SEJ
SPOŁECZEŃSTWO
EDUKACJA
JĘZYK

Tom 18/2023, ss. 89-108
ISSN 2353-1266
e-ISSN 2449-7983
DOI: 10.19251/sej/2023.18(7)
www.sej.mazowiecka.edu.pl
Otrzymano: 10.08.2023
Zaakceptowano: 11.10.2023
Opublikowano: 28.12.2023

Krystian Mularz
Instytut Nauk Socjologicznych
Szkoła Doktorska Uniwersytetu Rzeszowskiego
Uniwersytet Rzeszowski
Orcid: 0000-0002-5011-6576

ZNACZENIE PRZYJAŹNI WE WSPÓŁCZESNYM ŚWIECIE

THE IMPORTANCE OF FRIENDSHIP IN THE MODERN WORLD

Streszczenie

Współczesny świat cechuje wzrost poczucia samotności, a depresja jawi się jako poważny problem cywilizacyjny, który w ciągu kilku najbliższych lat ma osiągnąć rozmiar epidemii. Przyczyną tego stanu jest dynamika zmian społecznych, których zbyt duże tempo uniemożliwia ludziom właściwą adaptację do nowych warunków. Badacze określają obecną rzeczywistość jako świat VUCA, co oznacza: pełen niepewności, lęków przed nieznaną przyszłością i brakiem jednoznacznych wskazówek odnośnie do norm postępowania. Czynnikiem

Summary

The modern world is characterized by a growing sense of loneliness, and depression appears as a serious civilization problem, which is expected to Reach epidemic proportions in the next few years. The reason for the conditio is the Dynamics of social change, the excessive pace of which prevents pe ople from adapting property to new conditions. Researchers describe the current reality as a VUCA world, which means a world full of uncertainty, fears, of an unknown future and a Lack of clear guidance on norms of behavior. The factor that offsets uncertainty

niwelującym niepewność jest empatia i wsparcie, co sprawia, że niezwykle istotne dla prawidłowego funkcjonowania w obecnym świecie, zwłaszcza młodych osób, okazują się więzi społeczne. Autor podjął próbę analizy szczególnego rodzaju relacji społecznych, do których należy przyjaźń. Artykuł składa się z opisu pojęcia i wyodrębnienia jego wskaźników na podstawie literatury i dotychczasowych badań wśród młodych osób. Opisano również specyfikę współczesnego niepewnego świata, w którym postępuje zjawisko indywidualizacji, co wpływa nie tylko na poczucie samotności, ale również na jakość więzi społecznych, które ulegają uprzedmiotowieniu.

Słowa kluczowe: więzi społeczne, przyjaźń, świat VUCA, niepewność, samotność

is empathy and suport, which makes social ties extremely important for proper functioning in the current world, especially for young people. The author has attempted to analyze a particular type of social relationship – friendship. The article consists of a description of the koncept and the extraction of its indicators on the basis of the literature and previous research among young pe ople. It also desribes the peculiarities of today's uncertain world, in which the phenomenon of individualization is progressing, which affects not Orly the feeling of loneliness, but also the quality of social ties, which are becoming objectified.

Keywords: social ties, friendship, VUCA world, uncertainty, loneliness

1. Wprowadzenie

Współcześnie dużo mówi się o zagrożeniach dla jednej z najważniejszych wartości w życiu człowieka, którą stanowią więzi społeczne. Paradoksalnie w epoce cyfrowej, której wynalazki technologiczne miały znacząco ułatwić nie tylko codzienne funkcjonowanie jednostek, ale również podtrzymywanie i nawiązywanie bliskich relacji, społeczność musi mierzyć się z dystrofią więzi, pogłębieniem izolacji społecznej oraz wzrostem poczucia samotności i wyobcowania (Żurek 2015, 23). Robin Dunbar pisze, że „samotność okazuje się współczesną zabójczą chorobą, szybko wypierającą inne najczęstsze przyczyny zgonu" (Dunbar 2021, 10). Profesor Stephen Houghton z Uniwersytetu Australii Zachodniej wskazuje, że „samotność jest poważnym problemem społecznym, edukacyjnym, ekonomicznym i zdrowotnym, który do 2030 r. osiągnie rozmiary epidemii" (Cook 2018). Eksperci ze Światowej Organizacji Zdrowia przewidują, że do 2030 r. depresja stanie się drugą najpoważniejszą przyczyną niepełnosprawności w krajach silnie zurbanizowanych, a trzecią w państwach słabiej rozwiniętych (Szadkowski, Podemska 2022, 219). Przyczyną tego stanu są liczne stresory psychospołeczne w postaci m.in. medialnych doniesień dotyczących konfliktu w Ukrainie, niepewnej przyszłości i sytuacji ekonomicznej lub, do niedawna, zagrożeń związanych z pandemią Covid-19. Napięcie emocjonalne objawia się spadkiem jakości życia i poczucia osobistej satysfakcji (Szadkowski, Podemska 2022, 216).

Sytuacje stresogenne nierzadko przyczyniają się do wycofania jednostek z życia społecznego, co skutkuje spadkiem jakości relacji interpersonalnych. Niekiedy z kolei to sam brak satysfakcjonujących stosunków społecznych okazuje się przyczyną depresji. W kontekście jakości życia, prawidłowego rozwoju kondycji psychospołecznej oraz

niwelowania wpływu stresorów na funkcjonowanie ludzi, zwłaszcza młodych, niezwykle istotne są stosunki o dużym ładunku emocjonalnym, ponieważ to one zaspokajają potrzeby przynależności i przywiązania (Wasilewska 2013, 84). Charakterystycznym przykładem tego typu więzi jest przyjaźń. Jak pisze Tomasz Prusiński: „[…] ludzie bardziej cenią sobie dobre przyjaźnie i związki romantyczne niż bezpieczeństwo finansowe. Obecność drugiego człowieka w życiu jednostki nadaje mu sens i wyznacza horyzont funkcjonowania" (Prusiński 2017, 24). Wyniki badania Fundacji Movember, przeprowadzone w 2014 r. na próbie ok. 4 tys. respondentów pochodzących z Australii, ukazały, że najbardziej narażeni na psychiczne dolegliwości są osoby nieposiadające przyjaciół i niedoświadczające wsparcia psychicznego (Dunbar 2021, 10).

Dynamika współczesnego niepewnego świata konsumpcyjnego jednak znacząco oddziałuje na przemianę więzi społecznych. Wzajemne wsparcie, lojalność i bliskość ustępują miejsca indywidualnym potrzebom jednostki i subiektywnym korzyściom wynikającym z relacji, decydując tym samym o nietrwałości danej więzi. Wydaje się tym samym, iż znaczenie przyjaźni w kontekście przywiązania i emocjonalnego wsparcia uległo osłabieniu ze względu na jej nowy, konsumpcyjny charakter.

2. Przyjaźń jako szczególny przejaw więzi społecznej

Przyjaźń jest pojęciem niejednoznacznym, które ujmowano w różnych koncepcjach teoretycznych. Jedną z najczęściej przyjmowanych definicji przyjaźni jest propozycja Michaela Argyle'a, który podkreśla znaczenie zaufania, wsparcia, sympatii, równorzędności oraz dobrowolności partnerów interakcji – są to zarazem kluczowe elementy więzi o charakterze przyjaźni (Prusiński 2017, 24). Zdaniem Argyle'a *przyjaciół można określić jako tych ludzi, których lubimy, którym wierzymy i z których towarzystwa jesteśmy zadowoleni. Nie należą oni do rodziny, lecz mamy z nimi wiele wspólnego i jesteśmy do nich przyciągani* (Argyle 1991, 194).

Należy zaznaczyć, że Argyle odróżnia przyjaźń od relacji rodzinnych, choć obecnie nie jest to oczywiste. Piotr Szarota (2018, 9–28) wskazuje, że pozarodzinny charakter przyjaźni przestał obowiązywać, ponieważ elementy więzi przyjacielskiej są istotne zarówno dla relacji romantycznych między współmałżonkami, jak i dla relacji rodziców z dziećmi. W tym drugim przypadku jednak warto zaznaczyć, że autorytet i zależność dzieci od rodziców stoją w sprzeczności z ideą przyjaźni w pełni tego słowa znaczeniu, ponieważ jako wskaźniki więzi przyjacielskich badacze wyróżniają dobrowolność obu partnerów oraz równość pozycji (Adelman, Parks, Albrecht 2007, 362). Podkreślić należy również fakt, iż przyjaźń charakteryzuje się świadomością wyboru. Oznacza to, że przyjaciele, choć rozwijają swoją zażyłość w sposób spontaniczny, a relacja między nimi nie została wcześniej zaplanowana, wybierają siebie dobrowolnie i według własnego upodobania. Ta cecha odróżnia przyjaźń od innych stosunków zawodowych bądź relacji z krewnymi, które są narzucone (Prusiński 2015, 23). W związku z pojawiającymi się wątpliwościami w tym kontekście Szarota proponuje określenie „rodziny przyjaciół",

która stanowi rodzaj alternatywnej rodziny, składającej się z osób wyjątkowo bliskich, lecz ze sobą niespokrewnionych (Szarota 2018, 28–40).

Według Piotra Sztompki (2021, 296–297) przyjaźń jest, obok relacji romantycznych, stosunkiem o największym nasileniu emocjonalnym, który przejawia cechy charakterystyczne dla każdego rodzaju więzi społecznej: emocjonalność, zaangażowanie oraz regulację normatywną. Przyjaźń w rozumieniu Sztompki jest relacją moralną charakteryzującą się tzw. ideałem moralnej doskonałości (Sztompka 2021, 297). Na moralną doskonałość w przyjaźni składają się następujące czynniki:

- zaufanie – oczekiwanie od partnera pozytywnych działań skierowanych do nas i wobec nas oraz pewność ich realizacji;
- lojalność – zachowywanie sekretów przyjaciela, nienaruszanie jego prywatności bez wyraźnej zgody, ochrona jego dobrego imienia oraz brak uczestnictwa w pomówieniach na jego temat;
- wzajemność – jest to najbardziej wyróżniająca cecha przyjaźni, ponieważ nie może ona istnieć bez wzajemnego okazywania uczuć sympatii i przywiązania;
- solidarność – okazywanie zainteresowania losem przyjaciela, łączność w trudach codzienności i wsparcie w rozwiązywaniu problemów. W tym kontekście istotna jest dobrowolność jednostki, która wspiera przyjaciela z własnej, nieprzymuszonej woli;
- szacunek – oczekiwanie od przyjaciela uczciwości, szczerości i zdolności do okazywania gestów życzliwości oraz uznania;
- sprawiedliwość – oczekiwanie prawidłowego nagradzania i właściwej krytyki, proporcjonalnie do rzeczywistego postępowania (Sztompka 2021, 297–299).

Ludzi, których połączyła więź przyjaźni, charakteryzuje wzajemna pomoc, życzliwość, wsparcie emocjonalne oraz silna zażyłość wyrażająca się w potrzebie kontaktu i wspólnego działania, a także w bezinteresownej trosce o dobro drugiej osoby (Szutta 2010, 126). Troska o przyjaciela jest wskazywana przez filozofów analizujących pojęcie przyjaźni jako jej najważniejsza cecha. Zdaniem Nancy Sherman istotnym czynnikiem świadczącym o przyjaźni między ludźmi jest umiejętność współodczuwania emocji, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych (Sherman 1987, 599). Jak pisze Natasza Szutta (2010, 126) analizująca koncepcję współodczuwania emocji, „prawdziwy przyjaciel jest szczęśliwy szczęściem swego przyjaciela i nieszczęśliwy z powodu jego niepowodzenia".

Większość badań amerykańskich podkreśla znaczenie podejmowania wspólnych aktywności, udzielanie emocjonalnego wsparcia i obdarzanie siebie zaufaniem jako kluczowe komponenty więzi przyjacielskiej. Szczególne znaczenie przypisuje się zaufaniu, poprzez które jednostki realizują potrzeby przynależności, bliskości i intymnych zwierzeń (Prusiński 2015, 23).

Trudność w prawidłowym odróżnieniu pojęcia przyjaźni od innych typów więzi wynika ze wspólnych elementów na poziomie znaczeniowym. Dobrowolność, wsparcie i duża zażyłość cechuje np. więzi romantyczne (Prusiński 2015, 23). Relacje zawodowe, choć są narzucone ze względu na organizację pracy, również mogą być przepełnione

cechami pozytywnymi. Rajmund Kowalczuk, analizujący stosunki w organizacjach społecznych, wyróżnia więzi koleżeńskie, które oznaczają relacje kształtujące się na gruncie wspólnej działalności. Są to zwykle zażyłe relacje z towarzyszami pracy, którzy chętnie spędzają ze sobą czas (Gitling 2013, 41–43). Wspólne aktywności mogą również cechować pozostałe relacje zawodowe, a także stosunki w rodzinie. Ponadto Tomasz Prusiński (2015, 23) wskazuje na różne znaczenia lub poziomy wzajemnego wsparcia, będącego podstawą bliskości w relacji. Autor powołuje się na Grahama Allana, który stwierdził, że więź przyjaźni cechuje troska rozumiana jako doraźna i drobna pomoc, w odróżnieniu od relacji romantycznych czy rodzinnych, których członkowie opiekują się sobą i wspierają długoterminowo (Prusiński 2015, 23). Odwołując się jednak ponownie do koncepcji Piotra Szaroty o tzw. „rodzinie przyjaciół", można odnieść wrażenie, iż założenie Allana jest błędne. W badaniach Joanny Mizielińskiej, na które powołuje się Szarota, przyjaciół jako rodzinę określiło ponad 64% respondentów (Szarota 2018, 34). *Dla niektórych badanych granica między byciem przyjacielem a byciem rodziną jest płynna, zaciera się, a kryterium więzów krwi w obliczu innych, bardziej znaczących, związanych z praktykami wsparcia, opieki itd., przestaje mieć znaczenie* (Mizielińska 2017, 181).
Tym samym trudno w pełni zgodzić się ze stwierdzeniem Allana odnośnie do krótkoterminowego wsparcia udzielonego sobie przez przyjaciół, gdy w istocie są to relacje o niezwykle pozytywnych konotacjach, o cechach więzi rodzinnych, w których wzajemne wsparcie i opieka są fundamentalne.

Ray Pahl wyodrębnił trzy rodzaje przyjaźni, w zależności od elementu będącego podstawą relacji. Są to przyjaźnie oparte na korzyściach, przyjemnościach lub charakterze (Prusiński 2017, 25). Pierwszy typ określa związek oparty na przestrzeni życia, w której podobieństwo między przyjaciółmi koncentruje się na wąskiej sferze działalności. Trywializując, można stwierdzić, że taką relację tworzą osoby regularnie wychodzące razem do pubu, na mecz piłkarski lub do kina na film w celu wspólnego zrelaksowania się. Jest to stosunek oparty na wspólnym zainteresowaniu, który nie wykracza poza granice tej aktywności (Prusiński 2017, 25). Przyjaźń skupiająca się na przyjemności to związek polegający na wsparciu, pomocy w funkcjonowaniu w organizacji społecznej i wzajemnej ochrony przed współzawodnictwem charakteryzującym stosunki na gruncie zawodowym (Prusiński 2017, 25). Trzeci styl przyjaźni według Pahla jest typem relacji idealnej, która opiera się na całkowitej bezinteresowności oraz intymności i, w przeciwieństwie do dwóch pozostałych stylów, nie jest to stosunek powierzchowny i roszczeniowy (Prusiński 2017, 25).

Badacze dla odróżnienia przyjaźni od pozostałych stosunków społecznych proponują stosowanie skal mierzących poziom intensywności relacji na poszczególnych płaszczyznach, np. poczucia wsparcia, zaangażowania emocjonalnego, poziomu zaufania itp.. Jedną z takich skal jest kwestionariusz FIMS autorstwa T.S. Arunkumara i B. Dharmangadana, którą w wersji polskiej w swoim artykule przedstawił Tomasz Prusiński (2017, 27–42). Autorzy kwestionariusza opisują przyjaźń jako długotrwały stosunek przepełniony szacunkiem, afiliacją i bliskością, który dostarcza jednostce pozytywnych

bodźców psychologicznych w postaci zadowolenia z życia. W najprostszych słowach przyjaźń jest rodzajem relacji najwyżej cenionych przez człowieka, a jej jakość warunkuje poczucie własnej wartości i sensu życia (Prusiński 2017, 28). Kwestionariusz w wersji Prusińskiego składa się z dwóch części: pierwsza odnosi się do relacji z najlepszym przyjacielem płci męskiej, natomiast druga dotyczy jakości więzi z najbliższą przyjaciółką. Pytania koncentrują się na subiektywnych odczuciach w stosunku do przyjaciela i dotyczą stopnia wzajemnego zaangażowania w pielęgnowanie relacji, poczucia zaufania, wzajemnego szacunku i akceptacji oraz energii emocjonalnej w postaci satysfakcji z jakości związku i redukcji negatywnego samopoczucia (Prusiński 2017, 41–42).

James A. Kitts i Diego F. Leal przeprowadzili wywiady fokusowe w grupie uczniów czterech miejskich gimnazjów w USA, których celem było wyróżnienie wskaźników najsilniejszych więzi wśród rówieśników. Młodzież została poproszona o zdefiniowanie pojęcia przyjaźni i wymienienie najistotniejszych cech charakteryzujących przyjaciela (Kitts, Leal 2020, 1). Badacze spośród wypowiedzi wyróżnili 11 najczęściej pojawiających się kodów przyjaźni:

- *NoHurt* – osoby związane więzią przyjaźni nie krzywdzą siebie nawzajem;
- *Defend* – przyjaciele wspierają się i ochraniają w konfliktach z innymi;
- *Support* – bliscy pomagają zniwelować negatywne emocje;
- *Secrets* – przyjaciele są zobowiązani do zachowywania swoich sekretów;
- *Help* – bliscy pomagają sobie w wykonywaniu różnych obowiązków;
- *Time* – osoby związane więzią spędzają ze sobą dużo wolnego czasu;
- *Likes-Me* – jednostka dostrzega okazywaną troskę przez przyjaciela i czuje się przez niego lubiana;
- *I-Like* – człowiek połączony z innym węzłem przyjaźni jest świadomy swojej sympatii wobec drugiej osoby i akceptuje ją;
- *Reciprocity* – określanie siebie mianem „przyjaciół" stanowi ważne zobowiązanie i potwierdzenie zażyłości;
- *Homophily* – przyjaciół łączą wspólne wartości i zainteresowania;
- *Closure* – przyjaciele należą do wspólnego kręgu znajomych (Kitts, Leal 2020, 15).

Zwracają uwagę stwierdzenia dotyczące podobieństwa przyjaciół (np. wspólne zainteresowania), wzajemna lojalność, zaufanie oraz udzielanie sobie wsparcia i pomocy, co stanowi kolejne potwierdzenie istotności tych elementów dla satysfakcjonującej relacji. Amerykańscy uczniowie często podkreślali wagę, jaką dla więzi ma akceptacja przez przyjaciela własnego kręgu znajomych. Ponadto młodzież wskazywała, że dla określenia kogoś mianem „przyjaciela" ważniejsze od subiektywnego poczucia sympatii wobec drugiego jest odczuwanie jego troski i zaangażowania emocjonalnego (Kitts, Leal 2020, 1).

Wielość koncepcji i trudności związane z prawidłowym definiowaniem pojęcia przyjaźni świadczy niewątpliwie o różnorodności relacji społecznych pod względem ich intensywności, intymności, zaufania i potrzeb, które zaspokajają. Niezależnie od przyjętego modelu przyjaźni trudno jednoznacznie zdefiniować to pojęcie, a badania, z wykorzystaniem danych skal czy kodów, mogą posłużyć raczej do zmierzenia intensywności

poszczególnych stosunków międzyludzkich. Przykładowo Robin Dunbar (2021, 80–83) większość relacji z ludźmi definiuje jako przyjaźń o większej lub mniejszej intensywności, proponując model tzw. okręgów przyjaźni. Zdaniem amerykańskiego badacza człowiek jest zdolny do zapamiętywania około 1500 osób, których może zidentyfikować z imienia bądź nazwiska i jest to najniższy poziom w okręgu[1]. Wyższe miejsce w hierarchii stanowi grupa składająca się z 500 osób, które przez autora określone są terminem „znajomi". Są to ludzie, których jednostka zna osobiście i utrzymuje częstszy bądź sporadyczny kontakt. Następnie Dunbar wyróżnia już poszczególne grupy przyjaciół, w zależności od stopnia intensywności relacji i częstotliwości kontaktu: przyjaciele (150 osób), dobrzy przyjaciele (50 osób), bliscy przyjaciele (15 osób), najlepsi przyjaciele (5 osób), (Dunbar 2021, 80–83). Różne poziomy przyjaźni proponują także Anna Rybak i Francis McAndrew, którzy zastosowali kwestionariusz FIMS w celu eksploracji porównawczej relacji Polaków i Amerykanów w odniesieniu do trzech przyjętych przez autorów kategorii pojęciowych: znajomy, kolega i przyjaciel. Badanie wykazało, że poszczególne kategorie relacji różnią się poziomem intymności oraz intensywności, tym samym potwierdzając słuszność przyjętej typologii (Rybak, McAndrew 2006, 147–163).

Przyjaźń spośród innych stosunków społecznych wyróżnia więc przede wszystkim wyższy poziom na poszczególnych płaszczyznach relacji, lecz zakres wskaźników ją obejmujący zasadniczo nie różni się od np. koleżeństwa. To sprawia, że kwestia wyznaczenia granic przyjaźni jest zależna wyłącznie od subiektywnych odczuć jednostki w kontekście intensywności i energii emocjonalnej. Te jednak są zmienne, na co wskazuje choćby teoria przenikania społecznego mówiąca o stopniowym „odkrywaniu się" ludzi, którzy wchodzą ze sobą w relację. Na wczesnym etapie znajomości obie strony przekazują sobie informacje ogólne i powierzchowne, natomiast wraz ze wzrostem satysfakcji z przebiegu interakcji zaczynają pojawiać się bardziej osobiste zwierzenia (Crisp, Turner 2015, 305). Wzrost poziomu odkrywania się skutkuje większą intensywnością i intymnością danej relacji. Przyjaźń jest jednak podatna na konflikty i nieporozumienia, a wówczas występuje odwrócenie procesu odkrywania się – przejawia się to poprzez zachowywanie dystansu, brak osobistych zwierzeń, mniejsze zaangażowanie w relację lub większą otwartość w negatywnym znaczeniu, gdy następuje przekaz komunikatów krzywdzących drugą osobę, co może skutkować rozpadem związku (Crisp, Turner 2015, 305). Trudno z tego względu jednoznacznie stwierdzić, czy np. w czasie konfliktu osoby są wciąż gotowe do określania siebie mianem przyjaciół. Wydaje się, że relacje społeczne są procesem dynamicznym, w którym jednostki ciągle przechodzą przez kolejne pozycje w okręgach przyjaźni (odnosząc się do koncepcji Dunbara), w zależności od sytuacji i indywidualnej satysfakcji.

[1] Robin Dunbar wskazuje, że człowiek jest zdolny do zapamiętania twarzy około 5 tys. osób, lecz jest to już grupa znajdująca się poza okręgiem ze względu na brak możliwości ich pełnej identyfikacji. W najprostszych słowach, są to ludzie, których jesteśmy w stanie rozpoznać „z twarzy", lecz nie znamy ich osobiście.

3. Zjawisko samotności w świecie VUCA

Wcześniejsze rozważania dowodzą wieloznaczności pojęcia przyjaźni. Niezależnie od koncepcji, którą przyjmiemy dla opisu tego pojęcia, nie ulega wątpliwości, że przyjaciele znacząco oddziałują na prawidłowy rozwój człowieka, kształtują jego osobowość i rozumienie świata. Mają ponadto znaczący wpływ na relacje z ludźmi spoza najbliższego otoczenia (Wasilewska 2013, 84). Poczucie świadomości bliskich stosunków jest ważne dla jednostki w kontekście prawidłowego kształtowania jej kondycji psychospołecznej, rozumianej jako „[…] specyficzną zdolność do prawidłowego rozpoznawania otaczającej rzeczywistości i swojego w niej miejsca" (Suchodolska 2008, 249). Zdolność człowieka do właściwej oceny rzeczywistości związana jest z funkcjonowaniem w społeczeństwie i dostarczaniem pozytywnych bodźców emocjonalnych w kontekście przynależności grupowej. Nawiązywanie i utrzymywanie stosunków międzyludzkich wynika z potrzeby afiliacji, w skład której wchodzi potrzeba miłości, przyjaźni, akceptacji oraz przywiązania (Domański 2019, 138–140). Niezaspokojenie pragnień emocjonalnych i deficyt więzi społecznych prowadzi często do odczuwania lęku i poczucia samotności, co jest charakterystyczne dla różnych zaburzeń psychologicznych.

Daniel Tabiś w artykule *Samotność dzieci i młodzieży szkolnej w XXI w.* odwołuje się do koncepcji polskiego pedagoga Janusza Gajdy, który podzielił samotność na trzy typy: społeczną, psychiczną i moralną. Pierwsza z nich występuje w sytuacji, gdy jednostka nie założyła rodziny i żyje w odosobnieniu od społeczeństwa, z własnej woli lub w wyniku przymusowej izolacji, a to skutkuje osłabieniem więzi naturalnej z innym człowiekiem (Tabiś 2020, 89). Drugi typ to samotność psychiczna, która, w najprostszych słowach, oznacza brak bliskości i kontaktu z drugim człowiekiem, czemu towarzyszy poczucie emocjonalnego braku oraz tęsknoty za więzią. Samotność moralna z kolei „[…] jest spowodowana brakiem sensu życia" (Tabiś 2020, 90).

W interpretacji Aldony Żurek pojęcie samotności można definiować jako zjawisko pozytywne lub negatywne, zależnie od kontekstu i okoliczności. Samotność negatywna oznacza nieprzyjemne uczucia i znaczne pogorszenie ogólnego stanu emocjonalnego, który spowodowany jest odczuwaniem deficytu w kontekście częstotliwości oraz jakości ważnych relacji społecznych lub całkowitym brakiem więzi i długotrwałym spędzaniem czasu w izolacji (Żurek 2015, 27–28). Pozytywna samotność oznacza dobrowolne odsunięcie się człowieka od innych w celu zaspokojenia potrzeby prywatności, która jest stanem pożądanym, zwłaszcza w wysoko rozwiniętych systemach społecznych, ponieważ stanowi „[…] ucieczkę od wielu mechanizmów kontrolnych", dzięki czemu jednostka zyskuje poczucie wolności i autonomii (Żurek 2015, 26–27). Długotrwałe i celowe izolowanie się z życia społecznego może mieć jednak negatywne konsekwencje, ponieważ sprzyja zjawisku anomii społecznej (Żurek 2015, 26–27).

Badania Joanny Wrótniak (2020a, 93–104)[2], dotyczące opinii studentów na temat samotności młodzieży, wykazały, że 87,3% respondentów dostrzega osoby samotne wśród swoich znajomych. Jako objawy samotności większość (83,6%) wskazuje małomówność, smutek i unikanie kontaktu z innymi. Z kolei na pytanie o to, czy poczucie samotności wśród młodych jest obecnie normą, twierdząco odpowiedziało 65,5% studentów. Jako uzasadnienie tej odpowiedzi najczęściej podawano argument w postaci osłabienia więzi społecznych poprzez zanikanie bezpośrednich interakcji z powodu większej atrakcyjności kontaktów wirtualnych (Wrótniak, 2020a, 100). W innym badaniu wspomnianej autorki 59,5% respondentów potwierdziło odczuwanie samotności, które wiązało się najczęściej z brakiem emocjonalnej bliskości i nieobecnością osób gotowych do wysłuchania intymnych zwierzeń (Wrótniak 2020b, 74–76)[3].

W sierpniu 2022 r. Instytut Pokolenia przeprowadził badanie, którego celem była diagnoza samotności w społeczeństwie polskim[4]. Z raportu opublikowanego przez autorów wynika, że samotność odczuwa 54% wszystkich respondentów (instytutpokolenia.pl 2022). Największy odsetek samotności odnotowano dla młodych mężczyzn w przedziale 25–34 lat (65%) oraz dla mężczyzn do 24. roku życia (57%). W grupie uczącej się/studiującej na wysokie poczucie samotności wskazało 44% respondentów. Ponadto spośród stwierdzeń opisujących jakość więzi społecznych, 63% wskazało na doświadczenie niezrozumienia ze strony innych, 57% zadeklarowało, że ich stosunki są powierzchowne, a blisko połowa odczuwa brak towarzystwa innych osób (instytutpokolenia.pl 2022). We wstępie do raportu Elżbieta Mączyńska wskazuje, że narastające poczucie samotności i niepewności wywołane jest przez przesilenie cywilizacyjne, które oznacza przejście ze społeczeństwa industrialnego w nowy, niezdefiniowany jednoznacznie typ cywilizacji, charakteryzujący się szybkością i złożonością zmian w systemie społecznym (instytutpokolenia.pl 2022). Przejście to dokonuje się poprzez cyfrową rewolucję technologiczną, której ogromna skala i dynamizm znacznie utrudniają trafną ocenę procesów społecznych w kontekście ich następstw. To wszystko zaś dzieje się w tle obecnej niepewnej sytuacji geopolitycznej związanej z wojną w Ukrainie i w okresie, gdy świat wciąż zmaga się ze skutkami pandemii Covid-19 (instytutpokolenia.pl 2022). Skala samotności i mnogość czynników wywołujących obawy w kontekście przyszłości skłaniają badaczy do określenia współczesnego świata jako niepewnego i nieprzewidywalnego.

Jedną z koncepcji teoretycznych opisujących współczesny niepewny świat jest pojęcie VUCA. Termin ten po raz pierwszy pojawił się w środowisku wojskowym

[2] Badanie zostało przeprowadzone na jednej z lubelskich uczelni. Zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem techniki ankiety. Próbę badawczą stanowiło 110 studentów pedagogiki w przedziale wiekowym 19–24. Zdecydowaną większość badanych (96,4%) stanowiły kobiety (Wrótniak 2020a, 95).

[3] Próbę badawczą stanowiło 84 studentów pedagogiki podejmujących naukę na jednej z lubelskich uczelni. Wiek badanej grupy mieści się w przedziale 19–24. Zdecydowaną większość badanych (94,4%) stanowiły kobiety (Wrótniak 2020b, 74).

[4] Badanie przeprowadzono w dniach 23–25 sierpnia 2022 r. na ogólnopolskiej próbie wynoszącej 1 635 respondentów. Zastosowano metodę wywiadu online (CAWI). Autorzy w celu zebrania materiału empirycznego posłużyli się kwestionariuszem Zrewidowanej Skali Samotności R-UCLA.

w latach 90. i określał ówczesną sytuację, w której znajdowało się społeczeństwo po zakończeniu zimnej wojny (Piątkowska 2021, 15). Był to okres, który stanowił wyzwanie dla przywódców i liderów, zmuszonych do podejmowania trudnych decyzji w obliczu napięć i lęków w kontekście nieznanej przyszłości. Po wydarzeniach z 11 września 2001 r. pojęcie to wyszło poza ramy armii i poczęto stosować je do opisu chaotycznej oraz zmieniającej się rzeczywistości, zarówno w środowisku biznesowym, jak i w innych obszarach życia społecznego (Dybowska 2022, 13). Na akronim VUCA składają się cztery główne cechy opisujące społeczeństwo:

- *Volatility* – zmienność, ulotność;
- *Uncertainty* – niepewność;
- *Complexity* – złożoność;
- *Ambiguity* – niejednoznaczność (Piątkowska 2021, 15–16).

Świat VUCA jest rzeczywistością dynamicznych zmian, coraz trudniejszych do opanowania i skutecznego przewidywania ich skutków. Choć życie społeczne od zawsze cechowała zmienność, to współczesny człowiek zmuszony jest mierzyć się z niebywałym tempem przemian, które stwarzają nowe szanse, lecz implikują także nowe problemy i wyzwania, zarówno w wymiarze kolektywnym, jak i indywidualnym (Dybowska 2022, 13). Zmiany nierzadko dokonują się w sposób chaotyczny, uniemożliwiając społeczeństwu stabilizację i określenie skutecznych norm postępowania, a rozwiązywanie problemów za pomocą starych i znanych metod staje się niemożliwe ze względu na ich nieaktualność. Świat VUCA cechuje występowanie niespodziewanych zjawisk o dużym wpływie na społeczeństwo. Przykładem tego typu sytuacji jest konflikt zbrojny w Ukrainie lub pandemia Covid-19. Przemiany te skutkują dezaktualizacją długoterminowego planowania ze względu na zmienność warunków społecznych pod wpływem nieoczekiwanych sytuacji (Piątkowska 2021, 15). Dynamikę i konieczność ciągłego dostosowywania się do zmiennej rzeczywistości najlepiej obrazuje następujący cytat: „Wyzwania dnia dzisiejszego i jutrzejszego nie mogą być rozwiązywane wczorajszymi narzędziami" (Piątkowska 2021, 15).

Zmienna rzeczywistość skutkuje obawą przed nieznaną przyszłością. Dotychczasowe doświadczenia stają się niewystarczające dla skutecznego wnioskowania w kontekście tego, co nadejdzie. Człowiek w świecie VUCA traci tym samym poczucie kontroli, staje się zagubiony i niepewny swoich działań. Funkcjonowaniu jednostki nie sprzyja również złożoność życia społecznego, ponieważ przyczyny oraz efekty konkretnych zjawisk stają się nieoczywiste ze względu na ilość i różnorodność oddziałujących nań czynników zewnętrznych (Piątkowska 2021, 16). Okoliczności stają się przez to trudne do prawidłowej interpretacji z powodu wielości znaczeń, a ta niejednoznaczność zmusza jednostkę do podejmowania działań ryzykownych (Piątkowska 2021, 16–17). Skutkuje to sporym zróżnicowaniem i podziałem społeczeństwa oraz upadkiem starych struktur, np. tradycji religijnej czy wartości rodziny. Ciągłość i tempo zmian wzbudza w ludziach poczucie strachu, niepewności oraz izolacji. Świat staje się samotny i zindywidualizowany, a człowiek doświadczający nadmiaru bodźców zewnętrznych poszukuje „azylu",

czegoś, co zapewni mu choć chwilowe poczucie bezpieczeństwa i utraconej pewności (Dybowska 2022, 13–14).

Termin VUCA można odnieść do koncepcji „płynnej nowoczesności" Zygmunta Baumana. W ujęciu autora społeczeństwo ulega stałym przekształceniom, a postępujący proces indywidualizacji życia sprawia, że człowiek nieustannie zmuszany jest do przystosowywania się względem nowego porządku. Cechą płynnej nowoczesności jest niepewność wywołana ciągłością przemian i brakiem stabilizacji, co skutkuje subiektywnym poczuciem bezsilności jednostek (Bauman 1996, 55). Człowiek nowoczesny jest mobilny, ma nieograniczone możliwości, charakteryzuje się wolnością i swobodą działań. Bariery czasoprzestrzenne przestają obowiązywać ze względu na rozwój technologiczny, który stwarza możliwość komunikacji i wykonywania zadań niezależnie od miejsca – tym samym mobilność stała się szczególną cechą współczesnej jednostki (Szempruch 2012, 24–25). W zamian za to jednak człowiek nowoczesny staje się istotą ontologicznie i ontycznie samotną. Ontologicznie to znaczy, że w zindywidualizowanym świecie jednostka pozbawiona jest prawdziwego wsparcia, zmuszona do samodzielnego zmagania się z trudami codzienności i podejmowania decyzji na własną rękę. Ontyczna samotność z kolei to samoświadomość człowieka w kontekście własnego losu i wyzwania, którym jest przystosowanie się do panujących realiów (Szempruch 2012, 24). Nowoczesność ponadto jest okresem rozwoju instytucjonalnej refleksyjności – dotychczasowa wiedza zostaje wykorzystana do modyfikacji i reorganizacji systemów społecznych zgodnie z wymaganiami narzucanymi przez rzeczywistość. Wiedza ta jednak podlega stałej analizie i weryfikacji, ponieważ nie zawiera informacji pewnych, a to z kolei wiąże się z poczuciem niepokoju i obawami o niejasną przyszłość (Szempruch 2012, 25). Jak pisze Hanna Batorowska: *To […] świat społeczeństwa (nie)wiedzy, w którym dominuje niemożność zdobycia wiedzy na temat ryzyka, przy czym niewiedza ta stanowi obiektywny składnik inscenizacji ryzyka […]. Świat VUCA to także świat, w którym ludzie doświadczają konsekwencji podejmowania decyzji w warunkach wiedzy niepełnej, niedoskonałej lub jej braku* (Batorowska 2021, 291).

Podsumowując myśl, społeczeństwo w świecie VUCA jest więc „społeczeństwem ryzyka", które, zdaniem Ulricha Becka, funkcjonuje w epoce nowoczesnej cechującej odrzucenie tradycyjnych form życia na rzecz postępu implikującego niepewność z powodu trudnych do zidentyfikowania zagrożeń, przed którymi nie sposób się zabezpieczyć (Beck 2012, 21).

Dynamiczne i niespodziewane zmiany, a przy tym narastający niepokój i poczucie niestabilności, wpłynęły na ewolucję terminu VUCA, który zdaniem pewnych badaczy stał się nieaktualny. Jamais Cascio dla opisu współczesnej rzeczywistości proponuje pojęcie BANI. Jest to kontynuacja i niejako rozwinięcie poprzedniego modelu teoretycznego. Na akronim BANI składają się następujące elementy:

- *brittle* – kruchy;
- *anxious* – niespokojny;
- *nonlinear* – nieliniowy;

– *incomprehensible* – niezrozumiały (Mikołajczyk-Lerman, Sztobryn-Giercuszkiewicz 2022, 13).

W koncepcji BANI niestabilne dotychczas społeczeństwo staje się kruche – oznacza to, że elementy składowe świata są zagrożone destrukcją w dowolnym momencie, a człowiek, chcąc odnaleźć się w życiu społecznym, musi wykazać się wszechstronnymi umiejętnościami i dużą odpornością na czynniki zewnętrzne (Mikołajczyk-Lerman, Sztobryn-Giercuszkiewicz 2022, 13). Niepewność przeradza się w silny niepokój, który skutkuje bezradnością i niezdolnością podejmowania wiążących decyzji. Złożoność świata ulega nieliniowości, co oznacza, że skutki i przyczyny poszczególnych zjawisk są trudne bądź niemożliwe do określenia, zaś jednostka, pragnąc zaadaptować się do nowej sytuacji, stale poszukuje kontekstu i ciągu logicznego (Mikołajczyk-Lerman, Sztobryn-Giercuszkiewicz 2022, 13). To sprawia, że współczesny świat staje się przez ludzi niezrozumiały, oparty na domysłach lub własnej intuicji.

Brak stabilizacji i wszechobecna niepewność wymaga wdrożenia odpowiednich rozwiązań, których celem byłaby poprawa organizacji systemów społecznych oraz kondycji psychicznej jednostek. Badacze proponują podejście VUCA Prime, według którego rozwiązaniem problemów nakreślonych przez koncepcję VUCA jest posiadanie konkretnej wizji przyszłości, która stanowiłaby punkt odniesienia w stale zmieniającym się społeczeństwie (Dybowska 2022, 14). Kompetencje komunikacyjne, elastyczność i otwartość, a także dążenie do zrozumienia oraz słuchania innych stanowią remedium na obecne problemy (Dybowska, 2022, s. 14). W kontekście poruszanej w niniejszej pracy problematyki szczególnie istotna jest potrzeba zwalczania niepokoju, czemu sprzyja empatia i uważność (Mikołajczyk-Lerman, Sztobryn-Giercuszkiewicz 2022, 13). Podkreśla to znaczenie, które dla niwelowania skutków ubocznych, wywołanych przez współczesne procesy społeczne, mają więzi o silnym ładunku emocjonalnym, np. przyjaźń. Ze względu jednak na omawianą płynną rzeczywistość, która pogłębia samotność człowieka w wyniku mobilności, tempa życia, bezosobowości i instrumentalizacji więzi społecznych (Szempruch 2012, 24), należy zwrócić uwagę na przemianę relacji międzyludzkich, które, choć pożądane i poszukiwane, stają się niestabilne, pozbawione bezinteresowności i bezwarunkowego wsparcia.

4. Przyjaźń w kulturze indywidualizmu

Współcześnie rośnie znaczenie indywidualizmu przy jednoczesnym spadku wartości kolektywistycznych, w tym wspólnoty i nieformalnych, małych grup społecznych. Wzrasta również znaczenie, jakie dla jednostki mają przelotne stosunki społeczne oraz aktywność w świecie wirtualnym, która znacząco oddziałuje na jakość relacji społecznych (Żurek 2015, 23). Geert Hofstede określił nowy typ kultury mianem indywidualistycznej, która jest charakterystyczna dla społeczeństwa o luźnych, niezobowiązujących i nietrwałych więziach. (Cudowska 2009, 202). „Galopujący" indywidualizm w mniejszym lub większym stopniu dotyczy wszystkich rejonów świata i prowadzi do koncentracji

wyłącznie na własnych potrzebach[5]. Z tego powodu trudno nawiązywać trwałe więzi o nawarstwieniu emocjonalnym, tzw. relacje autoteliczne według Piotra Sztompki (2021, 296), takich jak przyjaźń oraz miłość. Jak pisze Zygmunt Bauman: „Najbardziej znaczącą cechą społeczeństwa konsumentów – bez względu na to jak starannie ją ukryto bądź zakamuflowano – jest przekształcenie się konsumentów w towary czy raczej roztapianie się ich w morzu towarów" (Bauman 2009, 40). Oznacza to tyle, że w rozumieniu Baumana współczesny człowiek sam stał się niczym towar na półce sklepowej, którego wartość mierzona jest poprzez korzyści „nabywającego" uzyskiwane w wyniku interakcji. Świat konsumpcji jest skoncentrowany, jak sama nazwa wskazuje, na konsumowaniu życia i dóbr, które ono oferuje. W tym kontekście jako dobro rozumiane są również więzi społeczne. Jak więc obecnie zmienia się przyjaźń i czym przejawia się jej konsumowanie?

Arystoteles rozumiał przyjaźń jako cnotę mniejszą niezbędną człowiekowi do prawidłowego funkcjonowania w życiu społecznym, od której uzależniał właściwe ukształtowanie wspólnoty i tożsamości człowieka (Mysona Byrska 2022, 39–41). Jednostka pozbawiona więzi traci sens i chęć dalszego istnienia, ponieważ przyjaźń jest nie do zastąpienia przez dobra materialne. Filozof wyróżnił trzy rodzaje przyjaźni. Pierwszy z nich to typ relacji idealnej, którą cechuje wzajemność i bezinteresowna życzliwość, a świadomość obustronnego obdarowywania siebie dobrymi gestami oddziałuje na wzrost poczucia zaufania. To typ relacji niezależny od osiąganych przez nią korzyści. Przyjaźń doskonała wynika z podobieństw ludzi i do prawidłowego rozwoju potrzebuje czasu oraz przestrzeni. Joanna Mysona Byrska (2022, 43), analizując arystotelesowską koncepcję przyjaźni, pisze następująco: *[…] doskonała forma przyjaźni pojawia się między ludźmi dzielnymi etycznie i o podobnej dzielności etycznej, dzięki czemu życzą oni sobie dobrze, a ich przyjaźń jest tak trwała jak ich dzielność etyczna.*
Oznacza to, że prawdziwa przyjaźń nierzadko rodzi się w bólach, wymaga lojalności i całkowitego oddania drugiej osobie bez względu na okoliczności. Do takiej relacji zdolni są wyłącznie ludzie moralnie doskonali, którzy są życzliwi, uczynni i godni zaufania.

Dwa pozostałe rodzaje przyjaźni wyodrębnione przez Arystotelesa są charakterystyczne dla indywidualistycznego świata konsumpcji. Jednym z nich jest przyjaźń skoncentrowana na korzyściach, w których dobro i potrzeby drugiej osoby są mniej istotne niż potrzeby własne, do których zaspokojenia człowiek dąży z wykorzystaniem lub poprzez przyjaciela. Jest to więc relacja roszczeniowa i egoistyczna, w której własny pożytek jest wartością nadrzędną. Trzeci typ relacji z kolei opiera się na przyjemności, czyli satysfakcji emocjonalnej. Jest to relacja „krucha", która łatwo upada, gdy sytuacja zapewniająca pozytywne bodźce ulega negatywnej zmianie (Mysona Byrska 2022, 43).

[5] Hofstede sugeruje, że im bogatszy kraj, tym wyższy poziom indywidualizmu. Wyjątek w jego opinii stanowią kraje Azji Wschodniej, które charakteryzuje kultura kolektywistyczna. Wydaje się jednak, że nawet kraje azjatyckie dotknęły procesy przemian kulturowych. Amerykański psycholog David Matsumoto zweryfikował argumenty o kolektywistycznych korzeniach kultury japońskiej, wskazując, że według przeprowadzonych badań tylko 1/3 japońskich studentów utożsamia się z wartościami kolektywistycznymi, podczas gdy aż 2/3 spośród badanych opowiadało się za cechami typowymi dla kultury indywidualistycznej (Matsumoto 2002).

Przyjaźń doskonała jest niedostosowana do mechanizmów rządzących obecnym życiem społecznym. To relacja niekorzystna, ponieważ wymuszająca na człowieku wysiłek i bezinteresowność wobec innych, co stanowi przeciwieństwo względem wymogów społeczeństwa konsumpcyjnego, którymi są dążenie do zysku, prestiżu i samorealizacji. Z kolei przyjaźnie oparte na korzyściach i przyjemnościach są zgodne z zasadami panującymi w świecie konsumeryzmu. Mysona Byrska (2022, 44–45) określa te relacje jako powierzchowne, trwające do momentu, w którym partnerzy stwierdzą, iż stosunek jest już dla nich nieopłacalny i niewarty dalszego zaangażowania. To związek niewymagający wielkiego nakładu sił, ponieważ jego celem nie jest człowiek sam w sobie, lecz korzyści i przyjemności, które poprzez niego mogą zostać zaspokojone. Relacja tego typu nie wymaga więc ani podobieństwa partnerów, ani wyjątkowych zdolności i moralnej doskonałości (Mysona Byrska 2022, 44). Przyjaźń opartą na korzyściach i przyjemnościach mogą zawrzeć również osoby nieżyczliwe względem innych, ponieważ nie kierują się one dobrem innego, a wyłącznie własnymi korzyściami. Być może nie jest to gorszące, jeżeli dwoje przyjaciół ma wobec siebie podobne intencje[6]. Co innego natomiast, gdy zamierzenia partnerów są rozbieżne, ponieważ prowadzi to do nieporozumień, konfliktów i skutkuje poczuciem krzywdy oraz odrzucenia.

Anthony Giddens dla opisu przemian najważniejszych więzi społecznych, takich jak związki romantyczne, małżeństwa oraz przyjaźnie, proponuje pojęcie „czystych relacji" (Giddens 2002, 135). Trwałość więzi opiera się w nich na subiektywnej ocenie proporcjonalności uzyskiwanych korzyści względem własnych nakładów i zasobów, które jednostka wnosi w dany związek. Tym samym, jeżeli relacja pod tym względem jest niesatysfakcjonująca, a partner nie spełnia w sposób wystarczający potrzeb przyjaciela, zarówno w kontekście potrzeb samych w sobie, jak i w obszarze niewspółmiernego zaangażowania, wówczas więź upada.

Istotną zasadą cywilizacji konsumpcyjnej jest uzyskanie jak największego prestiżu społecznego. Człowiek, pragnąc dopasować się do obowiązujących wymogów, nie tylko powinien konsumować różnego rodzaju dobra, ale również kreować wizerunek oparty na publicznym chwaleniu się swoimi zasobami. Piotr Sztompka postępujące zjawisko dbałości o opinie innych osób określił mianem społeczeństwa autoprezentacji (Sztompka 2021, 815). Jak zauważa autor, *z samej społecznej natury człowieka, z faktu, że całe życie ludzkie upływa w otoczeniu innych i w różnych relacjach z innymi […] wynika znaczenie, jakie ludzie przywiązują do opinii innych na swój temat* (Sztompka 2021, 815). W tym rozumieniu przyjaźń również bywa traktowana jako źródło korzyści przez wykorzystanie jej do poprawy własnego wizerunku. Swoimi przyjaciółmi chętnie mianuje się ludzi uznanych społecznie za nienagannych, atrakcyjnych, których towarzystwo podnosi prestiż. Nierzadko więc takie relacje przyjmują charakter wyłącznie instrumentalny,

[6] Należy jednak zaznaczyć, że, mimo jednakowych intencji, sam fakt traktowania drugiej osoby wyłącznie jako źródło własnych korzyści wydaje się postępowaniem nieetycznym, ponieważ jest to niejako zaniżanie jednostki do roli „produktu", co jest zachowaniem wskazującym na brak szacunku wobec innego człowieka i jego wyjątkowości.

ponieważ druga osoba nie liczy się jako przyjaciel i człowiek, lecz jej towarzystwo, które jest odbierane jako sukces, sprzyja uznaniu w oczach innych i to właśnie stanowi fundamentalne znaczenie tego stosunku (Mysona Byrska 2022, 45).

Relacje instrumentalne nie są zjawiskiem nowym w społeczeństwie. Jak twierdzi Mysona Byrska (2022, 45), „nowa jest […] powszechność zawierania takich przyjaźni i nowe jest coraz większe osamotnienie człowieka, któremu w świecie konsumpcji trudno znaleźć prawdziwego przyjaciela". Traktowanie stosunków społecznych w sposób instrumentalny, jako „produkt" mający dostarczyć natychmiastowych korzyści i upadające w chwili, gdy są nieatrakcyjne dla jednostki, jest charakterystyczne dla społeczeństwa konsumpcyjnego. Z kolei taka destabilizacja więzi stanowi duże zagrożenie w kontekście wzrastającej samotności.

Trudno jednoznacznie wyjaśnić przyczyny tego stanu rzeczy. Jak wcześniej opisano, świat nowoczesny cechuje nieustanna próba dostosowywania się jednostek do społecznych realiów, a takim, poza mobilnością i produktywnością, jest konsumpcja różnego rodzaju dóbr. Indywidualizacja życia sprawia, że ponad więzi społeczne ludzie dążą do osiągnięcia sukcesu zawodowego, co skutkuje poprawą sytuacji ekonomicznej i wzrostem prestiżu społecznego. Być może również tak funkcjonujące społeczeństwo stało się przyczyną powstania tzw. kultury nieufności, która związana jest z nadmierną podejrzliwością ludzi wobec siebie i skutkujewiększym dystansem psychologicznym wobec innych, a także niepodejmowaniem działań skierowanych na innych (Kosiarek 2020, 51).

Nawiązując do koncepcji „społeczeństwa ryzyka" Ulricha Becka można podejrzewać, że współcześnie nowym ryzykiem dla jednostki stało się podejmowanie inicjatyw związanych z nawiązywaniem i podtrzymywaniem więzi społecznych, a to z obawy przed byciem wykorzystanym przez innych lub przed poświęcaniem swojego czasu i energii na relację, która okazałaby się niesatysfakcjonująca. Jest to jedynie przypuszczenie, choć być może słuszne, ponieważ niejako tłumaczyłoby, dlaczego w czasach postępującej samotności, w których społeczność tęskni za utraconymi więziami, ludzie wciąż pozostają zdystansowani i mało otwarci.

5. Podsumowanie

Statystyki dotyczące depresji i samotności już teraz są zatrważające, a według prognoz ich intensywność jeszcze się zwiększy. Z tego względu ważnym jest, aby prowadzić refleksje wokół tematu relacji społecznych i eksplorować jakość stosunków międzyludzkich w kontekście wsparcia, empatii i wzajemnego zrozumienia, co, z uwagi na obecne tempo życia i powszechną niepewność, okazuje się szczególnie potrzebne. Na każdym etapie rozwoju, począwszy od narodzin, po kolejne poziomy socjalizacji, więzi społeczne oddziałują na aparat mentalny jednostki – jej uczucia, sposób postrzegania rzeczywistości, a także zdolności, lub ich brak, do obdarowywania innych zaufaniem (Bakiera, Obrębska 2021, 9). Każda istota ludzka charakteryzuje się wysoką potrzebą

przynależności, akceptacji ze strony innych i relacji zapewniającej poczucie bezpieczeństwa i pozwalającej na ekspresję emocji (Bakiera, Obrębska 2021, 11).

Narażone na samotność są zarówno osoby dorosłe, jak i młodzież. Zwłaszcza ta druga grupa jest podatna na zmiany społeczne i wpływ środowiska ze względu na wczesny etap rozwoju psychospołecznego. W obecnym świecie indywidualizmu dominuje kultura nieufności czy wręcz rywalizacji, a to zdaje się oddziaływać również na funkcjonowanie młodzieży szkolnej. Presja związana z nauką oraz wysokimi oczekiwaniami nauczycieli i rodziców wobec podopiecznych skutkuje poczuciem lęku i obawą przed niepowodzeniem oraz rozczarowaniem innych (Gucwa 2022, 142). Wydaje się, że już w szkole młodzież uczestniczy w powszechnym „wyścigu szczurów", który, podobnie jak w świecie dorosłych, sprzyja społecznej stratyfikacji przejawiającej się podziałem na „lepszych" i „gorszych". To zaś nierzadko staje się przyczyną przemocy, która również stanowi źródło lęków i objawów depresyjnych (Gucwa 2022, 142).

Ponadto młodzież wychowywana w epoce cyfrowej jest bardziej narażona na skutki działania sieci. Po pierwsze, badania wskazują, że rosnące poczucie samotności wśród młodych ludzi jest skorelowane ze wzrostem uzależnienia od internetu i urządzeń mobilnych (Januszewska i in. 2021, 105–115). Po drugie, powierzchowność relacji społecznych sprzyja nawiązywaniu kontaktów wirtualnych, które coraz częściej stanowią substytut rzeczywistych stosunków, lecz nie zaspokajają w pełni potrzeb bliskości. Jak pisze Zygmunt Bauman: „[…] rozpaczliwie poszukuje się rozwiązań zastępczych, choćby doraźnych, surogatów i półśrodków. Zastępujemy w ten sposób niewielką liczbę pogłębionych relacji masą tanich i płytkich kontaktów" (Bauman 2004, 66).

Wreszcie po trzecie, młodzież poprzez korzystanie z mediów zasypywana jest najnowszymi wieściami ze świata, które dotyczą konfliktów i niepewnej sytuacji geopolitycznej, co jedynie potęguje emocjonalne napięcie.

Z uwagi na omawiane czynniki należy stworzyć młodzieży odpowiednią przestrzeń do rozwijania więzi społecznych, które stanowią remedium na wzrastającą niepewność i poczucie samotności. Trzeba uczyć młode osoby współpracy, wzajemnego szacunku i zrozumienia. Należy stwarzać możliwości do pogłębiania relacji społecznych, np. poprzez wspólne podejmowanie inicjatyw, organizowanie publicznych wydarzeń rekreacyjnych itp. Ważne również, aby nie obarczać młodzieży wygórowanymi oczekiwaniami i zapewnić jej wystarczającą ilość wolnego czasu, ponieważ nadmiar zadań i obowiązków oddziałuje negatywnie na poczucie swobody w pielęgnowaniu więzi z innymi. Przede wszystkim to jednak sami dorośli, w tym opiekunowie, powinni zdać sobie sprawę, że negatywne skutki konsumpcji i rywalizacji przenikają również do świata młodzieży. Z tego też powodu należy stale przypominać o wartości stosunków społecznych w życiu każdego człowieka. Negatywne oddziaływanie współczesnego, niepewnego świata można zniwelować właśnie poprzez uświadamianie na temat istotności związków międzyludzkich i tworzenie przekonania, że dobro i korzyści można osiągać z innymi, a nie jedynie kosztem innych lub obok nich.

Literatura

Adelman, Mara B., Malcolm R. Parks i Terrence L. Albrecht. 2007. Natura przyjaźni i jej rozwój. W: *Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej*. Red. John Stewart. 361–369. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Argyle, Michael. 1991. *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Przeł. Waldemar Domachowski. Warszawa: PWN.

Bauman, Zygmunt. 1996. Ponowoczesność, czyli dekonstruowanie nieśmiertelności. W: *Postmodernizm a filozofia*. Red. Stanisław Czerniak. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Filozofii i Socjologii Polskiej Akademii Nauk.

Bauman, Zygmunt. 2004. *Tożsamość. Rozmowy z Benedetto Vecchim*. Przeł. Jacek Łaszcz. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Bauman, Zygmunt. 2009. *Konsumowanie życia*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Bakiera, Lucyna i Monika Obrębska, Blisko czy na dystans? Psychologiczne aspekty relacji międzyludzkich. *Człowiek i Społeczeństwo*, nr 51, 9–21.

Batorowska, Hanna. 2021. Edukacja dla kształtowania poczucia bezpieczeństwa informacyjnego w turbulentnym środowisku VUCA. W: *Edukacja w świecie VUCA. Szanse, wyzwania, zagrożenia*. Red. Danuta Kaźmierczak et al. 289–301. Kraków: Wydawnictwo Libron.

Beck, Ulrich. 2012. *Społeczeństwo światowego ryzyka. W poszukiwaniu utraconego bezpieczeństwa*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Cook, Michael. 2018. *Are We In the Middle of a Loneliness Epidemic?*, [dostęp: 16.05.2023], https://fee.org/articles/are-we-in-the-middle-of-a-loneliness-epidemic.

Crisp, Richard J. i Rhiannon N. Turner. 2015. *Psychologia społeczna*. Red. Małgorzata Kossowska. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Cudowska, Agata. 2009. Wspólnota w kulturze indywidualizmu. W: *Wspólnoty z perspektywy edukacji międzykulturowej*. Red. Jerzy Nikitorowicz, Jolanta Muszyńska, Mirosław Sobecki. 198–213. Białystok: Trans Humana Wydawnictwo Uniwersyteckie.

Dunbar, Robin. 2021. *Przyjaciele. O prawdziwej mocy naszych najważniejszych relacji*. Tłum. Tadeusz Chawziuk. Kraków: Copernicus Center Press.

Domański, Zygmunt. 2019. Zarządzanie organizacją poprzez motywowanie pracowników. W: *Journal of Modern Science*. 4 (43), 133–156, DOI: 10.13166/JMS/117977.

Dybowska, Ewa. 2022. Pedagogika ignacjańska w świecie VUCA. *Horyzonty Wychowania*, 21 (57), 11–19. DOI: 10.35765/hw.2022.2157.03.

Giddens, Anthony. 2002. *Nowoczesność i tożsamość. „Ja" i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Tłum: Alina Szulżycka. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Gitling, Maciej. 2013. *Człowiek w organizacji. Ludzie, struktury, organizacje*. Warszawa: Difin.

Gucwa, Kamil. 2022. Stres w szkole – destruktant i postrach dzieci i młodzieży. W: *Humanistic Corpus: Collection of scientific article on contemporary problems of philosophy, cultural studies, psychology, pedagogy and history*, nr 45, 140-147.

instytutpokolenia.pl. 2022. *Raport. Poczucie samotności wśród dorosłych Polaków*. [dostęp: 16.05.2023]. https://instytutpokolenia.pl/pdf/SAMOTNOSC_14.11.pdf

Januszewska, Agata et al. 2021. Uzależnienie od internetu oraz samotność wśród studentów Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. W: *Wyzwania współczesnego pielęgniarstwa*. Red. Mariusz Wysokiński, Zofia Sienkiewicz, Wiesław Fidecki. 105–115. Warszawa: Warszawski Uniwersytet Medyczny.

Kitts, James i Diego F. Leal. 2021. What is (n't) a friend? Dimensions of the friendship concept among adolescents. *Social Networks*. 66, 161–170.

Kosiarek, Małgorzata. 2020. Zaangażowanie społeczne nauczycieli w obliczu kultury nieufności. *Przegląd Pedagogiczny*, 2, 48–57. DOI: 10.34767/PP.2020.02.03.

Mikołajczyk-Lerman, Grażyna i Joanna Sztobryn-Giercuszkiewicz. 2022. Wprowadzenie. O świecie VUCA, pandemii i intersekcjonalności z niepełnosprawnością. W: Życie z niepełnosprawnością w świecie VUCA. Red. Grażyna Mikołajczyk-Lerman, Joanna Sztobryn-Giercuszkiewicz. 7–14. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Mizielińska, Joanna. 2017. *Odmienne czy zwyczajne? Rodziny z wyboru w Polsce*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Mysona Byrska, Joanna. 2022. *Cnoty mniejsze w świecie konsumpcji. Skonsumowana przyjaźń, zaufanie, życzliwość, szacunek oraz gniew i chciwość*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Papieskiego Jana Pawła II.

Piątkowska, Agnieszka. 2021. *Przywództwo w świecie VUCA. Jak być skutecznym liderem w niepewnym środowisku*. Gliwice: Helion.

Prusiński, Tomasz. 2015. Trudności z badaniem przyjaźni. Psychologiczne i społeczne wymiary współczesnych relacji przyjacielskich. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*. 3 (23), 21–32.

Prusiński, Tomasz. 2017. Z badań nad przyjaźnią. Kompetencje społeczne a jakość relacji przyjacielskich. *Studia Psychologica*, 17 (1), 23–46, DOI: 10.21697/sp.2017.17.1.02.

Rybak, Anna i Francis T. McAndrew. 2006. How Do We Decide Whom Our Friends Are? Defining Levels of Friendship in Poland and the United States. W: *The Journal of Social Psychology*. 146 (2), 147–163.

Szadkowski Dariusz J., Podemska Joanna. 2022. Depresja i zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży w dobie współczesnych zawirowań społecznych. *Społeczeństwo. Edukacja. Język*, 16, 215–240, DOI: 10.19251/sej/2022.16 (16).

Szarota, Piotr. 2018. *Od Facebooka do post-przyjaźni. Współczesne przeobrażenia bliskich relacji*. Warszawa: PWN, Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk.

Sherman, Nancy. 1987. Aristotle on Friendship and the Shared Life. *Philosophy and Pheonomenological Research*. 48 (4), 589–613.

Suchodolska, Jolanta. 2008. W poszukiwaniu kondycji psychospołecznej współczesnej młodzieży. W: *Socjalizacja i kształtowanie się tożsamości – problemy i sugestie rozwiązań: praca zbiorowa*. Red. Tadeusz Lewowicki, Barbara Grabowska i Aniela Różańska. 248–258. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.

Szempruch, Jolanta. 2012. *Nauczyciel w warunkach zmiany społecznej i edukacyjnej*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls".

Sztompka, Piotr. 2021. *Socjologia. Wykłady o społeczeństwie*. Kraków: Znak Horyzont.

Szutta, Natasza. 2010. Normatywność pojęcia przyjaźni i jego miejsce we współczesnych teoriach etycznych. *Roczniki Filozoficzne*. 58 (2), 125–151.

Tabiś, Daniel. 2020. Samotność dzieci i młodzieży szkolnej w XXI w. W: *Samotność czy pustynia osamotnienia?: praca zbiorowa*. Red. Antoni Magdoń i Jan Zimny, Wydział Zarządzania. Akademia Wojsk Lądowych im. gen. Tadeusza Kościuszki we Wrocławiu, 88–98. Stalowa Wola: Jan Zimny.

Wasilewska, Halina. 2013. Znaczenie przyjaźni w rozwoju psychospołecznym dzieci i młodzieży. *Nauczyciel i Szkoła*, 1 (53), 83–101.

Wrótniak, Joanna. 2020a. Samotność młodych ludzi w opinii studentów. *Horyzonty Wychowania*, 19 (52), 93–104. DOI: 10.35765/hw.1863.

Wrótniak, Joanna. 2020b. Doświadczanie samotności przez młodych dorosłych. W: *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 590 (5), 68–79. DOI: 10.5604/01.3001.0014.1171.

Żurek, Aldona. 2015. Więzi społeczne a zjawisko samotności i osamotnienia. W: *Więzi społeczne. Sieci społeczne. W perspektywie procesów inkluzji i wykluczenia społecznego*, red. Jolanta Grotowska-Leder, 23–36, Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Informacje o Autorze:

Krystian Mularz – mgr, doktorant nauk socjologicznych w Szkole Doktorskiej Uniwersytetu Rzeszowskiego, sekretarz redakcji czasopisma „Dydaktyka Informatyki". Autor artykułów o tematyce więzi społecznych, które opublikowano w monografiach pokonferencyjnych. Był członkiem zespołu badawczego realizującego projekty z zakresu socjologii miasta pn. *Rzeszowska diagnoza społeczna 2017* oraz *Przegląd Regionalny 2020*. Obecnie opracowuje rozprawę doktorską na temat więzi społecznych w środowisku akademickim.

Kontakt:

e-mail: krystianmu@dokt.ur.edu.pl, krystian.mularz@interia.pl