



Uniwersytet
Wrocławski

SGH



NARODOWE CENTRUM NAUKI

Samotność wymuszona a taktyki radzenia sobie w pandemii przez pracowników

Agata Krasowska
Aleksandra Drabina-Różewicz
Uniwersytet Wrocławski



Wyniki cząstkowe:

NCN COV-WORK Świadomość społeczno-ekonomiczna, doświadczenia pracy i strategie radzenia sobie Polaków w kontekście kryzysu post-pandemicznego”, Narodowe Centrum Nauki, nr umowy UMO-2020/37/B/HS6/00479

Projekt IDUB nr BPIDUB.4610.715.2021 pt. Doświadczenie kryzysu psychicznego u prekariuszy oraz w narracjach ekspertów

- ✓ celem wystąpienia jest zaprezentowanie wstępnych efektów **pracy z danymi zebranymi w zespołach badawczych w module jakościowym**, który w oprócz prowadzenia wywiadów biograficznych realizuje również badania grup focusowych oraz CATI
- ✓ Branże: pracownicy oświaty, ochrony zdrowia, opieki społecznej i logistyki.
- ✓ prezentacja obejmuje **wywiady focusowe, biograficzne i CATI**.

Samotność wymuszona

- **Samotność wymuszona** jest wtedy, gdy towarzyszy jej stan zagrożenia, niepewności, braku snu, cierpienia zaburzenia funkcji umysłowych. To rodzaj odseparowania na wzór przebywania w więzieniu (Storr 2010: 75-101).
- Samotność w sytuacji uwięzienia (lockdown).
- Oddzielenie od bliskich osób pozostających poza gospodarstwem domowym.
- Utrata kontroli nad emocjami (ibid: 79), stany depresyjne (ibid: 81), poważne napięcie psychiczne (ibid: 88).
- Uczucie **niepewności** jako udręka (ibid: 81).
- Rezultat odosobnienia jako zależność od sytuacji, która jest wymuszona.
- „**Odseparowanie** od utrudniających koncentrację czynników, których pełne jest życie codzienne, uwalnia potencjał twórczy więźnia i rozbudza jego wyobraźnię” (ibid: 75).
- „**Wyimaginowane przechadzki**” (ibid: 84) – uaktywnienie umysłu przez korzystanie z kultury online jako taktyka radzenia sobie z wymuszoną samotnością.
- **Osobista autonomia** – konieczność zachowania pewnej, choćby bardzo ograniczonej, sfery niezależności (ibid: 84-85).
- „Pozbawienie bodźców pochodzących ze świata zewnętrznego, które nadają sens życiu (...) Monotonia więziennego otoczenia, ograniczony wysiłek fizyczny, brak możliwości wychodzenia na świeże powietrze, stagnacja i rutyna, brak intymnego kontaktu z ukochanymi osobami (zarówno w aspekcie społecznym, jak i seksualnym) – wszystkie te czynniki wywierają trwałe, szkodliwe, wpływ na psychikę więźnia” (ibid: 93).
- **Oddzielenie** od bodźców zwykłej, codziennej egzystencji może pełnić rolę terapeutyczną albo powodować zaburzenia, zależnie od okoliczności. Ważną rolę odgrywa także długość trwania izolacji. Konsekwencją mogą być zaburzenia psychiczne (ibid: 95).

Pytania i cel

- Czy lockdown to było symboliczne więzienie, a jeżeli tak to jakie strategie/taktyki radzenia z uwięzieniem wypracowali rozmówcy w sytuacji samotności wymuszonej?
- Jaki sens nadawali wówczas swojemu życiu pandemicznemu? Jak podporządkowywali się tej sytuacji?
- Jak przebiegała ich praca zarobkowa i WLB?
- Czy doświadczali wewnętrznej pustki, a może rzucili się wir działania?
- Co oddaje ich stan ducha w pandemii?
- Jak możemy zdefiniować samotność pandemiczną? Czy w ogóle istnieje takie pojęcie?
- **Cel:** poszukiwanie wymiarów samotności wymuszonej.

Dylemat teoretyczny: strategię czy taktyki?

- Taktyka to indywidualne działania zawarte w codziennych czynnościach. Strategia jest przemyślana, zakłada pewną moc.
- Taktyka charakteryzuje się nieobecnością – jest ślepa, ale jednocześnie przenikliwa, kontrolowana przez przypadek. Daje szansę na zmianę systemu od środka.
- Taktyka to sztuka Innego, czyli pozbawionego przywileju władzy, dyskryminowanego, traktowanego jak obcy. Inni muszą korzystać z obszaru narzuconego i zorganizowanego przez prawo obcej siły. Nie jest więc możliwe stworzenie dla siebie całościowego planu działania ani podporządkowanie przeciwnika innej, widzialnej i obiektywnie istniejącej przestrzeni (de Certeau 2008: 37).
- **Taktyki radzenia sobie** - niepewność i brak elementu planowania w działaniu. Są to działania reaktywne podejmowane przez jednostkę w sytuacji kryzysowej.

Metodologia

- „COV-WORK: „Świadomość społeczno-ekonomiczna, doświadczenia pracy i strategie radzenia sobie Polaków w kontekście kryzysu post-pandemicznego” finansowanego przez Narodowe Centrum Nauki (2020/37/B/HS6/00479).
- IDUB BPIDUB.4610.715.2021: „Doświadczenie kryzysu psychicznego u prekariuszy oraz w narracjach ekspertów”.
- Dane FGI w ochronie zdrowia, logistyce, opiece społecznej i oświacie.
- Dane wykorzystane w projekcie: biograficzne wywiady narracyjne (BNI) (Schütze 2005) wraz z listą tematów dodatkowych (w części III).
- 40 BNI z pracownikami ochrony zdrowia i pomocy społecznej, edukacji i logistyki.
- Dane pandemiczne 2021 i 2022.
- Analiza tematyczna.
- Znaczenie opowiadania historii i narracji w społecznej konstrukcji pandemii.
- CATI

CATI: Jak opisał(aby) P. swoje samopoczucie obecnie? Na ile często zdarza się, że odczuwa Pan/i następujące emocje: Czuję się samotny(a)
N=1400

Lp.		Bardzo rzadko	Rzadko
1.	Poczucie bycia samotnym(a)	39,9%	33,9%
2.	Kobiety częściej czują się samotne niż mężczyźni	38,6%	35,3%
3.	Najrzadziej samotne czuły się też osoby w wieku 40-49 lat	46,9%	32,8%
4.	Najbardziej samotne czuły się osoby młode 25-30 lat	11,1%	7,3%
5.	Najrzadziej samotni czuli się mieszkańcy wsi i średnich miast powyżej 100 do 500 tysięcy mieszkańców	43,1%	31,5%
6.	Im wyższe wykształcenie, tym niższe poczucie bycia samotną/ym	43,0%	32,9%
7.	Im wyższe dochody, tym niższe poczucie bycia samotnym/a (dochód 6000 i więcej)	49,9%	30,8%
8.	Im wyższe zadowolenie z życia, tym niższe poczucie bycia samotnym/a	45,6%	35,1%

Samotność jako pochodna kryzysu zewnętrznego np. praca zdalna i covid i samotność jako sytuacja kryzysu sama w sobie

*Szczerze, to było troszeczkę na takiej zasadzie, że ja byłam przerażona, bo wybrałam pracę nauczyciela, żeby mieć jak najmniejszą styczność z internetem i komputerem, bo po prostu tego nigdy nie lubiłam i nagle przyszedł taki czas, kiedy to stało się moim narzędziem pracy. **Pamiętam pierwszy dzień, jak usłyszałam, że przechodzimy na zdalne, to pierwsze co zrobiłam, to zaczęłam płakać w domu.** Mój mąż też jest nauczycielem, uczy WF-u i gdyby nie on, to powiem szczerze, nie wiem, co by było, to on zaczął mnie wprowadzać i pokazywać różne rzeczy, jak sobie mogę poradzić z tym wszystkim. Mieliśmy fajną kadrę i skład, ale **na samym początku był chaos, bo każdy pracował na czym innym, jeden pracował 20 minut, drugi pół godziny, jeszcze inny 45 minut, no w ogóle totalny chaos, nikt nic nie wiedział, nie wiedział jak i w jaki sposób.***

(FGI_1_E_WAW_NMD_Carmen)

*Mój mąż również pracował jako zaopatrzeniowiec, więc miał kontakt z mnóstwem ludzi w tamtym czasie. Ja również byłam na takiej pierwszej linii, że tak powiem, tego wirusa, można powiedzieć. **Więc my odizolowaliśmy właściwie całą naszą rodzinę od siebie. Nie spotykaliśmy się przez około 3 miesiące właściwie z nikim. Przegapialiśmy jakieś tam uroczystości rodzinne, chociaż one w sumie były ograniczone, ale mimo wszystko jakieś tam spotkania czy coś ważnego, staraliśmy się nie spotykać, żeby nie narażać tej rodziny.** I też pamiętam taką sytuację z pracy męża, gdzie wrócił któregoś razu do domu i powiedział, że po prostu **koledzy się od niego odsunęli ze względu na to, że ja pracuję jako... tak jak pracuję. To po prostu kazali mu szybko kończyć swoją pracę, omijać wspólne tereny. I po prostu się jakoś tak nie kontaktować. Przez mnie. Więc takie to były... to jest takie psychiczne też.** Też jeżdżę komunikacją, dojeżdżam komunikacją taką ogólną. I to było takie też bardzo psychicznie obciążające, gdy zawsze ta komunikacja przepętniona, gdzie nie było palca gdzie wściubić. Nagle wszystko opustoszało. (FGI_06_DPS_WAW_Basia)*

Feminizacja samotności: praca zawodowa, opiekuńcza, obowiązki domowe i WLB; matki i pracowniczki przeładowane pracą reprodukcyjną i zawodową; samotność i oddzielenie w domu

U mnie była walka, bo syn dwa lata, więc była walka, żeby wygonić go do innego pokoju, nie potrafił zrozumieć, że mama pracuje.

A jest w domu. Więc była też walka, żeby wygonić go do innego pokoju i żeby dzieci nie słyszały krzyków, że on płacze, bo chce do mamy. (FGI_9_E_NWAW_NSK_Basia)

Też ta granica między domem, odpoczynkiem a pracą i szkołą to się strasznie zatarła. Też mam 2-kę dzieci i były takie chwile, gdzie wszyscy żeśmy się łączyli – ja, mąż zdalnie i 2-ka dzieci, każdy w pokoju. I tak naprawdę internet nam siadał, człowiek już był przemęczony, zrezygnowany. (...) A ja tylko odliczałam, kiedy będzie ten lockdown zniesiony, albo kiedy będziemy mogli wrócić do szkoły. Bo wtedy miałam wrażenie, że mam tak wszystko uporządkowane. A tutaj w domu, to tak po prostu się rozjeżdżało.

(FGI_3_E_WAW_NSK_Maja)

Ja to jeszcze powiem, że ja oprócz tego, że sama prowadziłam lekcje, to jeszcze miałam dziecko w domu, które miało lekcje. I dla mnie to był dramat. Jeszcze 1 małe dziecko w domu. Więc zdarzyło się, że mój mąż musiał iść później do pracy, żeby wózek wziąć, dziecko i wyjść na spacer na 4 godziny na śnieg, bo w jednym pokoju ja, w drugim drugie dziecko. I po prostu dla mnie to był

kosmos. (FGI_3_E_WAW_NSK_Lena)

„Wyimaginowane przechadzki” (Storr 2010: 84) – uaktywnienie umysłu przez korzystanie z kultury online, wyszukiwanie aktywności budujących dobrostan jako taktyka radzenia sobie z wymuszoną samotnością.

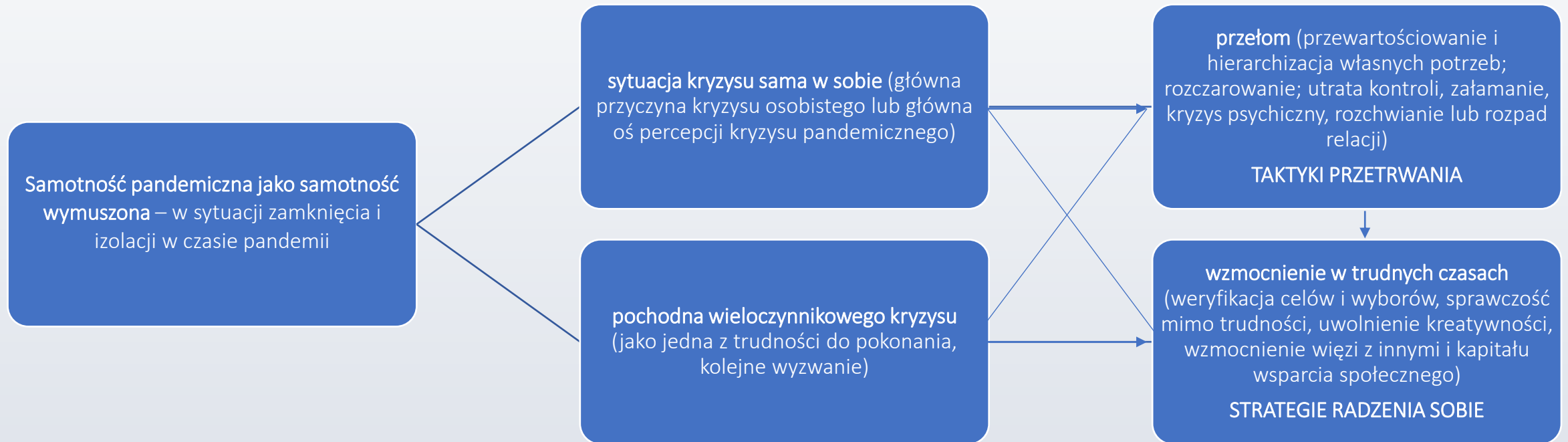
Znaczy to właśnie akurat były naj/ takie uciążliwe w czasie tych, emmm... takiej fali zachorowań, że nn... nie mogliśmy się spotykać, musieliśmy zamknąć salę gimnastyczną, za/ musieliśmy zamknąć plac zabaw, nie mogliśmy tam organizować różnych tych, i/ y, spotkań, imprez, i teraz tak samo, i nie, nie spotykaliśmy się z rodziną. I to było takie ... w sumie najgorsze ... z tego wszystkiego. ... E.. (...) ..od mieszkańców, to spotkałam się naprawdę z takim dużym ... yyy... No takie było to miłe, że wszyscy wydzwaniali, czy coś ci potrzeba, jakieś zakupy... Naprawdę, chcieli nas ot/ otoczyli nas taką, yyy... (...) Ale też tutaj tak jest. Jeżeli ja też słyszę, że ktoś jest chory i ktoś jest na kwarantannie, to też do nich dzwonię, czy coś potrzebują... No jakoś sobie tutaj radzimy, nie. (...) My so/ myyy rob/ radzi... w ogóle nie indywidualnie, tylko w grupie, bo wtedy, yyy ta nasza grupa cała aerobikowa, to ma... mamy też, yyy ... swoją, yyy, tą... jesteśmy na Facebooku i tam każda codziennie wysyłała inne ćwiczenia i wszyscy ćwiczyliśmy w domu ... wysyłaliśmy sobie filmiki, [jak ćwiczymy (śmiech) każda tam wy... wymyślała coś i, i codziennie ćwiczyłyśmy coś innego. (BNI_08_OZ_Weronika)

Osamotnienie i „ostracyzm” wewnątrz społeczności

Problem określany przez nauczycieli jako „przywilej” możliwość pracy zdalnej skonstrastowany z osamotnieniem, ostracyzmem społecznym, wpływające na samopoczucie i obciążające psychicznie pracowników

No ja byłam sama, mąż był w pracy normalnie, stacjonarnie, ja byłam sama, yy, ewentualnie miałam telefon do, yy, koleżanek z pracy i tej/ telefoniczne rozmowy jakimś były rozładowaniem tego, [ADR: No tak.] tego, mm, poczucia takiego zos... porzucenia, nie wiem, takiej samotności, z tymi problemami wszystkimi człowiek był sam, n... no nie. Musiał je przegadywać. I choćby, y, y, telefonicznie. No i też dużym, dużym obciążeniem było to, że, ymm, że (.) rodzice obwiniali w jakimś sensie nas, nauczycieli, że m... to, to jest jak gdyby... że, że całą tą swoją złość na tą sytuację pandemiczną, to, to zamknięcie w szk/ w domach dzieci, y, to odrabianie lekcji za nas, y, wiele osób, y, winiło jak gdyby nas, a to nie była przecież nasza decyzja, y, indywidualna, tylko, [ADR: No pewnie.] y, odpowiedzialność jak gdyby można było zrzucić na, no nie wiem, na, na świat cały, na rząd, na, [ADR: [śmiech]] na ministra edukacji, na ministra zdrowia i tak dalej. No ale tą, tą złość się miało i r/ ludzie też mieli w sobie, więc jak gdyby, ymm, na nas się to skupiało. Łącznie z tym, że... tak, mm, chyba, mmmówiłam, y, że miałam takie wrażenie, że, że wstydzę się wyjść na ulicę (...) bo spojrzenia ludzkie gdzieś, mm... czułam się winna, [ADR: No, rozumiem.] no nie, bo siedzę w domu, w pojęciu ludzkim nie pracuję, [ADR: No.] pensję dostaję i jak gdyby no tutaj b... to tu było duże psychiczne obciążenie. (BNI_03_E_Kamila)

Wnioski





Uniwersytet
Wrocławski

SGH



NARODOWE CENTRUM NAUKI

Dziękujemy za uwagę!

Pytania?

aleksandra.drabina-rozewicz@uwr.edu.pl

agata.krasowska@uwr.edu.pl

<https://uni.wroc.pl/cov-work/>

<https://www.facebook.com/NCNCOVWORK>

Zapraszamy!

