Studia Poradoznawcze/Journal of Counsellogy 2020, vol. 9
ISSN 2299-4971

Doi: 10.34862/sp.2020.4

Emilia Mazurek
Politechnika Wrocławska

Praca biograficzna w sytuacji poradniczej

Biografie ludzi żyjących w okresie ponowoczesności wychodzą poza dotychczasowe schematy i nie są już tak przewidywalne jak dotychczas. Człowiek, nie mając możliwości działania na podstawie sprawdzonych scenariuszy, coraz częściej poszukuje profesjonalnej pomocy w zakresie radzenia sobie z codziennością i projektowania swojej biografii. Sytuacja poradnicza opiera się na pomaganiu radzącym się w poszukiwaniach ich własnej tożsamości, przy założeniu, że aktywnie angażują się w ten proces. Celem artykułu jest przybliżenie własnej, andragogicznej refleksji nad pracą biograficzną wykonywaną przez radzącego się w sytuacji poradniczej, z odniesieniem do koncepcji pracy biograficznej Juliet Corbin i Anselma Straussa oraz koncepcji trajektorii Gerharda Riemanna i Fritza Schützego.

Słowa kluczowe: biografia, praca biograficzna, sytuacja poradnicza, trajektoria, uczenie się

Od połowy minionego wieku w literaturze światowej i polskiej zwraca się uwagę, że w następstwie zmian właściwych okresowi ponowoczesności doszło do dyferencjacji wzorów ludzkiego życia – biografie ludzi już nie są tak przewidywalne jak dotychczas, wychodzą poza dotychczasowe schematy, nie dają możliwości działania na podstawie sprawdzonych scenariuszy. „Biografia jest dziś coraz częściej projektem tożsamościowym" (Dubas, 2017, s. 66), wyborem doraźnej, tymczasowej, aktualnej tylko przez jakiś czas, tożsamości dostępnej jednostce w pluralistycznej kulturze (Malewski, 2003). Wybieranie spośród alternatywnych możliwości przeżywania swojego życia jest szansą na uczenie się i rozwój współczesnego człowieka. Jednocześnie jednak niesie za sobą niepewność, zagubienie, poczucie lęku i utraty bezpieczeństwa. Dlatego też coraz więcej ludzi poszukuje profesjonalnej pomocy w zakresie radzenia sobie z codziennością, w sytuacjach podejmowania ważnych życiowych decyzji, konfrontowania się z biograficznymi wyzwaniami i kryzysami. Stąd

> „proces «przepracowywania» doświadczenia biograficznego przy współudziale profesjonalistów, nie zaś w relacjach bezpośrednich w kontekstach wsparcia naturalnego, w które uwikłany jest niemal każdy człowiek, w kulturze terapeutycznej stało się normą" (Piorunek, 2010, s. 8).

Tym też można tłumaczyć rozwój różnorodnego poradnictwa.

Poradnictwo jest dziś formą pomocy zarówno dla osób zaradnych, które stoją wobec alternatywnych wyborów, trudnych decyzji, przeżywają pewne stresogenne sytuacje życiowe, jak i dla osób bezradnych, doświadczających kryzysów bądź stojących przed koniecznością podjęcia zadań wykraczających poza ich możliwości (Kargulowa, 2010a, 2010b). Zadaniem poradnictwa staje się towarzyszenie człowiekowi na różnych etapach jego biografii i w jej różnych aspektach. Coraz częściej więc używa się określenia poradnictwo biograficzne (ang. *biographical counselling*), które wydaje się najbardziej adekwatne „dla oddania jego holistycznego całożyciowego charakteru" (Piorunek, 2009, s. 46; por. Matthews, 2017). Marcin Szumigraj stwierdza jednak, że „idea poradnictwa biograficznego nie jest jednorodna" (Szumigraj, 2010, s. 43; zob. też Kargulowa, 2010b), gdyż podstawowe problemy podejmowane w jego ramach dotyczą zarówno rekonstruowania możliwych wzorów biografii (Szumigraj, 2010), poszukiwania odpowiedzi na najistotniejsze pytania człowieka w warunkach późnej nowoczesności: Co robić?, Jak działać?, Kim być? (zob. Giddens, 2010), jak i rozwiązywania kryzysów tożsamości, wymagających rozstrzygnięć w zakresie pytań: Kim teraz jestem?, Kim chcę być?, Jaką wybrać tożsamość? (Szumigraj 2009). Pytania te są stawiane przez człowieka zawsze w powiązaniu z refleksją nad sobą samym i własną biografią, która „immanentnie powiązana jest z tożsamością. Biografia i tożsamość tworzą wzajemnie dopełniający się układ: kryzys tożsamościowy przywołuje biografię, refleksja autobiograficzna modernizuje tożsamość" (Dubas, 2017, s. 66).

Artykuł jest owocem andragogicznej refleksji nad pracą biograficzną wykonywaną przez radzących się w sytuacji poradniczej. Znajdują się w nim odniesienia do koncepcji pracy biograficznej Juliet Corbin i Anselma Straussa oraz koncepcji trajektorii Gerharda Riemanna i Fritza Schützego. Choć założenia obu teorii odwołują się do doświadczeń związanych z przewlekłą chorobą, to jednak mogą one stanowić podstawę do refleksji także nad innymi problemami życiowymi, wpisującymi się w zakres działań poradniczych. W sytuacji poradniczej dochodzi do analizy biografii osoby szukającej pomocy, a to z kolei prowokuje do podjęcia pracy biograficznej, czasem płytkiej i powierzchownej, a czasem głębszej, ale nie w sensie psychoanalitycznym, Freudowskim. Praca biograficzna wykonana we współpracy z doradcą może być inspiracją do rekonstrukcji biegu życia, umożliwiającej całkowite wyjście z trajektorii bądź osłabienie potencjału trajektoryjnego.

Praca biograficzna i trajektoria cierpienia – założenia teoretyczne

Rozstrzygnięcia teoretyczne przyjęte na gruncie antropologii i socjologii choroby dostarczają interesujących podstaw do analizy różnorodnych aspektów doświadczeń życiowych, wpisanych w biografię człowieka, a wykraczających poza procesy witalne, określające jego stan somatyczny. Opracowane przez Straussa i jego

współpracowników koncepcje trajektorii umierania (ang. *dying trajectory*) (Glaser, Strauss, 1968) i trajektorii choroby przewlekłej (ang. *illness trajectory*) (Corbin, Strauss, 1985) akcentują aktywną rolę chorych, ich bliskich i personelu medycznego w kształtowaniu przebiegu choroby poprzez nie tylko kontrolowanie pojawiających się objawów i podejmowanie działań zorientowanych na pozostawanie przy życiu, ale także stosowanie „strategii normalizacyjnych". Strategie te mają na celu umożliwienie chorym w miarę satysfakcjonujące funkcjonowanie (tj. „normalne" życie) pomimo ograniczeń wynikających z utraty zdrowia. „Naczelny rys koncepcji choroby przewlekłej jako trajektorii polega na tym, że kładzie ona nacisk na podmiotowe sprawstwo osoby chorującej i jej otoczenia społecznego" (Skrzypek, 2011, s. 176), które polega na podejmowaniu działań, mających na celu przezwyciężenie trudności i ograniczeń, a także dążeniu do podtrzymywania „normalności" w codziennym funkcjonowaniu. W trakcie trajektorii dochodzi do ścierania się poczucia braku kontroli nad biegiem wydarzeń „z próbami strukturalizacji i porządkowania zaistniałej sytuacji na drodze tworzenia własnego projektu trajektorii chorowania" (Skrzypek, 2011, s. 177)[1].

Koncepcja choroby przewlekłej jako trajektorii zakłada aktywność ludzi w obliczu cierpienia. Założenie to zostało w sposób szczególny uwzględnione przez Corbin i Straussa (1985, 1988), którzy opisali wykonywane przez przewlekle chorych i osoby z ich najbliższego otoczenia trzy rodzaje pracy psychologicznej: pracę nad chorobą (ang. *illness work*), pracę nad codziennością (ang. *everyday life work*) oraz pracę biograficzną (ang. *biographical work*) (Corbin, Strauss, 1985, s. 224; por. też Giddens, 2005, s. 184). Pierwsza z nich jest ściśle związana z procesem poddawania się badaniom diagnostycznym i reżimom medycznym związanym z leczeniem, druga z wykonywaniem codziennych zadań w nowych okolicznościach, trzecia natomiast akcentuje konieczność „wpisania" przez osobę chorą doświadczenia chorowania w całość swojej biografii, jako że ma ono „biograficzne konsekwencje" (Corbin, Strauss, 1985, s. 231). Aby wykonać te prace, człowiek podejmuje wysiłek rekonstrukcji swojej biografii i próbuje nadać jej nowy kształt, uwzględniając pewne ograniczenia i nowe okoliczności, w których się znalazł. Wszystkie podejmowane zabiegi wymagają dużego wysiłku umysłowego i emocjonalnego oraz pełnej mobilizacji organizmu, a jednocześnie mogą okazać się kruchą konstrukcją w obliczu nieprzewidywalnych wydarzeń losowych.

Trudna praca biograficzna polegająca na „ponownym złożeniu życia" (Corbin, Strauss, 1988, s. 68) jest kontynuowana poprzez uruchomienie czterech procesów: kontekstualizacji (ang. *contextualizing*), pogodzenia się (ang. *coming to terms*), rekonstrukcji tożsamości (ang. *reconstituting identity*), przeformułowania biografii (ang. *biographical recasting*) (Corbin, Strauss, 1988; zob. też Skrzypek, 2011).

[1] Podobny stan psychiczny może wywołać znalezienie się w sytuacji problemowej niespowodowanej chorobą, wywołującej jednak zaniepokojenie, niepewność, utratę poczucia sprawstwa, bezradność, cierpienie. Może on wiązać się albo z biernym poddaniem się mu, albo z podejmowaniem prób radzenia sobie z nim.

Poprzez kontekstualizację człowiek włącza chorobę w historię życia, nieustannie ustala, które elementy jego biografii i/lub tożsamości zostały utracone na skutek chorowania, a które z nich są obecne i mogą być rozwijane pomimo choroby. Ten proces w pracy biograficznej umożliwia utrzymanie ciągłości biografii, czyli poczucia, że ciągle jest się tą samą osobą. Drugim z wymienionych procesów jest pogodzenie się z chorobą, oznaczające osiągnięcie pewnego poziomu zrozumienia i akceptacji biograficznych konsekwencji trajektorii. Rekonstrukcja tożsamości z kolei polega na ponownym zintegrowaniu tożsamości, skonstruowaniu nowej koncepcji Ja, przy zachowaniu poczucia osobowej integralności pomimo nowych okoliczności. Ostatni z procesów w pracy biograficznej to przeformułowanie biografii, polegające na wyznaczeniu jej nowego kierunku. Przewlekła choroba somatyczna jest na ogół długotrwałym doświadczeniem, w małym stopniu poddającym się zmianie, problemem trudnym do rozwiązania, a jednocześnie prowokującym do poszukiwania strategii radzenia sobie. Przepracowywanie bądź rozwiązywanie innych problemów życiowych stanowiących istotę działań poradniczych może – choć nie musi – przebiegać podobnie jak praca nad przewlekłą chorobą.

Do koncepcji Straussa i współpracowników nawiązali Riemann i Schütze, którzy zaproponowali uogólnienie koncepcji trajektorii oznaczającej, według nich, „bezładne procesy społeczne i procesy cierpienia" (Riemann, Schütze, 1992, s. 92). Autorzy przyjęli, że w biegu życia człowieka występują zarówno okresy charakteryzujące się ładem biograficznym, jak i okresy naznaczone chaosem i utratą kontroli, uwarunkowane i sterowane zewnętrznie. Takie uogólnienie koncepcji trajektorii jest już bardzo bliskie analizom poradoznawczym dotyczącym biegu życia, zarówno proponowanym przez Donalda Supera (1972) w odniesieniu do konstruowania kariery, jak i podejmowanym przez współczesnych badaczy. Nie pozostają one bowiem w związku wyłącznie ze zdrowiem człowieka, ale także z innymi obszarami życia (np. edukacją, pracą zawodową). Wychodzi się w nich z założenia, że biografia może się składać z czterech struktur procesowych:

1) biograficznych schematów działania, charakteryzujących się intencjonalnym planowaniem przebiegu życia i realizacją planów,
2) instytucjonalnych wzorców przebiegu życia, obejmujących działania ukierunkowane na realizację oczekiwań społecznych bądź instytucjonalnie narzuconych obowiązków,
3) metamorfoz tożsamości biograficznej,
4) trajektorii, charakteryzujących się utratą kontroli nad własnym życiem, pozostawaniem pod wpływem zewnętrznych sił niezależnych od własnych intencji i cierpieniem (Riemann, Schütze, 1992; Schütze, 1997; zob. też Prawda, 1989; Rokuszewska-Pawełek, 1996; Kaźmierska, Waniek, 2020).

Odwołując się do rozstrzygnięć teoretycznych Straussa i jego współpracowników, Riemann i Schütze (1992) postawili pytanie: czy od samego początku pojawienia się trajektorii człowiek rozpoczyna pracę nad nią i czy jest ona kontynuowana

na każdym etapie jej trwania? Ostatecznie uznali, że trajektoria dotyczy tej sytuacji, w której człowiek odczuwa, że jest „popychany" czy wręcz sterowany przez zewnętrzne siły, pozostające poza jego możliwościami przejęcia nad nimi kontroli. W języku poradoznawczym mówi się o znalezieniu się w takiej sytuacji problemowej, w której człowiek wyczerpał dostępne mu strategie poradzenia sobie z nią, a więc bardzo podobnie. To wówczas odczuwa on wyobcowanie, niedopasowanie do codziennej rzeczywistości, pogłębiającą się utratę zaufania do innych ludzi, a nawet do siebie. „Społeczny i biograficzny proces trajektorii charakteryzuje się doświadczeniem coraz boleśniejszego i w coraz większym stopniu pozbawionego wyjścia – cierpienia" (Schütze, 1997, s. 21). Paradoksalnie jednak, mimo że dla trajektorii cierpienia charakterystyczny jest chaos, to jej przebieg zachowuje strukturalny porządek. Można tu wyróżnić etapy: nagromadzenia potencjału trajektoryjnego, przekraczania granicy między intencjonalnym i uwarunkowanym stanem psychicznym, osiągnięcia nowej, chwiejnej równowagi życia codziennego, załamania się orientacji wobec samego siebie, prób racjonalizacji trajektorii i pogodzenia się z nią, praktycznej pracy nad trajektorią i uzyskania nad nią kontroli lub ucieczki od niej (Riemann, Schütze, 1992). W zależności od źródeł proces uwalniania się od poczucia bycia popychanym przez zewnętrzne siły może przybierać różne formy: uwolnienie się od trajektorii przez jej wygaśnięcie (np. leczenie zakończone sukcesem), świadome wyeliminowanie potencjału trajektoryjnego (np. decyzja o rozwodzie), systematyczne uporządkowanie sytuacji, w której człowiek musi żyć i organizowanie swojego życia na nowo (np. podjęcie nowej aktywności po nieprzewidywanym zwolnieniu z pracy, wypracowanie mechanizmów funkcjonowania w sytuacji choroby chronicznej) (Kaźmierska, Waniek, 2020).

Zarówno w koncepcji pracy biograficznej Corbin i Straussa, jak i w koncepcji trajektorii cierpienia Riemanna i Schützego istotne są działania człowieka ukierunkowane na wyjaśnienie, zinterpretowanie procesów cierpienia, spojrzenie na nie z innej perspektywy, włączenie we własną biografię i podjęcie próby nadania jej nowego kształtu. Różnie potraktowany w nich jest jednak moment podjęcia takiej pracy. Pierwsza z koncepcji zakłada, że człowiek podejmuje ją w toku całej trajektorii. Autorzy drugiej zakładają, że definiowanie sytuacji i redefinicja biografii w kontekście trajektorii są podejmowane – jeśli w ogóle – dopiero w końcowej fazie bycia owładniętym przez zewnętrzne siły, po doświadczeniu załamań i podjęciu licznych prób osiągnięcia równowagi w codziennym życiu (por. Skrzypek, 2011). Riemann i Schütze twierdzą, że właśnie „przygniatający i długotrwały proces cierpienia otwiera przed jednostką szansę systematycznej refleksji, […] szansę rozwinięcia pracy biograficznej i kreatywności" (Riemann, Schütze, 1992, s. 99). Podejmowane działania mogą przyjąć formę pracy nad trajektorią, tj. „jednostka zapoczątkowuje schemat biograficznego działania zmierzającego do kontroli nad dynamiką trajektorii" (Riemann, Schütze, 1992, s. 106) lub ucieczki od niej. Wyeliminowanie potencjału trajektoryjnego poprzez całkowitą rekonstrukcję sytuacji życiowej obejmuje „pracę biograficzną nad własnym rozwojem osobowym" (Riemann, Schütze,

1992, s. 106). Warto przy tym podkreślić, że podjęciu pracy nad spowolnieniem, zahamowaniem bądź zatrzymaniem dynamiki trajektorii sprzyja adekwatne wsparcie społeczne, zapewnione człowiekowi zmagającemu się z trajektorią przez profesjonalistów, osoby także obciążone trajektorią bądź (co może być zaskakujące) przypadkowych laików (Riemann, Schütze, 1992; Kargulowa, 2010a). Istotne jest tu stworzenie sobie nowej rzeczywistości, w której przyszło żyć człowiekowi oraz wpisanie siebie i własnej biografii w tę rzeczywistość. Dzieje się to między innymi poprzez opowiadanie historii życia, czyli (re)konstruowanie narracji autobiograficznej. „Narracja jest więc najbardziej elementarną czynnością pracy biograficznej" (Kaźmierska, Waniek, 2020, s. 16) bądź też „pierwszym etapem pracy biograficznej w celu przywrócenia tożsamości" (Betts, Griffiths, Schütze, Straus, 2008, s. 25). Praca biograficzna, w tym (re)konstrukcja opowieści biograficznej, może nastąpić w relacji z profesjonalistą w sytuacji poradniczej (por. Duarte, 2014). Odwołując się do koncepcji pracy biograficznej Corbin i Straussa w kontekście praktyki poradniczej, można zauważyć, że wyróżnione jej aspekty odnoszą się do rozwiązywania różnorodnych kryzysów i problemów życiowych podejmowanych w relacji z doradcą. Dlatego też warto podjąć próbę aplikacji tej koncepcji do analizy sytuacji poradniczej (zob. też Betts i in., 2008), podobnie jak zrobiła to Kargulowa (2010a), wykorzystując koncepcję trajektorii cierpienia Schützego do analizy poradoznawczych aspektów sytuacji, w jakiej znaleźli się bohaterowie filmu dokumentalnego *Zabójca ze szkolnej ławy*.

Praca biograficzna w sytuacji poradniczej

Alicja Kargulowa rozumie sytuację poradniczą jako taką,

> „w której człowiek zasięga pomocy doradcy, nie umiejąc sam sobie poradzić z przeżywanym problemem. Sytuacja ta może równie dobrze zostać skonstruowana w relacji z doradcą profesjonalnym, zatrudnionym w określonej poradni, jak i incydentalnie, w okolicznościach niesformalizowanych życia codziennego" (Kargulowa, 2012, s. 141–142).

Sytuacja poradnicza jest oparta na wspólnym analizowaniu opisywanego przez osobę radzącą się problemu w kontekście jej biografii w trzech perspektywach: przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Współczesny doradca nie jest utożsamiany z wszechwiedzącym ekspertem, który zna i podaje recepty na wszystkie problemy. To w zasadzie osoba radząca się jest w tej sytuacji większym ekspertem, bowiem właśnie ona ma status „dysponenta biografii" lub też „nosiciela" opowieści o swoim życiu (zob. Schütze, 2012, s. 153). W ten sposób dochodzi do redukcji nierównowagi władzy pomiędzy doradcą/specjalistą a osobą radzącą się (Barker, 2008). Zadaniem doradcy jest stwarzanie radzącym się okazji i warunków do analizy doświadczeń życiowych i wykorzystania własnych zasobów, empatyczne towarzyszenie im

w nadawaniu znaczeń tym doświadczeniom, stwarzanie przestrzeni do ich wyjaśniania i interpretowania, wreszcie wspieranie w otwarciu się na zmianę (Kargulowa, 2012). Innymi słowy, jego zadaniem jest pomaganie radzącym się w poszukiwaniu własnej tożsamości (Kargulowa, 2010b; zob. też Malewski, 2003).

> „Analiza i autoanaliza biografii ma nie tylko pomóc *homo consultansowi* zrozumieć, że jest on odpowiedzialny za swoje życie, że powinien być sam dla siebie doradcą, ale ma otworzyć go na możliwość dokonania niezbędnych w tym życiu modyfikacji, zasugerować mu, że może osiągnąć sukces, byleby «chciało mu się chcieć»" (Kargulowa, 2019, s. 93).

Doradca jest zatem odpowiedzialny za wspieranie człowieka radzącego się w wykonywaniu przez niego pracy biograficznej w oparciu o jego własne zasoby oraz metody pracy dostępne specjaliście. Praca biograficzna wykonywana przez osobę radzącą się, jaka ma miejsce w ramach korzystania przez nią z oferty pomocowej, przebiega w trzech etapach: przed udziałem w sytuacji poradniczej, kiedy najpierw narastała dezorientacja i poczucie zagubienia, a następnie pojawiała się decyzja ubiegania się o pomoc; w jej trakcie, czyli poprzez nawiązanie relacji z doradcą; oraz po skorzystaniu z pomocy specjalisty. Zwrócenie się o pomoc do doradcy człowieka, który zmaga się z kryzysem, trajektorią, należy uznać za istotny moment. Człowiek ten wykonał już pewną pracę biograficzną samodzielnie lub z udziałem osób znaczących, a w jej następstwie podjął decyzję o skorzystaniu z pomocy profesjonalisty. Odczuwa zatem konieczność zmiany, a jednocześnie ma świadomość, że nie dysponuje odpowiednimi zasobami, aby samodzielnie wypracować rozwiązanie i tę zmianę wprowadzić (Kargulowa, 2012). Skoro już pewną pracę biograficzną wykonał, a zgłasza się po poradę, mogą mu towarzyszyć dwojakiego rodzaju odczucia. Z jednej strony może mieć poczucie osobistej porażki, bezradności, utraty wiary we własne możliwości – wszak nie udało mu się samodzielnie zmierzyć z problemem. Jednak z drugiej zwrócenie się o pomoc do doradcy może być przejawem pozytywnego wyniku jego pracy biograficznej, wykonanej samodzielnie bądź z udziałem nieprofesjonalnego doradcy. Prosząc o poradę, wykazuje się bowiem zaradnością, sprawczością i gotowością do dalszej pracy – poszukuje pomocy, zdając sobie sprawę z tego, że sam (lub z bliskimi) nie jest w stanie uporać się z przeżywanymi trudnościami bądź chce skonsultować z profesjonalistą wypracowane samodzielnie rozwiązania. Nastawienie wobec sytuacji poradniczej, rodzaj nawiązanej relacji z doradcą i zaangażowanie się w proces pomocowy będzie wpływało na przebieg i rezultat pracy biograficznej, jaką wykona.

Proces kontekstualizacji, jako jeden z elementów pracy biograficznej, który polega na zintegrowaniu doświadczanego problemu z całością biografii, odgrywa istotną rolę w konstruowaniu „architektury" sytuacji poradniczej. Wspomniani autorzy wymieniają następujące cele, które powinny zostać tu osiągnięte: zrozumienie, że dany problem jest integralną częścią własnego życia; ustalenie, co w związku z kryzysem nadal stanowi wartość, a co ją utraciło; zdefiniowanie własnych

ograniczeń wynikających z tego, co się wydarzyło; określenie możliwych alternatywnych rozwiązań i strategii zarządzania przyszłym życiem (Betts i in., 2008, s. 17; zob. też Kaja, 1980).

Drugi z procesów wchodzących w skład pracy biograficznej to pogodzenie się z problemem, a raczej zaakceptowanie jego biograficznych konsekwencji, na które, według autorów, składa się: poznanie faktów i mechanizmów związanych z doświadczanym problemem i zaakceptowanie nowych warunków życia, określenie wpływu tego wydarzenia na osoby z najbliższego otoczenia, w szczególności członków najbliższej rodziny (Betts i in., s. 18). Ponieważ osobiste doświadczenia życiowe pozostają pod wpływem różnorodnych czynników i mechanizmów kulturowo-społecznych, a nadawane im znaczenia często mają związek ze znaczeniami przypisywanymi im przez innych ludzi bądź grupy społeczne, ich rozwiązanie lub pogodzenie się z nimi jest tak ważne. „Nieprzepracowane" problemy, wraz ze spiralą ich społecznych konsekwencji, mogą bowiem powodować kolejne trudności, prowadząc do nasilania się wpływu trajektorii na całość nie tylko biografii indywidualnej, ale też biografii rodzinnej (zob. Kuryś-Szyncel, 2017), co w literaturze zostało określone jako „kumulatywny bałagan" (Betts i in., s. 18)[2]. Dlatego tak istotne w sytuacji poradniczej jest nie tylko zintegrowanie skutków nowych okoliczności życiowych z całością biografii, ale także określenie ich (możliwych) konsekwencji biograficznych w wielu wymiarach, by móc zaplanować optymalne działania naprawcze i zbudować motywację do ich podjęcia.

Magdalena Piorunek zwraca uwagę, że

> „indywidualizacja życia jako cecha charakterystyczna okresu ponowoczesności wyraża się m.in. koniecznością podejmowania decyzji o teraźniejszości i przyszłości, bez możliwości odwołania się do tradycyjnych wzorów biograficznych ze swojego środowiska funkcjonowania. Każdy musi swoje życie układać od nowa, według swoich reguł gry, zgodnie ze swoimi indywidualnymi wyborami" (Piorunek, 2009, s. 33).

Jest to trudne zadanie, obarczone poczuciem niepewności, brakiem bezpieczeństwa i ryzykiem. Jeszcze trudniejsze wydaje się ono w perspektywie problemów czy kryzysów życiowych, nazwanych przez Anthony'ego Giddensa zdarzeniami „o charakterze przełomowym" (Giddens, 2010, s. 249), dla których charakterystyczne jest zakłócenie poczucia tożsamości. W sytuacjach pomocowych, w które wpisuje się poradnictwo, człowiek znajdujący się w kryzysie może – dzięki spotkaniu z uważnym i empatycznym specjalistą – dokonać transformacji swojego doświadczenia, reinterpretacji trajektorii cierpienia i rekonstrukcji tożsamości. Rekonstrukcja tożsamości podejmowana w pracy biograficznej zawiera w sobie redefinicję „uszkodzonych" cech osobowości, tożsamości i/lub części ciała, zmianę orientacji wobec

[2] Na przykład brak pracy prowadzi do ograniczenia bądź utraty środków finansowych, to z kolei może być podstawą konfliktów i napięć emocjonalnych w rodzinie, a nawet doprowadzić do jej rozpadu.

wartości, zbudowanie „nowej" tożsamości przy zachowaniu poczucia osobowej integralności oraz zmianę orientacji biograficznej (Corbin, Strauss, 1988). Rekonstrukcja tożsamości wiązać się będzie z udzieleniem odpowiedzi na pytanie: Kim mogę być w związku ze zmianami, jakie zaszły w moim życiu?[3]

Ostatni z procesów pracy biograficznej w ujęciu Corbin i Straussa to przeformułowanie biografii, a więc praca nad elastyczną, a jednocześnie stabilną historią życia i tożsamością. Wypracowana na nowo opowieść o swoim życiu zawiera końcową ocenę ograniczeń, a także możliwości do planowania dalszego biegu życia. W narracji jednostka dokonuje bowiem procesualnej rekonstrukcji życiowych doświadczeń (Hermanns, 1987, s. 50), choć nie zawsze jest w pełni gotowa, by stawić im czoła. Istnieje zatem ryzyko, że człowiek, który zacznie opowiadać historię swojego życia w trakcie spotkania z doradcą, opuści sytuację poradniczą w gorszym stanie, niż ten, w jakim przyszedł po poradę (Barker, 2008), a nawet może zerwać relację pomocową (Egan, 2005). I nie musi być to konsekwencją niekompetentnie prowadzonej pomocy, lecz właśnie efektem analizy biograficznych doświadczeń opartej na wspominaniu kryzysów, przykrych wydarzeń, trajektorii i próby ponownej konfrontacji z nimi, zakończonej stworzeniem przykrej, raniącej narracji autobiograficznej. Jak przekonuje Giddens, „autobiografia nie jest zwykłą kroniką minionych zdarzeń, ale ingerencją w przeszłość celem dokonania poprawek" (Giddens, 2010, s. 103). Metaforycznie można stwierdzić, że w sytuacji poradniczej mogą zostać otwarte drzwi do pewnych wspomnień, które trudno jest ponownie zamknąć, tak by móc je w przyszłości swobodnie otwierać i zamykać. Dlatego też radzący się mogą zerwać kontakt pomocowy, nie licząc, że doświadczą pozytywnych efektów spotkań z doradcą (zob. Egan, 2005). Uwięzienie w narracji, tj. w jednym tylko sposobie spostrzegania siebie, świata i własnej biografii, może blokować wyjście z kryzysu. Natomiast „elastyczność narracji pozwala konstruować alternatywne wizje siebie oraz swojego życia" (Mazurek, 2019, s. 97). Tworzeniu elastycznych narracji sprzyja uczenie się. Poradnictwo rozumiane jako „usuwanie trudności, jak i działanie o charakterze wspierającym i prorozwojowym, optymalizującym funkcjonowanie jednostki i zwiększającym poziom jej zaradności" (Podgórny, Podgórna, 2015, s. 39), można rozpatrywać jako przestrzeń wykorzystywania potencjału i zasobów osobowościowych radzących się w ramach uruchamianych w sytuacji poradniczej procesów uczenia się (zob. Minta, 2009; Kargulowa, 2012; Kławsiuć-Zduńczyk, 2014).

[3] Przykładowo, tancerka po nabyciu niepełnosprawności fizycznej w efekcie wypadku może stwierdzić, że nie będzie w stanie tańczyć zawodowo, ale będzie spełniać się jako choreografka (Betts i in., 2008, s. 18); rozstanie ze współmałżonkiem uzależnionym od alkoholu, a jednocześnie utrzymującym rodzinę, może zmotywować kobietę do podjęcia aktywności zawodowej i/lub edukacyjnej oraz wzmocnić jej poczucie sprawstwa.

Kompetencje przydatne w pracy biograficznej w sytuacji poradniczej

„Do spotkania wspomaganego (wspomaganych) i pomagającego (pomagających) dochodzi w określonym czasie i miejscu ich biograficznego doświadczania, co wyznacza swoiste ramy zachodzących interakcji" (Piorunek, 2018, s. 49). Każda ze stron wnosi bagaż doświadczeń biograficznych, ale także pewne kompetencje, cechy osobowości i właściwości psychorozwojowe. Warto zatem zauważyć, że człowiek proszący o poradę dysponuje pewnymi zasobami znaczącymi dla jego udziału w sytuacji poradniczej. W przyjętej tu perspektywie istotne będą biograficzność i kompetencja biograficzna, refleksyjność oraz kompetencje narracyjne. Zdaniem andragogów wymienione zasoby stanowią podstawy takiego uczenia się człowieka dorosłego, które określane jest jako biograficzne uczenie się, narracyjne uczenie się, transformatywne uczenie się, egzystencjalne uczenie się.

Pojęcie biograficzności zostało spopularyzowane przez Petera Alheita, który rozumie przez nią kompetencję człowieka umożliwiającą mu odwoływanie się do „już uformowanych biograficznych struktur sensów dalszych działań i interpretacji" (Alheit, 2015, s. 30). Biograficzność „oznacza mechanizm osobowej autoformacji przejawiający się jako umiejętność uczenia się sprzyjającego redefinicjom i modyfikacjom własnej tożsamości, poprzez poszukiwanie możliwości jej zmian tkwiących we własnej biografii […] w oparciu o proces pogłębionej autorefleksji, jak również refleksji kierowanej zewnętrznie […] nad doświadczeniami życiowymi wydobywanymi poprzez narrację z pamięci autobiograficznej" – wyjaśnia Elżbieta Dubas (2017, s. 80–81). Doradca w sytuacji poradniczej może być osobą inicjującą autorefleksję i narrację autobiograficzną człowieka radzącego się, a dzięki zasobom swojej biograficzności może on być aktywnym podmiotem, biorącym udział w projekcie poszukiwania i tworzenia własnej tożsamości.

Z biograficznością ściśle wiąże się refleksyjność, rozumiana szeroko jako zdolność do namysłu, umiejętność krytycznego myślenia, refleksja nad własnymi doświadczeniami życiowymi i autobiografią, nad biografiami innych osób, wydarzeniami globalnymi itd. Refleksja jest potrzebna także do stworzenia narracji autobiograficznej i tożsamościowej. Refleksyjność autobiograficzną można rozumieć jako

> „umiejętność uczenia się z doświadczeń zawartych we własnej biografii, jak i w biografiach innych ludzi. To także umiejętność czerpania wiedzy z doświadczeń, gdy aktualnie się dzieją, co oznacza dostrzeganie z perspektywy teraźniejszości ich znaczenia dla aktualnego i przyszłego życia" (Dubas, 2017, s. 71).

Korzystanie z samoświadomości i refleksyjności oraz rozwijanie tych kompetencji jest istotne w sytuacji poradniczej, gdyż sprzyja samodzielnemu oglądowi własnego życia i poszukiwaniu rozwiązań życiowych problemów. Ograniczona refleksyjność może stanowić w tym zakresie barierę, a nawet prowadzić do uzależniania się od pomocy profesjonalnego doradcy bądź innych rodzajów poradniczej

pomocy oferowanej przez kulturę popularną, sprzyjając pojawianiu się „nowego typu *homo consultansa* – poradoholika" (Kargulowa, 2019, s. 93).

Ostatnią z wyróżnionych przeze mnie kompetencji osobowych, sprzyjających wykonywaniu pracy biograficznej w sytuacji poradniczej, są kompetencje narracyjne. Ivor Goodson i Scherto Gill (2011) podkreślają, że zdolności narracyjne są głęboko zakorzenione w kulturze i czynnikach społecznych, m.in. pochodzeniu etnicznym, rasie, klasie społecznej, profesji zawodowej, a jednocześnie są możliwe do rozwijania w biegu życia. Każdy człowiek ma jakąś historię życia i w pewien sposób o niej opowiada. Dlatego „[…] nasza opowieść o życiu jest czymś więcej niż tylko opowieścią – może zawierać szereg kluczowych wskazówek, jak postępujemy i jak żyjemy" (Goodson, 2013, s. 63). W biegu życia gromadzimy doświadczenia, a jednocześnie wzbogacamy repertuar i treść narracji. Kapitał narracyjny pomaga człowiekowi wytyczać kierunki dalszych działań i rozwoju, a także elastycznie reagować na doświadczane tranzycje i wydarzenia krytyczne (Goodson, 2013, s. 63; zob. też Mazurek, 2019, s. 95). Niewielki kapitał narracyjny w powiązaniu z niskim poziomem refleksyjności utrudnia zmianę perspektywy i uniemożliwia zmodyfikowanie narracji, w której człowiek wyjaśnia i próbuje zrozumieć procesy zachodzące w świecie. To z kolei może blokować adaptację do zmieniających się warunków życia w pewnych okolicznościach. Podejmując się przełamywania tych przeszkód, radzący się mogą – z pomocą doradcy – wypracować spojrzenie na dany problem z nowej perspektywy i stworzyć nową narrację. Świadczyć ona będzie o wykonaniu pracy biograficznej, która jest potrzebna, aby zintegrować doświadczenia stanowiące przedmiot pomocy poradniczej z całością swojej biografii i wypracować nowy projekt siebie i swojego życia.

Podsumowanie

Ze względu na dynamiczne zmiany charakterystyczne dla okresu ponowoczesności coraz więcej osób doświadcza trudności w projektowaniu własnych biografii i (re) konstruowaniu tożsamości. Pomocy szukają one zarówno w najbliższym otoczeniu, jak i u profesjonalnych doradców. W szczególności dotyczy to osób, które konfrontują się z wydarzeniami krytycznymi inicjującymi w ich biografii trajektorię egzystencjalnego cierpienia. Współczesne poradnictwo polega dziś na wspierającym towarzyszeniu radzącemu się w analizowaniu i interpretowaniu jego dotychczasowej biografii, a także na pomaganiu mu w odkrywaniu „«nieprzeżytego życia», «nadwyżki treści»" (Minta, 2009, s. 230) i wyznaczaniu przyszłych kierunków biegu życia.

W nawiązaniu do koncepcji Corbin i Straussa można przyjąć, że człowiek uczestniczący w kontakcie pomocowym wykonuje złożoną pracę biograficzną. Jej celem jest wypracowanie nowej opowieści o swoim życiu, opowieści zawierającej ocenę ograniczeń w związku z doświadczanym kryzysem, ale także kreślącej

perspektywę na przyszłość. Poprzez wykonanie pracy biograficznej w kontakcie z doradcą człowiek może nie tylko poradzić sobie z przeżywanym problemem, wypracować rozwiązanie, uzyskać korzyść terapeutyczną, ale także może rozwinąć swoje kompetencje niezbędne do radzenia sobie z kolejnymi kryzysami. W tym kontekście sytuacja poradnicza staje się także sytuacją uczenia się. Refleksyjny i uważny doradca może pomóc radzącym się rozwijać kompetencje szczególnie istotne dla pracy biograficznej. Efektem pracy biograficznej w tym wypadku nie będzie tylko rozwiązanie/przepracowanie konkretnego problemu życiowego, ale także rozwój kapitału narracyjnego radzących się oraz wzrost poczucia sprawstwa, autonomii i odpowiedzialności.

Powyższe rozważania wskazują na znaczenie przygotowania człowieka do wykonywania przez niego pracy biograficznej. Uczenie się w tym zakresie rozpoczyna się już w okresie dzieciństwa i jest procesem całożyciowym. Wspieranie tego rodzaju uczenia się wiąże się ze stwarzaniem odpowiednich warunków sprzyjających opowiadaniu historii życiowych, analizowaniu ich, interpretowaniu i porównywaniu. Może mieć to miejsce w ramach zorganizowanych zajęć edukacyjnych, w tym przede wszystkim wpisujących się w dydaktykę biograficzną (zob. Czerniawska, 2007). Może także zachodzić w codzienności poprzez nieformalne uczenie się i incydentalne/przypadkowe uczenie się.

Bibliografia

Alheit, P. (2015). Teoria biografii jako fundament pojęciowy uczenia się przez całe życie. *Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja*, *18*(4), 23–36. Pobrane z: https://kwartalniktce.edu.pl/ojs/index.php/tce/article/view/196

Barker, R. (2008). Some reflections on developing the use of biographical interviewing in counselling practice as part of occupational rehabilitation. *European Studies on Inequalities and Social Cohesion*, *2*(1), 109–122.

Betts, S., Griffiths, A., Schütze, F., Straus, P. (2008). Biographical counselling: an introduction. *European Studies on Inequalities and Social Cohesion*, 1–2, 5–58.

Corbin, J., Strauss, A. (1985). Managing chronic illness at home: three lines of work. *Qualitative Sociology*, *8*(3), 224–247. https://doi.org/10.1007/BF00989485

Corbin, J. M., Strauss, A. (1988). *The Jossey-Bass health series and The Jossey-Bass social and behavioral science series. Unending work and care: Managing chronic illness at home.* San Francisco: Jossey-Bass.

Czerniawska, O. (2007). *Szkice z andragogiki i gerontologii*. Łódź: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi.

Duarte, M. E. (2014). Poradnictwo w konstruowaniu życia. Cele, procesy, instrumenty / Life-designing: Objectives, processes, instruments. *Studia Poradoznawcze/Journal of Counsellogy*, *3*, 41–58 / 214–230. https://doi.org/10.34862/sp.2014.2

Dubas, E. (2015). Biograficzność w kontekście całożyciowego uczenia się. W: E. Dubas, J. Stelmaszczyk (red.), *Biografie i uczenie się, seria: Biografia i badanie biografii* (s. 11–29). Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Dubas, E. (2017). Uczenie się z własnej biografii jako egzemplifikacja biograficznego uczenia się. *Nauki o Wychowaniu. Studia Interdyscyplinarne*, *4*(1), 63–87. https://doi.org/10.18778/2450-4491.04.05

Egan, J. (2005). Dropout and related factors in therapy. *The Irish Psychologist*, *32*(2), 27–30.

Giddens, A. (2005). *Socjologia* (tłum. Alina Szulżycka). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Giddens, A. (2010). *Nowoczesność i tożsamość. „Ja" i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności* (tłum. Alina Szulżycka). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Glaser, B., Strauss, A. (1968). *Time for dying*. Chicago: Aldine Publishing Company.

Goodson, I. (2013). *Developing narrative theory. Life histories and personal representation*. New York: Routledge.

Goodson, I., Gill, S. (2011). *Narrative pedagogy. Life history and learning*. New York: Peter Lang Publishing.

Hermanns, H. (1987). Narrative interviews – a new tool for sociological field research. *Acta Universitatis Lodziensis. Folia Sociologica*, 13, 43–56.

Kaja, H. (1980). Założenia teoretyczne poradnictwa życia. W: A. Kargulowa, M. Jędrzejczak (red.), *Poradnictwo we współczesnym społeczeństwie. Rola poradnictwa i doradztwa w optymalizowaniu rozwoju osobowości i podnoszeniu kultury pedagogicznej społeczeństwa* (s. 169–181). Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.

Kargulowa, A. (2010a). *O teorii i praktyce poradnictwa. Odmiany poradoznawczego dyskursu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Kargulowa, A. (2010b). Zmiany w polskim poradnictwie. *Edukacja Dorosłych*, 1, 9–26.

Kargulowa, A. (2012). Poradnictwo w perspektywie biograficznego uczenia się dorosłych. *Rocznik Lubuski*, *38*(2) 141–156.

Kargulowa, A. (2019). *Homo consultans* – szansa czy problem dla poradnictwa? / Homo consultans: An opportunity for or a predicament of counselling? *Studia Poradoznawcze / Journal of Counsellogy*, *8*, 87–101 / 304–319. https://doi.org/10.34862/sp.2019.5

Kaźmierska, K., Waniek, K. (2020). *Autobiograficzny wywiad narracyjny. Metoda – technika – analiza*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Kławsiuć-Zduńczyk, A. (2014). Poradnictwo całożyciowe jako nowe wyzwanie dla edukacji. *Przegląd Pedagogiczny*, 2, 140–145. https://doi.org/10.34767/PP.2014.02.13

Kuryś-Szyncel, K. (2017). Biograficzne uczenie się w perspektywie rodzinnej – systemowe transmisje. W: K. Kuryś-Szyncel (red.), *Rodzinne (re)konstrukcje i transmisje w perspektywie biograficznej* (s. 55–67). Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.

Malewski, M. (2003). Poradnictwo wobec zmieniających się wzorów ludzkiego życia. *Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja*, *6*(2), 33–42.

Matthews, M. (2017). Biographical counselling: attending to experience, awakening to destiny. *Self & Society*, *45*(1), 29–37.

Mazurek, E. (2019). Biograficzność i kapitał narracyjny jako zasoby w procesie uczenia się człowieka dorosłego. *Edukacja Dorosłych*, *80*(1), 91–101. http://dx.doi.org/10.12775/ED.2019.006

Minta, J. (2009). Poradnictwo światem uczenia się w perspektywie wybranych teorii andragogicznych. W: A. Kargulowa (red.), *Poradoznawstwo – kontynuacja dyskursu* (s. 217–239). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Piorunek, M. (2009). Poradnictwo biograficzne. O pomocy psychopedagogicznej w biegu życia człowieka. *Studia Edukacyjne*, 9, 31–49. Pobrane z: http://hdl.handle.net/10593/6313

Piorunek, M. (2010). O pomocy, wsparciu społecznym i poradnictwie – prolegomena do teoretycznych rozważań i praktycznych odniesień. W: M. Piorunek (red.), *Pomoc – wsparcie społeczne – poradnictwo. Od teorii do praktyki* (s. 7–12). Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.

Piorunek, M. (2018). Zaufanie interpersonalne jako komponent relacji edukacyjnych i pomocowych. *Studia Edukacyjne*, 49, 41–53. Pobrane z: http://hdl.handle.net/10593/24978

Podgórny, M., Podgórna, V. (2015). Jak rozpoznać coaching? Przyczynek do dyskusji nad coachingiem w refleksji andragogicznej i poradoznawczej / How to recognize coaching: A voice in the discussion of coaching in andragogy and counsellogy. *Studia Poradoznawcze/Journal of Counsellogy*, *4*, 30–51 / 209–229. https://doi.org/10.34862/sp.2015.2

Prawda, M. (1989). Biograficzne odtwarzanie rzeczywistości. O koncepcji badań biograficznych Fritza Schütze. *Studia Socjologiczne*, (4), 81–98.

Riemann, G., Schütze, F. (1992). „Trajektoria" jako podstawowa koncepcja teoretyczna w analizach cierpienia i bezładnych procesów społecznych. *Kultura i Społeczeństwo*, *36*(2), 89–109.

Rokuszewska-Pawełek, A. (1996). Miejsce biografii w socjologii interpretatywnej. Program socjologii biografistycznej Fritza Schützego. *ASK. Społeczeństwo. Badania. Metody*, *3*(1), 37–54. Pobrane z: https://kb.osu.edu/handle/1811/69432

Schütze, F. (1997). Trajektorie cierpienia jako przedmiot badań socjologii interpretatywnej. *Studia Socjologiczne*, 1, 11–56. Pobrane z: http://www.studiasocjologiczne.pl/img_upl/studia_socjologiczne_1997_nr1_s.11_56.pdf

Schütze, F. (2012). Analiza biograficzna ugruntowana empirycznie w autobiograficznym wywiadzie narracyjnym. Jak analizować autobiograficzne wywiady narracyjne. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 141–278). Kraków: Nomos.

Skrzypek, M. (2011). *Perspektywa chorego w socjologii choroby przewlekłej*. Lublin: Wydawnictwo KUL.

Szumigraj, M. (2009). O problemie w poradnictwie. W: A. Kargulowa (red.), *Poradoznawstwo – kontynuacja dyskursu. Podręcznik akademicki* (s. 173–198). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Szumigraj, M. (2010). Poradnictwo kariery – ujęcie makrospołeczne. *Edukacja Dorosłych*, 1, 41–53. Pobrane z: http://ata.edu.pl/pliki/edukacja-doroslych/ED-1-2010.pdf