

KATARZYNA WANIEK
Uniwersytet Łódzki

DYSKURS TERAPEUTYCZNY
I PSYCHOLOGIZACJA ŻYCIA CODZIENNEGO
W RELACJACH AUTOBIOGRAFICZNYCH.
OBSERWACJE BADAWCZE I WYZWANIA METODOLOGICZNE
DLA SOCJOLOGII BIOGRAFISTYCZNEJ

WSTĘP:

DYLEMATY METODY AUTOBIOGRAFICZNEGO WYWIADU
NARRACYJNEGO W OBLICZU EKSPANSJI KULTURY TERAPEUTYCZNEJ

Podczas gdy relacja między dyskursem publicznym a opinią publiczną zaprzęta umysły analityków dyskursu, to relacja między dyskursem publicznym a sposobami tworzenia relacji o własnym życiu i wiedzą podręczną przedstawiona w wywiadach narracyjnych o własnym życiu przyciąga uwagę wielu badaczy biograficznych. Dotyczą one między innymi tego, na ile i w jaki sposób dyskurs publiczny i przekazy wypełniające przestrzeń medialną kształtują obraz świata „zwykłych ludzi” (Schütz 1985b), ale także jak wpływają na ich schematy odniesienia i hierarchie wartości. Koncentrują się także na tym, które z oferowanych schematów interpretacji, sposobów uzasadniania, kategorii opisowych, definicji sytuacji dotyczących różnych obszarów rzeczywistości społecznej przenikają do indywidualnej opowieści o życiu, a które nie. Te mające na nią wpływ nasuwają z kolei pytanie o to, w jakiej formie są przez ludzi przejmowane, jak ewentualnie przekształcane i modyfikowane, dlaczego akurat te, do jakich obszarów

doświadczenia się odnoszą i wreszcie, jak w tej zmodyfikowanej formie mają zwrotny wpływ na rzeczywistość społeczną?

Przedstawione poniżej rozważania oparte są na wstępnych wnioskach, które wyłaniają się z analiz autobiograficznych wywiadów narracyjnych — takich zatem, w których osoby badane proszone są o opowiedzenie historii własnego życia bez wcześniejszego przygotowania i prób (*ex tempore*). Opieram się przy tym na teoretycznych założeniach i epistemologicznych podstawach socjolingwistycznie ugruntowanej analizy procesów społecznych w relacjach autobiograficznych Fritza Schützego (1981, 1983, 1984, 2012a). Zadaniem badacza jest w niej odtworzenie procesów społeczno-biograficznych także przez analizę kluczowych wzorów interpretacji i oceny działań osoby badanej, jej systemu wyjaśnień, sposobów ustanawiania sensu we własnym życiu i nastawienia wobec samej siebie (Schütze 2012a, s. 258). Dane empiryczne, do których się odwołuję w tym tekście, to autobiograficzne relacje osób urodzonych w latach 1980, 1990 i 2000¹ i należących do pewnego segmentu polskiego społeczeństwa noszącego cechy klasy średniej². Pokazują one, że — jak nigdy wcześniej³ i z mocą większą niż inne dyskursywne obrazy świata — dyskurs terapeutyczny przeniknął do sposobu prezentacji przebiegu wydarzeń w życiu i ich objaśniania. Zakładam przy tym, że jest on emanacją kultury terapeutycznej wpisanej w szersze, ciągłe i dynamiczne przemiany społeczno-kulturowe na Zachodzie, które w szczególnym polskim wariantcie wiążą się z procesem przechodzenia od realnego socjalizmu (dyscyplinarnej organizacji społecznej) do neoliberalnego kapitalizmu i „rządzenia przez wolność” (Rose 1999) oraz z rozwojem technologii i internetu. Przemiany te łączą się z coraz częstszym kwestionowaniem tożsamości określanych w kate-

¹ To kolekcja projektu: „Posttransformacja w perspektywie doświadczeń biograficznych osób urodzonych w latach 1980–2005. Analiza socjologiczna” finansowanego przez NCN w ramach konkursu OPUS 21 i realizowanego pod kierownictwem prof. Kai Kaźmierskiej w Katedrze Socjologii Kultury Uniwersytetu Łódzkiego w latach 2022–2025 (nr UMO-2021/41/B/HS6/02048).

² Kategoria ta ma tu charakter uwrażliwiający (Blumer 1954, s. 7).

³ Odwołuję się przy tym do kolekcji systematycznie gromadzonych w Katedrze Socjologii Kultury UŁ opowiadanych historii życia osób urodzonych w kolejnych dekadach począwszy od lat dziesiątych ubiegłego stulecia oraz wielu innych znanych mi materiałów biograficznych. Wspomnieć wypada, że zmiany, o których jest mowa w tym artykule, już wcześniej zostały zauważone w autobiograficznych relacjach osób urodzonych w latach osiemdziesiątych XX wieku analizowanych w ramach projektu NCN „Doświadczenie procesu transformacji w Polsce. Porównanie socjologiczne na podstawie analizy biograficznej” realizowanego w ramach konkursu OPUS 5 w latach 2014–2019 (nr UMO-2013/09/B/HS6/03100). Ich niedookreślony charakter stał się podstawą do poszerzenia istniejącej kolekcji danych także o historie życia osób urodzonych później (zob. przypis 1).

goriach „albo..., albo...” i pojawianiem się autoidentyfikacji opartych na kompozycji siebie w kategoriach „zarówno..., jak też...” (Beck, Grande 2009, s. 119). W wielu badanych przypadkach wiedzie to do wzmożonej koncentracji na własnych tożsamościach, egzekwowania prawa do „bycia sobą” i „afirmacji życia” (Jacyno 2007, s. 19–27) oraz przyzwolenia na publiczne ujawnianie i zajmowanie się swoim wnętrzem i emocjami (Czyżewski 2012). Jak zauważa Małgorzata Jacyno (2007, s. 15):

„Media, reklama, ale także edukacja, religia i programy polityczne nasycone są treściami dyskursu terapeutycznego [...], który] pełni modelujące funkcje wobec procesu konstruowania tożsamości przez jednostki, podpowiada wzory «zajmowania się sobą», podaje rytm i tempo «pracy nad sobą», problematyzuje i projektuje realizację fundamentalnych dla kultury indywidualizmu wartości — wolności, samorealizacji, szczęścia, autentyczności, świadomości, rozwoju osobistego, sukcesu, osobowości, zdrowia i pracy”.

Zebrane dane empiryczne dowodzą, że współcześnie ważnym nośnikiem dyskursu terapeutycznego są media społecznościowe. Co więcej, pokazują, że kultura terapeutyczna — w różnym stopniu i na wiele sposobów — nie tylko dostarczyła szczególnych zasobów leksykalnych, kategorii opisowych czy też wzorów mówienia o sobie, o własnych doświadczeniach i o Innym⁴, ale też uprawomocniła podejmowanie tematów dotyczących tożsamości (często nieoczywistych, noszących posmak inności, związanych z przynależnością do grup uznawanych za wrażliwe czy wcześniej skrywanych), odkrywanie spraw intymnych czy wreszcie koncentrację na własnej emocjonalności i wrażliwości, często umniejszając rangę innych doświadczeń czy obszarów zaangażowania (np. publicznego)⁵.

To bodaj pierwszy raz, kiedy prowadzone w Polsce badania biograficzne reprezentujące nurt zaproponowany przez Fritza Schützego (choć ich analiza nie zmierza do bezkrytycznego przyjęcia zaproponowanej konceptualizacji) tak wyraźnie chwytają trwającą od ponad stu lat zmianę. O zmianie tej tak pisze Nikolas Rose (1998, s. 81):

„[...] w liberalnych, demokratycznych i kapitalistycznych społeczeństwach — które zwykliśmy nazywać Zachodem — zarządzanie ludzkim działa-

⁴ Są one przenoszone nie tylko z gabinetów terapeutycznych czy naukowych publikacji z zakresu psychologii, ale także z treningów coachingach, programów mentoringowych, wszelkiego rodzaju książkowych poradników, ale także oferowanych w internecie przez influncerów porad.

⁵ Inaczej definiowane jest to, co należy do sfery prywatnej, a co uważane jest za publiczne: np. kiedyś sprawy uznawane za intymne (pierwsza miesiączka czy rozbudowane życie seksualne) nierzadko stają się nieskrępowaną częścią opowieści, a poglądy polityczne postrzegane są jako prywatny i nie do ujawnienia wątek.

niem stało się nieodłącznym zajęciem psychologii. Psychologiczni eksperci, psychologiczne słownictwo, psychologiczna ocena i psychologiczne techniki stały się niezbywalne w środowisku pracy, w handlu, w kampaniach wyborczych, w działalności politycznej, w służbie zdrowia, w życiu rodziny, w obszarze seksualności, w pedagogice, wychowaniu dzieci, w aparacie prawa czy systemie karnym”.

Ujmując rzecz krótko, można zauważyć, że psychologizacja i terapeutyzacja stanowią ważny wymiar doświadczania wielu (zazwyczaj wyżej ulokowanych w hierarchii społecznej) czterdziesto-, a przede wszystkim trzydziesto- i dwudziestolatków, i coraz częściej towarzyszą im od wcześniejszych lat dzieciństwa. Dyskursy faworyzujące psychologiczne rozumienie i objaśnianie świata, ale też samego siebie w różnych konstelacjach relacji ze (znaczącymi) Innymi, nie pozostają bez wpływu na formalną strukturę wypowiedzi autobiograficznej — a obserwować można to wyraźnie w materiałach biograficznych — i określają zarówno to, *co?*, jak i to, *jak?* jest w niej przedstawione. Ta symboliczna granica — rozumiana tutaj jako rozciągnięta w czasie, nieposiadająca wyraźnych konturów i dynamiczna zmiana — widoczna jest na wielu poziomach i pociąga za sobą zasadniczą wątpliwość dotyczącą tego, czy metoda autobiograficznego wywiadu narracyjnego nadal pozwala na rozpoznanie i oddzielenie tego, jak autentycznie narrator/narratorka przeżywał/a swoje życie, od tego, co zostało narzucone w procesie terapeutycznym i szerzej — przez kulturę terapeutyczną. Podejmę próbę wykazania, że podejście to niezmiennie oferuje warsztat i narzędzia analityczne dające możliwość rozpoznania i wychwycenia zewnętrznych dyskursów (w tym terapeutycznych) w relacji o własnym życiu i wyodrębnienie tych fragmentów, które zostały poddane — by tak rzec — zewnętrznemu opracowaniu. Wymaga to jednak drobiazgowej i wieloaspektowej pracy opartej na analizie jednego przypadku i cierpliwego odnoszenia wygenerowanych ustaleń do gromadzonej kolekcji danych empirycznych.

Nie ma tu miejsca na pokazanie procedury badawczej rekonstruującej sekwencyjny ciąg zdarzeń (wraz z jego zburzeniami) i towarzyszących im wewnętrznych przeżyć osób badanych oraz tworzonych przez nie systemów wyjaśnień. Jednak — odnosząc się do wstępnych obserwacji będących wynikiem analitycznej abstrakcji⁶ ukierunkowanej na rozpoznanie cech, mechanizmów oraz procesów wyróżniających daną relację autobio-

⁶ To trzeci krok w analizie autobiograficznego wywiadu narracyjnego po formalnej analizie tekstu (opisie aranżacji i przebiegu sytuacji wywiadu oraz przede wszystkim wskazaniu językowych schematów prezentacji: narracji, opisu i komentarzy teoretyczno-argumentacyjnych) i analizie strukturalnej (wyodrębnieniu sposobów doświadczania wydarzeń w życiu — struktur procesowych (Schütze 1981, 2012a).

graficzną i wspólnych dla wielu przypadków — pokazać można, że w pewnym stopniu i na różne sposoby dyskurs terapeutyczny wpływa na sposób doświadczania wydarzeń w życiu, ich relacjonowanie w wywiadzie autobiograficznym oraz komentarze argumentacyjne i teoretyczne⁷. Ta ogólna obserwacja uchwytująca pewną tendencję w autobiograficznych wywiadach narracyjnych wiedzie do wielu metodologicznych wątpliwości, kontrowersji i wyzwań. Jedną z nich jest pytanie o to, czy i na ile obserwowana w zgromadzonym materiale tendencja do kompulsywnego zajmowania się sobą, kalibrowania historii życia według oczekiwanych i promowanych wzorców (zaradności, kreatywności, samorealizacji, odpowiedzialności) daje jeszcze możliwość stworzenia autentycznej i autonomicznej relacji o własnych doświadczeniach, a nawet pytanie o prawdziwość doświadczenia w ogóle? Jest ono szczególnie ważne, jeśli weźmiemy pod uwagę, że — zaledwie rzecz szkicuując — w narracjach osób urodzonych po 1980 coraz rzadziej może zostać spełniony wymóg improwizowanej i nie poddanej wcześniejszej refleksji opowieści o wydarzeniach w życiu (Schütze 2014, s. 229), która pochłania badanych intelektualnie, poznawczo i emocjonalnie (Schütze 2012a, s. 230). Oznacza to, że tworzenie swoistego całościowego uporządkowania splotu wydarzeń w życiu (*Gestalt*) nie odbywa się wobec badacza-socjologa po raz pierwszy, a organizacja wypowiedzi narratora nierzadko nosi ślady wcześniejszego opracowania. Ma to także wpływ na formalną strukturę wypowiedzi autobiograficznej: narracja (sekwencyjne uporządkowanie wydarzeń w życiu) zostaje niejednokrotnie zdominowana przez komentarze teoretyczno-argumentacyjne. Jednocześnie osoby badane coraz częściej uciekają się w nich do słowników i schematów interpretacyjnych zaczerpniętych z dyskursu terapeutycznego, a coraz rzadziej sięgają do własnych zasobów biograficznych, osobistych repertuarów interpretacyjnych, hierarchii wartości, rezerwuarów sensu i samodzielnie wypracowanych recept radzenia sobie z sytuacjami problematycznymi. Ponadto maleje poznawcza i emocjonalna zdolność wielu narratorów do samodzielnego uporządkowania własnego życia i podjęcia autentycznej pracy biograficznej — niejednokrotnie myślą bowiem to, co należy do ich wewnętrznej sfery spontaniczności i stanowi autonomiczny biograficzny plan działania, z dyskursywnie oczekiwanym projektem życiowym czy pożądaną

⁷ Te pierwsze przedstawiają stosunek osób badanych do przeżytych doświadczeń i siebie samych, motywy podjętych decyzji, a także ich ocenę, drugie z kolei prezentują przekonania narratorów dotyczące ogólnych aspektów doświadczanej rzeczywistości społecznej, rozumienie przyczyn i skutków zachodzących w niej procesów, stosunek do procesów społecznych czy historycznych.

realizacją siebie w różnych kontekstach społecznych (Waniek 2023, s. 49). Wreszcie — widoczny staje się systematyczny zanik zasady przekładalności perspektyw (Schütz 1984, 1985a), która pozwala na uwzględnienie punktu widzenia drugiego człowieka i spojrzenie jego oczyma na dziejącą się interakcję oraz zawieszenie różnic w hierarchiach ważności wynikających z biograficznego usytuowania partnerów spotkania, by osiągnąć (przynajmniej chwilowe) porozumienie i by móc wdrożyć określoną linię działania.

Poniżej uszczegóławiam wstępne obserwacje badawcze odnoszące się do dyskursu terapeutycznego i jego wpływu na autobiograficzne relacje narracyjne w obszarze kształtowania ogólnej postaci historii życia, blokowania pracy biograficznej, robienia „bycia nadzwyczajnym” i uznawania instytucjonalnego wzorca oczekiwań za własny biograficzny plan działania.

KSZTAŁTOWANIE OGÓLNEJ POSTACI HISTORII ŻYCIA

Kultura terapeutyczna wpływa na opowieść biograficzną między innymi poprzez określanie ogólnej postaci zaprezentowanej przez narratorka/narratorkę historii życia, a tym samym sposobu organizacji wypowiedzi uchwytyjących sekwencyjny przebieg rekapitulowanych wydarzeń i odnoszących się do nich komentarzy teoretyczno-argumentacyjnych (*Gestalt*). Jeśli uwzględnimy, że znacząco przyrasta liczba przypadków, w których badani — dzięki różnym formom pracy z psychologami czy terapeutami — już (często po wielokroć) opowiadali o swoich doświadczeniach, przez co pod okiem i z pomocą profesjonalistów dokonali wyboru tego, co w ich opowieści jest ważne, a co ważne nie jest, i w efekcie w określony sposób sprofilowali tematycznie oraz usensownili własne przeżycia, to z ogromną uwagą należałoby przyjrzeć się założeniom leżącym u podstaw autobiograficznego wywiadu narracyjnego — w tym warunkom uzyskania nieprzećwiczonej, improwizowanej historii życia (Schütze 2014, s. 229). Oznacza to bowiem, że coraz rzadziej mamy do czynienia z opowiedzianymi *ex tempore* relacjami autobiograficznymi lub przynajmniej dużymi ich fragmentami. Nasuwają się tu dwa ważne z punktu widzenia metody Schützego pytania: po pierwsze, na ile wybór i uporządkowanie spłotu doświadczeń jest nadal wynikiem własnej, autentycznej i spontanicznej autobiograficznej relacji, a na ile „wytworem” (psycho)terapii czy — ogólniej — kultury terapeutycznej? Po drugie, czy nadal i do jakiego stopnia wprowadzone przez osoby badane komentarze teoretyczno-argumentacyjne stanowią uzasadnienia odzwierciedlające ich osobiste zasoby sensu i wartości oraz własne oceny procesów społeczno-biograficznych? Trzeba przypomnieć, iż bazowym założeniem tego podejścia jest to, że wywiad

narracyjny przeprowadzony w określonej ścisłych regułami sytuacji badawczej przez analizę procesów biograficznych odkrywa rzeczywiste doświadczenia jednostek (Riemann, Schütze 2012, s. 395) — osadzające się w czasie znaczące wydarzenia interpretowane w ramie unikatowego zasobu wiedzy podręcznej (Schütz 1984, s. 194)⁸ i mające realny wpływ na tworzone przez nie w codziennym życiu definicje sytuacji (Thomas, Thomas 1928, s. 584) i osobową tożsamość. W wywiadzie narracyjnym są one zazwyczaj przedstawiane najpierw w sposób analogowy — zgodny z tym, jak osoby badane je wówczas przeżywały i jaką wiedzą dysponowały, a dopiero później z perspektywy nanoszonych nowych interpretacji wynikających z ich opracowania w rozmowie z innymi (rodziną, przyjaciółmi, profesjonalistami), ale także z ich ponownego przemyślenia pod wpływem kolejnych doświadczeń, napływających informacji, poznanych dyskursów czy ram interpretacyjnych. Ów drugi plan widoczny jest przede wszystkim w komentarzach teoretyczno-argumentacyjnych (Schütze 1984, s. 78–79). Inaczej rzecz ujmując, w autobiograficznej relacji badany przyjmuje zarówno pozycję nosiciela wydarzeń, i wówczas odtwarza swoje doświadczenia tam i wtedy, jak i dysponenta biografii mającego świadomość, że zostały one poddane oddziaływaniu określonych kontekstów: pierwszej sytuacji rozmowy na ich temat; konfiguracji struktur procesowych, w których miały miejsce, nowym schematom interpretacyjnym czerpanym z różnych źródeł wiedzy, nieustannie zmieniającej się własnej sytuacji biograficznej i nastawieniu wobec otaczającej rzeczywistości, a wreszcie społecznym oczekiwaniom i warunkom, w których tu i teraz — przyjmując pozycję narratora w sytuacji wywiadu — prezentuje swoją biografię (Schütze 2012a, s. 160). W tym miejscu nasuwa się kluczowe pytanie, na które odpowiedź w pewnym stopniu może wyjaśniać zmianę sposobu tworzenia opowieści o własnym życiu u osób urodzonych po 1980 roku: czy doświadczone przez nosiciela biografii wydarzenia miały już miejsce w ramie kultury terapeutycznej oraz czy były już tam i wtedy doświadczone w psychologizującym języku, czy też ów sposób doświadczania i mówienia, stał się dostępny później — wszedł dopiero w repertuar interpretacyjny dysponenta biografii? To znaczące przesunięcie granic symbolicznych: wy-

⁸ Dzisiaj — co także jest świadectwem znaczącego przesunięcia granic symbolicznych — tradycyjne, służące jako schemat odniesienia źródła wiedzy (Schütz 2008a, 2008b): rodzice, nauczyciele, książka, prasa, radio, telewizja, w ogromnej mierze zostały zakwestionowane, a ich miejsce przejął internet i media społecznościowe. Te ostatnie — multiplikując światy społeczne — sprawiły, że współczesny pejzaż wiedzy stał się dla wielu „coraz bardziej płynny, coraz bardziej wieloaspektowy, coraz bardziej konkurencyjny i sprzeczny, coraz bardziej teoretyczny i opracowany [...] coraz bardziej nieprzejrzysty” (Schütze 2012c, s. 489–491).

daje się bowiem, że coraz częściej u badanych urodzonych w dekadach 1980, 1990, 2000 (a im o młodszych ludziach jest mowa, tym bardziej)⁹ mamy do czynienia z tym pierwszym przypadkiem, co może przemawiać za tym, że kultura terapeutyczna stanowi zrozumiały sam przez się, oczywisty, wymiar codziennej rzeczywistości — niekwestionowany zasób wiedzy podręcznej. Jeżeli zatem w autobiograficznych opowieściach osób urodzonych przed 1980 rokiem, których losy przecięły się ze społecznymi światami psychoterapii, możemy mówić o przysypaniu (*Verschüttung*) języka ich autobiograficznej wypowiedzi dyskursem psychoterapeutycznym (Riemann 1987), to u późniejszych roczników coraz częściej stanowi on ramę społeczno-kulturową ich doświadczenia — staje się prawomocnym językiem organizowania i przeżywania codzienności niekiedy już od dzieciństwa. Stanowi więc zasób bezspornych odniesień wewnętrznych do zmian wywołanych przez zewnętrzne zdarzenia, wówczas gdy miały one miejsce (t a m i w t e d y), a jednocześnie usankcjonowanym społecznym sposobem opowiadania. Wspomnieć należy, że sformułowane tutaj robocze rozróżnienie jest wynikiem respecyfikacji wynikającej z analizy powiększającej się kolekcji danych empirycznych — wstępnie nakreślony przeze mnie gdzie indziej wniosek (Waniek 2023, s. 49) opierał się nadal na przekonaniu, że dyskurs terapeutyczny wchodzi dopiero w zakres wiedzy podręcznej dysponenta (a nie nosiciela) biografii.

BLOKOWANIE PRACY BIOGRAFICZNEJ

Kolejna konstatacja będąca wynikiem analizy materiałów biograficznych jest taka, że język przenikający z kultury terapeutycznej, który uprawomocnia lub eksponuje własną odmienność, wyjaśnia kruchość i niestabilność relacji z innymi, pozwala jednocześnie na dystans — blokując możliwość pracy biograficznej — i oddzielenie od własnych stanów emocjonalnych. Trzeba pamiętać, że samo nazwanie określonych problemów (ubranie ich w abstrakcyjny język uogólnień) nie musi prowadzić do sekwencyjnego uporządkowania tego, co się wydarzyło, i w konsekwencji może wiązać się z niebezpieczeństwem utraty autonomicznego odniesienia do własnej biografii, umiejętności samodzielnego kategoryzowania doświadczeń, budowania niezależnej linii biograficznego rozwoju i niezależnego stosunku do rutyn dnia codziennego (Riemann 1987, s. 439–

⁹ Trzeba wyraźnie podkreślić, że nie chodzi tu o granicę między poszczególnymi rocznikami, a o systematycznie poszerzający się i pogłębiający obszar wpływu kultury terapeutycznej na doświadczenia młodych ludzi.

–440). W niektórych zgromadzonych historiach życia widoczny staje się brak struktur prawdopodobieństwa, jak wtedy gdy określone wydarzenia rzekomo miały wpływ na psychikę i uczucia osoby badanej, ale nie sposób ich odnaleźć w ogólnej postaci relacji autobiograficznej czy w innych fragmentach wywiadu lub pozostają z nimi w sprzeczności. Rodzi się wówczas podejrzenie, że zostały one wydobyte na światło dzienne i omówione w trakcie sesji terapeutycznej i jedynie punktowo przeniknęły (jako uważniony „na kozetce” epizod w biografii) do rekapitulowanej w obecności badacza historii życia. W innych przypadkach powszechnie dostępny język „psy-” (Rose 1998), wyniesione z dyskursu terapeutycznego schematy interpretacji czy sposoby wyjaśniania wydarzeń w codziennej rzeczywistości (jakoby) pozwalają badanym na przewartościowanie relacji wobec siebie (na stanie się osobą sprawczą i kontrolującą własne życie), wobec Innych i świata życia. Paradoksalnie, nierzadko wiedzie to do falsyfikacji własnego biograficznego horyzontu oczekiwań wynikającego z zaledwie podtrzymywania chwiejnej równowagi w procesie trajektorii (Riemann, Schütze 2012; Schütze 2012b) i z zaniechania pracy biograficznej. Trajektoria cierpienia — co trzeba wyjaśnić — wiąże się z doświadczeniem pogłębiającego się bezładu, utratą panowania nad własnym życiem i systematyczną dogłębną utratą sensu. Jej dynamika sprawia, że osoba dotknięta problemem¹⁰ przekracza granicę między intencjonalnym działaniem a biernym reagowaniem w sytuacji obezwładniającego poczucia oddzielenia od świata i samego siebie, a następnie podejmuje usilne próby ponownego uporządkowania życia. Zmierzają one do przywrócenia równowagi w codziennej rzeczywistości, lecz zwodniczy mechanizm dający poczucie odzyskiwania kontroli przez zastosowanie wcześniej sprawdzonych recept albo wdrożenie wypracowanych w różnych formach terapii, poradnictwa czy coachingu sposobów radzenia sobie z trudnościami sprawia, że równowaga ta ma zaledwie chwiejny charakter. Obie formuły prowadzić mogą do stworzenia uproszczonego poglądu na świat (Riemann, Schütze 2012, s. 408) i koncentracji na jednym obszarze problemowym, a w konsekwencji do usunięcia z pola uwagi innych ważnych spraw. Wówczas proces trajektorii nie zostaje złagodzony, ale systematycznie narasta, grożąc nagłą destabilizacją sytuacji życiowej. W wielu relacjach autobiograficznych obserwować można, że uporządkowanie i ewaluacja przebiegu życia we-

¹⁰ *Betroffene* (niem.) — osoba dotknięta cierpieniem, problemem — to kategoria analityczna Fritza Schützego uchwytyująca doświadczenie bycia podporządkowanym zewnętrznym, nie poddającym się kontroli, okolicznościom, „przedmiotem negatywnych doświadczeń” (Schütze 2012b, s. 418, przypis 7).

dle zewnętrznych zasobów i kategorii (szczególnie tych pochodzących z dyskursu terapeutycznego) eliminuje lub zawiesza pracę biograficzną — umiejętność przyglądania się własnej przeszłości w kontekście aktualnego położenia biograficznego i wyobrazonego usytuowania w przyszłości, by nadać sens swojemu życiu (Kaźmierska 2008, s. 29–30; Golczyńska-Grondas 2014, s. 114–125). Wydaje się zatem, że szeroko rozumiana kultura terapeutyczna, podsuwająca sposoby przywrócenia ładu w biografii i pozytywnej relacji wobec samego siebie, często pozwala na zaledwie punktowe i doraźnie załagodzenie życiowego problemu.

ROBIENIE „BYCIA NADZWYCZAJNYM”

Do tej pory mowa była o osobach doświadczających trajektorii cierpienia, lecz wstępne analizy materiałów biograficznych wskazują na pewną kontrowersyjną tendencję polegającą na zabiegach stylizowania się na osobę dotkniętą problemem. Coraz częściej w autobiograficznych relacjach zaobserwować można zabiegi odwrotne do *doing ‘being ordinary’* — czynienia swoich działań normalnymi (Sacks 1996), a zatem *doing ‘being extraordinary’* — czynienie swoich działań nadzwyczajnymi. Wiąże się to z eksploataowaniem piętna — najczęściej zaburzenia psychicznego (Goffman 2005) — jako czegoś, co wyróżnia osoby badane, co godne jest celebrowania i czyni je wyjątkowymi¹¹. Nie ma tutaj miejsca na szczegółowe omówienie tego zjawiska, trzeba jednak zwrócić uwagę na pewne społeczne konsekwencje takiego postępowania: na przykład próba uchodzenia za osobę ze spektrum autyzmu może prowadzić do błędnych wyobrażeń na temat tej choroby, uznania jej za powszechną, a przez to do jej banalizacji i, paradoksalnie, do uznania jej za przypadłość nie wymagającą szczególnej troski. Systematycznie kolekcjonowane materiały autobiograficzne przyczyniają się do coraz większego zagęszczenia i zróżnicowania hipotezy (Schütze *bd*, s. 40) wyłaniającej się z badań historii życia osób urodzonych po 1980 roku (a szczególnie po 1990), która mówi o narastającym zjawisku problematyzowania własnej tożsamości (Czyżewski 2012) i postrzegania siebie przez pryzmat zaburzeń czy chorób psychicznych, takich jak: depresja, trauma, autyzm, dysleksja, neurotyzm, choroba afektywna dwubiegunowa, ADHD czy bycie osobą wysoko wrażliwą (Waniek 2023). Wiąże się to najczęściej z „hiperbolizacją tożsamości” (Strauss i in. 1984, s. 81), to znaczy z koncentracją na wybranej czy nieusuwalnej identyfikacji (Bok-

¹¹ Kwestia ta jest balansowaniem na cienkiej linie i wymaga drobiazgowej analizy konkretnych przypadków.

szański 1986), przez pryzmat której postrzegane i tłumaczone są wszystkie inne aspekty osobowej tożsamości (Charmaz 1997, s. 48). To właśnie w skupieniu i nieustannym zajmowaniu się tym, co stanowi o „chorej duszy”, i w próbach pokazania efektywności wprowadzonych środków zaradczych, które przywracają poczucie pewności, pozwalają kontrolować lęki, tworzą odporność na sytuacje kryzysowe, odbudowują poczucie własnej wartości, wybrzmiewają echa dyskursów terapeutycznych. To właśnie jest to, o czym (*co?*) coraz częściej w wywiadach narracyjnych mówią czterdziestolatkowie, a niemal zawsze trzydziesto- i dwudziestolatkowie, lecz — warto przy tym uwzględnić — w jakim schemacie komunikacyjnym (*jak?*) podejmują te tematy. Formalnym wskaźnikiem tej tendencji (wśród wielu innych) są liczne i rozbudowane komentarze teoretyczno-argumentacyjne, w których — w postaci zapożyczeń z bogatego katalogu terminów psychologicznych i psychiatrycznych oraz wypracowanych schematów interpretacyjnych — osoby badane dokonują praktycznych objaśnień przebiegu własnych działań, aktualnego życiowego położenia, osobowych tożsamości i relacji z innymi. Wiąże się to z niskim stopniem narracyjności — niewystarczającą bądź nikłą obecnością językowego schematu narracji w opowieści o własnym życiu, co zazwyczaj jest „symptodem nieprzepracowania i, co za tym idzie, niemożności zdystansowania się do trudnych i dojmujących doświadczeń” (Kaźmierska 2016, s. 107 i nast.). Analiza takich przypadków jest nadal możliwa — przy zastosowaniu procedury pragmatycznej refakcji¹² i pogłębionej analizy językowego schematu argumentacji — i może ujawnić bazowe konfiguracje struktur procesowych oraz napięcia w obrębie indywidualnej biografii (Waniek 2020). W wielu analizowanych materiałach pozwala to na uchwycenie niespójności między segmentami narracyjnymi, fragmentami opisowymi i argumentacyjnymi oraz całością opowieści. Zapytać należy zatem: czego świadectwem jest brak koherencji i, szerzej, określona formuła prezentacji własnego doświadczenia i jego odniesienia do rzeczywistości społecznej?

MIĘDZY BIOGRAFICZNYM PLANEM DZIAŁANIA A INSTYTUCJONALNYM WZORCEM OCZEKIWAŃ

Socjologicznie ugruntowana analiza wypowiedzi autobiograficznej uwzględniająca, *co?* i *jak?* (Helling 1990) zostaje opowiedziane przez

¹² Stosowana tu zasada respecyfikacji pozwala nie tylko na ciągłe uzupełnienie generowanych uogólnień czy wstępnych wniosków, ale także na formułowanie odmiennych interpretacji czy wyłonienie alternatywnych teorii.

osoby badane, pozwala też na sformułowanie hipotezy, że coraz częściej ludzie urodzeni między rokiem 1980 a 2005 myślą zewnętrźnie narzucone i wewnętrznie inspirowane sposoby doświadczania życia i próbują dostosowywać swoje „ja” do zewnętrznych struktur oczekiwań. Na poziomie formalnej analizy tekstu staje się to widoczne wówczas, gdy opowiadając o rzekomo własnej linii rozwoju, samodzielnych wyborach czy planach na przyszłość, odwołują się do języka typowego dla instytucjonalnego wzorca oczekiwań (Schütze 1981, 1984, 2012a). W pierwszym przypadku powinniśmy mieć do czynienia ze sformułowaniami językowymi, które wyrażają spontaniczność, niezależną intencję, entuzjazm, pozytywne nastrój, optymistyczną orientacją życiową, pochłonięcie procesem uczenia się i pokonywania kolejnych etapów. W drugim — z poczuciem obowiązku, brakiem zaangażowania w wypełnianie rutynowych działań, dystansem czy znużeniem podejmowanymi czynnościami (Schütze 2012a, s. 180; Waniek 2020, s. 104–109). Jako nosiciel wydarzeń narrator prezentuje się wówczas jako osoba, której działania są narzucane i określane przez innych. Znajduje to wyraz w użyciu formy biernej pokazującej zewnętrzny przymus, oczekiwanie („zostałem wówczas wysłany za granicę”) albo liczby mnogiej odzwierciedlającej podporządkowanie określonym działaniom wynikającym z cyklu życia, przebiegu kariery zawodowej czy zewnętrznych okoliczności („musieliśmy wtedy siedzieć w domu”). W wielu autobiograficznych relacjach widoczna staje się nieprzystawalność między tym, *co?* narrator mówi i o czym opowiada (zazwyczaj prezentując się jako osoba zaradna i sprawcza), a tym, *jak?* opowiada, ujawniając, że został ukształtowany, uwiedziony, że jest kierowany czy „procedowany” przez różnego rodzaju instytucje (Czyżewski 2013, s. 18, 21). Oddzielenie tego, co rzeczywiście należy do wewnętrznej sfery spontaniczności jednostki i stanowi biograficzny plan działania, od tego, co jest jedynie pozornie uznawane za własny projekt życiowy nie jest zadaniem prostym i wymaga rzetelnej pracy analitycznej.

ZAKOŃCZENIE

W komentarzach teoretyczno-argumentacyjnych narratorzy często mówią z przekonaniem o stworzeniu pogłębionej i szczerzej relacji z samym sobą, o uporaniu się z problematycznymi relacjami, o sposobach budowania własnej niezależności. Nie mają przy tym najczęściej świadomości, że kultura terapeutyczna współgra z neoliberalną „optymalizacją” stosunku do samego siebie (Czyżewski 2009, s. 91). Przyglądanie się sobie, własnym stanom wewnętrznym, budowanie zaufania wobec siebie i świata

czy nabywanie umiejętności wybaczenia sobie i dawanie sobie prawa do popełniania błędów nie są niczym innym jak pozostającymi w ukryciu mechanizmami sprawowania władzy i wytwarzania określonego rodzaju podmiotowości (Jacyno 2007). Prowadząc ku byciu osobą kreatywną, przedsiębiorczą, odporną i odpowiedzialną (Rose 1998; Stachowiak 2013, s. 141–161; Stachowiak 2020, s. 39–40), często dostarczają pozornego przekonania o opanowaniu życiowych problemów i iluzorycznego poczucia wolności. Jak słusznie zauważa Magdalena Nowicka-Franczak (2014, s. 239):

„[nawet...] postulowana współcześnie przez teorię społeczną emancypacja splata się z procesem nazywanym przez Foucaulta ujarzmieniem (fr. *assujettissement*). Polega on na przekształcaniu (się) jednostek w podmioty w warunkach anonimowych relacji władzy, przenikających proces samoidentyfikacji i samostanowienia jednostki — zazwyczaj nieświadomej tego, że jest przedmiotem władzy: subtelного narzucania pewnej roli, tożsamości i modelu egzystencji”.

Nie jest to sprawa nowa, bo dawno już Erich Fromm zauważył, że „człowiek współczesny żyje w złudzeniu, iż wie, czego chce, gdy w istocie chce jedynie tego, czego się odeń wymaga” (Fromm 1998, s. 236). Tyle tylko, że gdzie indziej ulokowane są anonimowe siły kierujące współczesnym człowiekiem, inaczej biegną granice symboliczne między zasobami wiedzy podręcznej, która kształtuje codzienne działania, sposoby definiowania świata i zajmowania się własną biografią. Przytaczane tu wstępne wyniki badań współbrzmiały z diagnozą Byung-Chul Hana, który powiada, że współczesnego człowieka określają i zmieniają przede wszystkim cyfrowe media — „odurzając” go, zaślepiając i nie pozwalając mu oszacować konsekwencji „tego rauszu” (Han 2024, s. 9) — bezszelestnie przejmują jego odczuwanie, myślenie i działanie. Także w zgodzie z Shoshaną Zuboff zauważyć można, że wielu trzydziesto- i dwudziestolatków bezwiednie akceptuje ingerencję technologii i internetu w ich życie. Często przekonani o swojej wolności wierzą, że jak nikt wcześniej mogą korzystać z dobrodziejstw nieskrępowanego wyboru, narzucających się sposobności podglądania innych oraz nieprzebranych możliwości inscenizowania siebie. Ignorują przy tym władzę skrywającą się za „nieczytelnymi operacjami maszynowymi”, za niedającą się okiełznać prędkością, za wyrafinowanymi zabiegami retorycznymi, władzę, która bez ograniczeń kumuluje wiedzę o nich samych (Zuboff 2022, s. 269–270). Nieraz bezkrytycznie przyjmują — o czym Marshall McLuhan pisał już w latach sześćdziesiątych ubiegłego stulecia — pewien „ulubiony model percepcji i wiedzy, który chętnie poleca się wszystkim i do wszystkiego” (McLuhan 2001, s. 211).

Pragnę podkreślić, że tekst ten, po pierwsze, w żadnej mierze nie neguje psychoterapii jako rzetelnego sposobu udzielania pomocy, lecz sugeruje, by — skupiając się na kulturze terapeutycznej — przyglądać się mu krytycznie, zwracając uwagę na obszary powstawania różnego rodzaju pułapek, paradoksów i nadużyć; a po drugie, operuje na bardzo wysokim stopniu ogólności. Artykuł ten bowiem — zgodnie z logiką teorii ugruntowanej — jest próbą zestawienia roboczych ustaleń wynikających z pogłębionej analizy zebranych i nieustannie wzajemnie porównywanych danych empirycznych z koncepcjami obecnymi w literaturze przedmiotu — także tymi, które mają na celu uchwycenie na bieżąco społeczno-kulturowych procesów i zjawisk. Analizując, *co?* i *jak?* zostaje opowiedziane w autobiograficznych wywiadach narracyjnych, możemy dostrzec, że osoby urodzone między 1980 a 2005 rokiem coraz częściej — w dużej mierze pod wpływem kultury terapeutycznej i dyskursów terapeutycznych — podejmują tematy dotyczące własnych problematycznych tożsamości i zdrowia psychicznego, a — co za tym idzie — psychoterapii, czyniąc z nich ważny element doświadczenia biograficznego. Ma to wpływ na formalne właściwości tekstu autobiograficznej prezentacji na wielu poziomach. Zaobserwować można wzrostową tendencję odchodzenia od chronologicznego sposobu prezentacji własnych doświadczeń, dominację komentarzy teoretyczno-argumentacyjnych, w których pojawiają się objaśnienia własnych zachowań, towarzyszących im emocji czy pojawiającego się niedopasowania do świata, wszelakich odstępstw od oczekiwanej, wyobrażonej normy za pomocą języka psychoterapii, terapii, coachingu, poradnictwa, a czasem nawet psychiatrii. To właśnie oferowane w tych obszarach wyjaśnienia, sposoby rozumienia siebie i świata stanowią coraz obszerniejszy i mniej lub bardziej świadomie (najczęściej bezkrytycznie) kształtowany zasób wiedzy podręcznej. W zgromadzonej kolekcji możemy również obserwować mechanizmy produkowania moralnej obojętności wobec krzywd Innych, a ich przyczyn można upatrywać w niezwyklej koncentracji na własnych lękach i własnej emocjonalności. Jak konstatuje Han (2024, s. 104):

„Wzmagająca się atomizacja i narcyzm społeczeństwa czynią nas głuchymi na głos Innego. Prowadzą też do utraty empatii. Dziś każdy wyznaje kult Ja. Każdy produkuje i odgrywa siebie. Nie algorytmiczna personalizacja sieci, lecz zniknięcie Innego, czyli nieumiejętność słuchania, są odpowiedzialne za kryzys demokracji”.

Choć prezentowane przez niego wyjaśnienia wydają się kuszącą ofertą rozumienia skomplikowanego pejzażu współczesnego świata, to nadal — w odniesieniu do zbieranych historii życia — sytuacja jest znacznie

bardziej skomplikowana. Autobiograficzne wypowiedzi młodych ludzi pokazują nie tylko bezprecedensową i nieuświadomioną rolę mediów społecznościowych w ich codziennym doświadczeniu i tworzeniu własnych identyfikacji, ale też dramatyczny rozpad więzi rodzinnych prowadzący do dojmującego poczucia samotności, samowyczerpania. Obie te sytuacje w rozmaity sposób konfigurują jednostkową biografię i są związane z próbami zapanowania nad własnym życiem przez odniesienie do recept obecnych w kulturze terapeutycznej czy psychoterapii.

Zarysowane wnioski mają wstępny charakter, co wyraźnie trzeba powtórzyć, i wymagają nieustannej konfrontacji z nowymi materiałami empirycznymi, ciągłego kontrastowania pojedynczych przypadków oraz testowania i różnicowania wyłaniających się hipotez. Wymagają też ugruntowania w materiale empirycznym — w proponowanej tu logice postępowania badawczego oznacza to krok do tyłu, tak istotny dla postępowania abdukcyjnego (Peirce 1998). Ważnym wymiarem takiego działania będzie także poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, czy metoda biograficzna nadal „przystaje” do dzisiejszych czasów i doświadczeń współczesnych młodych ludzi w ich różnorodnych społecznych i kulturowych uwikłaniach.

BIBLIOGRAFIA

- Beck Ulrich, Grande Edgar, 2009, *Europa kosmopolityczna*, tłum. Aleksander Ochocki, Scholar, Warszawa.
- Blumer Herbert, 1954, *What Is Wrong with Social Theory?*, „American Sociological Review”, t. 19(1), s. 3–10.
- Bokszański Zbigniew, 1986, *Koncepcja tożsamości jednostki A.L. Straussa*, „Studia Socjologiczne”, nr 2, s. 89–110.
- Charmaz Kathy, 1997, *Struggling for a Self: Identity Levels of the Chronically Ill*, „Research in the Sociology of Health Care: The Experience and Management of Chronic Illness”, t. 6, s. 283–321.
- Czyżewski Marek, 2009, *Między panoptyzmem a „rzędomyślnością” — uwagi o kulturze naszych czasów*, „Kultura Współczesna”, nr 2, s. 83–95.
- Czyżewski Marek, 2012, *Dyskursy tożsamościowe w nauce i życiu społecznym: odmiany, własności, funkcje*, w: Renata Dopierała, Kaja Kaźmierska (red.), *Tożsamość, nowoczesność, stereotypy. Księga Jubileuszowa poświęcona Profesorowi Zbigniewowi Bokszańskiemu*, Nomos, Kraków, s. 101–120.
- Czyżewski Marek, 2013, *Socjologia interpretatywna i metoda biograficzna: przemiana funkcji, antyesencjalistyczne wątpliwości oraz sprawa krytyki*, „Przegląd Socjologii Jakościowej”, nr 4, s. 14–27.
- Fromm Erich, 1998, *Ucieczka od wolności*, tłum. Olga Zimińska, Czytelnik, Warszawa.
- Goffman Erving, 2000, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, tłum. Helena Datner, Paweł Śpiewak, Wydawnictwo KR, Warszawa.

- Goffman Erving, 2005, *Piętno. Rozważania o zranionej tożsamości*, tłum. Aleksandra Dzierżyńska, Joanna Tokarska-Bakir, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Goffman Erving, 2008, *Zachowanie w miejscach publicznych*, tłum. Olga Siara, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Golczyńska-Grondas Agnieszka, 2014, *Wychowało nas państwo. Rzecz o tożsamości dorosłych wychowanków placówek opiekuńczo-wychowawczych*, Nomos, Kraków.
- Han Byung-Chul, 2024, *Kryzys migracji i inne eseje*, tłum. Rafał Pokrzywka, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa.
- Helling Ingeborg, 1990, *Metoda badań biograficznych*, w: Jan Włodarek, Marek Ziółkowski (red.), *Metoda biograficzna w socjologii*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa–Poznań, s. 13–37.
- Hughes Everett C., 1963, *Professions*, „Daedalus”, nr 4, s. 655–668.
- Jacyno Małgorzata, 2007, *Kultura indywidualizmu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Kaźmierska Kaja, 2008, *Biografia i pamięć. Na przykładzie pokoleniowego doświadczenia ocalonych z Zagłady*, Nomos, Kraków.
- Kaźmierska Kaja, 2016, *Wywiad narracyjny — technika i pojęcia analityczne*, w: Renata Dopierała, Katarzyna Waniek (red.), *Biografia i wojna. Metoda biograficzna w badaniu procesów społecznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, s. 155–176.
- Labov William, Waletzky Joshua, 1967, *Narrative Analysis: Oral Version of Personal Experience*, w: June Helm (red.), *Essays in the Verbal and Visual Arts*, University of Washington Press, Seattle, s. 12–44.
- McLuhan Marshall, 2001, *Zrozumieć media*, w: Eric McLuhan, Frank Zingrone (red.), *Wybór tekstów*, tłum. Ewa Różalska-Stokłosa, Zysk i Spółka, Warszawa, s. 209–258.
- Nowicka-Franczak Magdalena, 2014, *Socjologia krytyczna a obietnica emancypacji*, „Stan Rzeczy”, nr 6, s. 235–254.
- Peirce Charles S., 1998, *Collected Papers by Charles S. Peirce*, t. 1–6, Charles Hartshorne, Paul Weiss (red.), Thoemmes Press, Bristol.
- Riemann Gerhard, 1987, *Das Fremdwerden der eigenen Biographie: narrative Interviews mit psychiatrischen Patienten*, Fink, München.
- Riemann Gerhard, Schütze Fritz, 2012, *Trajektoria jako podstawowa koncepcja teoretyczna w analizach cierpienia i bezładnych procesów społecznych*, w: Kaja Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*, Nomos, Kraków, s. 389–414.
- Rose Nikolas, 1998, *Inventing Our Selves. Psychology, Power, and Personhood*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Rose Nikolas, 1999, *Power of Freedom: Reframing Political Thought*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Sacks Harvey, 1996, *On Doing ‘Being Ordinary’*, w: J. Maxwell Atkinson, John Heritage (red.), *Structures of Social Action; Studies in Conversation Analysis*, Cambridge University Press, Cambridge, s. 413–428.
- Schütz Alfred, 1984, *Potoczna i naukowa interpretacja ludzkiego działania*, w: Edmund Mokrzycki (red.), *Kryzys i schizma*, t. 1, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa, s. 137–192.
- Schütz Alfred, 1985a, *Don Kichot i problem rzeczywistości*, „Literatura na Świecie”, nr 2, s. 246–268.
- Schütz Alfred, 1985b, *Światły obywatel. Esej o społecznym zróżnicowaniu wiedzy*, „Literatura na Świecie”, nr 2, s. 269–284.

- Schütz Alfred, 2008a, *Powracający do domu*, w: Alfred Schütz, *O wielości światów*, tłum. Barbara Jabłońska, Nomos, Kraków, s. 203–212.
- Schütz Alfred, 2008b, *Obcy. Esej z zakresu psychologii społecznej*, w: Alfred Schütz, *O wielości światów*, tłum. Barbara Jabłońska, Nomos, Kraków, s. 213–224.
- Schütze Fritz, 1981, *Prozeßstrukturen des Lebensablaufs*, w: Joachim Matthes, Arno Pfeifenberger, Manfred Stosberg (red.), *Biographie in handlungswissenschaftlicher Perspektive*, Nürnberger Forschungsvereinigung, Nürnberg, s. 67–156.
- Schütze Fritz, 1984, *Kognitiven Figuren des autobiographischen Stegreiferzählens*, w: Martin Kohli, Robert Günther (red.), *Biographie und Sozial Wirklichkeit. Neue Beiträge und Forschungsperspektiven*, Metzler, Stuttgart, s. 78–117.
- Schütze Fritz, 2012a, *Analiza biograficzna ugruntowana empirycznie w autobiograficznym wywiadzie narracyjnym. Jak analizować autobiograficzne wywiady narracyjne*, w: Kaja Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*, Nomos, Kraków, s. 141–278.
- Schütze Fritz, 2012b, *Trajektorie cierpienia jako przedmiot badań socjologii interpretatywnej*, w: Kaja Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*, Nomos, Kraków, s. 415–458.
- Schütze Fritz, 2012c, *Koncepcja świata społecznego w symbolicznym interakcjonizmie oraz organizacja wiedzy we współczesnych złożonych społeczeństwach*, w: Kaja Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*, Nomos, Kraków, s. 489–514.
- Schütze Fritz, 2014, *Autobiographical Accounts of War Experiences: An Outline for the Analysis of Topically Focused Autobiographical Texts — Using the Example of the »Robert Rasmus« Account in Studs Terkel's Book, »The Good War«, „Qualitative Sociology Review”*, nr 1, s. 224–283.
- Schütze Fritz, (bd), *Outline for the Method of Biography Analysis* (maszynopis).
- Stachowiak Jerzy, 2013, *Pedagogizacja medialna i wzór „przedsiębiorcy samego siebie”*, „Societas/Communitas”, nr 2, s. 141–161.
- Stachowiak Jerzy, 2020, *Czynnik ludzki. O cywilizowaniu uprzedmiotowienia*, Wydawnictwo Akademickie SEDNO, Warszawa.
- Stonequist Everett V., 2012, *Asymilacja i podawanie się za członka innej grupy*, w: Kaja Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*, Nomos, Kraków, s. 91–106.
- Strauss Anselm L., Fagerhaugh Shizuco, Suczek Barbara, Wiener Carolyn, 1985, *Social Organization of Medical Work*, University of Chicago Press, Chicago.
- Thomas William I., Thomas Dorothy S., 1928, *The Child in America*, Alfred Knopf, New York.
- Waniek Katarzyna, 2020, *Ucieczka jako przyczyna mobilności Europejczyków. Socjolingwistycznie ugruntowana analiza procesów społecznych w relacjach autobiograficznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
- Waniek Katarzyna, 2023, *Kilka uwag o dobrym życiu w biograficznym doświadczeniu i jego nadmiernej terapeutyzacji*, „Studia Socjologiczne”, nr 1, s. 31–58.
- Zuboff Shoshana, 2022, *Wiek kapitalizmu inwigilacji. Walka o przyszłość ludzkości na nowej granicy władzy*, tłum. Alicja Unterschuetz, Zysk i S-ka, Poznań.

Therapeutic Discourse
and the Psychologization of Everyday Life
in Autobiographical Accounts.
Research Observations and Methodological Challenges
for Biographical Sociology

Katarzyna Waniek
(University of Lodz)

Abstract

A rich collection of autobiographical narrative interviews, conducted and analyzed following a procedure developed by Fritz Schütze, reveals a systematically deepening symbolic boundary between people in their thirties, forties and twenties today, and those born in earlier decades. In the process of dynamic entry into neoliberal capitalism, this boundary's blurred contours are outlined, among other things, by the unprecedented growth of the influence of therapeutic culture and therapeutic discourse on individuals' personal experiences and ways of recapitulating their own lives. This is evident in the overall biographical structuring, numerous theoretical and argumentative commentaries, and in the stock of knowledge at hand, comprising a rich vocabulary and interpretive schemes drawn from psychological discourse. These resources facilitate the interpretation of life events, identity choices, emotional states, and the categorization of interaction partners. They also enable the construction of an illusion of authenticity and a sense of control over the trajectory of suffering. This is often associated with a hierarchy of values that increasingly puts the "self" at the center. When accompanied by an expectation of approval, this can lead to a reluctance to understand the perspectives of others. This article also argues that, despite the challenges and alterations arising from the prevalence of therapeutic culture, the autobiographical narrative interview method provides the necessary tools and procedures to access people's genuine experiences and their interplay with social reality.

keywords: autobiographical narrative interview, therapeutic discourse, therapeutic culture, biographical work, psychologization of everyday life, knowledge at hand, practices of accounting for, symbolic boundaries

słowa kluczowe: autobiograficzny wywiad narracyjny, dyskurs terapeutyczny, kultura terapeutyczna, praca biograficzna, psychologizacja życia codziennego, wiedza podręczna, praktyki uzasadniania, granice symboliczne