. Oznacza potrzebę kochania i bycia kochanym, decyduje o człowieczeństwie. Może być realizowana w miłości do człowieka lub do Boga. Miłość do Boga może kompensować brak miłości do drugiego człowieka i brak miłości ze strony drugiego człowieka. Wówczas miłość do Boga staje się jedyną możliwością przeżywania bliskości i wspólnoty, a więc możliwości uniknięcia samotności. Stąd też poczucie osamotnienia jest najsilniejsze wśród osób głęboko wierzących i systematycznie, regularnie praktykujących, a

⁵B. Suchodolski, Wychowanie i strategia życia, Warszawa 1983, s. 100.

⁶B. Suchodolski, Twórczość jako styl życia, "Studia Filozoficzne", 1979, nr 10-11.

zwiększa się w miarę, jak słabnie związek z religią.⁷ Nie jest ono jednak im obce. O osamotnieniu człowieka w świecie wnikliwie pisali twórcy o zaangażowanej postawie religijnej, jak Pascal, Rousseau, Kierkegaard, Marcel i inni. Tak więc sam fakt związku z religią nie jest wystarczającym czynnikiem niwelującym poczucie osamotnienia. Znane ono jest zwłaszcza osobom, które przeżywają zwątpienie płynące z zachwiania lub utraty wiary. Jednostki takie, utraciwszy wiarę w wartości religijne, często nie są w stanie określić celu ani sensu swojego życia. Taka sytuacja rodzi u nich poczucie klęski i zagubienia, wpędza ich w moralną samotność. Obroną przed nią staje się powrót do religii traktowanej autorytatywnie jako ratunek przed klęską moralną.

Głęboka wiara natomiast połączona z praktyką religijną daje silne przeżycie spokoju wewnętrznego i radości, a także poprzez imperatyw miłości bliźniego otwiera człowieka ku ludziom.

Przeciwstawnym stylowi życia k u s o b i e jest orientacja k u l u d z i o m . Ma ona różny zasięg - od pomocy i poświęcenia się osobom najbliższym do służenia ludziom dalekim i nieznanym. Wymownym przykładem pierwszej grupy ludzi mogą być samotne matki poświęcające swoje szczęście osobiste i aspiracje życiowe wychowaniu dzieci, a drugiej grupy - duchowni, osoby świeckie pracujące samotnie, z dala od bliskich np. wśród nieuleczalnie chorych, zaś gdzieś po środku - samotni oddani bez reszty swej pracy - nauczyciele. Jest to zatem rezygnacja z własnych indywidualnych dążeń życiowych, pragnień i ambicji na rzecz służby dla ludzi. Wiele takich przykładów heroicznej bezgranicznej pomocy materialnej lub duchowej, okazywanej przez poszczególne osoby, często samotników, dostarcza literatura piękna i literatura faktu. Jest to życie niewolne od wielu konfliktów zewnętrznych i wewnętrznych, a nawet od rozczarowań. Gdy szlachetne intencje i ofiarne poświęcenie miną się z rzeczywistymi efektami, pozostaje poczucie gorzkiego rozczarowania i poniesionej klęski. Nieuniknione jest zwłaszcza rozczarowanie jednostek - jak stwierdza Jan Szczepański - "gdy odkrywają, że to, co miało być wzniosłym działaniem na rzecz dobra społeczeństwa, było działaniem na korzyść jednostek nieuczciwych".⁸ Strategia życia k u l u d z i o m może nieść zagrożenie dla jednostki, kiedy pomoc i opieka ofiarowana innym łączy się z zupełną rezygnacją z własnych pragnień, planów i

⁷Por. A. P a w e ł c z y Ń s k a, Dynamika i funkcje postaw wobec religii, "Studia Socjologiczne" 1961, nr 20, s. 84.

⁸J. S z c z e p a Ń s k i, Sprawy ludzkie, Warszawa 1978, s. 141.

ambicji i kiedy działanie dla dobra innych jest jedynym celem i sensem życia. Takie całkowite oddanie swojego życia innym, zapominanie o sobie prowadzi do skarlłowacenia własnego świata wewnętrznego, do pomniejszenia lub zaniku dążeń, pragnień i aktywności skierowanej na własną osobę. Dochodzi niekiedy do życiowej tragedii, poczucia bezsensu, pustki a nawet utraty dotychczasowego sensu życia, gdy obiekt opiekuńczej troski usamodzielnia się i odpłaca obojętnością lub niewdzięcznością. Wtedy to zawiedziona jednostka, kiedy nie potrafi przeformułować celu życia, odczuwa boleśnie w sposób zwielokrotniony swoją samotność.

W stylu życia k u ś w i a t u zainteresowania człowieka zwrócone są ku obiektywnej rzeczywistości, ku problemom otaczającego świata. Chodzi tu o przebudowę zastanej rzeczywistości, o życie zdyscyplinowane, wypełnione trudem celowym.

Oddanie się światu obiektywnemu może grozić także zapomnieniem o sobie i innych ludziach w następstwie wyjałowieniem własnej osobowości i pojawieniem się oschłości w stosunkach międzyludzkich i przesadnej surowości. Nadmierne, jednokierunkowe zaangażowanie się w rzeczywistość zewnętrzną prowadzi zazwyczaj do zaniedbania własnego wewnętrznego świata i odsunięcia się od problemów innych ludzi, a w konsekwencji do utraty kontaktu z sobą i z ludźmi. Kiedy ideały, o które walczy jednostka okazują się ułudą, jednostka ponosi klęskę. Odczuwa wtedy pustkę i osamotnienie, ponieważ nie znajduje oparcia ani w ludziach, ani w swoim wnętrzu. Jak widać, nie ma stylu życia, który chroniłby przed samotnością.

W porównywaniu stylów życia za bardziej wartościowy uważa się ten styl, który najkorzystniej pozwala rozwinąć możliwości jednostki, a jednocześnie korzystnie oddziałuje na życie społeczne.⁹ Każdy z omówionych wyżej stylów może prowadzić do osiągnięcia wysokiej jakości życia, gdy powiązany jest z wyznawanym i realizowanym systemem wartości. Jednocześnie każdy z nich niesie określone zagrożenia dla jednostki i nie zawsze korzystne konsekwencje o charakterze społecznym. Ponieważ jednym z wyznaczników stylu życia, który w powszechnym odczuciu uchodzi za cenny i godny naśladowania i rozwijania, jest rozległość kontaktów z rzeczywistością w wielu jej aspektach, za najwartościowszy należałoby uznać taki styl, który łączyłby w sobie elementy trzech omówionych orientacji: ku sobie, ku ludziom, ku światu.

⁹Por. Styl życia - koncepcje i propozycje, red. A. Siciński, Warszawa 1976, A. J a w ł o w s k a, Styl życia a wartości.

Samotność a jakość życia

Poprzez działanie ujawnia się styl i jakość życia jednostki w obu jej aspektach. Życiowa satysfakcja (subiektywny aspekt jakości życia) uwarunkowana jest oceną stopnia samorealizacji w różnych sferach ludzkiego działania i dotyczy ona oceny własnej osoby przez człowieka samego i przez innych, bilansu osiągnięć i porażek. Im wyższy stopień samorealizacji, tym większe zadowolenie z życia. Można uznać za słuszną tezę, iż wysoka jakość życia (w obu jej aspektach) zmniejsza lub niweluje poczucie osamotnienia. Dotkliwie odczuwają samotność ludzie bierni w stosunku do siebie i otoczenia, unikający kontaktów z innymi, mało aktywni w kształtowaniu własnego, jednostkowego życia, a zarazem oczekujący zainteresowania ze strony otoczenia. W przypadku braku takiego zainteresowania skłonni są obarczać winą innych za niepowodzenia w kontaktach międzyludzkich. Osoby takie wykazują brak lub niskie zadowolenie z własnego życia. Brak zwartej struktury światopoglądowej uniemożliwia odczuwanie życiowej satysfakcji. Jakość życia, subiektywnie rozumiana i oceniana jako niska, rodzi poczucie niespełnienia, klęski, wywołuje niską samoocenę i jest przyczyną moralnej samotności.

Satysfakcję życiową można odczuwać wtedy, gdy przynajmniej w jednej ważnej dla jednostki dziedzinie aktywności dokonała się samorealizacja, gdy długotrwałe działania przyniosły sukces i poczucie dobrze spełnionego obowiązku. Totalny brak sukcesów, podobnie jak dotkliwa klęska po paśmie powodzeń, mogą sprawić, iż zadowolenie życiowe jest znikome lub żadne. Własne życie ocenia się wtedy jako przegrane, bezcelowe, bezsensowne. Wówczas jedynym ratunkiem przed utratą sensu życia i przed moralną samotnością bywa religia lub twórczość, przybierające formę ucieczki od samotności. Można przyjąć, iż głównym czynnikiem decydującym o niskiej jakości życia (w aspekcie subiektywnym) będzie negatywna ocena dotychczasowego stylu życia, wynikające z jego jednostronności. I właśnie takiej ocenie towarzyszyć będzie najczęściej poczucie osamotnienia psychicznego i moralnego.

Wydaje się, że ocenie życia jako udane sprzyja postawa otwartości i zaangażowania wobec trzech aspektów rzeczywistości: zwrócenia się i działania ku sobie, ku ludziom, ku światu. Styl życia nazwany uniwersalnym, wiodąc ku wysokiej jakości życia (w obu jej aspektach), niweluje poczucie samotności psychicznej i moralnej lub je przynajmniej łagodzi.

РЕЗЮМЕ

В данной работе одиночество определяется как педагогическая категория. Такая трактовка обусловлена размером явления и требованиями гуманитарной педагогики, подчеркивающими возврат к универсальным, прочным значениям и необходимость учесть задачи вытекающие из многообразных обусловленностей современной жизни.

Причины и способ пережития одиночества обуславливают общественно-профессиональную и культурную активность исследованных людей, которые по-разному переживают свое состояние. Одни считают, что это кошмар, другие примирились с ним, а некоторые удовлетворены, а даже одобряют это состояние.

В работе рассмотрены соотношения между одиночеством и образом жизни, одиночеством и стилем жизни: к себе, к миру, к людям, а также одиночество и качество жизни.

SUMMARY

This paper treats loneliness as a category within pedagogy. This treatment is adopted because of the immensity of this phenomenon, and the postulates of humanistic pedagogy stressing the return to universal fundamentals and the necessity of considering the tasks that stem from the complex conditions of contemporary life.

The causes of and the manner of reacting to loneliness condition one's socio-professional and cultural activity. The subjects studied regard their lot in different ways: for some it is a nightmare, some accept it, and yet others enjoy it or even approve of it.

The paper considers the relations between loneliness and the way of life, loneliness and life-style (introverted or extroverted), and loneliness and the quality of life.