

Marta Fronczak-Pydych

Dolnośląska Szkoła Wyższa

ORCID: 0009-0007-0666-1466

Natalia de Barbaro, *Czuła przewodniczka. Kobięca droga do siebie*. Warszawa, Wydawnictwo Agora, 2021, ss. 248

Publikacja pod tytułem *Czuła Przewodniczka. Kobięca droga do siebie* jest wydana przez Wydawnictwo Agora w Warszawie w 2021 roku. Po niedługim czasie od jej wydania na polskim rynku stała się „czytelniczym fenomenem”, co może świadczyć o jej popularności (intensywna obecność na portalu *Facebook*, na forach społecznościowych, w mediach). Autorką książki jest Natalia de Barbaro – psycholożka, coach, trener, poetka, a także felietonistka działająca na łamach czasopism, takich jak: *Wysokie Obcasy* czy *Charaktery*. Prowadzi również autorskie warsztaty dla kobiet. Wykorzystując dotychczasowe doświadczenia zawodowe w pracy z kobietami, stworzyła książkę z myślą o nich. Sam jej tytuł może sugerować, iż jest to pozycja o charakterze poradnikowym, a jej celem jest udzielenie wsparcia kobietom poszukującym drogi do odkrycia siebie. Tematyka poradników wpisuje się w nurt poradnictwa, a badań nad nimi podjęli się w literaturze naukowej badacze, tacy jak: Alicja Kargulowa, Bogusław Śliwerski, Daria Zielińska-Pękał, Elżbieta Siarkiewicz, Edyta Zierkiewicz i inni (Kargulowa, 2005, 2012, 2013, 2019; Śliwerski 2015; Zielińska-Pękał 2019a, 2019b; Siarkiewicz, 2003, 2010; Zierkiewicz 2004, 2011, 2016).

Publikacja de Barbaro liczy 249 stron. Podzielona jest na trzy części, a te z kolei zawierają mniejsze podrozdziały. Po każdej z tych części pozostawione jest kilka stronnic na własne notatki, które to mogą dawać poczucie czytelniczkom, iż książka dzięki nim staje się jeszcze bardziej osobista i intymna. Autorka zawarła w publikacji wstęp nazwany „Od autorki”, prolog „Sen o zasnurowanych kobietach” oraz zakończenie nazwane „Pokłonem”. Psycholożka opiera się głównie na osobistych przeżyciach, co sprawiać może, że w oczach czytelników staje się bardziej autentyczna. Zaprasza ona kobiety do „podróży w głąb siebie” i tym samym odkrycia w sobie kobiecej mądrości. Mimo iż autorka odnosi się wielokrotnie do badań naukowych, publikacja nie zawiera przypisów (przypisy są jedynie od redakcji) ani bibliografii. W książce znajdują się również odwołania do licznych dzieł sztuki (poezja, literatura, film, piosenka), które również nie zostały zamieszczone w źródłach

książki. Nie zauważam także odwołania się do noblowskiej mowy Olgi Tokarczuk pod tytułem „Czuły narrator” (Tokarczuk, 2018), z którą to koresponduje tytuł książki. Tokarczuk swoją mowę rozpoczęła bardzo osobiście od słów: „moja mama dała mi coś, co kiedyś nazywano duszą, a więc wyposażyła w najlepszego na świecie czułego narratora” (Tokarczuk, 2018, s. 2). Obie autorki nazywają wewnętrzny głos inaczej, jednak określają go mianem czułego i zaznaczają jego obecność w życiu każdego człowieka. Jednak de Barbaro nie wspomniała w swojej książce o mowie noblistki, pomijając tym samym niezwykle istotne nawiązanie. W swojej mowie Tokarczuk zdefiniowała czułość. Opisała ją między innymi jako „najsłabszą odmianę miłości” (Tokarczuk, 2018, s. 24). Autorka de Barbaro choć kilkakrotnie podkreślała w książce, iż odnalezienie drogi do siebie to pokochanie siebie, to nie wyjaśniła, czym jest według niej owa, widniejąca w tytule czułość. Figura czułego narratora zdaniem Tokarczuk może być uznana za cudowną i znamioną. Określa ją konkretnie jako punkt, perspektywę, z której widzi się praktycznie wszystko. Według Tokarczuk należałoby uczciwie opowiadać czytelnikowi tak, żeby uruchomić w jego umyśle „zmysł całości, zdolność scalania fragmentów w jeden wzór”, czy też „odkrywania w drobnicy zdarzeń całych konstelacji” (Tokarczuk, 2018, s. 21). A zatem literatura ma uczyć szerszego, wielowymiarowego spojrzenia. Czego nie można dostrzec w książce de Barbaro, gdyż ukazany w niej obraz kobiety, sposobów rozwiązywania problemów, czy też odnajdywania drogi do siebie jest raczej jednowymiarowy, wąski, subiektywny, wręcz uniemożliwiający podjęcie własnej refleksji, interpretacji. A to z kolei nie sprzyja indywidualnemu odnajdywaniu własnej drogi poznania czy pokochania siebie. Z książki czytelnik nie jest w stanie nawet jednoznacznie wywnioskować, kim jest tytułowa przewodniczka. Jest ona określana mianem wewnętrznego głosu. Czym zaś jest ów głos?

Punktem wyjścia poczynionych rozważań de Barbaro jest strach przed odrzuceniem oraz wskazanie, iż odnalezienie własnej „wewnętrznej przewodniczki” może pomóc każdej kobiecie pokochać samą siebie i owego lęku się wyzbyc.

Prolog publikacji zawiera opisany sen autorki, który opowiada o pływających pod ziemią, w akwenu wodnym, kobietach ubranych w suknie ze związanym gorsetem, a także o mężczyźnie, który nie pozwala kobietom wypłynąć. Treść zaprezentowanego tekstu w prologu zawiera misję de Barbaro, która pragnie pomóc wyzwolić się innym kobietom, ze wszystkiego, co powoduje dyskomfort w życiu, blokuje ich potrzeby i utrudnia pokochanie siebie.

Część pierwsza książki poświęcona jest analizie trzech typów kobiet, odpowiedzialnych za pewne zachowania i postawy kobiet, które wyróżnia autorka. Są to: Potulna, Królowa Śniegu oraz Męczennica. Zgodnie z zamysłem de Barbaro, Potulna dąży do zaspokojenia potrzeb otoczenia, dbając o ich dobro, jest uległa i zlékniona. Nie zna innego sposobu działania, dlatego podporządkowuje się wszystkim wokół. Królowa Śniegu to kobieta, która systematycznie stawia wobec siebie wymagania, mierzy wysoko, jest ambitna. Postawa ta charakteryzuje się perfekcjonizmem i nieokazywaniem emocji. Ostatni typ zaprezentowany przez de Barbaro to Męczennica.

Ten typ kobiety podejmuje się obowiązków i działań, z których zdecydowana większość nie daje jej przyjemności, demonstrując przy tym swoje zmęczenie i wzbudzając w innych poczucie winy. Męczennica najczęściej poświęca się dla innych, lecz stawia swoje umęczenie i krzywdę w centrum. Autorka twierdzi, że te trzy postacie istnieją wewnątrz każdej kobiety. Co więcej sugeruje brak dominacji jednego, niezmiennego typu, a raczej ich stałe przemieszanie. Zgodnie z jej zamysłem, dopuszczenie do głosu konkretnego typu zależne jest od sytuacji oraz odczuwanych emocji. Autorka wyróżnia i nazywa typy kobiet na podstawie własnych przemyśleń i doświadczeń w pracy z innymi kobietami, czytelnik nie dowiaduje się, ile ich było, ani na jakiej podstawie autorka wyróżnia właśnie takie typy. Nie znajdujemy również odpowiedzi na pytanie: czy inne typy kobiet nie istnieją? Nie zostały przeprowadzone badania w tym obszarze, które merytorycznie uzasadniłyby zajmowane stanowisko autorki.

W części drugiej de Barbro przedstawia pewne istotne – z jej punktu widzenia – wskazówki, które mają ułatwić podróż w kierunku odnalezienia drogi do siebie i pokochania swojej własnej osoby. W tej części znajdujemy wiele niejasnych i tajemniczych rad, które są ujęte w słowa, takie jak: „Wszystko jest tak, jak ma być”, „Znajdź Dziewczynkę, które mieszka w środku”, „Słuchaj cichych nauczycieli. Zrób im przestrzeń, w której będą mogli do Ciebie mówić”, „Szukaj pytań”, „Inni też się zmagają”, „Nie jesteś sama”, „Wszystko jest z Tobą w porządku”. Każdą z wymienionych wskazówek omawia, obrazując dziełami artystycznymi. Na końcu znajdują się natomiast dwa konkretne zadania, które, zdaniem autorki, są podstawowymi zadaniami „wewnętrznej przewodniczki” każdej kobiety. Zadania te są następujące: „zszywanie tego, co odprute”, a drugie to „poszukiwanie Duchini”. W pierwszej z nich autorka odnosi się do dzieciństwa, relacji z rodzicami, czasem do doświadczonego odrzucenia, a czasem niezaspokojonego pragnienia miłości. Twierdzi, iż idealne relacje z rodzicami i opiekunami nie istnieją, że każdy kocha swe dziecko tak jak potrafi, a czytelniczka powinna choćby dostrzegać tę miłość w najdrobniejszych gestach, słowach. Natomiast jako dorosły człowiek sama może zauważyć to, co wywoływało w niej smutek i przeżyta traumę, wrócić do tego, przeżyć te emocje i „uzdrowić się”. Niestety autorka nie zawarła w tym miejscu uwagi dla czytelniczek, iż samodzielny powrót do trudnych doświadczeń z przeszłości może nie tylko nie pomóc kobiecie, ale wręcz zaszkodzić i spowodować jeszcze gorsze skutki. Nie odnosi się w tym miejscu do poradnictwa profesjonalnego, które mogłoby stanowić psychoterapię dla takich osób (Corey, 2005). W drugim zadaniu czytelniczka ma poszukać swojej własnej „Duchinii”, która będzie ją prowadzić przez życie i wspierać, kiedy zajdzie taka potrzeba. Autorka książki pisząc o „Duchinii” na myśli ma duchowość każdej jednostki. Naświetla, iż poszukiwanie i definiowanie własnego „Boga” to kwestia indywidualna i nieustannie się zmienia. Sugeruje, aby uznać, że jakkolwiek własna duchowość byłaby rozumiana, to kobieta powinna myśleć, że otoczona jest energią, która jej sprzyja, jest jej życzliwa i otacza

ją bezgraniczną miłością. Duchowość ta ma na celu pomoc „Czułej Przewodniczce”, czyli wewnętrznemu głosowi każdej z kobiet w drodze do życia w zgodzie ze sobą.

Część trzecia publikacji nawiązuje do tego, co – zdaniem de Barbaro – pomaga. W jej opinii pomóc może dostrzeżenie w sobie wewnętrznego dziecka, które nie tylko bywa zranione, ale również głodne, spragnione czy zmęczone. Zadbanie o siebie – jak twierdzi – może być wstępem do lepszego samopoczucia i rozumienia swoich potrzeb. Pomóc może również dostrzeżenie w sobie „Dzikiem Dziewczynki” i przeobrażenie się w nią z typu „Potulnej”, która chce być lekko szalona i spontaniczna, chce się bawić, rozwijać swoje pasje, żyć po swojemu, myśleć i robić co chce, okazywać emocje, bez zważania na opinię innych ludzi. Autorka następnie ukazuje proces przeobrażenia się typu kobiety „Królowej Śniegu” w „Dorosłą”, która z zagubionej we własnych oczekiwaniach i nieokazującej emocji kobiety, staje się bardziej świadomą istotą, odnajdującą balans w życiu. Ponadto charakteryzuje także typ kobiety „Serdecznej”, która zmienia się z „Męczennicy” i stanowi naprawioną, przepracowaną jej wersję. Autorka w tym fragmencie publikacji podkreśla nie tylko konieczność stawiania granic czy zatroszczenia się o swoje wewnętrzne dziecko, ale przede wszystkim zwracania szczególnej uwagi na lekkość, którą można uzyskać przez odpuszczanie pewnych spraw, od których nie zależy aktualnie życie.

Choć liczne źródła (artykuły w prasie, media, portale społecznościowe, recenzje dostępne w Internecie) określają pozycję Natalii de Barbaro mianem poradnika z uwagi na dominację potocznego stylu oraz licznych przemyśleń autorki, ciężko jednoznacznie przypisać niniejszej książce wskazaną funkcję. Ze względu na zawarte dygresje, metafory, porównania do dzieł sztuki, czy też odniesienia do snów może wprowadzać w poczucie zgubienia i rozproszenia. Czytelnik nazbyt przesadnie może uznać swoje sny jako przewodnik we własnym życiu, przed czym nie przestrzega autorka. Mimo że opis wydawcy zawiera w sobie wybrane pytania, ujęte w pewnego rodzaju problemy, które zostaną poddane analizie, podczas czytania publikacji odpowiedź na nie – nie zostaje jednoznacznie udzielona. Fakt ten może stanowić przyczynę zagubienia czytelnika, który chcąc uzyskać wsparcie w nurtujących go kwestiach, staje się jeszcze bardziej zagubiony. Dodatkowo, znacznym utrudnieniem może być pewnego rodzaju chaos, który od samego początku mocno widoczny jest w treści wskazanej pozycji. Dotyczy on zawartych w książce nawiązań do własnych doświadczeń, dzieł sztuki, literatury naukowej i innych w sposób nieusystematyzowany i niespójny. Choć książka napisana jest prostym i przystępnym językiem, może uwodzić obietnicą rozwiązania swoich problemów i okazać się niezrozumiała.

Co więcej, mimo iż sama lektura została stworzona z myślą o kobietach, w których życiu dominują powinności, z niewielką dozą radości, w samej treści publikacji obraz kobiety jawi się jako skrzywiona krytyka. Zgłębiając się w przekaz *Czułej Przewodniczki*, można uznać, iż autorka ujmuje ją w sposób stereotypowy, przypisując jej role, które we współczesnym świecie wydają się być już mocno nieaktualne. Hasło reklamowe – iż jest to publikacja, którą każda z kobiet powinna

przeczytać, aby odnaleźć drogę do siebie – można uznać za niekoniecznie trafione. Głębsza analiza pokazuje, że książka w swoich treściach pomija kobiety niezależne, silne, które mają wysokie poczucie wartości, bądź osiągające sukcesy wyłącznie wykorzystując zasoby wewnętrzne, a także dzięki posiadanej determinacji.

Nawiązując do części pierwszej, w której to Natalia de Barbaro dokonuje charakterystyki wybranych typów kobiet, tym, co wysuwa się na pierwszy plan, jest ich klasyfikacja na podstawie własnych subiektywnych doświadczeń i wspomnień. Wielokrotnie można odczuć, iż wybrane wątki czy problemy wyolbrzymiane są w sposób świadomy, aby ukazać w tym własną osobę. Bogusław Śliwerski pisze, że wśród poradników można znaleźć takie, które mają charakter autobiograficzno-wspomnieniowy. Badacz twierdzi, że ich autorami są najczęściej silne osobowości, które chcą w ten sposób koniecznie wnieść do życia innych doniosłość własnych dokonań (Śliwerski, 2015, s. 20). W tym wypadku de Barbaro ukazuje typy kobiet, które toczą swoją wewnętrzną walkę każdego dnia i przekonuje czytelniczki/czytelników, że jej obserwacje są na tyle właściwe, uniwersalne i słuszne, iż dotyczą każdej kobiety.

Część drugą i trzecią autorka poświęca wskazówkom i radom dotyczącym słuchania wewnętrznego głosu przez kobiety (być może chodzi o intuicję) oraz procesowi przemiany prowadzącej do pokochania siebie. W części drugiej pojawia się często język perswazji ujawniający się w słowach „znajdź”, „szukaj”, „słuchaj”, „zrób”. Widocznych jest wiele sugestii, dotyczących choćby tego, ile w przekonaniu autorki może być typów kobiet. Być może jest ich więcej niż te, na które wskazuje. Sugestie i pewne uproszczenia, które stosuje de Barbaro mogą skłaniać czytelniczki do refleksji, lecz jest to refleksja kierowana, która nie daje możliwości własnej interpretacji, określenia swojego indywidualnego typu kobiety i zobaczenia szerszej perspektywy problematyki niż ta ukazana przez autorkę.

W trzecim rozdziale odnoszę wrażenie, że książka adresowana jest do czytelnika, którego można nazwać za Alicją Kargulową typem *homo consultans* (Kargulowa, 2019). Po pierwsze dlatego, że czytelnik sięga po radę do środka przekazu, jakim jest książka, a nie spotkanie twarzą w twarz ze specjalistą. Nie ma tutaj klasycznej relacji doradca – klient (Kargulowa, 2019, s. 92). W książce zawarte są zarówno naukowe treści, których źródła nie są wskazane, jak też wiedza potoczna oraz własne doświadczenia i odczucia autorki. Czytelnik jest niejako „atakowany” poradami, informacjami i opisanymi typami kobiet, a zatem może pojawić się dezorientacja przez natłok różnych treści, wskazówek, nawiązań do dzieł artystycznych (Kargulowa, 2019, s. 92). *Homo consultans* poszukuje szybkiego rozwiązania problemu i ulgi, a zatem potrzebuje natychmiastowej porady, w dodatku najlepiej, gdyby była przyjemna w odbiorze, co oferuje omawiana książka zawierając różne konkretne porady i sugestie opisane prostym i dostępnym dla każdego językiem (Kargulowa, 2019, s. 96). Jednakże autorka nie zawiera w treści podejścia indywidualnego do czytelnika. Przykład stanowią opisanie generalizująco typy kobiet, które to nie

przyczyniają się do przekazu zindywidualizowanej porady dla odrębnej, wyjątkowej i niepowtarzalnej jednostki jaką jest każda kobieta.

Szczegółowo analizując treść wybranych fragmentów z rozdziału drugiego i trzeciego de Barbaro, można dostrzec w nich mnogość koncepcji psychologicznych, wypowiedzi specjalistów oraz wielość wątków, które wprowadzają wiedzę naukową, ale bez podania źródeł tej wiedzy. Czytelnik nie może zatem sprawdzić wiarygodności przekazywanych informacji. Śliwerski twierdzi, że „wiedza stała się w globalnym, ponowoczesnym świecie towarem, który bez względu na komponenty (wsad twórczy lub potoczny) sprzedawany jest jako »bestseller«, o czym ma świadczyć nakład i liczba rzekomo sprzedanych egzemplarzy” (Śliwerski, 2015, s. 18). Lecz nie są to dzieła powstające w wyniku długotrwałych badań, procesów umysłowych, konstruowanych zgodnie z metodologią badań projektów dochodzenia do prawdy o interesującej autorów rzeczywistości realnej. Śliwerski zaznacza, że najczęściej dobrze sprzedające się poradniki „życiowe”, zawierające niespójne, a czasem sprzeczne treści typu – „jak komuś pachniało i smakowało »mydło i powidło«” (Śliwerski, 2015, s. 18). W nich nic nie rządzi się kryteriami logiki, naukowego poznania, gdyż bywa, że autorzy nie mają właściwego przygotowania oraz kompetencji w zakresie prezentowanej problematyki. A zatem w wielu poradnikach zauważalna jest wiedza potoczna. Wskazówki i rady autorki często odnoszą się do potocznego sposobu myślenia czytelnika i nie opierają się na wiedzy naukowej. Treść porad przygotowana jest na podstawie własnych doświadczeń i obserwacji, co może tylko potwierdzać opinię Michała Rusinka, że „poradniki to królestwo mniemania” (Rusinek, 2019, s. 218). Rzadko oparte są na wiedzy naukowej, bywają jej uzupełnieniem, a czasem nawet jej zaprzeczają. Kiedy całkowicie zastępują wiedzę naukową mogą stać się nawet niebezpieczne dla osoby, która wciela przeczytaną poradę w swoje życie. Poradniki opisywane przez Rusinka zawierają naukę alternatywną, myślenie magiczne, co również można odnaleźć w opisywanej publikacji. Treść poradników stawia niejednokrotnie amatora w roli profesjonalisty. Opisane w rozdziałach przykłady z życia autora stanowią jedną i właściwą prawdę zastępując tym samym naukowe argumenty. Widoczne jest pęknięcie granicy między nauką a literaturą oraz między faktem a fikcją (Rusinek, 2019, s. 221). Poradniki nie zachęcają do korzystania z profesjonalnego poradnictwa w przypadku nieprzynoszących efektów samodzielnego odnajdywania własnej drogi do pokochania siebie, mimo iż sama autorka z takowej skorzystała (terapia). Autorka odnajduje odpowiedzi na nurtujące ją pytania w dziełach artystycznych (filmach, książkach, muzyce, poezji). Daria Zielińska-Pękał wskazuje, iż odwoływanie się do wytworów to niedosłowna forma przekazu poradnictwa i upatruje w tym wartościowych inspiracji (Zielińska-Pękał, 2019b, s. 187). A zatem de Barbaro zachęca, aby czytelnik szukał odpowiedzi na własne pytania w codzienności i sztuce, lecz nie upomina, aby wykorzystywać przy tym krytyczną refleksję, o czym w literaturze wspomina Mieczysław Malewski i Elżbieta Siarkiewicz (Malewski, 2010; Siarkiewicz, 2010). Autorka omawianej publikacji opisuje wizyty u „quazi-terapeutów”, którzy pomagają

jej odnaleźć siebie, nie wspomina także, aby idąc jej śladem nie korzystać z pomocy osób bez uprzedniej weryfikacji ich wiedzy i kompetencji. Dużo pisze o duchowości i abstrakcyjnych pojęciach, jak chociażby o synchroniczności, która może wydać się zupełnie niezrozumiała z punktu widzenia osób, które jej nie doświadczyły. Wiele nawiązań do snów i traktowanie ich jak „przewodników” może prowadzić czytelnika do przesadnej wiary w nie, powodować poczucie zagubienia, a w najgorszym przypadku do odejścia od postrzegania siebie jako osoby sprawczej, krytycznej, zdolnej do emancypacji.

Konkludując książka Natalii de Barbaro posiada cechy tekstów określanych poradnikami. W pierwszej kolejności dlatego, że zawiera rady, wskazówki i informacje. Posiada również cechy, jakie wyróżnia Zielińska-Pękał określając poradnik. Odwoływanie się do wytworów sztuki, wprowadzenie metaforycznych porównań, przytaczanie opowieści z życia, stawianie pytań (bez odpowiedzi) to zabiegi które Zielińska-Pękał charakteryzuje w stylu poradniczym (Zielińska-Pękał, 2019b, s. 187–189), a które pojawiają się w książce de Barbaro. Wpisuje się również w definicję, jaką opisując poradnik, wskazuje Edyta Zierkiewicz: „poradniki to książki [...], które zawierają przepisy rozwiązań ujętych w ich tytułach problemów, a raczej, które same siebie prezentują jako takie rozwiązania” (Zierkiewicz, 2016, s. 54). Realizuje również poradnicze cele: uświadamia czytelnikowi naturę jego problemów, podaje sposoby rozwiązania problemu oraz sprzyja tworzeniu relacji paraspołecznej przypominającej bezpośredni kontakt doradcy i osoby radzącej się (Zierkiewicz, 2004).

Ważnymi cechami poradników jest również to, że są szeroko dostępne, łatwe w użyciu, tanie, anonimowe i krótkotrwałe, to znaczy – niewymagające regularnych spotkań ze specjalistą. Ponadto, co kluczowe – zawierają intencję autora o udzieleniu pomocy odbiorcy (Zierkiewicz, 2016, s. 56). Mimo, że autorka książki zapewnia każdą z czytelniczek o budowaniu poradniczej relacji, o wyciągnięciu ręki w ich kierunku w celu pomocy odnalezienia drogi do samej siebie i jednoczy się z nimi uznając wskazane zadanie jako wspólne, w trakcie „literackiej podróży” wyraźnie można odczytać ten poradnik jako obietnicę rozwiązania doświadczanych problemów, jako obietnicę zmiany swojego „niedoskonałego” życia poprzez podążanie za własnymi doświadczeniami i emocjami. *Czuła Przewodniczka* moim zdaniem przez wzgląd na swój popularnonaukowy charakter publikacji nie może stanowić wiarygodnego źródła w odnalezieniu drogi do siebie i pokochania własnej osoby dla wszystkich kobiet, co starałam się rzetelnie uargumentować w niniejszej recenzji. Rusinek (2019, s. 221) proponuje, aby czytać poradniki jako dokumenty naszych czasów, odnajdywać w nich zagubienie we współczesnej rzeczywistości i brak zaufania do nauki. Krytyczne przyglądanie się książkom takim jak ta, może doprowadzić do wniosków, które zawierają odpowiedź na pytanie: jak radzić sobie w czasach poradników i je przetrwać?

Bibliografia

- Corey, G. (2005). *Teoria i praktyka poradnictwa i psychoterapii*. Zysk i S-ka.
- Kargulowa, A. (2005). Media w dyskursie poradniczym. *Pedagogika Mediów*, (1), 37–52.
- Kargulowa, A. (2012). Poradnictwo ery komunikacji satelitarnej. *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 1, 19–34. <https://doi.org/10.34862/sp.2012.1>
- Kargulowa, A. (2013). O potrzebie badań poradniczych. Ku antropologii poradnictwa. *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 2, 85–108. <https://doi.org/10.34862/sp.2013.4>
- Kargulowa, A. (2019). *Homo consultans – szansa czy problem dla poradnictwa?* *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 8, 88–101. <https://doi.org/10.34862/sp.2019.5>
- Malewski, M. (2010). *Od nauczania do uczenia się. O paradygmatycznej zmianie w andragogice*. Wydawnictwo Naukowe DSW.
- Rusinek, M. (2019). Jak (sobie) radzić? Uwagi czytelnika poradników. *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 8, 217–221. <https://doi.org/10.34862/sp.2019.14>
- Siarkiewicz, E. (2003). Pomiędzy codziennością a powszechnością. Poradnictwo na progu. *Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja*, (Numer specjalny), 353–362.
- Siarkiewicz, E. (2010). *Przesłonięte obszary poradnictwa. Realia – iluzje – ambiwalencje*. Wydawnictwo Uniwersytetu Zielonogórskiego.
- Śliwerski, B. (2015). Potoczna wiedza pedagogiczna w popularnym piśmiennictwie poradnikowym. *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 4, 15–29. <https://doi.org/10.34862/sp.2015.1>
- Tokarczuk, O. (2018/2019, 7 grudnia). Przemowa noblowska *Czuly narrator*. The Nobel Foundation. <https://www.nobelprize.org/uploads/2019/12/tokarczuk-lecture-polish.pdf>
- Zielińska-Pękał, D. (2019a). *Poradnictwo telewizyjne w perspektywie poradniczej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Zielonogórskiego.
- Zielińska-Pękał, D. (2019b). Poradniczy wymiar newsletterów. *Dyskursy Młodych Andragogów/Adult Education Discourses*, (19), 179–191. <https://doi.org/10.34768/dma.vi19.52>
- Zierkiewicz, E. (2004). *Poradnik-oferta wirtualnej pomocy?*. Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Zierkiewicz, E. (2011). Poradnik jako podręcznik życia. Krótka refleksja na temat historii gatunku. W: M. Chomczyńska-Rubacha (red.), *Podręczniki i poradniki. Konteksty. Dyskursy. Perspektywy* (s. 109–129). Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Zierkiewicz, E. (2016). Wartość poradników w opiniach przyszłych doradców. *Studia Poradnicze/Journal of Counsellogy*, 5, 51–70. <https://doi.org/10.34862/sp.2016.3>