

OPRACOWANE NA PODSTAWIE: WYWIAD NA TEMAT HISTORII ŻYCIA (THE LIFE STORY INTERVIEW)

Project: E-MOTION - potential of hypersensitivity (2018-1-PL01-KA201-051033)

Imię/Pseudonim: B.Z

Wiek: 67

Płeć: Kobieta

Miasto/Kraj: Lublin/Polska

Zawód wykonywane: Pedagog

Wprowadzenie

Ten wywiad będzie dotyczył historii Pana/Pani życia. Chcę poprosić Pana/Panią o zagranie roli narratora, który opowiada o swoim własnym życiu, o stworzenie opowieści o swojej własnej przeszłości, teraźniejszości i o tym, czego spodziewa się Pan/Pani w przyszłości. Pana/Pani historia powinna mówić o tym, w jaki sposób jest Pan/Pani podobny/a do innych ludzi, a także o tym, w jaki sposób jest Pana/Pani wyjątkowy/a jako **osoba wysokowrażliwa**.

Celem wywiadów jest zebranie i uporządkowanie różnych historii życia osób wysokowrażliwych.

Wywiad będzie składał się z kilku części. Wywiad zaczyna się od rzeczy ogólnych i dochodzi do szczegółów. Sądzę, że spodoba się Panu/Pani uczestnictwo w wywiadzie. Dla większości ludzi jest to pozytywne doświadczenie.

I. ROZDZIAŁY ŻYCIA

Chcę żeby Pani zaczęła od pomyślenia o swoim życiu tak, jak o książce, która zawierałaby opowiadanie o Pani życiu. Wszystkie opowiadania mają swoich bohaterów, sceny, fabułę, pozytywne postaci i czarne charaktery. Dłuższe opowiadanie może składać się z kilku rozdziałów. Proszę pomyśleć o swojej historii życia, jako o opowieści, która ma przynajmniej kilka różnych rozdziałów. Jakże to są rozdziały? Proszę nadać każdemu rozdziałowi tytuł i opisać krótko jego ogólną treść. To tak jakby Pani miała krótko streścić akcję każdego rozdziału. Może być dowolna ilość tych rozdziałów, ale sugerowałbym minimum dwa lub trzy rozdziały, a maksymalnie siedem.

Rozdział 1. *Dzieciństwo*

To czas, który wspominam z ogromnym sentymentem. Mam z tego czasu wiele pięknych wspomnień. Chyba jak każdy w moim wieku sięgam do wspomnień z dzieciństwa z ogromnym sentymentem. Pewnie też idealizuję trochę dzieciństwo. W końcu nie był to łatwy czas.

Urodziłam się zaraz po wojnie. Ze wszystkim było trudno, wszystkiego brakowało. Ale to też czas, w którym cieszyły drobne rzeczy.

Rozdział 2. Szkoła

Mieszkaliśmy z rodzicami w małej wsi, szkoła była w sąsiedniej. W klasie, nie tak, jak dziś było kilkoro, kilkanaścioro dzieci, klasy były łączone. Na wieś dopiero wchodziła elektryczność. Jako dziecko uczyłam się jeszcze przy lampie naftowej. Pojawienie się światła to była ogromna radość. Szkołę wspominam bardzo dobrze. Do dziś wiele z tamtych czasów pamiętam, pamiętam nazwiska koleżanek i kolegów, niektórzy już nie żyją.

Rozdział 3. Dorosłość

Dorosłość to czas studiów, mojej pierwszej pracy, małżeństwa, narodzin dzieci. To okres, gdy było bardzo ciężko ale jednocześnie bardzo wiele się działo. Już jako dorastająca dziewczyna wiedziałam, że muszę szybko wyjść z domu i się usamodzielnąć. Po liceum wiedziałam już kim chcę zostać i udało mi się dostać na wybrane studia. Studia to czas intensywnej pracy i bardzo skromnego życia. Rodzice nie byli zamożni, utrzymanie się na studiach w mieście było dla nich sporym kosztem. Staralam się żyć bardzo skromnie ale i tak z tego czasu pamiętam wiele wyrzeczeń. Brakowało na wszystko, na książki, kino, ubrana. Ale nie stanowiło to dla mnie i moich rówieśników wtedy wielkiego problemu. Wszyscy byliśmy w podobnej sytuacji. Zawarte w tym okresie przyjaźnie przetrwały wiele lat. Z kilkoma osobami utrzymuję kontakty do dziś. Męża poznałam, gdy poszłam do swojej pierwszej pracy. Po roku znajomości pobraliśmy się a rok później urodził się nasz pierwszy syn. Kolejne lata upływały na wychowaniu dzieci, ponieważ wkrótce urodziła się córka. Jak większość kobiet w tym czasie po urlopie macierzyńskim wróciłam do pracy a dziećmi opiekowała się niania a potem poszły do przedszkola i szkoły. Ten czas wspominam z sentymentem. Pamiętam, jak drżałam o dzieci, które sporo chorowały i ciężko przechodziły dziecięce choroby. To był też trudny okres w moim małżeństwie. Mąż niewiele mi pomagał przy dzieciach, W tamtych czasach nie było tak popularne uczestniczenie mężczyzny w wychowaniu małych dzieci. Nie było także udogodnień takich jak dziś. Staralam być idealną matką, żoną i panią domu. Ale wiele kobiet wtedy tak myślało. Dziś jest inaczej, kobiety dają sobie prawo do odpoczynku, czasu dla siebie. W tamtych czasach kobieta była pod dużą presją.

Rozdział 4. Dojrzałość

Dojrzałość to dla mnie ten okres życia, w którym jestem teraz. Teraz dopiero mam więcej dystansu, dzieci są dorosłe, mają swoje dzieci. Ja już wiem, że mogę sobie pozwolić na odpoczynek, czas dla siebie. Uczę się też odmawiać, co wcześniej przychodziło mi z trudem. Staram się podtrzymywać relacje z osobami, które mnie motywują, którym się coś chce a unikam tych, dla których starość jest czasem narzekania i bierności. Staram się być aktywna, działać, udzielać się społecznie. Czerpię z tego bardzo dużo radości. I nawet zarażam innych, z którymi współpracuję. Źle znoszę czas, gdy nic się nie dzieje. Więcej niż dawniej odpoczywam. Nauczyłam się słuchać swojego organizmu.

II. KLUCZOWE WSPOMNIENIA

Teraz, kiedy naszkicowałaś zarys swojej opowieści, chciałbym żebyś skoncentrowała się na kilku istotnych wspomnieniach z Twojej historii życia.

Wspomnienie # 1

Dzieciństwo – ja w rodzinie

Najmilsze doświadczenie z dzieciństwa to zabawy z ojcem. Mogłam mieć wtedy może trzy, cztery lata. Mama była osobą surową, wymagającą. Tata był pogodny, wesoły. Zawsze umiał mnie pocieszyć. Myślę, że mnie bardziej rozumiał niż mama. Ja też chętniej jemu mówiłam o swoich kłopotach. I chociaż rzadko był w domu i niewiele czasu z nami spędzał, miała dla nas więcej cierpliwości.

Najtrudniejsze doświadczenie z dzieciństwa to wypadek, któremu uległam w dzieciństwie. Spadłam ze schodów i złamałam sobie rękę. Nigdy nie zapomnę przerażenia szpitalem, płaczącą mamą. Szpital zrobił na mnie straszne wrażenie. Bałam się wtedy, że mogę umrzeć. Dziś się z tego śmieję ale wtedy byłam przerażona.

Myślę, że już jako dziecko byłam bardziej bojaźliwa, niż moi rówieśnicy. Wszystko przeżywałam bardziej, niż oni. Po nich jakoś wszystko spływało łatwiej. Pamiętam, że byłam płaczliwa. Moja matka wiele razy mi to wypominała. Nazywała mnie beksą. Ale uwielbiałam też wyobrażać sobie coś. Potrafiłam siedzieć godzinami w swoim pokoju i bawić się sama. Wszyscy dziwili się, że potrafię bawić się sama.

Byłam pracowitym dzieckiem i zawsze bardzo starałam się, aby sprostać oczekiwaniom. Chyba byłam typem takiej „grzecznej dziewczynki”. Występowałam w szkolnych przedstawieniach, pamiętam, że śpiewałam w chórk.

Gdybym mogła coś zmienić, chciałabym móc nie przejmować się wszystkim tak, jak wtedy się przejmowałam. Może byłoby mi łatwiej żyć. Dziś myślę, że nie warto było tak wszystkiego przeżywać.

Wspomnienie # 2

Edukacja: szkoła - studia

Bardzo lubiłam szkołę. W pierwszych latach chodziłam do szkoły w sąsiedniej miejscowości, pieszko. Drogę do szkoły pamiętam do dziś. Lubiłam się uczyć. Lubiłam dowiadywać się o nowych rzeczach. Miałam szczęście do nauczycieli. To byli prawdziwi nauczyciele z powołania. Mieli podejście do dzieci. I chociaż byli surowi i wymagający, zachęcali do pracy. Byłam bardzo dumna, kiedy mnie chwalili. Byłam taką trochę pupilką nauczycieli. Bardzo mnie lubili. Byłam grzeczna, pracowita, staranna.

Nie lubiłam ściągania, kombinowania. Pamiętam, że jak kiedyś zapomniałam pracy, chyba rysunku, to płakałam i nie chciałam wejść do klasy. Rodzice też byli zadowoleni. Często mówili, że chcą abym się dobrze uczyła. Rodzice byli niezamożni. Chcieli żebym zdobyła wykształcenie i dzięki temu miała jakieś perspektywy. Co bym chciała zmienić? Nie wiem, chciałabym nauczyć się jeszcze wiele na przykład chciałabym znać języki obce. Niewiele mi zostało w pamięci ze szkoły.

Wspomnienie # 3

Praca zawodowa

Moja pierwsza praca zawodowa nie była moją wymarzoną ale i tak rozpierała mnie duma kiedy zaraz po studiach poszłam do pracy. Wreszcie miałam swoje pierwsze własne pieniądze. Czułam się bardzo dorosła i samodzielna. Czułam, że to nowy etap w moim życiu. I chociaż pierwsza praca bardzo mnie stresowała, byłam bardzo dumna. Miałam wymagającą kierowniczkę.

Dziś kiedy myślę o swojej pracy zawodowej, to wiem, że bardzo mnie angażowała. Dopiero po przejściu na emeryturę zrozumiałam, że teraz jestem spokojniejsza gdy już nic nie muszę, nikt mnie nie ocenia, nie mam presji.

Z czego jestem dumna? Najbardziej chyba z tego, że byłam dobrym, a może nawet bardzo dobrym pracownikiem. Nigdy nie zawiodłam swoich pracodawców. Nawet otrzymywałam nagrody, premie, wyróżnienia. Chyba umiałam też dogadywać się z ludźmi, przynajmniej tak mi mówiono. Często wybierano mnie do przewodniczenia zespołom. Pełniłam też role kierownicze.

Bardzo przeżywałam konflikty. Dziś wiem, że są ludzie, z którymi nie da się dogadać. Szkoda na nich czasu. I nie warto się nimi przejmować. Przez wiele lat bolało mnie to bardzo. Przeżywałam. Chyba bardzo chciałam wszystkich zadowolić, być lubiana przez wszystkich. Tak było od dzieciństwa i podobnie w pracy.

Wspomnienie # 4

Moi bliscy: rodzina – przyjaźnie - miłości

W relacjach najbardziej cenię lojalność. Miałam to szczęście, że zawsze miałam przy sobie kogoś, kogo mogłam nazwać przyjacielem. Nie wszystkie relacje z dzieciństwa czy lat młodzieńczych przetrwały do lat późniejszych. Ale tak się jakoś składało, że w szkole, czy na studiach zawsze był ktoś bliski. Z niektórymi mam kontakt do dziś.

Nie umiem ocenić, czy moje relacje różnią się od relacji innych ludzi. Dla mnie ważna była autentyczność, nie lubiłam udawania, pozerstwa. Jak ktoś mnie zawiódł, zdradził moje zaufanie, kończyłam tą znajomość.

Nie jestem chyba osobą bardzo towarzyską. Zwykle stroniłam od hucznych zabaw. Ale lubiłam spotkania w małym gronie. W relacjach bardzo ważne było dla mnie to, aby wspierać przyjaciół. Bardziej niż zabawa wspólna cieszyło mnie, jak mogłam coś zrobić razem z

przyjaciółmi lub dla nich. Cieszyłam się ich sukcesami, pomagałam wychodzić z dołków. Najtrudniejsze chyba zawsze jest jak się ludziom drogi rozchodzą.

Wspomnienie # 5

Mój własny świat: prywatność-hobby-pasje-marzenia

Dopiero teraz na emeryturze mam czas dla siebie. Wcześniej, gdy dzieci były małe zajmowały cały czas. Potem praca zawodowa. Tak się jakoś układało, że często otrzymywałam jakieś dodatkowe zadania, pełniłam funkcje kierownicze.

Teraz pochłania mnie ogród. Nigdy wcześniej nie myślałam, że nadaje się do tego ale sprawia mi to ogromną przyjemność. W ogrodzie odpoczywam. Myślę, że po latach bardzo intensywnie przepracowanych teraz właśnie ogród mnie odpręża. Poza tym ogród jest wymagający, wymaga cierpliwości, regularności, wytrwałej pracy. Dopiero po latach pielęgnacji widać efekty. To zadanie dla cierpliwych i wytrwałych.

Lubię też czytać, słuchać muzyki, lubię moje dzieci, wnuki. Pomagam córce w wychowaniu dzieci.

III. MOTYW PRZEWODNI

Patrząc wstecz na swoje życie jako na historię z rozdziałami i scenami, rozciągającą się zarówno w przeszłość, jak również w wyobrażoną przyszłość, czy mógłbyś wyróżnić jakiś motyw przewodni lub przesłanie, myśl która biegnie przez całą tę historię?

Jaki on jest?

Bardzo trudno określić, co można nazwać motywem przewodnim.

Staralam się żyć jak najlepiej, w zgodzie ze swoimi wartościami, w zgodzie z ludźmi, aktywnie. Oczywiście popełniłam błędy, jak każdy. Z dzisiejszej perspektywy wiem, co można było zrobić inaczej ale wtedy nie wiedziałam tego. Myślę, że każdy tak ma.