

Skazani na siebie, czyli kilka słów o mechanizmach i stylach (re)adaptacji do izolacji i ograniczenia wolności

W literaturze naukowej można spotkać się z podziałem sytuacji trudnych na pięć kategorii:

- sytuacje deprivacji, które związane są z brakiem zasobów potrzebnych do normalnego życia (deprivacja stymulacyjna, emocjonalna, czynnościowa, poznawcza), co w sposób znaczący utrudnia zaspokojenie potrzeb jednostki (mogą mieć charakter doraźny lub chroniczny),
- sytuacje przeciążenia, to doświadczenia na granicy możliwości fizycznych, emocjonalnych, poznawczych czy intelektualnych jednostki, które przekraczają jej możliwości rozwojowe.
- sytuacje utrudnienia, wiążą się z pojawieniem się w toku działania jednostki, elementów zbędnych lub z brakiem komponentów potrzebnych do ich wykonania, co z kolei dezorganizuje czynności orientacyjne, decyzyjne i wykonawcze.
- sytuacje konfliktowe, charakteryzują się obecnością przeciwstawnych sił nacisków o charakterze społecznym, moralnym, światopoglądowym, w polu działania człowieka.
- sytuacje zagrożenia, które stanowią sygnał alarmowy dla systemu wartości uznawanych przez jednostkę (życia, zdrowia, własnej wartości i samooceny) i przybierają charakter zagrożeń fizycznych, psychologicznych czy społecznych (Tomaszewski, 1965).

Przewlekłe sytuacje trudne niosą ze sobą rozmaite powikłania w sferze psychologicznej, fizjologicznej, behawioralnej człowieka. Z kolei te, które trwają permanentnie, powodują uruchomienie wielu mechanizmów obronnych jednostki, dzięki którym może ona zminimalizować lub zredukować niekomfortowe reakcje stresowe. Prawie wszystkie z uwzględnionych kategorii sytuacji trudnych pojawiają się w okresie izolacji, jako nieuchronne.

Manuel Castells (2006) wskazuje trzy sposoby radzenia sobie, stanowiące podstawę adaptacji do warunków izolacji i ograniczenia wolności:

- działania legitymizujące, w których jednostka popiera dominujące wzory zachowań i uzasadnia ich prawomocność,
- dominację; działania związane z oporem, polegające na stosowaniu strategii przetrwania oraz propagowaniu i realizowaniu zasad, wzorów i zachowań odmiennych wobec dominujących, oraz
- działania projektujące, których celem jest redefinicja zastanych zasad, wartości i wzorów oraz kształtowanie nowych, w celu całościowej transformacji struktury społecznej i zasad jej funkcjonowania.

Specyfika izolacji i ograniczenia wolności wyzwala mechanizmy przystosowawcze. Są nimi: stygmatyzacja, standaryzacja, degradacja i depersonalizacja. Stygmatyzacja – naznaczenie, rozpoczyna się z chwilą utraty wolności i przebywania w izolacji i jest mechanizmem piętnowania społecznego.

Standaryzacja dotyczy wszystkich osób, które znajdują się w izolacji i polega na ujednoczeniu (każdy z izolowanych ma takie same prawa, obowiązki, wytyczne co do sposobów funkcjonowania)

Degradacja wiąże się z upokorzeniem, jakie odczuwają osoby izolowane w warunkach utraty wolności.

Depersonalizacja oznacza mimowolną zmianę oceny samych siebie przez osoby izolowane, przeobrażenia powstające w ich osobowościach. Osoba izolowana, pozbawiona wolności jest także pozbawiona możliwości pełnienia wielu ról społecznych i staje się jednostką pełniącą rolę osoby izolowanej, pozbawionej wolności.

Według Ervinga Goffmana (2011) cechą charakterystyczną zjawiska ograniczenia wolności jest podział świata na dwie grupy: izolowanych i izolujących.

Ci pierwsi spędzają swój czas na zasadzie przymusu, z kolei drudzy sprawują nad nimi nadzór.

Ten podział generuje wrogość, którą podsycają społeczne stereotypy sterowane przez media i osoby nadzorujące.

Dla osoby izolowanej, jej funkcjonowanie wiąże się z przerwaniem kontynuowania i tworzenia nowych ról społecznych, co może to prowadzić do śmierci cywilnej, wywłaszczenia z ról, zawieszenia decyzyjności w sprawach dotyczących tego, co dzieje się wokół.

Oslabieniu ulega też ekspresja osobista, bowiem izolowany zatracza przekonanie, że jego słowa mają jakiegokolwiek znaczenie i moc sprawczą.

Osoba izolowana musi w jakiś sposób przystosować się do warunków, wykorzystując różne modele – drogi, strategie, techniki, stale lub zamiennie w tym samym momencie (Goffman, 1987).

Osoba która przyjmuje model wycofania, przestaje interesować się czymkolwiek poza tym, co jej bezpośrednio dotyczy, ignorując tym samym obecność i spostrzeżenia innych osób, doświadczając zaburzeń psychicznych związanych z postępującą regresją aż do całkowitej izolacji, wycofania z kontaktów interper-

sonalnych, nadużywania mechanizmów obronnych, tj. idealizacji, ucieczki w marzenia nadmiernego egocentryzmu, infantylizmu, czy też ostrej depersonalizacji i autyzmu.

Wyrwanie człowieka z opisanego stanu jest niezwykle trudne, a nawet niemożliwe (Goffman, 1987)

Izolowani obierający formę buntu, jako modelu adaptacji zachowują się w prowokacyjny sposób w stosunku do władzy instytucji, z rozmysłem odmawiają wszelkiej współpracy, przejawiają opór i przyjmują wrogą postawę.

Osoby charakteryzujące się zadomowieniem, starają się zbudować siebie, w ramach możliwości stworzonych przez izolację, próbując czerpać względne zadowolenie ze swojej egzystencji.

Ich dotychczasowe doświadczenie pokazuje, że warto żyć nawet w sytuacji pozbawienia wolności i że w tej sytuacji można stworzyć sobie normalny byt.

Osoby adaptujące się do braku wolności są nastawione przychylnie do możliwości oferowanych przez system, a miejsce izolacji stanowi dla nich bezpieczną przestrzeń, z której nie chcą rezygnować.

Konwersja, będąca kolejnym modelem adaptacji do warunków izolacji i utraty wolności charakteryzuje się tym, iż osoba izolowana wydaje się przyjmować wszystkie poglądy osób nadzorujących, ich zachowania, gesty, słownictwo i stara się grać rolę podwładnego doskonałego, jest zdyscyplinowana, posłuszna, wzorowa, nie sprawia problemów.

Jej zachowanie to bardzo często gra pozorów, służąca realizacji własnych planów, zamierzeń i zdobywania korzyści.

To „pozorne przystosowanie” do warunków izolacji i ograniczenia wolności prowadzi do nieadekwatnej samooceny, zniekształcenia informacji, bagatelizowania problemów i racjonalizacji własnych zachowań, a przede wszystkim nie pozwala na wykorzystywanie własnych zasobów i możliwości.

Akceptacja norm izolacyjnych oraz pozorna chęć zmiany jest efektem czysto egoistycznych pobudek (Gordon, 2005, s. 114–115).

Ostatnim z modeli przystosowania do warunków izolacji i ograniczenia wolności jest zimna kalkulacja, będąca połączeniem różnych technik, omówionych powyżej.

Wykorzystywane są tu zachowania charakterystyczne dla konwersji, zadomowienia, lojalności wobec współtowarzyszy, zależne od okoliczności.

Izolowani przyjmujący taki sposób adaptacji czasami prezentują postawę „unikania kłopotów” w stosunkach interpersonalnych, czasami posuwają się do zerwania kontaktów ze światem zewnętrznym, nigdy natomiast nie dochodzą do całkowitego zadomowienia

Przedstawiona w skrócie refleksja dotycząca ludzkich mechanizmów i strategii adaptacji do warunków izolacji i ograniczenia wolności jest zaledwie „wstępem do wstępu” do rozumienia niektórych ludzkich zachowań w trudnych sytuacjach społecznych.

Może więc warto rozwinąć i kontynuować ten wątek rozważań, szczególnie dziś, kiedy Polakom coraz częściej towarzyszy poczucie izolacji i ograniczenia wolności.

Redaktor Naczelny
Prof. dr hab. *Marek Konopczyński*