

PORAŻKA – INSTRUKCJA OBSŁUGI

Maciej Misztal/Justyna Czarnota

JĘZYK PORAŻKI

Słowo porażka pochodzi od dawnego czasownika 'porazić' oznaczającego uderzenie, pokonanie przeciwnika albo dotknięcie chorobą lub nieszczęściem. Co ciekawe, podobne określenie funkcjonuje w większości języków słowiańskich: *porážka* (język czeski i słowacki), *поразка* (ukraiński), *poraz* (chorwacki i słoweński), *пораз* (serbski), *поражение* (bułgarski), *поражение* (rosyjski), *паражэне* (bułgarski). Angielskie *failure* oznaczające porażkę pochodzi natomiast od starofrancuskiego *faillir* oznaczającego wybrakowanie albo niepowodzenie. Z kolei to słowo ma źródło w łacińskim *fallere* – doprowadzić do upadku, oszukać, zwieść. W języku francuskim używa się określenia *défaite* od starofrancuskiego *desfaite*, które dało też początek angielskiemu *defeat*, czyli innemu określeniu porażki. Słowo wywodzi się z łaciny ludowej, w której *disfacere* oznaczało niweczenie lub zniszczenie. Jak widać, porażka nigdy nie kojarzyła się w języku z niczym dobrym.

Słownikowo porażka oznacza przegraną lub niepowodzenie. W potocznym języku może być synonimem beznadziei, złej sytuacji. Czasami nazywamy tak kiepski stan czegoś („Ostatni odcinek tego serialu to porażka”). Brak gustu albo upodobania skrajnie odmienne od naszych też możemy skomentować słowem porażka („Spójrz na jej spodnie. Porażka.”). Również człowieka można tak określić, jeżeli np. nie pasuje do grupy, zachowuje się niestandardowo albo zraził czymś innych od siebie („Ten facet to porażka”).

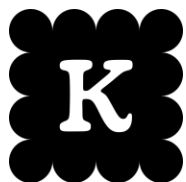
Porażka ma wiele językowego rodzeństwa, które z niewiadomej przyczyny trzyma się mocno litery „k”: katastrofa, kłapa, klęska, kompromitacja, krewa. Nieco zapomniane, ale jakże interesujące ze względu na nieoczywiste skojarzenia są: kaplica i kapota. Pojawiają się także terminy zapożyczone z gastronomii: klops i kaszana.

Kosmopolitycznym krewniakiem porażki jest fiasko, które do polskiego przywędrowało z Włoch (*fiasco* dosłownie oznacza flaszkę, butelkę), ale z powodzeniem funkcjonuje w angielskim, francuskim, niemieckim czy tureckim. Dalszą rodzinę stanowią negatywne określenia potoczne: dno, żal, wtopa, masakra, obciach.

POLOWANIE NA PORAŻKĘ

Jak często używasz słowa porażka? W jakich sytuacjach?

[miejsce na wypełnienie]



Wybierz dzień, podczas którego będziesz obserwować, jak często i kiedy używasz słowa porażka (również w myślach i na określenie siebie lub tego, co robisz). Kiedy się na tym przyłapiesz – opisz tę sytuację.

[miejsce na wypełnienie]

Ćwiczenie możesz również wykonać w parze – zaproś do niego osobę, z którą będziesz przebywać przynajmniej kilka godzin. Słuchajcie uważnie siebie nawzajem, ale też wyłapujcie, kto i w jakim kontekście w Waszym towarzystwie używa określenia „porażka”. Dzielcie się również tym, kiedy przyłapiecie się na tym, że myślicie o sobie coś negatywnego. Pod koniec tego eksperymentu wymieńcie się przemyśleniami, jakim to ćwiczenie było dla Was doświadczeniem.

FILOZOFIA PORAŻKI

Najbardziej (stereo)typowym przykładem porażki jest przegrana w bitwie. Gdy dwie armie stają naprzeciwko siebie, któraś z nich musi wygrać i triumfować. Podobnie jest w sporcie, szczególnie podczas turniejów: remis jest problematyczny, bo żadna strona nie jest usatysfakcjonowana. Dlatego zasady wielu dyscyplin sportowych zaprojektowano tak, by nie było wątpliwości, kto zwyciężył. W biegu na sto metrów o wygranej mogą zdecydować ułamki sekund a w finałach turniejów piłkarskich w przypadku remisu decyduje dogrywka i ewentualnie rzuty karne.

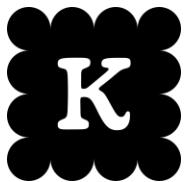
Przyjrzyjmy się uważniej słowom „przegrana” i „porażka”. Ta pierwsza wiąże się ze współzawodnictwem lub konfliktem. Ta druga to raczej wewnątrz poczucie związane z niezrealizowaniem naszych założeń czy planów. Gdybyśmy nie oczekiwali zwycięstwa, nie odczuwalibyśmy porażki. Być może dlatego już dawno temu filozofowie stoicy sugerowali pogodzenie się z rzeczywistością: jeśli nie mamy wpływu na to, co nas spotyka, nie powinniśmy przywiązywać wagi do czynników zewnętrznych. Niepowodzenia, podobnie jak wygrane, po prostu się zdarzają. Należy je akceptować i nie przeżywać ich. Łatwo powiedzieć! W praktyce trudno nie odczuwać żadnych emocji po doznaniu niepowodzenia.

CO ROBI PORAŻKA?

Jakie emocje związane są z przeżywaniem porażki?

[może tu forma, że wypisujemy różne i ktoś sobie podkreśla te, które są najważniejsze wg niego/niej?]

Wyobraź sobie, że właśnie przeżywasz porażkę. Z kim możesz o tym porozmawiać? Czego nie chcesz wtedy słyszeć? Co ten ktoś mógłby powiedzieć, co mogłoby Ci pomóc?



[może tu forma, że wypisujemy różne i ktoś sobie podkreśla te, które są najważniejsze wg niego/niej?]

Jeśli porady stoików nam nie odpowiadają, możemy uznać względnosci porażki. Co to właściwie znaczy? Niepowodzenia mogą się przecież okazać pozorne i ostatecznie przynieść pozytywne efekty. Trzystu Spartan poległych w bitwie pod Termopilami przeszło do legendy. Wiara w zmartwychwstanie Jezusa, który umarł na krzyżu, jest istotą religii chrześcijańskich. Aleksander Fleming przez roztargnienie doprowadził do „zepsucia” próbki bakterii pleśnią. Badając swoje niepowodzenie odkrył pierwszy antybiotyk. Historia zna również odwrotne przypadki. Alfred Nobel opracował dynamit z myślą o unowocześnieniu budownictwa. Gdy spostrzegł, że jego wynalazek stosowany jest również do zabijania ludzi, postanowił przekazać swój majątek na stworzenie funduszu nagradzającego wybitne odkrycia naukowe (dzisiejsze Nagrody Nobla), próbując zapewne w ten sposób choć odrobinę zminimalizować negatywne efekty swojego wynalazku. Czas może wpływać na ocenę skutków a tym samym znaczenia porażki.

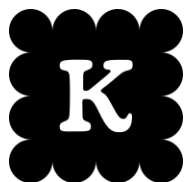
NIC NIE JEST TAKIM, JAKIE SIĘ WYDAJE

PORAŻKA versus SUKCES

[w warstwie graficznej: na jednej stronie słowo „porażka” i miejsce na skojarzenia; na drugiej stronie słowo „sukces” i również miejsce na skojarzenia może fajnie by było, gdyby się te słowa odbijały w sobie jak w lustrze?]

Jak myślisz, czy jest coś, co inni uważali lub uważają za Twoją porażkę, ale Ty uważasz, że to swój sukces?

Skala naszych niepowodzeń zależy od kontekstu. Współcześnie za sukces uważana jest samorealizacja i życie w dostatku. Dynamiczny rozwój technologii wciąż wyznacza wiele nowych obszarów do wykazania się zdolnościami (możemy np. zostać popularnymi influencerami albo e-sportowcami). Dominuje przekonanie, że dzięki wyłożonej pracy spełnimy najśmielsze marzenia. Księgarnie pełne są biografii znanych osób, które mimo wielu niepowodzeń osiągnęły wielkie sukcesy. Wielu osobom trudno odnaleźć się w tej rzeczywistości. W latach 90. tzw. generacja X zaczęła buntować się przeciw presji sukcesu i porzucać pracę w korporacjach na rzecz spokojnego, prostego życia wolnego od wycieńczającej rywalizacji. Z kolei w Japonii przybywało osób dotkniętych *hikikimori*, czyli zjawiskiem skrajnego unikania kontaktów społecznych. Wraz z rozwojem internetu rozwinęły się nowe postawy, które traktują porażkę jak coś normalnego i szydzą z nacisku na sukces. Niektóre osoby chlubią się niepowodzeniami, z dumą identyfikują się jako „przegrywy”. Z jednej strony wpisuje się to w szerszą strategię tworzenia alternatywnych norm



społecznych. Z drugiej – część osób hejtuje lub trolluje osoby dzielące się publicznie swoimi sukcesami i właśnie w ten sposób wyładowuje ukrytą frustrację.

Współcześnie psycholodzy zgodnie twierdzą że porażek nie da się i nie powinno się unikać. Właśnie dzięki porażkom możemy się rozwijać. Aby to było możliwe, musimy analizować przyczyny niepowodzenia, na które mamy wpływ. Jeśli zrzucimy całą odpowiedzialność na czynniki zewnętrzne (np. kogoś innego lub okoliczności), niczego się nie nauczymy a wręcz możemy zacząć wierzyć, że nie mamy na nic wpływu, a co za tym idzie, nic nie możemy zmienić na lepsze.

KATALOG PORAŻEK

Wypisz kilka wydarzeń, które uważasz za swoje porażki.

Wyobraź sobie, że jesteś w tej sytuacji i możesz powiedzieć sobie coś, co Cię wesprze. Co by to było?

Zastanów się, czy ta porażka czegoś Cię nauczyła? Jeśli tak – zapisz to!

[graficznie: podzielona strona na trzy części, tytuł moje porażki i druga kolumna tytuł: moja słowa wsparcia, trzecia: co z tego mogę wziąć na przyszłość?]

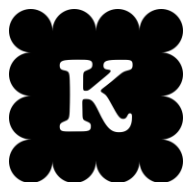
INTERNETOWY WIZERUNEK PORAŻKI

Porażka nie ma dobrego wizerunku. W internetowej wyszukiwarce w odpowiedzi na hasło „porażka” pojawiają się zdjęcia, często czarno-białe, załamanych, smutnych osób. Z „sukcesem” jest inaczej. Na obrazkach ludzie unoszą ręce w geście triumfu, najczęściej stojąc nad brzegiem morza albo szczycie góry z widocznym słońcem. Wniosek nasuwa się sam: porażka budzi negatywne skojarzenia, sukces – pozytywne. Porażka przynosi ból i cierpienie, sukces – radość i spełnienie.

Na Instagramie zdjęć oznaczonych #porażka (ponad 20 tysięcy postów) jest 42 razy mniej niż oznaczonych #sukces (ponad 850 tysięcy postów). Podobna dysproporcja jest widoczna w przypadku #success, którym oznaczono ponad 96 milionów postów i #failure (2,5 miliona postów). #successquotes (cytaty o sukcesie) przypięto do 17 milionów postów!

Zupełnie inaczej niż w wyszukiwarce, obrazy oznaczone na Instagramie hasztagami zawierającymi słowo „porażka” rzadko przedstawiają załamane osoby. Odnajdziemy tu natomiast wiele porad, jak przekuć niepowodzenia w zwycięstwa, sporo scen ze świata sportu i trochę zabawnych wpadek. To tak naprawdę treści związane z sukcesem. Bo porażki są wstydlive, nie chcemy się nimi dzielić.

KTO PONOSI PORAŻKI? KTO ODNOSI SUKCESY?



Wypisz osoby ze swojego otoczenia, które Twoim zdaniem odnoszą sukcesy? Zastanów się: co je łączy?

Wypisz osoby ze swojego otoczenia, które Twoim zdaniem ponoszą wiele porażek? Zastanów się: co je łączy?

Dlaczego tak o tym myślisz? Skąd wiesz, że tak jest?

Spędzamy w przestrzeni internetowej mnóstwo czasu – dotyczy to zarówno dorosłych, jak i młodzieży czy dzieci. Według zrealizowanego w ubiegłym roku badania „Życie cyfrowe nastolatków: między odkrywaniem, nauką a ryzykiem” prawie połowa nastolatków spędza w internecie 2-6 godzin dziennie, a w weekend czas wydłuża się do 6 godzin i 16 minut.

Media społecznościowe stały się dla nas równoległą rzeczywistością, w której – w przeciwieństwie do rzeczywistości – możemy zaprojektować wizerunek. Nie jest to nic nowego – po prostu nigdy wcześniej nie mieliśmy tak dobrego narzędzia i nie patrzyło na nas jednocześnie tak wiele osób. Już w latach 50. amerykański socjolog Erving Goffman analizował teatralność naszych działań. Uważał, że ludzie traktują codzienność jako przedstawienie, w którym dbają o zrobienie pożądanego wrażenia na widowni, czyli innych osobach. Zwrócił wtedy uwagę na to, że nie każdy jest – trzymając się teatralnej terminologii – sprawny aktorsko, przez co może się wydawać, że radzi sobie w życiu gorzej niż te osoby, które mają umiejętność autoprezentacji.

Nieustannie porównujemy się do innych, często nie myśląc o tym, że najpopularniejsi influencerzy i influencerkę poświęcają mnóstwo czasu i pieniędzy na zbudowanie swojego wizerunku. To ich praca. Tworzą idealny obraz siebie, który ma budzić nasz podziw i chęć naśladowstwa. W idealnym świecie nie ma miejsca na smutek, ból i ubóstwo. Porażka stanowi przecież wyłącznie przeszkodę w drodze do sukcesu. A sukces to bycie idealnym.

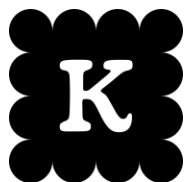
TY W INTERNECIE

Jak dużo treści sama lub sam publikujesz w sieci? Wyobraź sobie, że ktoś obcy przegląda Twój profil w jednym z portali. Przypomni sobie lub obejrzyj ostatnie 10 postów. Co myślisz o tej osobie?

WIZERUNEK PORAŻKI W MASOWEJ ROZRYWCE

Nasze wyobrażenia o świecie w dużej mierze kształtuje masowa rozrywka. Jesteśmy w stanie wydać na nią sporo pieniędzy, nic dziwnego, że tak wiele firm zabiega o naszą uwagę!

Świat rozrywki zdominowany jest przez formaty oparte na rywalizacji. W niezliczonej ilości audycji telewizyjnych uczestnicy i uczestniczki konkurują ze sobą w przeróżnych zawodach: od teleturniejów, w których trzeba wykazać się wiedzą, przez zmagania wymagające sprawności w



jakimś obszarze aktywności (np. układania klocków), aż po *reality shows*, w których zabiega się o względy innych osób. Różne elementy telewizyjnej rozrywki łączą *talent shows*. Osoby po wstępnej kwalifikacji występują przed jury, które ocenia poziom ich talentu w danej dziedzinie, np. śpiewie, tańcu lub gotowaniu. Jako widzownia mamy na ogół możliwość głosowania na osobę lub zespół, których występy szczególnie przypadły nam do gustu. W każdym odcinku program opuszcza najmniej popularny uczestnik lub uczestniczka. Na końcu wybiera się zwycięską osobę. *Talent shows* mają w założeniu wyłonić wybitne jednostki i dać im szansę zaistnienia w świecie show-biznesu. Według logiki programu tylko laureaci i laureatki osiągają sukces, reszta ponosi porażkę. Okazuje się jednak, że często po zakończeniu serii większą popularność osiągają te osoby, które nie zwyciężyły, ale dzięki udziałowi zwróciły na siebie uwagę. Wśród przegranych w różnych *talent shows* są m.in. Kamil Bednarek, Ania Dąbrowska, Grzegorz Hyży, Kaśka Sochacka, Michał Szpak i Daria Zawiałow. Z kolei osoby, które zwyciężyły nie zawsze były w stanie przekuć sukces w telewizji na rozwój spektakularnej kariery. Alicja Janosz, która wygrała pierwszy polski *talent show*, wspominała w wywiadach, że czuła się przytłoczona presją oczekiwań i skalą nacisków, których doświadczyła po programie. Wiele lat zajęło jej przezwyciężenie poczucia, że nie dała rady i przekonanie samej siebie, że jest wystarczająca.

NIE JESTEŚ SAMA / SAM!

Przeprowadź rozmowę z 5 bliskimi Ci osobami dorosłymi. Każdej zadaj takie same pytania:

Jaka jest Twoja największa porażka?

Jak się wtedy czułaś / czułeś?

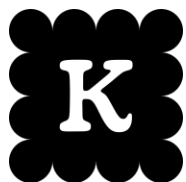
Czy ktoś Ci pomógł?

Jakiego zachowania potrzebowałaś / potrzebowałeś od drugiej osoby?

Jakie były skutki tej porażki: negatywne, ale też pozytywne

Zapisz 3 najważniejsze wnioski po przeprowadzeniu tych rozmów.

Poza telewizją, narrację nieustannej rywalizacji podtrzymują też amerykańskie *blockbustery*, czyli wysokobudżetowe filmy mające trafić do jak najszerzej widowni. Ich rozwój wiązał się polityką prowadzoną przez prezydenta USA Ronalda Reagana nastawioną na konfrontacyjność i konsumpcjonizm (ludzie mieli się bogacić, by móc więcej kupować, a ten sposób napędzać gospodarkę państwa). Kino lat 80. spopularyzowało umięśnionych bohaterów, którzy przemocą osiągalni swoje cele, pokonując przy tym dziesiątki przeciwników. I zawsze zwyciężali. Te postacie miały być wzorem dla innych. Pomimo zmian, które zaszły przez ostatnie dziesięciolecia,



amerykańskie *blockubstery* (szczególnie spod szyldu MCU i DCEU) wciąż są przede wszystkim opowieściami o pięknych, idealnych ludziach o dosłownie nadnaturalnych mocach, którzy radzą sobie z każdymi przeciwnościami losu, ratując przy tym świat. Ciągłe walczą. Zawsze wygrywają.

Znasz grę „The Sims”? Została wydana w 2000 roku i często była nazywana symulatorem życia. Pokochało ją miliony osób na całym świecie, wydawca szybko zaczął przygotowywać kolejne części i niezliczoną ilość płatnych dodatków... Wyobraź sobie, że Will Wright, jej główny projektant, początkowo chciał, żeby jego gra stanowiła krytykę konsumpcyjnego stylu życia, czyli koncentrującego się na kupowaniu kolejnych produktów. Idea Wrighta zjadła własny ogon: w najnowszej części możemy wydać tysiące prawdziwych złotych na możliwość kupna kolejnych wirtualnych mebli, ubrań.

Nieograniczona możliwość zdobywania kolejnych produktów na dłuższą metę jest nużąca. Ekscytujące jest za to nawiązywanie relacji z innymi postaciami, budowanie związków, rozwijanie kariery zawodowej, realizowaniu pasji. Nie musimy walczyć, żeby osiągać sukcesy: naszym celem może być malowanie obrazów, uprawa rzadkich roślin albo... założenie rodziny. Choć grze daleko do oddania realiów prawdziwego życia, intencjonalne lub nie, zwraca uwagę na dość rzadko poruszany w rozrywce aspekt wspólnotowego i misyjnego funkcjonowania ludzi w świecie.

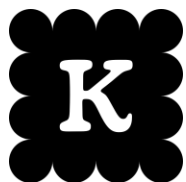
KTO TAK JAK JA...

Wróć do ćwiczenia katalog porażek. Wybierz trzy największe i ponownie je tutaj zapisz. Trójka na sprawdzianie z matematyki? Przyłapanie przez nauczycielkę na ściąganiu? Ktoś nie zgodził się z Tobą chodzić? Zastanów się, kto jeszcze dzieli z Tobą takie doświadczenie. Wypisz jak najwięcej osób.

GRA W PORĄŻKĘ

Wydaje się, że za wszelką cenę unikamy porażek. Zachowania człowieka są jednak pełne paradoksów. Jeden z nich opisał Jesper Juul w „Sztuce przegrywania. Eseju o bólu, jaki wywołują gry wideo”: w grach porażka to po prostu część doświadczenia. Zabawa bez możliwości przegranej jest nudna: nie ma stawki, nie ma o co się starać. Wierzmy, że wyzwanie, przed którym stoimy, jest w naszym zasięgu. Gry mają jasne zasady i są zaprojektowane tak, żeby dać nam uczciwą szansę na wygraną. Jeżeli przegramy, zawsze możemy spróbować ponownie, zmienić strategię, rozwinąć umiejętności. Prawdziwe życie nie jest tak sprawiedliwe...

W życiu wolimy błyskawicznie zdobyć nową wiedzę czy umiejętności. W grze nie chcemy tego: porażkę traktujemy jako część nauki, która sama w sobie sprawia nam przyjemność i satysfakcję. Jeżeli włożymy wysiłek w wygraną, odczujemy większą satysfakcję. Podobnie działa sport, w którym



nie da się uniknąć porażek. Mistrzowie i mistrzynie uczą się nie skupiać się na zwycięstwie, tylko możliwie najlepszej grze. Docenienie wysiłku jest nawet wpisane w olimpijskie credo, które podkreśla, że najważniejszy jest udział w zawodach. Gry wideo są jeszcze lepszą formą podejmowania wyzwań, bo nie dając nam namacalnej nagrody, nie wiążą się z namacalną porażką. Możemy więc eksperymentować, oswajać się z przegrywaniem, akceptować to, że czasem nam się nie udaje.

PORAŻKA: OSWAJANIE

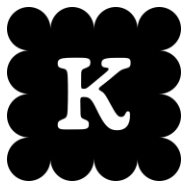
Umów się z kimś na spotkanie, podczas którego będziecie opowiadali sobie o swoich porażkach – mogą to być te z poprzedniego ćwiczenia lub zupełnie inne. Najpierw zastanów się, jak mogłoby ono wyglądać taka sytuacja: gdzie może się odbyć spotkanie, jak się do niego przygotujecie i na co moglibyście się umówić, żeby czuć się w takiej sytuacji komfortowo!

Napisz relację z tego eksperymentu.

Paradoks porażki w grach wiąże się z paradoksem bolesnej sztuki sformułowanym przez Aaron Smutsa, który stwierdził, że szukamy w sztuce bolesnych emocji, których nie chcemy doświadczać w życiu. Istnieją różne teorie wyjaśniające przyczyny takiej prawidłowości i wszystkie w jakiejś mierze odnoszą się do możliwości zdystansowania się do prezentowanych treści, przetworzenia jednych emocji na drugie. Jakkolwiek nie wczulibyśmy się w historie z powieści, filmów czy spektakli teatralnych, nie czujemy się odpowiedzialni za cierpienie fikcyjnych postaci. Gry wideo działają inaczej. Dzielimy doświadczenia z postacią, którą sterujemy. Jej porażka jest też naszą porażką. Dzięki temu, pomimo braku namacalnych konsekwencji, nie możemy zaprzeczyć naszemu wpływowi na niepowodzenie. To nas rozwija i pomaga radzić sobie z porażkami również w prawdziwym życiu.

Jest jeszcze jeden wyjątkowy aspekt grania. Czasami ze względu na nieudolne zaprojektowanie gra stanowi wyzwanie niemożliwe do przejścia. W takich przypadkach możemy zmienić strategię i potraktować porażkę jako cel, skupić się na przegrywaniu w spektakularny sposób. Jeżeli zarejestrujemy takie osobliwe osiągnięcie i udostępnimy je innym, możemy nawet zdobyć uznanie. Grając przeciwko grze nadajemy inne znaczenie porażce. W ten sposób niwelujemy jej negatywny wydźwięk i przestajemy jej unikać, a wręcz jej szukamy.

SCENARIUSZE PORAŻKI



Pomyśl o czymś ważnym, co wydarzy się wkrótce i na czym Ci zależy. Wymyśl dwa scenariusze: najczarniejszy i najlepszy. Puść wodze wyobraźni: niech jedna wersja będzie skrajnie negatywna a druga – naprawdę wymarzona. Zapisz obie.

Jaki jeden krok możesz wykonać, który pozwoli Ci przybliżyć się do wersji z Twoich marzeń?