

# WSPÓŁCZESNE KONTEKSTY EDUKACJI DOROSŁYCH

*Elżbieta Dubas*

ORCID: 0000-0002-7803-3369

## UCZENIE SIĘ SAMOTNOŚCI NA PRZEDPROŻU DOROSŁOŚCI. PRZYCZYNEK DO ZRÓWNOWAŻONEGO ROZUMIENIA SAMOTNOŚCI<sup>1</sup>

**Słowa kluczowe:** monoseologia pedagogiczna, samotność, uczenie się samotności, zrównoważone rozumienie samotności, przedproże dorosłości.

**Streszczenie:** Uczenie się samotności to kategoria poznawcza monoseologii pedagogicznej, której przestrzeń badawcza dotyczy dwóch kluczowych terminów: samotności i uczenia się. Oba rozumiane są tu szeroko. Badania empiryczne, przeprowadzone w 2021 roku na grupie 19 osób na przedprożu dorosłości (w wieku 18–25), ukazały bardzo rozległy zakres uczenia się samotności, które nie tylko przejawia się jako radzenie sobie z osamotnieniem, ale jest także poznawaniem siebie, poszukiwaniem przestrzeni dla samorealizacji w sytuacji wybieranego odosobnienia. Na uwagę zasługuje refleksyjność młodych dorosłych w okresie moratorium rozwojowego. Badania ujawniają związki ich uczenia się samotności z andragogicznymi teoriami uczenia się dorosłych, a w szczególności z teorią egzystencjalnego uczenia się. Napawa optymizmem fakt, że młodzi ludzie na przedprożu dorosłości, dodatkowo obarczeni doświadczeniem koronawirusa (2020–2021), potrafili odnaleźć się w swym osamotnieniu oraz, co szczególnie ważne, odzyskać pozytywny wymiar samotności. Wyniki badań przyczyniają się do odmitologizowania samotności rozumianej jako osamotnienie. Są też przyczynkiem do zrównoważonego rozumienia i doświadczania samotności.

---

<sup>1</sup> Fragmenty tego opracowania, w tym analizy materiału empirycznego, zostały wykorzystane także w tekście: Dubas, E. (2022). Learning in/of solitude in the context of pedagogical monoseology, *Journal of Silence Studies in Education*, 2(1), 5–15.

## Wprowadzenie

Refleksje, głównie filozofów egzystencjalistów, nasilone w XX wieku, bieżąca obserwacja współczesnego życia społecznego i cech współczesnej cywilizacji, także wyniki badań naukowych obejmujące ostatnich 4–5 dekad, ujawniają przede wszystkim negatywną postać samotności zwaną osamotnieniem. To jednak tylko jedna z odmian samotności. Poczynając od filozoficznej refleksji starożytnych myślicieli, poprzez teologiczną myśl średniowieczną, a także i dziś, dostrzega się przecież pozytywną postać samotności – odosobnienie, które ma wymiar rozwojowy i twórczy (Kaczmarek, 1995). Przytłoczenie osamotnieniem i brak umiejętności doświadczania przez ludzi odosobnienia rodzi wiele negatywnych konsekwencji dla ich rozwoju. Dla pedagogów/andragogów to ważne zadanie, by pełniej spostrzegać samotność i jej doświadczanie w bardziej wielowymiarowym kontekście. Kategoria „uczenie się samotności” okazuje się bardzo pomocną dla poznania ludzkiej samotności w szerszym kontekście oraz dla uwrażliwiania na bardziej zrównoważone jej doświadczanie – nie tylko jako osamotnienia. Poniższy tekst można potraktować jako głos w dyskusji skoncentrowanej wokół zrównoważonego rozumienia samotności, a co ważniejsze, jej zrównoważonego doświadczania przez współczesnego człowieka dorosłego.

### **Założenia teoretyczne. Wokół wiodących terminów: monoseologia pedagogiczna, samotność, uczenie się samotności, zrównoważone rozumienie samotności**

Uczenie się samotności, które stanowi przedmiot badań w tym opracowaniu, to podstawowa kategoria pojęciowa monoseologii pedagogicznej. Monoseologią (grec. *monose* – samotność, *logos* – nauka), przyjmując szerokie znaczenie terminu zaproponowane przez Piotra Domerackiego (Domeracki, 2006, s. 16; Domeracki, 2018, s. 86)), można nazwać naukę o samotności uprawianą w ramach różnych dziedzin i dyscyplin naukowych. Jej początków można doszukać się z powodzeniem w filozofii. Refleksję filozoficzną dotyczącą samotności Domeracki nazywa filozofią samotności albo monoseozofią (Domeracki, 2006, s. 16), albo monoseologią w węższym rozumieniu (Domeracki, 2015, s. 33). Można z pełnym przekonaniem przyjąć, że stanowi ona obowiązkową kanwę dla humanistycznych i społecznych rozważań nad samotnością. Należy do nich także refleksja i badania nad samotnością umiejscowioną w kontekście procesów edukacyjnych (por. Dubas, 2007, s. 163; Domeracki, 2018, s. 86). To przestrzeń badawcza realizowana głównie przez badaczy edukacji, w tym pedagogów, andragogów, geragogów i in. **Monoseologia pedagogiczna** (wcześniej – pedagogika samotności), bo tak możemy nazwać tę subdyscyplinę wiedzy o edukacji, dotyczy badań nad samotnością rozumianą bardzo szeroko. Również szerokie znaczenie przypisuje się edukacji, a jeszcze szerzej – uczeniu się, które jest drugim ważnym terminem monoseologii pedagogicznej. Uczenie się, w najszerszym rozumieniu, obejmuje edukację formalną (szkolną) i pozaformalną (pozaszkolną,

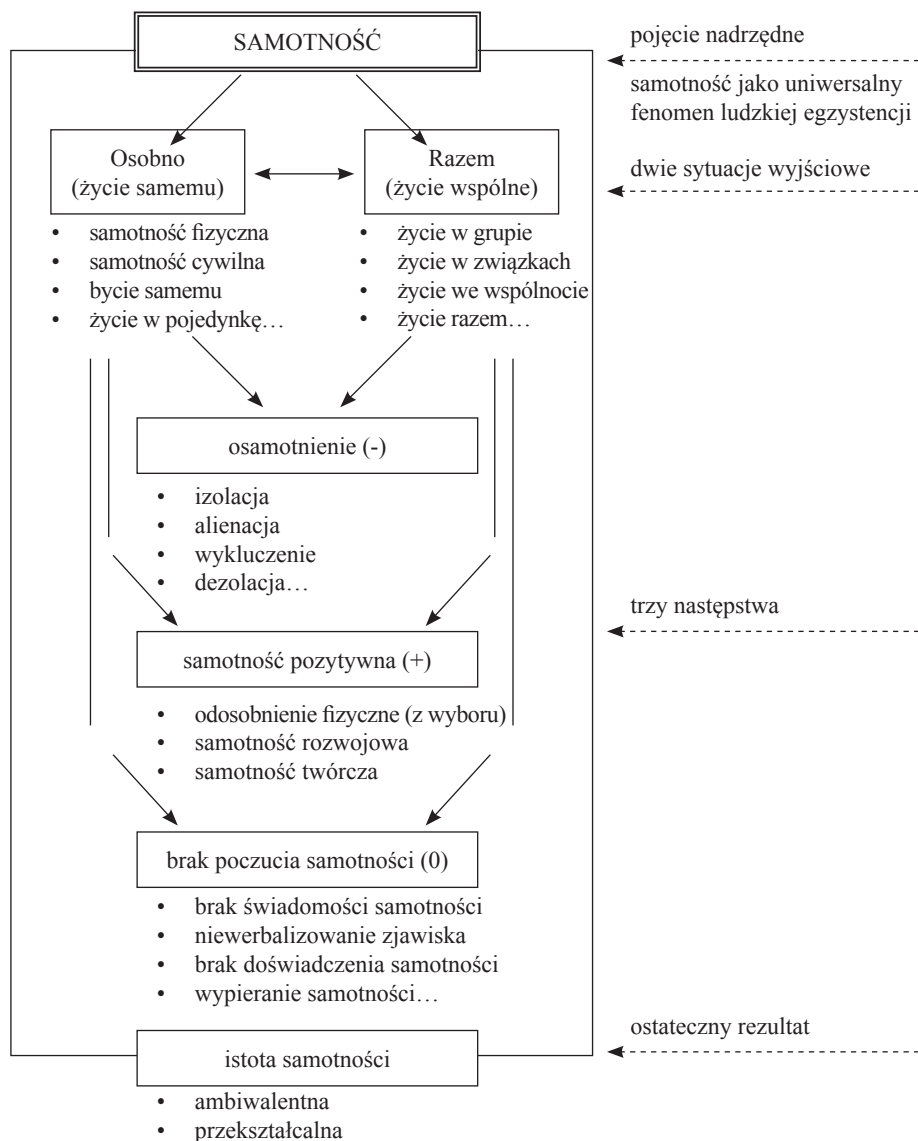
zinstytucjonalizowaną, tzw. „kursową”) oraz nieformalne uczenie się realizowane „na tle życia”, najczęściej okazjonalnie, przypadkowo, w kontekście zdobywania życiowych doświadczeń. Monoseologia pedagogiczna uwzględnia więc w swych badaniach tak instytucjonalny (np. samotność w szkole, w domach dziecka, domach pomocy społecznej itp.; por. Pawłowska, Jundziłł, 2003), jak i pozainstytucjonalny (w rodzinie, w kręgach koleżeńskich, w codzienności, w trudnych doświadczeniach egzystencjalnych itp.) kontekst samotności. Opisuje różnorodne procesy edukacyjne/uczenia się powiązane z samotnością: wychowanie, kształcenie, samowychowanie, samokształcenie, autoformację, autokreację, samorealizację, samodoskonalenie, tzw. całożyciowe uczenie się (*life long learning*) itp. Swoimi badaniami obejmuje samotność człowieka we wszystkich okresach rozwojowych, począwszy od dzieciństwa (a nawet okresu prenatalnego) po starość. Opisuje samotność w aspekcie wiedzy uświadomionej oraz wydobywa pokłady wiedzy nieuświadomionej (*tacit knowledge*) związanej z samotnością. W swych badaniach posługuje się zróżnicowanymi paradygmatami badawczymi i orientacjami metodologicznymi (od ilościowych po jakościowe), różnymi metodami i technikami badawczymi. Warto podkreślić stosowanie badań jakościowych z wykorzystaniem wywiadu biograficznego i narracyjnego, wywiadu poszerzającego świadomość, który pozwala na wydobywanie wiedzy nieuświadomionej. Istotna jest jakościowa analiza biografii i narracji.

By wyjaśnić termin „uczenie się samotności”, koniecznym jest wpierv ustalenie rozumienia terminu „samotność”. Tym bardziej to istotne, gdyż bywa on rozumiany różnorodnie.

**Samotność** (por. Schemat: Samotność – interpretacja znaczenia pojęcia) oznacza uniwersalny<sup>2</sup> fenomen ludzkiej egzystencji (Dubas, 2000), opisujący relacje (społeczne) Razem (życie we wspólnocie, wspólnotowość) i Osobno (życie samemu, bez innych, odosobnienie) (por. Dubas, 2007, s. 164), które wzajemnie się przenikają, oscylują między sobą i nie muszą być dychotomiami (Dubas, 2022a). Obie relacje: Razem i Osobno (określenia używane np. przez Małgorzatę Wałęjko, 2016) precyzyjnie zakreślają przestrzeń rozgrywania się samotności. Do tej pory często były one sobie przeciwstawiane jako dwa skrajne bieguny ludzkiego doświadczenia, antynomie. Jednak, spostrzegając ludzkie biograficzne, doświadczanie egzystencji jako continuum, a jeszcze bardziej jako całość, opozycja ta traci na ostrości, szczególnie gdy przyjmujemy jej ontyczny charakter. Jak pisze Domeracki: „Tego rodzaju podejście zbliża nas do tezy o dialektyczności samej egzystencji, której samotność i wspólnotowość – aczkolwiek, rzecz jasna, nie tylko one – są na zmianę awersem i rewersem” (Domeracki, 2015, s. 52). Można nawet przyjąć, idąc tym torem myślenia, że zmiany te mogą dziać się w podobnym czasie, co skłania do spostrzegania odosobnienia i wspólnotowości w perspektywie wzajemnych oscylacji, wynikających z przenikania się ludzkich potrzeb związanych z osamotnieniem i wspólnotowością równocześnie. Aktualnie samotność

<sup>2</sup> Uniwersalny charakter samotności/osamotnienia podnosi także w swych pracach Ben L. Mijuskovic (2022).

ujmowana jest (np. w filozofii, także w pedagogice) w bardzo szerokim znaczeniu, uwzględniającym różne jej odmiany, np. osamotnienie jako negatywną postać samotności, odosobnienie jako wybieraną samotność, izolację, alienację, bycie samemu, samotność pozytywną, ciszę i in. (por. Wałęjko, 2016, s. 91; Domeracki, 2018, s. 87; Koch, 1994, s. 27; Stern, 2022, s. 2). Samotność w tym rozumieniu jest pojęciem nadrzędnym, scalającym wszystkie terminy ( i doświadczenia) z nią związane (por. Domeracki, 2018, s. 88).



**Uczenie się samotności** to jeden z ważnych, choć właściwie dotychczas nie-podejmowanych zakresów badawczych monoseologii pedagogicznej. To bardzo szeroka kategoria badawcza obejmująca wiele obszarów. Tę kategorię ujawniły już wcześniejsze badania, dotyczące osób dorosłych, z których wynikał jednoznaczny związek samotności z uczestnictwem w edukacji dorosłych rozumianej instytucjonalnie. Uczestnictwo takie uznano za czynnik silnie eliminujący osamotnienie a instytucjonalną edukację dorosłych za czynnik w najmniejszych stopniu obciążający osamotnieniem, w porównaniu z innymi, w tym np. z rodziną (Dubas, 2000). Zwrócono wówczas także uwagę na znaczenie samokształcenia sprzyjającego rozwojowi zainteresowań, poszerzających horyzonty wiedzy, co również skutecznie eliminuje osamotnienie (Dubas, 2000; Dubas, 2022a). Innym obszarem uczenia się samotności jest uczenie się w sytuacji samotności. Oznacza ono procesy edukacyjne (świadomościowe, autoformacyjne) uruchamiane w wyniku doświadczanej samotności: negatywnej – osamotnienia oraz pozytywnej – odosobnienia, ich efekty w postaci nowej wiedzy i umiejętności oraz zmian w postawach życiowych, w wyniku czego osoba lepiej radzi sobie z osamotnieniem w codzienności teraz i w przyszłości, a także lepiej umie wykorzystywać odosobnienie dla swego rozwoju. Kolejnym ważnym obszarem uczenia się samotności jest uczenie się o samotności rozumiane jako poszerzanie wiedzy (świadomości) na temat samotności jako ludzkiego doświadczenia (Dubas, 2022a), jako uniwersalnej troski egzystencjalnej (por. Fabiś, 2013), która ma także dla osoby wymiar pozytywny, sprzyjający budowaniu jej świata wewnętrznego. Uczenie się samotności oznacza więc namysł i reinterpretacje trudnego życiowego doświadczenia, głównie związanego z osamotnieniem, w wyniku refleksji autobiograficznej. Jest przejawem radzenia sobie z osamotnieniem i próbą wychodzenia z osamotnienia. Oznacza oswajanie osamotnienia oraz odnajdowanie w nim szansy rozwojowej (Dubas, 2022a). Oznacza także poszukiwanie samotności/odosobnienia jako obszaru samorozwoju, autokreacji, stawania się sobą. Jest też przykładem przekształcania doświadczenia osamotnienia (złej samotności) w samotność pozytywną – dobrą. Uczenie się samotności jest przykładem społecznego i emocjonalnego uczenia się (Illeris, 2006), uczenia się z własnej biografii (Dubas, 2017) i egzystencjalnego uczenia się jako sposobu radzenia sobie z osamotnieniem” (Dubas, 2022a). Uczenie się samotności można najlepiej opisać, wykorzystując właśnie definicję egzystencjalnego uczenia się Petera Jarvisa, według którego „Uczenie się jest kombinacją procesów, w trakcie których osoby konstruują doświadczenie sytuacyjne oraz przekształcają je w wiedzę, umiejętności, postawy, przekonania, wartości, emocje, sensory i znaczenia oraz integrują je w obrębie własnej biografii” (Jarvis, 1987, s. 111; cyt. za: Malewski, 2010, s. 104). Warunkiem jest „bycie w sytuacji” oraz tworzenie indywidualnego doświadczenia życiowego i włączanie go we własną biografię (tamże, s. 104, 101). „Zarówno doświadczenie, jak i biografia mają wymiar całościowy. Sprawia to, że takie [uzupełnienie ED] uczenie się można traktować jako proces egzystencjalny” (tamże, s. 101). „Uczenie się samotności jest zarazem uczeniem się życia” (Dubas, 2022a, s. 275), co także podkreśla jego egzystencjalny wymiar.

Tak wyjaśniona kategoria „uczenie się samotności” ściśle wiąże się ze zrównoważonym rozumieniem samotności. **Zrównoważone rozumienie samotności**<sup>3</sup> zasadza się na szerokim holistycznym/całościowym rozumieniu ludzkiego doświadczania egzystencji w powiązaniu z rozwojem człowieka w sposób całościowy i wielowymiarowy, a więc taki, który uwzględnia jego wszystkie zakresy (biologiczny, psychiczny, społeczny, kulturowy i duchowy) i rozgrywa się na przestrzeni całego życia człowieka (Dubas, 2009a). Tak pojmowany rozwój obejmuje przestrzenie cielesności i duchowości, jak i odnosi się do zewnętrżności – otoczki/otoczenia życia człowieka (Dubas, 2012). Uwzględnia perspektywę adaptacji, transgresji, transformacji i transcendencji osobowej. Ma na uwadze dramatyczność ludzkiej egzystencji i zarazem twórczy potencjał człowieka pozwalający na przekształcanie trudnego losu w osobisty wartościowy wybór. Efektem takiego rozwoju jest coraz bardziej dojrzała tożsamość, która potrafi radzić sobie z trudnościami życia i stwarzać warunki dla dalszej transformacji i osobowej autokreacji. Samotność spostrzegana w takim tle oznacza całą paletę rozwojowych doświadczeń powiązanych z relacją Razem i Osobno. Zrównoważone rozumienie samotności akcentuje w samotności wielorakość doświadczeń, czasem skrajnie odmiennych, które jednak w efekcie końcowym prowadzą do poszerzenia pola samoświadomości, co pozwala radzić sobie ze złym osamotnieniem oraz wybierać i kształtować dobre odosobnienie, które zbliża człowieka do (z)rozumienia sensu życia – afirmacji życia i swojego losu.

Czy jednak takie rozumienie samotności występuje w świadomości i działaniach osób dorosłych? Z wcześniejszych badań autorki, przeprowadzonych w latach 90. XX wieku, wynikało, że w małym stopniu; badani głównie deklarowali doświadczanie osamotnienia – negatywnej postaci samotności, a jedynie 9 osób spośród 150 dorosłych (w różnym wieku), dostrzegало w swoim życiu pozytywną samotność, wybierając odosobnienie jako przestrzeń samorealizacji, wyciszenia się, odpoczynku od innych (Dubas, 2000, s. 240). Badania te potwierdzały, że człowieka końca XX wieku dotykała epidemia osamotnienia (Salij, 1997, s. 26), będąca efektem wielorakich uwarunkowań, w tym cywilizacyjnych i społeczno-kulturowych. Co więcej, jak stwierdza Fay B. Alberti, uległa ona jeszcze większemu nasileniu w XXI wieku, co pozwala mówić o „panice przed osamotnieniem jako nowoczesną »epidemią«” (Alberti, 2019, s. 17).

Badania prowadzone przez autorkę w drugiej dekadzie XXI wieku ukazały jednak zaskakująco odmienną perspektywę doświadczania samotności i to przez osoby dopiero wchodzące w dorosłość, na jej „przedprożu”. Poniżej relacja z tych badań, która może stanowić zachętę do dalszej penetracji tego zagadnienia określonego jako zrównoważone rozumienie samotności.

<sup>3</sup> Termin „zrównoważone rozumienie samotności” nawiązuje do przewodniego hasła IV Zjazdu Andragogicznego, które zostało określone jako „Edukacja dorosłych – w stronę zrównoważonego rozwoju”. Zrównoważony rozwój, ujęty w hasło przewodnim Zjazdu, wykracza poza znaczenia zawarte w dokumencie UNESCO: Cele Zrównoważonego Rozwoju 2030 (por. E. Dubas, 2022b, *Rocznik Andragogiczny*, tom 29).

### Nota metodologiczna. Informacja o przeprowadzonych badaniach

Poniżej zostaną przedstawione wyniki badań, zrealizowane z perspektywy andragogicznej, włączające się w obszar monoseologii pedagogicznej i w znacznym stopniu służące wydobyciu wiedzy powszechnie nieuświadomionej, a dotyczącej uczenia się samotności. Badacz pragnie dowiedzieć się, **w jakim zakresie badani (na przedprożu dorosłości) łączą doświadczenia swojej samotności (osamotnienia – odosobnienia) z uczeniem się i w czym to uczenie się w ich przypadku się przejawia.**

Badania zostały przeprowadzone w maju i czerwcu 2021 roku przez studentów pedagogiki Uniwersytetu Łódzkiego, którzy zostali przygotowani do badań poprzez uczestnictwo w zajęciach dydaktycznych w ramach przedmiotu: Człowiek w sytuacji samotności – ujęcie interdyscyplinarne, w semestrze letnim roku akademickiego 2020/2021. W badaniu posłużono się metodą indywidualnych przypadków (Pilh, Bauman, 2001, s. 78), techniką wywiadu jakościowego z elementami narracyjno-biograficznymi<sup>4</sup> (Dubas, 2000, s. 149 i dalsze). Narzędzie do badań – scenariusz wywiadu, zostało opracowane przez autorkę tekstu. Analiza danych, uporządkowana problemowo (tu problem badawczy – związek samotności z uczeniem się), polegała na kodowaniu rzeczowo-selektywnym (Konecki, 2000, s. 52) odpowiedzi na poszczególne pytania narzędzia, co pozwoliło ustalić wyłaniające się z danych szczegółowe kategorie analityczne (np. poznawanie siebie) i opisać główną kategorię teoretyczną – zakresy uczenia się w sytuacji samotności. Dodatkowo dokonano prezentacji indywidualnych przypadków, które w sposób charakterystyczny obrazują konteksty uczenia się samotności uwidocznione w badaniu.

Prezentowane poniżej dane empiryczne dotyczą okresu przedproża dorosłości (Dubas, 2009b, s. 118–120). Wszyscy badani są w wieku 18–25 r.ż. Próba badawcza liczy 19 osób, w tym 11 kobiet i 8 mężczyzn. Badani są najczęściej mieszkańcami dużego miasta (13), są wolnego stanu cywilnego (13) – jedynie 4 kobiety deklarują pozostawanie w związkach nieformalnych. Legitymują się wykształceniem średnim (9) i pomaturalnym (6), kilka osób nadal studiuje (6, w tym 4 mężczyzn). Najczęściej nie mają wyuczonego zawodu (12). Pracuje 10 osób, częściej kobiety (7). Sytuację zdrowotną oceniają jako bardzo dobrą (8) i dobrą (8), nieco gorsza jest u badanych mężczyzn. Sytuacja materialna najczęściej dobra (13), nieco lepsza u kobiet. Wśród badanych dominują osoby niewierzące (13). Wszyscy deklarują posiadanie zainteresowań. Wszyscy także korzystają z nowoczesnych technologii (komputer, Internet itp.). Wszyscy badani deklarują, że w przeszłości doświadczali osamotnienia, aktualnie jednak samotność (osamotnienie) w większości ich nie dotyczy (11). Do sytuacji osamotnienia w swej przeszłości zaliczyli: trudności w rodzinie (7), ograniczenia i brak kontaktów z bliskimi (6), trudności

<sup>4</sup> Pytania narracyjne dotyczyły samotności/osamotnienia w trzech perspektywach czasu: teraźniejszości, przeszłości i przyszłości. Aspekt biograficzny uwypuklała przede wszystkim narracja dotycząca doświadczania samotności/osamotnienia w przeszłości.

w relacjach z rówieśnikami (5), pandemię koronawirusa (5), brak zrozumienia (4), bycie poza ojczystym krajem (3), przeprowadzka (3), śmierć bliskich osób (2). Samotność w przeszłości łączyła się najczęściej z okresem dorastania i czasem edukacji w gimnazjum (9), z przełomem między gimnazjum i liceum, zmianą szkoły (3). Pamiętane są także doświadczenia z okresu dzieciństwa (3). Aktualne doświadczenie osamotnienia najczęściej dotyczy: braku bliskich osób (6) oraz sytuacji związanej z pandemią koronawirusa (6).

### **Analiza materiału empirycznego. Związek samotności z uczeniem się**

Prezentacja materiału empirycznego w tym tekście jest wybiórcza w stosunku do całości badanego problemu i zgromadzonego materiału empirycznego, gdyż dotyczy jedynie kwestii związku samotności z uczeniem się. W narzędziu badawczym tylko kilka pytań dotyczyło bezpośrednio tego zagadnienia<sup>5</sup>. Inne pytania, w sposób kontekstowy, odnosiły się do kwestii uczenia się samotności, co pozwoliło bardziej odsłonić istotne aspekty tego fenomenu. Konteksty dla pytań o związek samotności z uczeniem się zostały wykorzystane w opisie egzemplifikacji uczenia się samotności.

2/3 badanych (12)<sup>6</sup>, w tym zdecydowanie częściej kobiety (9), dostrzega związek samotności z uczeniem się. Najczęściej jest to uczenie się *w sytuacji samotności*, zdecydowanie rzadziej – uczenie się *o samotności*. Bogata jest informacja, czego dotyczyło uczenie się badanych w samotności, jakie były jego zakresy. Można je ująć w kilka kategorii:

- poznawanie siebie (8),
- umiejętność otwierania się na innych (6),
- umiejętność przebywania z sobą samym (5),
- wyważenie relacji Ja – Inni, Osobno i Razem (3),
- umiejętność radzenia sobie z trudnościami (6),
- zmiany w zakresie filozofii życia (6),
- zmiany w zakresie rozumienia zjawiska samotności (2).

**Poznanie siebie** odzwierciedla się jako „uczenie się siebie”: *uczyłam się siebie, tego jaka jestem*<sup>7</sup> (K, 21)<sup>8</sup>, odnajdowanie siebie (K, 25), wzrost samoakceptacji, odnalezienie w sobie siły – stanie się dla siebie źródłem siły, wyjście z egocentryzmu – zrozumienie, że *nie jestem w centrum wszechświata* (K, 21), rozpoznawanie swoich potrzeb i uczuć, rozpoznawanie swojej samotności. Efektem tego uczenia się jest poszerzona samoświadomość.

<sup>5</sup> Pyt. XIII w kwestionariuszu wywiadu: Czy samotność/osamotnienie wiązały się w Pana/Pani przypadku z uczeniem się: a) tak, b) nie, c) inne... Jeśli tak: 1) Na czym ten związek polega/? 2) Czego uczył/a się Pan/i w samotności/osamotnieniu? Jeśli nie: 3) Proszę o uzasadnienie odpowiedzi.

<sup>6</sup> W nawiasie podano liczbę wskazań, co ma znaczenie orientujące.

<sup>7</sup> Wypowiedzi badanych są zapisane kursywą.

<sup>8</sup> Oznaczenie zastosowanego kodu: płeć (K, M), wiek (liczba bezwzględna określająca wiek kalendarzowy) badanych osób. Np. (K, 25) – kobieta, lat 25; (M, 20) – mężczyzna, lat 20.



**Otwieranie się na innych** wiąże się z nawiązywaniem, podtrzymywaniem kontaktów z innymi ludźmi, docenianiem ich obecności w naszym życiu (K, 19), ale także szukaniem pomocy i wsparcia u innych (K, 22) oraz uczeniem się wzajemności w relacjach z innymi (K, 25). To bardzo ważna nauka; pokazuje ona bowiem istotny związek samotności jako bycia samemu z byciem z innymi, a więc związek *Osobno* i *Razem*. ...*nauczyłam się radzić sobie z mniejszymi problemami sama a jednocześnie w momentach, gdy sobie nie radziłam, to nauczyłam się prosić o pomoc. Jest to bardzo duża zmiana, której nauczyłam się podczas samotności, a przydaje mi się w obecnym życiu* (K, 22).

**Umiejętność przebywania ze sobą** oznacza umiejętność wykorzystania czasu dla siebie, umiejętność spędzania ze sobą samym czasu wolnego: *umiem też dobrze spędzić czas ze sobą* (K, 19), *nauczyłam się przebywania sam na sam ze swoimi myślami, ze sobą* (K, 21). To ważna umiejętność, szczególnie gdy brakuje wokół innych ludzi i nie mogą się oni stać naszymi realnymi współtowarzyszami życia.

**Wyważenie relacji Osobno i Razem** to swoisty złoty środek między otwieraniem się na innych a umiejętnością przebywania ze sobą. *Wiem, że mimo dużej ilości nauki [podczas matury] nie mogę zaniedbywać relacji z moją rodziną i dziewczyną* (M, 22). *Bez wątpienia jest to czas bardzo potrzebny. Wtedy najczęściej dużo myślę o swoim życiu, medytuję, czasami nawet robię małe podsumowanie ostatniego okresu życia. Zastanawiam się, co zrobić, żeby było lepsze. Jest to też czas na wyciszenie się i wewnętrzną regenerację. Tak więc samotność ma dla mnie istotne znaczenie, odgrywa dużą rolę w moim życiu, ale tak samo ważny jest kontakt z drugim człowiekiem, o czym nie można zapominać* (K, 25).

**Radzenie sobie z trudnościami**, jakie pojawiają się w samotności, przygotowuje, by w przyszłości lepiej radzić sobie w podobnych sytuacjach życiowych. Samodzielne zamieszkiwanie, jako przecież wyraz jednego z zadań rozwojowych tego okresu życia, zmusza do samodzielnego radzenia sobie z codziennością: *Samotność nauczyła mnie samodzielnego życia, ponieważ nie ma wokół mnie osoby, która np. zrobi mi obiad czy posprząta, więc muszę robić to sama. Przy okazji też mieszkam sama, co jest dla mnie nowością i wyzwaniem – żyję wśród czterech ścian bez nikogo. [uczyła mnie] życia w sumie, takich prostych czynności, ale przez to mieszkanie samemu nauczyłam się radzić sobie z mniejszymi problemami samodzielnie* (K, 25). Inną sytuację stanowi bycie „skazanym” na samodzielne/samotne radzenie sobie z trudną sytuacją egzystencjalną, jaką jest samotność. Może ono jednak, na zasadzie transferu doświadczenia, wyposażyć w umiejętność radzenia sobie z innymi trudnymi sytuacjami egzystencjalnymi: *Odnajdywałem siebie we własnych problemach i uczyłem się radzić sobie z nimi* (M, 20), *lepiej radzę sobie teraz z przeciwnościami losu* (M, 22).

Doświadczenie samotności pogłębia **rozumienie samotności**. Samotność okazuje się pozytywna, gdyż potrzebna dla refleksji. Samotność może być przez człowieka wybierana, także w tym sensie, że on sam decyduje o jej znaczeniu: *Uczyłam się tego w samotności, że jest ona potrzebna w życiu każdemu do refleksji,*

do zatrzymania się i do przemyślenia własnego zachowania. I nauczyłam się, że jest pozytywna i to ja decyduję o tym, czy ta samotność, która jest czasami, będzie wpływać pozytywnie na moje życie czy negatywnie. I ja sobie to sama wybieram. Nauczyła mnie również, że nie jestem w centrum wszechświata, nie jestem najważniejsza na świecie (K, 21). Doświadczenie samotności sprzyja także rozpoznawaniu swojej samotności: ...uczyłam się tego, w jakich sytuacjach czuję się samotna... (K, 21).

Samotność dookreśla **filozofię życia** (samotnego) człowieka. Wiele nowych myśli pojawia się podczas samotnych godzin i dni. Samotność wiele uzmysławia i wyposaża w inne spojrzenie na świat. Samotność uświadomiła badanym, że *warto próbować nowych rzeczy* (K, 25), że *należy docenić to, co się ma* (M, 20), że *warto być dobrym człowiekiem* (M, 20), że *nie należy przejmować się drobiazgami* (M, 22). Samotność była też lekcją pokory (M, 20; M, 22). *Życie jest piękne, więc trzeba żyć pięknie!* (M, 20) – oto głębokie przesłanie płynące z medytacji nad doświadczaną samotnością. Lekcja płynąca z samotności ulega też zmianie, co jest zrozumiałe w przypadku młodych ludzi – na przedprożu dorosłości, których tożsamość często nadal się krystalizuje i dojrzewa. Jeden z badanych zauważa bowiem: *Nie wiem, czy czegokolwiek nauczyłem się w samotności.* [po chwili dodaje] *Przez sytuację sprzed trzech lat nauczyłem się tego, że nie warto zbyt wiele okazywać uczuć. Wydaje mi się teraz, że jest to błędne. Jednak kiedyś tak uważałem, że lepiej zamknąć się w sobie* (M, 23). Wypowiedź ta też wskazuje, że nauka płynąca z samotności jest dynamiczna, zależna od kolejnych doświadczeń życiowych oraz refleksji nad nimi. Wiedza o samotności jest modyfikowana w samotności i przez samotność.

W wypowiedziach badanych można też dostrzec **związek samotności z edukacją formalną** – zmianą szkoły, przejściem np. z gimnazjum do liceum, uczeniem się do matury (M, 22), kształceniem zawodowym (w zawodzie informatyka): *Przez pięć semestrów studiowałam informatykę, gdzie w zasadzie nie poznałam żadnych nowych ludzi. Informatycy to nie są z reguły istoty społeczne* (M, 22), nauką zdalną: *...problem dodatkowo pogorszyła nauka zdalna, ale wtedy chyba wszyscy mieli trudności* (M, 22). Sam system edukacji formalnej, i to w jego wielu wymiarach, już tylko na podanych przykładach, okazuje się trudną sytuacją rodzącą osamotnienie. Do typowych sytuacji rodzących osamotnienie w szkole dołącza się jeszcze edukacja zdalna w czasie pandemii covid-19, która została odebrana przez badanych jako duże, wcześniej niedoświadczane, ograniczenie relacji społecznych.

Inne **znaczące wątki** refleksji nad uczeniem się w/o samotności, które warto zaakcentować, opisują charakter tego uczenia się; uczenie się w samotności jest uczeniem się ze wszystkich doświadczeń życiowych i w sposób mimowolny: *Każde doświadczenie czegoś uczy* (K, 23), *Było to mimowolne uczenie się...* (K, 21). Jest więc przykładem nieformalnego uczenia się, w trakcie życia, poprzez doświadczanie życia. Ma ono także charakter transformatywny, ponieważ wskazuje

na zmianę w dotychczasowym postrzeganiu rzeczywistości: *Jest to nowa sytuacja, która uczy nas nowych rzeczy. Nagle przyjmujemy inną perspektywę i zaczynamy postrzegać wszystko inaczej, nie tak jak sobie zawsze coś wyobrażaliśmy* (K, 25).

### Określenia związane z terminem „uczenie się samotności”

Mówiąc o uczeniu się samotności, badani używali różnych określeń, a ich analiza pozwala na lepsze zrozumienie fenomenu uczenia się samotności. Poniżej prezentacja tych określeń:

**Zrozumienie siebie:** *potrafisz lepiej zrozumieć siebie /.../* (K, 19),

**Zrozumienie czegoś:** *moja samotność pozwoliła mi zrozumieć... (K, 21),*

**Poznawanie siebie:** *nauczyłam się rozpoznawać swoje potrzeby i odczucia (K,19), dostrzeganie własnego potencjału (K, 21),*

**Uczenie się siebie:** *uczyłam się siebie (K, 21), uczyłem się siebie samego /.../ odnajdowałem siebie we własnych problemach (M, 20),*

Uczenie się czegoś w samotności: *uczyłam się tego w samotności /.../ I nauczyłam się /.../ Nauczyła mnie [samotność] również... (K, 21; K, 25; K, 23),*

**Myślenie, wyciąganie wniosków:** *w samotności jest wiele czasu na myślenie o sobie i życiu, i można się wtedy wiele nauczyć, wyciągnąć jakieś wnioski (K, 21), samotność pozwala wyciągać wnioski (M, 22).*

**Przyjmowanie innej perspektywy:** *Nagle przyjmujemy inną perspektywę i zaczynamy postrzegać wszystko inaczej... (K, 25),*

**Radzenie sobie:** *musiałam radzić sobie... (K, 22; M, 20), lepiej radzę sobie teraz z przeciwnościami losu (M, 22).*

W wypowiedziach badanych zostały użyte głównie formy czasownikowe. Wskazuje to na aktywność, działanie i proces, jakie wzbudzała samotność. Najczęściej stosowany był termin: uczyłem/uczyłam się, nauczyłem/nauczyłam się, co jest zrozumiałe przy zastosowanej formule pytania w wywiadzie. Uczenie się zadeklarowane przez badanych dotyczyło przede wszystkim uczenia się w sytuacji samotności, rzadziej – uczenia się o samotności. Aktywność wywołana samotnością oznacza refleksję (nad życiem; 8 wskazań) i autorefleksję (nad sobą; 6 wskazań), przy czym niekiedy te dwie perspektywy łączy się ze sobą. Samotność więc wzbudza procesy myślowe – rozwija refleksyjność i autorefleksyjność. Wywołuje także aktywność sprawczą (radzenie sobie). Można więc przyjąć, że samotność jest sytuacją uczenia się przede wszystkim w wymiarze refleksyjności. To niezwykle ważna funkcja edukacji, często zaniedbywana w edukacji formalnej. Samotność rozwija tę umiejętność, w przypadku badanych najczęściej poprzez silny negatywny ładunek emocjonalny i poczucie zagrożenia osobistego bytu i rozwoju w sytuacji osamotnienia.

Formy rzeczownikowe także pojawiły się w wypowiedziach badanych, choć jednak rzadziej. Należy do nich przede wszystkim termin: zmiana, ale także: sytuacja, doświadczenie, perspektywa. Zastosowane zostały także przymiotniki: nowe, inne.

Z wypowiedzi badanych znajdujących się na przedprożu dorosłości wyłania się kilka **kluczowych przesłań**, które mogą być wskazówką dla Innych.

Jedno z nich brzmi: *Życie jest piękne, więc trzeba żyć pięknie!* (M, 20). To pełne ekspresji, (może) idealistyczne hasło, ukazuje młodego człowieka jako optymistę, w swoim młodym wieku wierzącego „w życie”, budzącego w sobie siły, by je pięknie realizować. Ta wypowiedź to przykład zaprzeczenia bezideowości młodego pokolenia, które osadzone głównie w cybernetycznej rzeczywistości, pozbawiającej bezpośrednich relacji z Innymi, straciło radość życia w realnym świecie.

Kolejne przesłanie wskazuje na znaczenie otwierania się na zmiany, bycia zaciekawionym tym, co może nastąpić, jeśli okaże się odwagę: *...być może za drzwiami, których obawiasz się otworzyć, czeka na Ciebie przyjemna niespodzianka* (K, 19). To ważne przesłanie w czasach szybkich i niepokojących zmian, wobec których jednak, według tej młodej osoby, warto przyjmować postawę otwartości.

*Jest ona [samotność] potrzebna w życiu każdemu do refleksji* (K, 21). W tym przesłaniu samotność jest traktowana jako doświadczenie powszechne (*każdemu*) i konieczne (*potrzebna*), a jej znaczenie wiąże się z możliwością namysłu nad swoim życiem i doświadczanymi problemami (*do refleksji*).

*Jest to nowa sytuacja, która uczy nas nowych rzeczy* (K, 25). I wreszcie, zwraca się uwagę na samotność jako sytuację uczenia się nowych rzeczy. Samotność jako trudna sytuacja jest nowa (gdyby nie była *nowa*, nie byłaby zapewne taka trudna) i tym samym może przyczynić się do pozyskania nowej wiedzy.

### **Wybrane egzemplifikacje sytuacji uczenia się samotności (indywidualne przypadki)**

#### **Samotność uczy pięknego życia**

Wieloaspektowy związek samotności z uczeniem się

Wypowiedź centralna: *Życie jest piękne, więc trzeba żyć pięknie!* (M, 20)

Za najbardziej wieloaspektową wypowiedź na temat związku samotności z uczeniem się (w tych badaniach) można uznać poniższe słowa: *Związek samotności z uczeniem się polega na uczeniu się siebie samego. Uczyłem się tego, że nie zawsze ktoś będzie obok. To była lekcja samodzielności i pokory. Odnajdowałem siebie we własnych problemach i uczyłem się radzić sobie z nimi. Ponadto kolejną nauką było docenienie tego, co się ma. Nauczyłem się, że warto być dobrym człowiekiem oraz żeby dawać z siebie wszystko. Życie jest piękne, więc trzeba żyć pięknie!* (M, 20). Sformułował je 20-letni mężczyzna, kawaler, technik informatyk z wykształcenia, aktualnie student, niewierzący. Można w jego wypowiedzi dostrzec prawie wszystkie wymienione wyżej kategorie opisu związku samotności z uczeniem się. Na podkreślenie zasługuje wątek aksjologiczny uczenia się w samotności, jaki zawiera się w deklarowanej i być może uwewnętrznianej przez badanego wartości dobra i pokory. Ważny jest też wątek afirmacji życia

i wynikającego z tego nakazu pięknego życia. To optymistyczna nauka płynąca z wypowiedzi młodego człowieka, który mimo trudności życiowych i doświadczanego wcześniej osamotnienia, z powodu rozvodu rodziców, zmiany miejsca zamieszkania i śmierci matki dostrzega w życiu piękno.

### **Samotność uczy refleksyjności**

Samotność pozytywna i wybierana

Wypowiedzi centralne: *Nie jestem w centrum wszechświata*

*I ja sobie to sama wybieram* (K, 21)

Ten kontekst uczenia się samotności dobrze egzemplifikuje wypowiedź 21-letniej kobiety: *Moja samotność pozwoliła mi zrozumieć, że chwile samotności, w których jestem sama też są dobre. Kiedyś myślałam, że takie chwile są złe i za każdym razem, kiedy nie miałam wokół siebie ludzi albo jak rodzice, z którymi mieszkalam, chcieli ode mnie odpocząć, nie chcieli rozmawiać, robiło mi się przykro. Uczyłam się tego w samotności, że jest ona potrzebna w życiu każdemu do refleksji, do zatrzymania się i do przemyślenia własnego zachowania. /.../ Daje ona nam czas do rozmyślań* (K, 21).

Młoda osoba (zamieszkała w dużym mieście, panna, aktualnie studentka drugiego roku pielęgniarstwa, Świadek Jehowy), w oparciu o swe dotychczasowe doświadczenia z samotnością (trudności w relacjach z koleżankami na pograniczu gimnazjum i liceum, wyprowadzenie się z domu o 9 lat starszej siostry, która założyła swoją rodzinę a rodzice w tym czasie poświęcali więcej uwagi siostrze niż jej: *miałam wtedy 15 lat i potrzebowałam tego, by rodzice mnie zauważali /.../ miałam wrażenie, że rodzina się mną nie interesuje*, pogorszenia stosunków z siostrą, rywalizacji podczas zajęć tanecznych – poczucie osamotnienia, *gdy pojawił się ktoś, kto był lepszy ode mnie*), dochodzi do znaczącego wniosku, dotyczącego uniwersalnego i pozytywnego znaczenia samotności, w aspekcie jej funkcji formatywnej, teleologicznej i sensotwórczej; *dzięki tej samotności możemy poznać siebie, to, jaki cel jest w naszym życiu, bo każdy powinien odnaleźć sens swojego życia*. Znamiennym jest też zrozumienie, że to człowiek sam decyduje, jakiej samotności doświadcza – może wybierać samotność: złą (osamotnienie) lub dobrą, np. poprzez wychodzenie do ludzi a nie czekanie na ich pierwsze kroki. *I nauczyłam się, że jest pozytywna i to ja decyduję o tym, czy ta samotność, która jest czasami, będzie wpływać pozytywnie na moje życie czy negatywnie. I ja sobie to sama wybieram*.

Znamiennym jest także spostrzeżenie młodej kobiety, że to postawa jej samej miała wpływ na doświadczanie osamotnienia. Niezaspokojona potrzeba bycia lubianym, zauważanym, bycia najlepszym rodziła osamotnienie. W samotności *musiałam przetrwać w sobie to, że trochę przesadzam...* to doprowadziło do skierowania uwagi na innych i wyjście poza koncentrację na sobie *i zaczęłam się interesować innymi /.../ rozmawiałam z nimi*. Z tej lekcji samotności wyprowadza ona ważki wnioski, że *Nauczyła mnie również [samotność], że nie jestem w centrum wszechświata, nie jestem najważniejsza na świecie*. Uczenie się w sytuacji

samotności, jakie miało miejsce w przypadku tej badanej kobiety, jest bardzo adekwatną egzemplifikacją obszaru monoseologii pedagogicznej.

### **Samotność uczy samodzielności i doceniania bliskich osób**

Radzenie sobie z samotnością

Wypowiedzi centralne: *Żadna sytuacja nie jest bez wyjścia*

*Bliscy byli lekarstwem na wszystko tak naprawdę* (K, 25)

*Samotność nauczyła mnie samodzielnego życia, ponieważ nie ma wokół mnie osoby, która np. zrobi mi obiad czy posprząta, więc muszę robić to wszystko sama, przy okazji też mieszkam sama, co jest dla mnie nowością i wyzwaniem – żyję wśród czterech ścian bez nikogo. Samotność nauczyła narratorkę: życia w sumie, takich prostych czynności, ale przez to mieszkanie samemu udoskonaliłam to, nauczyłam się radzić sobie z mniejszymi problemami samodzielnie. Myślę, że warto jest przed podjęciem decyzji takich jak mieszkanie samemu pomyśleć czy na pewno damy radę z tą pustką. Niektórzy ludzie po prostu nie potrafią żyć sami. Należy pamiętać, że żadna sytuacja nie jest bez wyjścia i zawsze należy szukać jakiegoś rozwiązania /.../ (K, 25).*

Bezpośrednią przyczyną doświadczania osamotnienia przez 25-letnią narratorkę (absolwentkę filologii angielskiej, aktualnie pracującą w korporacji, mieszkankę dużego miasta, stanu wolnego, osobę niewierzącą) jest przeprowadzka (przed kilkoma miesiącami) w nowe miejsce i samodzielne zamieszkanie, poza rodziną (*jestem oddalona od rodziny*). Decyzja o przeprowadzce okazała się wyzwaniem, mimo że była podjęta samodzielnie i świadomie. *Postanowiłam sobie usamodzielnienie się i powiedziałam, że dam radę. Wiem, że ta sytuacja /.../ może mnie trochę przygnieść, ale powoli uczę się żyć sama ze sobą i skupiać na swoich potrzebach, aby już wewnątrz nie czuć tej samotności. W nowym miejscu brakuje znajomych, bliskich osób. Trzeba radzić sobie z życiem samodzielnie. Trudności dodatkowo potęguje sytuacja z koronawirusem, ponieważ ciężko jest nawiązać z kimś jakiś kontakt inny poza tym internetowym./.../era smartfonów, wirusa utrudnia kontakty międzyludzkie.*

Radzenie sobie z samotnością utrudnia brak dobrego kontaktu z samą sobą i brak obiektywizmu, czego narratorka jest świadoma. *Czuję się osamotniona, ponieważ nie mam dobrego kontaktu sama ze sobą. W ciężkich sytuacjach trudno mi zaufać sobie co do rad czy wskazówek, bo czuję, że nie patrzę na siebie i na to, co uważam, obiektywnie. Cały czas próbuję jakoś temu zaradzić, lecz póki co zbytnio to nie wychodzi.*

W radzeniu sobie z samotnością pomocni są bliscy, w szczególności rodzina i przyjaciele, ale także inny, niekoniecznie znany człowiek, oraz profesjonaliści. Istotnym środkiem w przeciwdziałaniu osamotnieniu jest rozmowa i porada. *Bliscy byli lekarstwem na wszystko tak naprawdę /.../ radziłam sobie z samotnością poprzez rozmowę z bliskimi i radzenie się ich odnośnie sytuacji życiowej... Zawsze znajdzie się jakiś bliski, który może wam pomóc, a jeśli nie bliski, to czasem rozmowa z obcą osobą czy terapeutą, jest jeszcze lepszym rozwiązaniem.*

Wcześniejsze doświadczenie osamotnienia (przy zmianie szkoły z gimnazjum na liceum) i aktualne odczuwane *na co dzień i w pewnym stopniu stała się* [samotność] *częścią mojego życia* w sytuacji samodzielnego zamieszkiwania w nowym miejscu, hartują młodą kobietę, która zakłada, że w przyszłości: *będę też umiała lepiej sobie z nią radzić, ponieważ jak już raz się z czegoś wyjdzie – w moim przypadku – głębszej samotności, to łatwiej będzie poradzić sobie z nią czy po prostu zaakceptować taki stan rzeczy.*

Kluczowym terminem, jakim posłużyła się narratorka, było „radzenie sobie”. To pewien zakres uczenia się samotności. Radzenie sobie z samotnością (osamotnieniem) było zarazem radzeniem sobie z życiem. Tu widoczne jest więc powiązanie samotności z ludzką egzystencją. Określone sytuacje życiowe, a przede wszystkim związane z nimi brak obecności bliskich osób i ich wsparcia, wyzwalały osamotnienie. Radzenie sobie z samotnością oznacza z jednej strony podejmowanie usamodzielniających aktywności, z drugiej zaś – korzystanie ze wsparcia innych osób, w tym szczególnie osób bliskich poprzez rozmowę i poradę.

### **Samotność uczy życia w trudnej rzeczywistości i doceniania rodziny**

Oddalenie od ojczyzny i rodziny, edukacja za granicą, sytuacja pandemii

Wypowiedź centralna: *Zostałem sam w Polsce* (M, 23)

Badany jest Ukraińcem, który od dwóch lat studiuje w Polsce na uniwersytecie. Jego samotność z jednej strony określa brak rodziny, która została na Ukrainie, z drugiej – utrudnione relacje z rodziną z powodu pandemii. Pandemia koronawirusa widoczna jest w wypowiedziach wielu badanych, mówiących o swej samotności. Jednak tego młodego 23-letniego mężczyznę (który pochodzi z małego miasta, jest kawalerem, osobą niewierzącą) dotyczy ona w sposób jeszcze bardziej dojmujący. *Jestem z Ukrainy i zostawiłem swoich najbliższych na Ukrainie, sam przybyłem do Polski. Czuje się osamotniony praktycznie codziennie od tamtego momentu. Ale jeszcze bardziej w ostatnim czasie, gdy jest pandemia./.../ Jest ciężko, czasem chce mi się płakać...*

Doświadczenie osamotnienia związane jest z brakiem codziennej obecności rodziny, codziennych rodzinnych kontaktów, rytuałów oraz wspólnego świętowania. Wartość rodziny narrator docenia teraz w sposób szczególny. *Najgorzej jest wieczorami, gdy w domu rodzinnym zawsze słyszałem od rodziców „dobranoc”, a teraz zasypiam samotnie. Często brakuje mi wspólnych niedzielnych obiadów z rodzicami i rodzeństwem. /.../ Gdy byłem na Ukrainie nie było tak źle, czasem klóciłem się z rodzicami i wtedy się źle czułem, ale tak naprawdę dowiedziałem się co to znaczy, gdy zostałem sam w Polsce.* Samotność była najsilniejsza w czasie *Świąt Wielkanocnych i Bożego Narodzenia.* Jej przyczyną była *pandemia, z powodu której nie mogłem jechać na Ukrainę. To były pierwsze święta, które spędziłem sam ze sobą.* Osamotnienie od rodziny jest odczuwane, mimo że narrator uzyskuje wsparcie od innych osób: *Mam bardzo miłych znajomych w Ł., którzy mnie wspierają, jednak nie są mi tak bliscy jak rodzina. /.../ Mam fajnych znajomych ze studiów, ale brakuje mi bliskiej osoby, której mogę zaufać i się zwierzyć.*

Docenia bliskie znajomości, co ujawniają słowa: *Jeżeli znajdziecie bliską osobę, to obdarzcie ją uwagą i poświęceniem.*

Choć narrator nie uważa, że uczył się czegoś w samotności, to jednak ujawnia, jak radzi sobie z samotnością (osamotnieniem): *staram się skupić na swoich zadaniach i wykonywać je jak najlepiej. Bardzo dużo czasu poświęcam na naukę. /.../ staram się łączyć internetowo z rodziną i odwiedzać ich w miarę możliwości. Rezygnuję też z wyjazdów wakacyjnych, by móc je spędzić z rodziną.* Dostrzega też zmiany w swojej świadomości, jakie spowodowała samotność: *uświadomiła mi jak ważna jest rodzina i pozwoliła docenić jak bardzo moi bliscy są pomocni w moim życiu. Wzmocniła mnie również i dała siłę, że potrafię być samodzielny i dać sobie radę z rzeczywistością.* Jest też przekonany, że w przyszłości *na pewno lepiej ją zniosę niż za pierwszym razem...*

Doświadczenie narratora wskazuje na skumulowanie dwóch trudnych sytuacji, które wywołują jego osamotnienie – tej wybranej, jaką są studia za granicą i tej losowej – pandemii koronawirusa. Dodatkowo przywiązanie do rodziny, której brakuje w nowej trudnej rzeczywistości, jeszcze bardziej nasila doświadczenie osamotnienia. Jednak nie jest to sytuacja, w której pozostaje bierny i załamany, lecz stara się ją przezwyciężyć. Ma świadomość, że te trudne doświadczenia są ważną lekcją na przyszłość.

### **Samotność uczy zachowań na przyszłość**

Edukacja szkolna, pandemia, kształcenie zdalne, nowoczesne technologie

Wypowiedź centralna: *Jednak samotność pozwala wyciągnąć wnioski* (M, 22)

Wątek edukacji formalnej pojawiał się w wielu wypowiedziach badanych. Szczególnym przykładem tego kontekstu uczenia się samotności są doświadczenia 22-letniego mężczyzny (mieszkańca dużego miasta, aktualnie studenta, kawalera, osoby niewierzącej). Jego najgłębsze doświadczenie samotności miało miejsce podczas przygotowań do matury. Było powiązane z nadmiarem nauki i ograniczeniem bezpośrednich relacji z innymi osobami.

*Samotność, która dotknęła mnie najbardziej, miała miejsce przed maturą, kiedy chciałem dostać się na medycynę, musiałem się dużo uczyć, a najbliżsi nie widzieli, nie doceniali mojego wysiłku.*

Silnie związane z tym kontekst stanowi sytuacja pandemii, która ograniczyła bezpośrednie relacje z osobami bliskimi i rówieśnikami, także podczas przygotowań do egzaminów: *Samotny czuję się najczęściej przed egzaminem. Kiedy egzaminy odbywały się przed pandemią, wcześniej spotykaliśmy się ze znajomymi, by razem się uczyć. Teraz czas przed egzaminem spędzam przed komputerem bez wzajemnego wsparcia znajomych. /.../ W czasie pandemii i zamknięcia w domu o wiele częściej czuję się samotny i osamotniony. Nie mając „na żywo” kontaktu z innymi ludźmi nie czuję ich wsparcia, motywacji i bliskości.*

Korzystanie z nowoczesnych technologii informatycznych ogranicza bezpośredni kontakt osobowy, rodzi poczucie niezrozumienia, konieczność samodzielnego radzenia sobie z nauką, co także wzmacnia osamotnienie.



*Czuję się osamotniony, ponieważ nie jestem zrozumiany przez rodzinę: „siedzenie przed komputerem to wcale nie taka ciężka praca”. /.../ Osamotniony czuję się również, gdy całe dni spędzamy z dziewczyną przed komputerami, mimo małego metrażu jesteśmy razem ale jakby osobno.*

Choć samotność jest dla narratora trudnym doświadczeniem, dostrzega z perspektywy czasu jej edukacyjny wymiar związany z rozwojem refleksyjności nad swoim życiem, nad relacjami z innymi ludźmi, nad swoim postępowaniem w przeszłości.

*Samotność w moim życiu, choć w czasie jej trwania zawsze jest smutna, patrząc na nią z perspektywy zawsze przynosi coś. To coś, to często refleksja nad własnym życiem, nauka wyciągnięta z danej sytuacji lub po prostu wiedza, co i z kim można. /.../ ...samotność pozwala wyciągnąć wnioski, z których uczyłem się, jak postępować w przyszłości. /.../ Wiem, że mimo dużej ilości nauki nie mogę zaniebdywać czasu i relacji z moją rodziną i dziewczyną.*

Zaprezentowana sylwetka bardzo dobrze oddaje sytuację młodego człowieka w okresie maturalnym, gdy poświęca swój czas na wymagającą edukację. To obciążenie jest zwielokrotnione sytuacją pandemii (koniecznością ograniczenia bezpośrednich relacji z innymi). Dodatkowo dołącza się korzystanie z IT jako styl życia i konieczność w edukacji w czasie pandemii, które jednak nasilają poczucie osamotnienia. W tej sytuacji cieszy wysoka świadomość samotności jako lekcji pełniejszego rozumienia siebie i świata. Wskazuje ona na wysoką refleksyjność młodego dorosłego.

### **Wnioski z badań i końcowe przesłanie**

Samotność badanych dorosłych, znajdujących się na przedprożu dorosłości, osób stosunkowo dobrze wykształconych, bo przynajmniej na poziomie średnim, doświadczana głównie jako trudne, bolesne osamotnienie, jest uwarunkowana wieloma przyczynami. Można mówić o wieloprzyczynowości osamotnienia doświadczanego na przedprożu dorosłości. W okresie maturalnym widoczny jest „zmasowany atak” różnorodnych sytuacji (w tym czynników zewnętrznych) na młodą psychikę, co może stanowić ważne wyzwanie rozwojowe, ale także zagrożenie dla kształtującej się tożsamości.

Młodzi ludzie często jednak przejawiają głęboką refleksyjność, dostrzegając w osamotnieniu ważną lekcję życia. Dostrzegają też pozytywne strony samotności i mają świadomość możliwości własnego wyboru w sposobie doświadczania samotności, a więc w pewnym stopniu świadomość, że samotność jest kształtowana przez człowieka.

Doświadczenia badanych pokazują istotny związek samotności z uczeniem się. Najczęściej jest to uczenie się w sytuacji samotności, rzadziej – uczenie się o samotności. W uczeniu się samotności można dostrzec wiele zakresów związanych z nieformalnym uczeniem się, ale i związanych z edukacją formalną, co wynika z pozostawania badanych w polu oddziaływań instytucji szkolnych oraz z żywej pamięci tych doświadczeń. W ich uczeniu się samotności obecne są

trajektorie owocne, ze szczególnym akcentem na refleksyjność. Jak pisze Peter Jarvis: „Jednostka uczy się poprzez refleksyjną kontemplację. Jej podstawą może być treść indywidualnego doświadczenia” (Jarvis, 2004, cyt. za Malewski, 2010, s. 104). Także odnotowano wątek transformacji postaw, wiedzy itp., co wskazuje na transformatywny charakter uczenia się w sytuacji samotności (*transformative learning*) (Mezirow, 1991, cyt. za Malewski, 1998, s. 106–115).

Zwraca uwagę u wielu badanych świadomość szerokiego kontekstu znaczeniowego kategorii pojęciowej „uczenie się”; bez trudu łączyli oni samotność z nieformalnym uczeniem się, często z wątkiem egzystencjalnym. Wątek egzystencjalny wydaje się być w ich uczeniu się najistotniejszy. Pozwala to na interpretację materiału empirycznego w perspektywie połączenia myśli egzystencjalnej z pedagogiczną. Celne odniesienie stanowią, wyróżnione przez Jarosława Garę, cztery prymarne kategorie filozofii egzystencjalnej: jednostkowość, wybór, bycie w sytuacji, stawanie się (Gara, 2021, s. 50 i dalsze). Wszystkie one uzyskują potwierdzenie w odniesieniu do uczenia się samotności. Uczenie się samotności jest doświadczeniem jednostkowym, subiektywnym (trudno odnaleźć dwa podobne doświadczenia). Wiąże się z możliwością dokonywania wyboru przez podmiot, w wyniku czego powstaje w jego świadomości obraz samotności złej lub dobrej. Wywołane jest „byciem w sytuacji” samotności, a więc jej doświadczaniem i pamięcią tego doświadczania. Wreszcie, uczenie się samotności jest przykładem „stawania się” – coraz bardziej dojrzałym, świadomym, lepiej rozumiejącym siebie i życie, lepiej radzącym sobie z życiem. To potwierdza myślenie, że samotność jest (uniwersalnym) fenomenem ludzkiej egzystencji (Dubas, 2000) i jako taka uruchamia przede wszystkim egzystencjalne uczenie się (Jarvis, 2004, cyt. za; Malewski, 2010, s. 100–105).

Wyniki tych badań jednoznacznie odnoszą do kwestii zrównoważonego rozumienia samotności. Wskazuje na to kilka aspektów doświadczania samotności ujawnionych w wypowiedziach badanych osób. Należą do nich:

- pokonywanie osamotnienia,
- przekształcanie osamotnienia (złej samotności) w dobrą samotność,
- odnajdowanie wartości samotności (w samotności pozytywnej, samotności rozwojowej, samotności twórczej),
- poszukiwanie przestrzeni odosobnienia (wybieranej samotności),
- spostrzeganie ambiwalencji (względności) samotności,
- dostrzeganie możliwości wyboru sposobu przeżywania samotności jako złej albo dobrej,
- dostrzeganie w sytuacji samotności przestrzeni uczenia się rozumianego jako poszerzanie samoświadomości, jako osobowe dojrzewanie i radzenie sobie z życiem.

Badani młodzi ludzie, na „przedprożu dorosłości”, zmagają się z osamotnieniem, którego doświadczają w bardzo wielu sytuacjach powstałych w relacjach z bliskimi (głównie w rodzinie i w szkole) i równocześnie podlegają wpływom cywilizacyjnym ery cyfrowej oraz trudnym wydarzeniom globalnym (pandemia

covid-19)<sup>9</sup>. Jednak nie tylko starają się przetrwać ten trudny dla nich czas, ale również podejmują udane próby, by odnaleźć w swoim osamotnieniu pozytywne znaczenia i w ten sposób przełamać osamotnienie oraz zyskać przestrzeń dla własnego samorozwoju. Badani zadeklarowali także dostrzeganie a nawet kreowanie przestrzeni odosobnienia (samotności wybieranej), by wspierać swoją samorealizację (samotność rozwojowa, samotność twórcza). Wreszcie, spostrzegali samotność jako doświadczenie ambiwalentne, niejednoznaczne, które można samodzielnie kształtować, by sprzyjało rozwojowi człowieka. Potwierdza to tezę, że **samotność człowieka jest nade wszystko funkcją jego świadomości. Świadomość ta wzrasta wraz z osobistymi doświadczeniami egzystencjalnymi związanymi z samotnością/osamotnieniem.**

Wniosek, jaki nasuwa się po analizie powyższych danych empirycznych, dotyczy potrzeby **odmitologizowania** samotności rozumianej w XX i XXI wieku najczęściej jako zła samotność w jej negatywnej postaci, jaką jest osamotnienie. Pozwala na to znaczny poziom świadomości i samoświadomości współczesnych młodych, stosunkowo dobrze wykształconych ludzi, przy tym obdarzonych refleksyjnością rozwijaną w procesie doświadczania niełatwego życia. To ważny kierunek działań w obszarze monoseologii pedagogicznej, który ma na celu przywrócenie pełnego znaczenia samotności jako uniwersalnego ludzkiego doświadczenia, uwzględniającego także jej aspekt rozwojowy. Przywrócenie wieloaspektowego rozumienia fenomenu samotności może być kluczem dla współczesnej edukacji (dorosłych), która powinna wspierać ludzi w trudnych czasach nieprzewidywalnych zmian, ekstremalnie nasilających osamotnienie (pandemia, wojny) i w których jeszcze bardziej wzrasta znaczenie samotności sprzyjającej pielęgnowaniu dojrzałego świata wewnętrznego.

### Bibliografia

- Alberti, F.B. (2019). *A biography of loneliness*. Oxford: Oxford University Press.
- Domeracki, P. (2006). Meandry filozofii samotności. W: P. Domeracki, Wł. Tyburski (red.), *Zrozumieć samotność Studium interdyscyplinarne*, Toruń: Wydawnictwo Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, s. 15–25.
- Domeracki, P. (2015). Paradymatyczne konceptualizacje samotności i wspólnotowości w dyskursie monoseologicznym. *Filozofia Chrześcijańska*, tom 12, s. 33–55.
- Domeracki, P. (2018). *Horyzonty i perspektywy monoseologii*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- Dubas, E. (2000). *Edukacja dorosłych w sytuacji samotności i osamotnienia*, Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Dubas, E. (2007). Sztuka i samotność. Przyczynek do monoseologii pedagogicznej. W: M. Zalewska-Pawlak (red.), *Samotność oswojona przez sztukę*, Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 163–184.

<sup>9</sup> Badani, będący przedstawicielami generacji Z, codziennie przez wiele godzin funkcjonują w świecie wirtualnym i równocześnie deklarują potrzebę bliskich bezpośrednich relacji z innymi ludźmi (por. Wawrzonek, 2022, s. 225).

- Dubas, E. (2009a). Auksologia andragogiczna. Dorosłość w przestrzeni rozwoju i edukacji. *Rocznik Andragogiczny 2009*. Radom: Wydawnictwo Naukowe Instytutu Technologii Eksploatacji – PIB, s. 133–144.
- Dubas, E. (2009b). Etapy dorosłości i proces kształcenia. W: A. Fabiś, B. Cyboran (red.), *Dorosły w procesie kształcenia*. Bielsko-Biała, Zakopane: Wyższa Szkoła Administracji w Bielsku-Białej, s.115–132.
- Dubas, E. (2012). Sztuka starzenia się – uczenie się starości. Kontekst andragogiczny. W: E. Dubas, A. Wąsiński (red.), *Edukacyjna przestrzeń starości Wybrane konteksty refleksji i badań*. Biblioteka Gerontologii Społecznej, nr 1, s. 11–29.
- Dubas, E. (2017). Uczenie się z własnej biografii jako egzemplifikacja biograficznego uczenia się. *Nauki o Wychowaniu. Studia Interdyscyplinarne, nr 1* (4), s. 63–87.
- Dubas, E. (2022a). Adult Loneliness. W: J. Stern, M. Wałęjko, A. Ch. Sink, Wong Ping Ho (red.), *The Bloomsbury Handbook of Solitude, Silence and Loneliness*. London, New York: Bloomsbury Academic, s. 261–275.
- Dubas, E. (2022b). IV Zjazd Andragogiczny “Edukacja dorosłych – w stronę zrównoważonego rozwoju”, Uniwersytet Łódzki, Łódź 27–28 czerwca 2022 r. *Rocznik Andragogiczny*, tom 29.
- Fabiś, A. (2013). Człowiek stary wobec trosk egzystencjalnych. *Edukacja Dorosłych, nr 2*, s. 39–46.
- Gara, J. (2021). *Istnienie i wychowanie Egzystencjalne inspiracje myślenia działania pedagogicznego*. Warszawa: Wydawnictwo Akademii pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej.
- Illeris, K. (2006). *Trzy wymiary uczenia się Poznawcze, emocjonalne i społeczne ramy współczesnej teorii uczenia się*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej Edukacji TWP we Wrocławiu.
- Jarvis, P. (1987). *Adult Learning in the Social Context*. London: Croom Helm.
- Jarvis, P. (2004). *Adult Education and Lifelong Learning. Theory and Practice*. London – New York: Routledge-Falmer.
- Kaczmarek, K. (1995). Rozumienie samotności i jej wychowawcze aspekty na przestrzeni epok. *Studia Edukacyjne, nr 1*, s. 57–75.
- Koch, P. (1994). *Solitude: A Philosophical Encounter*. Chicago: Open Court.
- Konecki, K.T. (2000). *Studia z metodologii badań jakościowych Teoria ugruntowana*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Malewski, M. (1998). *Teorie andragogiczne. Metodologia teoretyczności dyscypliny naukowej*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Malewski, M. (2010). *Od nauczania do uczenia się O paradygmatycznej zmianie w andragogice*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej.
- Mezirow, J. (1991). *Transformative Dimensions of Adult Learning*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Mijuskovic, B.L. (2022). *Metaphysical Dualism, Subjective Idealism, and Existential Loneliness Matter and Mind*. London and New York: Routledge Taylor&Francis Group.
- Pawłowska, R., Jundziłł, E. (2003). *Pedagogika człowieka samotnego*. Gdańsk: Wydawnictwo Gdańskiej Wyższej Szkoły Humanistycznej.
- Plich, T., Bauman, T. (2001). *Zasady badań pedagogicznych Startegie ilościowe i jakościowe*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Salij, J. (1997). *Imiona samotności. Więź, nr 10* (468), s. 26–29.

- Stern, J. (2022). Introduction Personhood, Alone and Together – Solitude, Silence and Loneliness in Context. W: J. Stern, M. Wałęjko, Ch. A. Sink., Wong Ping Ho (red.), *The Bloomsbury Handbook of Solitude, Silence and Loneliness*, London, New York: Bloomsbury Academic, s. 1–9.
- Wałęjko, M. (2016). *Osobno i razem. Personalistyczne wychowanie do samotności i do wspólnoty*. Szczecin: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego.
- Wawrzonek, A. (2022). Wielopokoleniowy zespół pracowniczy jako przestrzeń uczenia się dorosłych. W: M. Rosalska, A. Wawrzonek, J. Szłapińska (red.), *Człowiek w zróżnicowanych kontekstach życia. Księga jubileuszowa profesor Ewy Solarczyk-Ambrozik*, Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM, s. 219–237.

### **LEARNING IN/OF SOLITUDE ON THE THRESHOLD OF ADULTHOOD CONTRIBUTION TO A SUSTAINABLE UNDERSTANDING OF SOLITUDE**

**Keywords:** pedagogical monoseology, solitude, learning in/of solitude, the threshold of adulthood, sustainable understanding of solitude

**Summary:** Learning in/of solitude is a cognitive category of pedagogical monoseology whose research space covers two key terms: solitude and learning. Both are understood broadly here. Empirical research, conducted in 2021 on a group of 19 people on the threshold of adulthood (aged 18–25) showed a very wide range of learning in/of solitude, which not only manifests itself as coping with loneliness, but also means getting to know oneself, looking for space for self-realization in a situation of chosen aloneness. The reflectiveness of young adults in the period of development moratorium deserves attention. Research reveals links between their learning in/of solitude and the andragogical theories of adult learning, and in particular with the theory of existential learning. It is optimistic that young people, on the threshold of adulthood, additionally burdened with the experience of the coronavirus (2020–2021), were able to find themselves in their loneliness and, what is particularly important, regain a positive form of solitude. The research results contribute to the demythologization of solitude understood as loneliness. They are also a contribution to a sustainable understanding and experiencing solitude.

Dane do korespondencji:

**prof. dr hab. Elżbieta Dubas**

Uniwersytet Łódzki

Wydział Nauk o Wychowaniu

Katedra Andragogiki i Gerontologii Społecznej

elzbieta.dubas@uni.lodz.pl