

## Skąd wzięło się Pana zainteresowanie pozytywnymi aspektami sytuacji związanej z ogłoszeniem stanu pandemii w Polsce i na świecie?

Zainteresowanie zagadnieniem „potraumatycznego wzrostu” wynika z mojej przestrzeni naukowo-badawczej, którą jest profilaktyka pozytywna oraz obszar wiktyologii, czyli nauka o stawianiu się ofiarą. Zrodziło się ono także podczas obserwacji otaczającej nas rzeczywistości (m.in. pod kątem społecznym), gdzie doświadczają się skrajnych postaw - od paniki, po lekceważenie ryzyka epidemicznego. W środkach masowego przekazu słyszałem również o grożących nam długotrwałych konsekwencjach w sensie psychospołecznym, wynikających z doświadczania stresu spowodowanego restrykcjami epidemicznymi. Dostępna literatura anglojęzyczna, która dotyczyła właśnie tego obszaru, również nie zawsze wskazywała jedynie negatywne efekty. Postanowiłem to zbadać.

## Jakie więc dostrzega Pan pozytywne skutki pandemii?

Można zaobserwować ogromny wzrost postaw altruistycznych, szczególnie wobec osób zależnych, starszych. Wielu z nas zaczęło się interesować losem swoich dziadków, rodziców i innych starszych członków rodziny, świadczyć im pomoc w zakupach, czy załatwianiu drobnych spraw. W rodzinach, które dotąd nie miały czasu na częste odwiedziny swoich seniorów, teraz to się zmieniło. W szerszym kontekście społecznym dostrzega się również koncentrację społeczną wobec zagrożenia, co na kształt ruchu pomocy szpitalom, czy domom pomocy społecznej. To pokazuje, że nasze społeczeństwo jest aktywne i nie takie samolubne. W wymiarze jednostkowym ponadto wielu z nas nadrabia swoje pasje, odkrywa nowe, realizuje siebie, stara się ukierunkować na rozwój. Nawet walcząc z nudą możemy się stać bardziej kreatywni, bo mamy na to czas. W Fundacji Psychoterapii i Psychoedukacji, gdzie pełnię funkcję wiceprezesa seniorzy pod okiem prezes Agnieszki Smorąg szyją maseczki dla szpitala, czują się dzięki temu potrzebni, mają poczucie celu i sprawstwa, o które trudno było wcześniej.

## By przeprowadzić badania, opracował Pan ankietę. O co pytał Pan respondentów?

Badanie dotyczyło trzech obszarów: doświadczania życia w pandemii, nowej perspektywy życiowej wynikającej z ekstremalnego stresu oraz wirtualnej integracji. Jako badaczka interesuje mnie, czy wirtualne środowisko w dobie ograniczenia bezpośrednich kontaktów społecznych może przyczynić się do nabywania pozytywnej perspektywy życiowej w sytuacjach silnego stresu.

## Jakie otrzymał Pan wyniki?

Badania będą realizowane nadal, aż do zniesienia ostatnich restrykcji, jednak

# Jak się mamy, czyli o jakości życia w „koronie”

Rozmowa ze **Sławomirem Kanią**, pracownikiem Katedry Nauk Socjologicznych i Pracy Socjalnej w Instytucie Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Opolskiego



**Mgr Sławomir Kania: Za sprawą pandemii można zauważyć ogromny wzrost postaw altruistycznych, szczególnie wobec osób starszych. Wielu z nas zaczęło się interesować losem swoich dziadków, rodziców...**

ze wstępnych wyników możliwe jest ustalenie, że zdecydowana większość respondentów (ok. 60%) potrafiła przekształcić dotkliwe nich dla doświadczenie życia w restrykcjach spowodowanych pandemią, w nową, zaktualizowaną, pozytywną perspektywę życiową. Okazało się też, że osoby dobrze zintegrowane ze społecznością wirtualną radzą sobie lepiej w wyciąganiu wniosków, że nowa sytuacja może ich czegoś dobrego nauczyć.

## Jaka Pana zdaniem grupa wiekowa najbardziej odczuwa skutki pandemii, zarówno pozytywne, jak i negatywne?

Niestety, na tym etapie nie zauważono takiej zależności. Wiek istotny okazał się jedynie w przypadku pytań dotyczących samego stresu - im starsza osoba, tym wyższe prawdopodobieństwo jego

odczuwania. Prawdopodobnie powiązane jest to z medialnymi informacjami o tym, że osoby młodsze są odporniejsze na koronawirusa. Z wiekiem ryzyko wzrasta.

## Jaka jest średnia wieku ankietowanych, jaki był udział seniorów w tych badaniach?

Na tym etapie badań średnia wieku respondentów to 33 lata, a udział osób w wieku 60+ to niecałe 5%. Tak niska frekwencja może być spowodowana wykluczeniem cyfrowym seniorów.

## Jest Pan wykładowcą akademickim. Jak Pana zdaniem za sprawą pandemii może się zmienić system nauczania?

Już się zmieniało, cyfryzacja edukacji wyższej to droga przyspieszonego rozwoju. Na kierunku praca socjalna na UO już od kilku lat edukacja zdalna była

wprowadzana jako wspomagająca. Dzięki działaniom prof. Anny Weissbrodt-Koziarskiej, przejście w zdalny tryb nauczania nie było czymś nieznanym. Z nauczaniem radzimy sobie naprawdę dobrze, stosując różnorodne e-metody. To pokazuje, że jesteśmy innowacyjnym i przyjaznym kierunkiem, często sami studenci zabiegali o dostęp do platformy, doceniając możliwości uczenia się w każdym miejscu i czasie. Koło Naukowe Pracowników Socjalnych UO obecnie przechodzi pełną digitalizację, przygotowujemy poradniki dla studentów z innych kierunków, realizujemy wirtualnie wiele projektów, wystarczy spojrzeć na stronę internetową pracy socjalnej. „Dla nas nie ma ograniczeń są tylko nowe możliwości” - to nasze motto.

## Czy z takiego kształcenia na odległość, z zajęć on-line mogą też korzystać seniorzy?

Pełne kształcenie osób w wieku senioralnym online, będzie możliwe wtedy, gdy przetrenujemy z nimi kompetencje medialne. Takie uczenie może również odbywać się online. Trzeba pamiętać jednak, że seniora nie zawsze stać na zakup Internetu, laptopa, czy tabletu. Jeśli dostarczymy sprzęt i przetrenujemy go w podstawowych umiejętnościach to i tak model pracy e-learningowej musi być troszkę inny, bardziej nastawiony na współpracę, a nie samodzielność. A według badań „szperanie” w stronach internetowych jest korzystne dla mózgu seniora, ponieważ aktywizuje wiele obszarów, odpowiadających choćby za pamięć. Myślę, że wraz z upływem lat kształcenie on-line seniorów może stawać się coraz powszechniejsze w ich aktywizacji edukacyjnej.

## Ma Pan przekonanie do takiej formy prowadzenia zajęć?

Jestem przekonany do modelu mieszanego, czyli pół na pół zdalnego. Ponieważ e-learning doskonale sprawdza się w przekazywaniu wiedzy, jednak przekazywanie umiejętności i kompetencji jest utrudnione. Edukacja to nie tylko dydaktyka, ale również nierozzerwalnie powiązany z nią proces wychowania, gdzie najważniejszym czynnikiem jest realny kontakt z nauczycielem.

## Czy w Pana opinii żyjąc w pandemii, potrafimy wyciągnąć wnioski z tej wyjątkowej sytuacji?

Pandemia trwa i wiele może się jeszcze wydarzyć. Może przyzwyczaimy się do załatwiania spraw online, ale moim zdaniem wielu z nas tęskni za bezpośrednimi kontaktami. Ta tęsknota może spowodować nawet odrzucenie przestrzeni online, bo zostaliśmy do niej przymuszeni, a nikt nie lubi przymusu. Ale takie wnioski to już bardziej fikcja niż przewidywania oparte na danych naukowych.

Rozmawiała Aleksandra Pacholik