



Czy ja to ja czy ktoś inny? Zagubienie, samotność, strach

Bibliografia:

- Źródło: Arnild Lauveng, *Byłam po drugiej stronie lustra*, tłum. Ewa Bilińska, Sopot 2008, s. 15–21.
- Źródło: Arnild Lauveng o książce *"Niepotrzebna jak róża"* [Wywiad radiowy Dariusza Bugalskiego z Arnild Lauveng], dostępny w internecie: <https://www.polskieradio.pl/9/396/Artykul/228104,Arnild-Lauveng-o-ksiazce-Niepotrzebna-jak-roza> [dostęp 26.02.2022].



Czy ja to ja czy ktoś inny? Zagubienie, samotność, strach

Lustro, w którym odbijają się chmury

Źródło: Emily Numen, dostępny w internecie: Pixaby, domena publiczna.

Byłam po drugiej stronie lustra [Arnhild Lauveng](#)

” Arnhild Lauveng

Byłam po drugiej stronie lustra

Nie przypominam sobie, kiedy ani jak to się zaczęło, ale pamiętam, że będąc w gimnazjum, po raz pierwszy poczułam strach. Nie miałam jeszcze wtedy specjalnych powodów do strachu, nie był on też szczególnie silny, zauważyłam jednak, że coś jest nie tak. Zawsze dotąd byłam cichą, grzeczną, zdolną dziewczynką, która trzymała się raczej samotnie, dużo marzyła na jawie i nie miała zbyt wielu przyjaciół. Miałam kilka dobrych przyjaciółek, a zwłaszcza jedną bardzo bliską, nie była to jednak nigdy duża grupa. W szkole podstawowej trochę mi dokuczano. Nie było to prześladowanie brutalne, tylko takie ciche, codzienne dokuczanie, które pomalutku

odbiera wiarę w siebie, zabija przyjaźń i radość, pozostawiając cię samotnym, z przekonaniem, że tak będzie dla ciebie najlepiej. Podobnie było w gimnazjum – nie za dużo, tylko trochę dokuczania – ale wystarczająco, abym to odczuła. Guma do żucia w moich włosach, ludzie, którzy podnosili się, aby odejść, gdy ja przychodziłam, zabierali spode mnie w ostatniej chwili krzesło lub śmiali się szyderczo. Wszelka praca grupowa to był koszmar, a przerwy spędzałam przeważnie samotnie. Tak było właściwie od dawna, ale wtedy, w gimnazjum, zauważyłam, że jestem coraz bardziej i coraz częściej samotna, i że nie jest to już taka zwykła samotność zewnętrzna, ale że zaczęła ona wpełzać w moje wnętrze. Na tym lub innym etapie najwyraźniej wydarzyło się coś, co spowodowało, że byłam samotna już nie tylko dlatego, iż po prostu nie było z kim być, ale ponieważ mgła stopniowo utrudniała mi komunikację, a samotność stała się częścią mojego „ja”. [...]

Kiedy zastanawiałam się nad tym wszystkim już po czasie, to widziałam, że najważniejszym sygnałem ostrzegawczym była moja zanikająca tożsamość, moje poczucie bezpieczeństwa, że „ja” to ja. Stawałam się coraz bardziej niepewna, czy w ogóle istnieję, czy może jestem tylko postacią z książki albo kimś, kogo ktoś sobie wymyślił. Nie miałam wcale pewności, kto kieruje moimi myślami i działaniami – czy to jestem ja – czy może ktoś inny – na przykład „autor”... Czułam się coraz bardziej niepewnie i zastanawiałam się nad tym, czy tak naprawdę w ogóle żyję, bo wszystko było tak strasznie puste i szare. W pamiętniku zastąpiłam słowo „ja” słowem „ona” i po pewnym czasie znalazło to odzwierciedlenie również w moim sposobie myślenia: „Ona szła drogą, która wiodła do szkoły. Była smutna i zastanawiała się, czy umrze”. Głęboko we mnie coś zadawało sobie pytanie, czy „ona” to nadal „ja”, ale zaraz przychodziła

odpowieź, że coś tu się nie zgadza, bo „ona” była przynajmniej smutna, natomiast ja – byłam niczym. Tylko szarością. [...]

W takim stanie rozpoczęłam naukę w szkole średniej. Na początku wszystko szło dobrze. Dostałam się do sympatycznej klasy, w której część osób znałam już wcześniej, a część zobaczyłam po raz pierwszy. Zauważyłam, że ludzie potrafią być mili, że potrafię zdobyć nowych przyjaciół i wspólnie z nimi przyjemnie spędzać czas. Załatwiłam sobie pracę po szkole jako sprzedawczyni czekolady w miejscowym kinie i mimo że oznaczało to konieczność dość długiego dojazdu autobusem, podobała mi się zarówno ta praca, jak i moi nowi koledzy. Czułam się dobrze. Bardzo dobrze. Zbyt dobrze. Bo przecież świat wcześniej tak nie wyglądał i nie do takiego byłam przyzwyczajona i gdy sprawy miały się świetnie, tym wyraźniej było widać, jak bardzo boleśnie i samotnie było mi wcześniej. W mojej piersi nadal czał się smutek i w chwilach, gdy śmiałam się w towarzystwie kolegów i koleżanek, uciskał mnie w klatce piersiowej, przypominając, że życie wcale nie jest takie łatwe, zabawne i dobre, ale samotne, bolesne i smutne. Czułam się przez to jeszcze bardziej samotna. Poza tym wcześniej tak długo mi dokuczano, że fakt, iż ludzie są dla mnie mili, był nieco męczący i niezwykły. A gdybym miała naprawdę dopuścić do siebie myśl, że oni po prostu są mili i że wcale nie muszą być dla mnie inni, to wtedy również musiałabym dopuścić do siebie smutek z powodu tego, co działo się wcześniej. A na to nie miałam siły. Szarość narastała i przybierała na sile. Coraz wyraźniej widziałam, jak bardzo źle jest mi w mojej roli cichej, grzecznej, zdolnej dziewczynki. Chciałam umieć latać i zaczęłam rysować złocistoczerwone smoki ziejące ogniem, smoki, z których emanowała siła i życie, czyli wszystko to, czego mi brakowało. Bo ja byłam jedynie szarością. [...]

Nadal pisałam pamiętnik i nadal używałam formy „ona”. Było mi z tym dziwnie. Jeśli ja jestem tym samym, co „ona”, kim jest ten, kto pisze o „niej”? Czy „ja” to „ona”? Wszystko stawało się coraz bardziej chaotyczne i nie potrafiłam sobie niczego sama wyjaśnić. Pewnego wieczoru poddałam się całkowicie i zastąpiłam wszystkie „ja” przez „x” – symbol nieznanego. Czułam, że przestałam istnieć i że wszystko jest wyłącznie nieładem i chaosem, i nie miałam już nawet pojęcia, czym lub kim jestem i czy w ogóle jestem. Mnie już nie było, w każdym razie nie było osoby z tożsamością, granicami, początkiem i końcem. Byłam jedynie niedefiniowalnym, rozlewającym się morzem chaosu, podobnym do mgły. Rozmyta i pozbawiona granic. Ale nadal byłam sobą. Gdy powracam do moich zapisków w pamiętniku z tej nocy, gdy moja tożsamość rozplynęła się całkowicie i psychoza zwyciężyła, widzę to bardzo wyraźnie. Wtedy właśnie, gdy chaos zagrażał mi coraz bardziej i byłam w tak głębokiej rozpacz, że nie miałam już siły ciągnąć tego dalej, napisałam tak – cytuję dosłownie – „Teraz x nie ma już więcej siły. X nie ma pojęcia, kim jest x, i x nie ma już nawet siły się nad tym zastanawiać. X uważa, że x idzie położyć y (forma uprzedmiotowiona)”.

Źródło: Arnhild Lauveng, *Byłam po drugiej stronie lustra*, tłum. Ewa Bilińska, Sopot 2008, s. 15–21.

Zadaniowo (I)

Po przeczytaniu cytowanych fragmentów książki Arnhild Lauveng *Byłam po drugiej stronie lustra* wykonaj poniższe ćwiczenia.

Ćwiczenie 1

Wybierz prawidłową odpowiedź.

W jakim okresie życia Arnhild dostrzegła, że jej samotność stała się częścią jej osobowości?

- ☐ w gimnazjum
- ☐ już jako osoba dorosła
- ☐ w szkole podstawowej

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 2

Wybierz prawidłowe dokończenie zdania.

Arnhild traciła poczucie własnego „ja”, co m.in. przejawiało się...

- ☐ zastąpieniem w pamiętniku formy pierwszoosobowej formą trzecioosobową.
- ☐ zmianą szkoły.
- ☐ niechęcią do pracy podjętej w kinie.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 3

Wybierz prawidłowe dokończenie zdania.

Zastąpienie w pamiętniku form zaimka „ja” symbolem „x”...

- ☐ nie miało związku ze stanem psychicznym Arnhild.
- ☐ zapowiadało poprawę stanu psychicznego Arnhild.
- ☐ świadczyło o pogorszeniu stanu psychicznego Arnhild.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 4

Wybierz prawidłową odpowiedź.

Jaki rodzaj narracji dominuje w cytowanym fragmencie książki Arnhild Lauveng?

☐

dialog

☐

narracja pierwszoosobowa

☐

narracja trzecioosobowa

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 5

Określ funkcję, jaką w książce *Byłam po drugiej stronie lustra* pełni zastosowana forma narracji. Weź pod uwagę, w jaki sposób kształtuje ona relację między narratorem a odbiorcą.

Polecenie 1

Zastanów się i nazwij uczucia, jakie po lekturze przedstawionego fragmentu budzi w tobie bohaterka książki.

Polecenie 2

Wejdź w rolę redaktora tekstu: podziel go na części i zaproponuj tytuły odpowiednie dla każdej z nich.

Polecenie 3

Zastanów się i przedstaw swoją opinię, odpowiadając na pytanie: Czy przeżycia, jakich Arnhild doświadczyła w szkole, są zjawiskiem rzadkim? Uzasadnij swój sąd.

Polecenie 4

Wykorzystując wnioski z poprzedniego ćwiczenia, skonfrontuj je z własnym doświadczeniem, przykładami znanymi ci z literatury lub mediów. Przywołaj je w swoim uzasadnieniu.

Wywiad z Arnhild Lauveng

Zapoznaj się z przedstawionym zestawem pytań. Następnie wysłuchaj uważnie fragmentu (od 4:00 do 10:26) [wywiadu](#) z Arnhild Lauveng lub przeczytaj go poniżej.

” Arnhild Lauveng o książce "Niepotrzebna jak róża" [Wywiad radiowy Dariusza Bugalskiego z Arnhild Lauveng]

(...)

Chciałabym zacząć od czasów sprzed „Kapitana”. Gdy miałam trzy lata, mój ojciec zachorował na raka. A gdy miałam 5 lat, umarł. Zaczynając szkołę w wieku 6 lat, byłam pogrążona w głębokim smutku. Jeśli się zastanowić nad tym okresem od 2. do 6. roku życia dziecka, to jest czas przekory – dzieci przeciwstawiają się rodzicom na swój dziecięcy sposób. To bardzo ważna część rozwoju własnej tożsamości. A ja nie mogłam tego robić, bo mój tato umierał. Bardzo trudno było przeciwstawić się czy złościć na kogoś, kto może następnego dnia już nie żyć.

Inna rzecz jest taka, że w wieku 4-5 lat świat wydaje się magiczny. Często mali ludzie wierzą, że jak nie nadepną na połączenie płyt chodnikowych, to wszystko będzie dobrze lub odwrotnie – niedobrze. Dlatego próbowałam, na swój dziecięcy sposób, robić wszystko jak należy, mimo to mój tata umarł. Myślę, że to wywołało we mnie wiele uczuć, nie tylko żalu i przykrości, ale też złości, bezsilności, rozpacz. Wiem, że choć było to nieracjonalne, to w ten czy inny sposób, odczuwałam winę. Jednak wtedy nie zdawałam sobie z tego sprawy.

Gdy zaczęłam naukę w szkole, byłam w dołku i czułam, że zrobiłam coś złego. Myślę, że zdaniem innych dzieci zachowywałam się dziwnie – byłam wycofana, czasami płakałam bez powodu, nie bawiłam się z nimi. Z tego powodu dzieci zaczęły mi dokuczać.

Potrafiły powiedzieć, że jestem głupia, okropna i nie chcą ze mną przebywać. Byłam też ignorowana. Nikt się ze mną nie witał, nie rozmawiał. Byłam pozostawiona sama sobie. To działo się przez wiele lat. A gdy człowiek staje się nastolatkiem to lustro społeczne, które mogą dać nam inni młodzi ludzie, jest bardzo ważne. To jest kolejny ważny etap w budowaniu tożsamości przez człowieka. Wtedy ta tożsamość buduje się w relacji z innymi, młodymi ludźmi. I ten okres również mnie ominął, bo ja byłam głównie sama.

Powoli zaczęłam mieć poczucie, że właściwie to nie istnieję, że nie jestem człowiekiem. Zaczęłam słyszeć głosy. I ten jeden z głosów powiedział mi, że jest „Kapitanem” i zaopiekuje się mną. Mówił: „Ale jesteś okropna. Jesteś coś warta, tylko gdy pracujesz. Nie wolno ci jeść, nie wolno ci odpoczywać. Masz pracować i uczyć się. I jeśli nie będziesz tego robić, będę cię bił”. Zaczęłam też widzieć wilki, które mnie goniły i prześladowały, kłapały zębami, były agresywne. Dzisiaj patrząc na tamte lata, widzę, że była w tym pewna logika. Bo to był ten świat, który mnie otaczał, który ze mnie szydził. I to uczucie, że nie istnieję, wiązało się z tym czasem, że nikt mnie nie zauważa. A „Kapitan” z jednej strony jest tak naprawdę moim własnym poczuciem winy oraz tym wstydem i odrzuceniem, którego zaznałam ze strony innych ludzi.

DB: Gdzie się podział teraz „Kapitan”? Co się z nim stało? Gdzie są te wilki?

AL: [śmiech] Ich właściwie nie było. To były moje uczucia. Przecież to nie była moja wina, że tata zmarł. Pracowałam nad tymi uczuciami, żeby sobie z nimi poradzić. Dzisiaj, gdy przeżywam trudne uczucia, potrafię nazwać je słowami. Wyrazić je za pomocą słów, a nie

obrazów. Takim obrazem był właśnie „Kapitan”. I te uczucia, których był wyrazem, są już przepracowane, zamknięte i odłożone. Ich już nie ma.

Źródło: *Arnhild Lauveng o książce "Niepotrzebna jak róża"* [Wywiad radiowy Dariusza Bugalskiego z Arnhild Lauveng], dostępny w internecie: <https://www.polskieradio.pl/9/396/Artykul/228104,Arnhild-Lauveng-o-ksiazce-Niepotrzebna-jak-roza> [dostęp 26.02.2022].

Ćwiczenie 6

Wyjaśnij, dlaczego według Arnhild Lauveng okres między trzecim a szóstym rokiem życia ważny jest w procesie rozwoju tożsamości dziecka. Uzasadnij swoją odpowiedź.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 7

Uzasadnij na podstawie wypowiedzi Lauveng, na czym polega myślenie magiczne, charakterystyczne dla dzieci w wieku czterech-pięciu lat.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 8

Wyjaśnij, co było przyczyną prześladowania Arnhild przez inne dzieci, gdy zaczęła ona naukę w szkole.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Polecenie 5

Jak oceniasz postawę rówieśników Arnhild w tej sytuacji? Zapisz poniżej swoją opinię.

Ćwiczenie 9

Wyjaśnij, na czym polega znaczenie „lustra społecznego”, o którym mówi Arnhild, dla rozwoju tożsamości nastolatka.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 10

Wymień, jakie konsekwencje dla stanu psychicznego Arnhild miało trwałe i dojmujące poczucie samotności.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 11

Określ, które z podanych uczuć w odniesieniu do bohaterki tekstu są prawdziwe, a które fałszywe. Przyporządkuj je do właściwej kategorii.

Prawda

odrzućcie

lęk

brak poczucia własnej wartości

siła

spokój

presja

zastraszanie

wysokie poczucie własnej wartości

bezpieczeństwo

Falsz

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 12

Na podstawie przywołanej wypowiedzi, odpowiedz na pytanie. Reprezentacją jakich uczuć Arnhild były wilki?

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 13

Zredaguj notatkę. Jak rozumiesz wypowiedź Arnhild o „przepracowaniu uczuć”?

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 14

Jaką rolę, twoim zdaniem, w procesie przepracowywania uczuć odgrywają słowa?

Odpowiedz, korzystając z tekstów zawartych w lekcji.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 15

Wykorzystując informacje zapamiętane z fragmentu wywiadu, wykonaj zadanie, określając, które stwierdzenia są prawdziwe, a które – fałszywe.

Prawda

Fałsz

Pomiędzy halucynacjami Arnhild a jej doświadczeniami związanymi z relacjami z innymi zachodzi ścisły psychiczny związek.

Arnhild nadal doświadcza trudnych chwil i negatywnych uczuć – tak jak wszyscy – ale potrafi sobie z nimi radzić.

Opanowanie, „przepracowanie” negatywnych uczuć było możliwe poprzez wyrażanie ich zarówno obrazami, jak i słowami.

Głos reprezentujący „Kapitana” był łagodny i wyrozumiały dla uczuć i słabości Arnhild.

Choroba i śmierć taty Arnhild zasadniczo wpłynęła na fazę sprzeciwu, „przekory” wobec rodziców w rozwoju bohaterki.

Uczucia, których wyrazem był „Kapitan”, zostały przez Arnhild przepracowane i opanowane.

Prześladowania i wykluczenie, których Arnhild doświadczyła w szkole, spowodowane były tym, że inne dzieci postrzegały stan i zachowanie bohaterki jako „dziwne”.

Śmierć taty Arnhild naznaczyła bohaterkę poczuciem winy.

Poczucie winy związane ze śmiercią taty miało w przypadku Arnhild konkretne, racjonalne podstawy.

Jednym z najważniejszych sposobów walki z chorobą było „przepracowanie” przez Arnhild negatywnych uczuć i wyrażenie ich słowami.

Arnhild nie potrafi wskazać przyczyn stanu, w którym nabrała przekonania, że „nie istnieje”.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Polecenie 6

Porównaj fragmenty relacji Arnhild z książki *Byłam po drugiej stronie lustra* z doświadczeniami opisywanymi przez Arnhild w wywiadzie. Czy dostrzegasz jakieś różnice między treścią tych dwóch relacji i wrażeniami, jakie każda z nich wywołuje? Omów swoje spostrzeżenia.

Polecenie 7

Zastanów się i odpowiedz na pytania: Czy potrafisz radzić sobie z trudnymi i przykrymi uczuciami? W jaki sposób stawiasz im czoło?

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.