

Dynamika i kontekst doświadczeń emocjonalnych pracujących zawodowo rodziców w czasie pandemii COVID-19

Monika Frąckowiak-Sochańska 
Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Dorota Mroczkowska 
Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Małgorzata Kubacka 
Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.4.05>

Słowa kluczowe: pandemia COVID-19, obszary graniczne, dynamika emocji, relacje praca zawodowa–praca opiekuńcza

Abstrakt: Celem artykułu jest rekonstrukcja doświadczeń emocjonalnych pracujących zawodowo rodziców w kontekście zmian wywołanych przez pandemię COVID-19, związanych z rozmyciem czasowych i przestrzennych granic między pracą zawodową a życiem prywatnym. Autorki stawiają tezę, że konfiguracja praca zawodowa–rodzina stanowi kluczowy czynnik pośredniczący pomiędzy kryzysem makrospołecznym (globalnym) a kondycją emocjonalną jednostek. Ramy teoretyczne podjętych analiz wyznaczają teorie obszarów granicznych (ang. *boundary theory* i *work-family border theory*) wzbogacone o wybrane założenia teorii z zakresu socjologii emocji sytuujących się na pograniczu podejść interakcjonistycznego i kulturowego. Podstawę empiryczną artykułu stanowią badania własne obejmujące wywiady pogłębione z pracującymi zawodowo rodzicami co najmniej jednego dziecka poniżej 12. roku życia, którzy na skutek pandemii pracowali w domu. Wnioski z badań pozwalają opisać warunki, w których na skutek działania procesów globalnych dochodzi do przekształceń w obszarach pracy zawodowej i życia rodzinnego, prowadzących do destabilizacji emocjonalnej jednostek. Wyniki badań pozwalają również sformułować głos w dyskusji dotyczącej teorii obszarów granicznych – opisujących relacje pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym wobec narastającej złożoności, płynności i niepewności współczesnych powiązań między nimi.

Monika Frąckowiak-Sochańska

Prof. UAM, dr hab. socjologii, mgr psychologii, pracuje w Zakładzie Socjologii Jednostki i Relacji Społecznych na Wydziale Socjologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Jej zainteresowania naukowe koncentrują się wokół socjologii zdrowia psychicznego, socjologii płci, socjologii emocji, socjologii życia rodzinnego i relacji intymnych oraz socjologii wartości. Autorka rozprawy habilitacyjnej pt. *Konstruowanie kategorii zdrowia, choroby i zaburzenia psychicznego w społeczeństwie późnej nowoczesności* (Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2019).

e-mail: monikafs@amu.edu.pl

Dorota Mroczkowska

Dr hab. socjologii, mgr psychologii, psychoterapeutka, członkini Zakładu Socjologii Jednostki i Relacji Społecznych na Wydziale Socjologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Jej zainteresowania naukowe koncentrują się wokół socjologii życia codziennego, czasu wolnego, emocji oraz teorii obszarów granicznych. Podejmuje też tematykę zaburzeń jedzenia i problemów jedzeniowych oraz psychopatologii jednostki. Kierownik lub członek wielu zespołów badawczych, autorka ekspertyz, projektów edukacyjnych i profilaktycznych, m.in. w obszarze zaburzeń jedzenia.

e-mail: drmrocz@amu.edu.pl

Małgorzata Kubacka

Socjolog, jej zainteresowania badawcze koncentrują się wokół socjologii emocji, codzienności oraz granic praca–życie. Publikowała m.in. w „Studiach Socjologicznych”, „European Societies”, „Current Sociology”.

e-mail: malgorzata.kubacka@amu.edu.pl

Wprowadzenie

Celem artykułu jest analiza dynamiki emocji pracujących zawodowo rodziców w kontekście rozmycia czasowych i przestrzennych granic między pracą zawodową a życiem prywatnym w czasie pandemii COVID-19. Stawiamy tezę, że konfiguracja praca–rodzina stanowi kluczowy obszar pośredniczący pomiędzy kryzysem makrospołecznym (globalnym) a kondycją emocjonalną jednostek. W swoich analizach koncentrujemy się na pierwszym roku pandemii, kiedy procesy destabilizacji dotychczasowego porządku społecznego we wszystkich wymiarach były najsilniejsze, a poczucie zagrożenia relatywnie największe.

Ramy teoretyczne podjętych analiz wyznaczają założenia teorii obszarów granicznych – *life-work border theory* i *boundary theory* (Zerubavel 1991; Nippert-Eng 1996; Ashforth, Kreiner, Fugate 2000; Clark 2000; Edley 2001; Kreiner, Hollensbe, Sheep 2009; Ammons 2013; Allen, Cho, Meier 2014), wzbogacone o założenia wybranych teorii z zakresu socjologii emocji (Thoits 1990; Hochschild 2009; Ahmed 2013).

Podstawę empiryczną artykułu stanowią wywiady pogłębione z pracującymi zdalnie rodzicami, stanowiące część szerszego projektu badawczego, poświęconego komplikowaniu się relacji między pracą a życiem prywatnym w czasie pandemii¹. Badania te łączą perspektywy socjologii codzienności,

1 Projekt badawczy pt. „W kieracie pandemicznej codzienności: dynamika obszarów granicznych w trzech typach organizacji w Polsce” sfinansowany w ramach konkursu „Badania nad COVID-19” ze środków Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.

życia rodzinnego i intymności oraz socjologii emocji. Podjęte przez nas analizy dotyczą doświadczeń często tabuizowanych, związanych z utratą kontroli nad emocjami, formami ekspresji emocjonalnej, które zwykle są ukrywane w przestrzeni zakulisowej, oraz z kryzysami emocjonalnymi, które najczęściej nie są przez jednostki ujawniane poza najbliższym kręgiem zaufanych osób. W kontekście pandemii doświadczenia te zyskały szczególny status. Z jednej strony – na podstawie ilościowych badań pokazujących zasięg i natężenie dystresu, frustracji, lęku i depresji – można przypuszczać, że stały się one powszechne (Gambin i in. 2021; Zawadzki i in. 2021). Z drugiej strony doświadczenia te są w dalszym ciągu uznawane za wstydlive. Podjęte przez nas badania pozwalają określić, w jakim kontekście i w jaki sposób wyżej wymienione stany emocjonalne przejawiały się w pandemicznej codzienności oraz jak ową codzienność zwrótnie kształtowały.

Zmiany wywołane przez pandemię spełniają kryteria zmian traumatogennych, które definiowane są jako nagłe, głębokie, o dużym zasięgu i dotyczące fundamentalnych wartości i wzorów życia (Sztompka 2002; Alexander 2004). Pandemia pojawiła się nieoczekiwanie, uruchamiając podstawowy lęk związany z zagrożeniem nieznaną i śmiertelną chorobą. Lęk ten był szczególnie odczuwalny w pierwszym roku pandemii, kiedy niedostępne były jeszcze szczepionki. Ponadto powszechny stał się niepokój o ekonomiczne podstawy życia w związku z gospodarczymi konsekwencjami lockdownów (CBOS 2020a). Pandemia zdestabilizowała także codzienne rutyny, pozbawiając jednostki poczucia przewidywalności i bezpieczeństwa (Frąckowiak-Sochańska 2020). Osoby, które pracowały poza domem na co dzień, konfrontowały się z możliwością zakażenia, a te, które zaczęły pracować zdalnie, musiały wypracować całkowicie nowe sposoby funkcjonowania w kontekście zawodowym i prywatnym. Nowa, pandemiczna rzeczywistość była określana mianem globalnego, naturalnego eksperymentu społecznego (Thomson 2020) i wiązała się z wieloma zmianami w codziennym funkcjonowaniu jednostek, grup i instytucji.

Według ustaleń Głównego Urzędu Statystycznego w końcu grudnia 2020 roku (kiedy kończył się etap zbierania danych w ramach naszego projektu badawczego) 10,8% ogólnej liczby osób pracujących pracowało zdalnie (było to o 5 punktów procentowych więcej niż w końcu września 2020 roku). W IV kwartale 2020 roku częściej pracowały zdalnie osoby zatrudnione w sektorze publicznym niż prywatnym. Obszary, w których najczęściej wykorzystywana była praca zdalna, to: informacja i komunikacja, działalność profesjonalna, naukowa i techniczna, działalność finansowa i ubezpieczeniowa, edukacja oraz administracja publiczna (GUS 2021). Oznacza to, że pracę zdalną świadczyły przede wszystkim osoby relatywnie uprzywilejowane ze względu na poziom wykształcenia i związaną z nim pozycję społeczno-zawodową. W tym kontekście należy zaznaczyć, że badania pandemii przez pryzmat doświadczeń przedstawicieli szeroko rozumianej klasy średniej dostarczają jedynie fragmentarycznej wiedzy na temat jej psychospołecznych konsekwencji. Niemniej jednak pozwalają one opisać pewne istotne mechanizmy działające na styku sfer makro-, mezo- i mikrospołecznej.

Punktem wyjścia artykułu jest prezentacja jego ram teoretycznych. Następnie przechodzimy do omówienia najważniejszych z punktu widzenia podjętej przez nas problematyki wyników badań dotyczących życia rodzinnego i pracy w czasie pandemii oraz kondycji emocjonalnej osób łączących

obie sfery życia. Kolejne części artykułu zostały poświęcone założeniom metodologicznym naszych badań, ich wynikom oraz wnioskowi. Wnioski z badań pozwalają opisać warunki, w których – na skutek działania procesów globalnych – dochodzi do przekształceń w obszarach pracy zawodowej i życia rodzinnego, prowadzących do destabilizacji emocjonalnej jednostek. Wyniki z badań pozwalają również sformułować głos w dyskusji dotyczącej teorii obszarów granicznych – opisujących złożone relacje pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym we współczesnych warunkach płynności i niepewności.

Ramy teoretyczne podjętych analiz

Ramy teoretyczne niniejszego artykułu wyznaczają teorie obszarów granicznych, które z uwagi na konieczność uwzględnienia emocjonalnego aspektu funkcjonowania w ramach obszaru granicznego zostały uzupełnione o pewne elementy teorii z zakresu socjologii emocji (umiejscowione na pograniczu podejścia interakcyjnego i kulturowego). Wykorzystanie powyższych ram do analizy sytuacji związanej z pandemią skłania do podjęcia dyskusji z niektórymi koncepcjami oraz do wprowadzenia pewnych modyfikacji.

Pojęcie obszaru granicznego definiujemy w odniesieniu do dwóch ujmowanych łącznie teorii: *work-family border theory* (Clark 2000) oraz *boundary theory* (Nippert-Eng 1996; Kreiner, Hollensbe, Sheep 2009; Ammons 2013; Allen, Cho, Meier 2014). Teorie obszarów granicznych w obu wersjach wyrosły z krytyki dychotomicznych koncepcji równowagi między pracą a życiem (*Work-Life Balance* – WLB) (Guest 2002), które stawały się niewystarczające wobec narastającej złożoności, płynności i niepewności współczesnych powiązań między „pracą” a „życiem”, w tym życiem rodzinnym (Mroczkowska, Kubacka 2020: 38). Główne zarzuty pod adresem teorii skupionych w nurcie WLB dotyczyły ich postulatowości, trudności związanych z operacjonalizacją pojęcia „równowagi” oraz pomijaniem subiektywnej perspektywy jednostek w określaniu, czym i dla kogo jest równowaga bądź jej brak (Guest 2002; Mroczkowska, Kubacka 2020: 38). Ponadto dualistyczne ujęcie praca–życie abstrahuje od złożoności rzeczywistości pozazawodowej, obejmującej różne formy pracy nieodpłatnej (które mogą ze sobą kolidować) oraz ignoruje fakt, że praca jest również częścią życia (u podłoża dychotomii *work-life* znajduje się zatem pewien błąd logiczny).

Obszary graniczne, w szerokim rozumieniu, stanowią procesy aktywnego przemieszczania się jednostek między sferą pracy a sferą życia prywatnego (w tym życia rodzinnego) w sytuacjach, w których rozmycie ról staje się powszechne (Allen, Cho, Meier 2014; Mroczkowska-Kubacka 2020: 46–47). Jak twierdzi Paige Edley, w rzeczywistości nigdy nie opuszczamy jednej sfery i nie wkraczamy w inną, lecz przekraczamy granice jednego lub dwóch obszarów, będąc jednocześnie zanurzonym w obu światach (Edley 2001: 28). Edley nawiązuje do zaproponowanej przez Arlie Hochschild i Anne Machung (1989/2012) koncepcji „drugiej zmiany” (pracy opiekuńczej i nieodpłatnej pracy w gospodarstwie domowym, wykonywanych po pracy zawodowej) oraz „trzeciej zmiany” (związanej z utrzymaniem relacji oraz pracą emocjonalną polegającą na radzeniu sobie z negatywnymi emocjami

własnymi oraz bliskich – przede wszystkim dzieci i partnera/partnerki, pojawiającymi się w kontekście napiętych harmonogramów), dodając pojęcie „czwartej zmiany” (zaległej pracy wykonywanej w godzinach późno wieczornych lub nocnych). Jednakże w odróżnieniu od Hochschild i Machung, których teoria sugeruje linearność i czasowe następstwo aktywności związanych z pracą zawodową i życiem prywatnym, Edley (2001: 3) kładzie nacisk na ich synchroniczność i wielowymiarowość.

Wobec słabości bądź całkowitego zawieszenia granic czasowych i przestrzennych pomiędzy życiem prywatnym a zawodowym szczególnego znaczenia nabierają granice mentalne (psychologiczne). W świetle *boundary theory* (Nippert-Eng 1996) granice mentalne stanowią procesy dokonujące się w umysłach jednostek i decydujące o nadawaniu znaczeń poszczególnym domenom oraz o specyfice pracy mentalnej wokół granic. Ramy pojęciowe teorii *boundary* pozwalają analizować zarządzanie obszarem granicznym przez pryzmat procesów poznawczych i behawioralnych (kładą nacisk na to, jak sposób myślenia kształtuje działanie w obrębie przenikających się domen), jednak w dużo mniejszym stopniu koncentrują się na doświadczeniach emocjonalnych. Doświadczenia te stanowią jednak istotny aspekt funkcjonowania w obszarze granicznym i zarządzania nim (Frąckowiak-Sochańska 2022). Emocje wzbudzone w kontekście prywatnym są odczuwane na gruncie zawodowym i odwrotnie. Ponadto sam fakt stałego łączenia różnych ról pociąga za sobą odczuwanie różnorodnych, złożonych, niejednokrotnie ambiwalentnych stanów emocjonalnych. Zarządzanie obszarem granicznym wymaga zatem zarówno pracy nad emocjami (ang. *emotion work*) – związanej z życiem prywatnym, jak i pracy emocjonalnej (ang. *emotional labor*) – związanej z działalnością zawodową (Hochschild 2009). W ujęciu Peggy Thoits (1990: 181) i Arlie Hochschild (2009: 68) praca emocjonalna jest podejmowana w sytuacji dewiacji emocjonalnej, czyli niezgodności uczuć bądź ich ekspresji z kulturowymi regułami odczuwania oraz wyrażania – określającymi oczekiwane i/lub pożądane wzory doświadczeń emocjonalnych. Ponadto praca emocjonalna może być podejmowana na poziomie powierzchniowym (związanym z zewnętrzną ekspresją) i głębokim (związanym z odczuwaniem) (Hochschild 1990; 2009; 2012). Według Hochschild (2009) konieczność wykonywania pracy emocjonalnej – przekształcania własnych uczuć i dostosowywania zewnętrznych form ekspresji do wymagań sytuacyjnych oddziela jednostkę od samej siebie i przypomina sytuację wyalienowanego robotnika.

Koncepcja Hochschild wprowadzająca podział na *emotion work* i *emotional labor* jest oparta na dychotomii prywatne–publiczne, której nie da się utrzymać w kontekście mechanizmów opisywanych przez teorie obszarów granicznych. Emocje, zwłaszcza negatywne, krążą pomiędzy pracą a życiem i, jak dowodzi *spill over theory* (Sonnentag, Binnewies 2013), zmieniają funkcjonowanie pracowników zarówno w domu, jak i poza nim. W warunkach rozmycia granic między pracą zawodową a życiem prywatnym obie formy pracy emocjonalnej wyróżnione przez Hochschild stały się nierozzerwalnie związane. Niezbędnym warunkiem pracy emocjonalnej połączonej z aktywnością zawodową stało się opanowanie emocji mających źródło w przestrzeni prywatnej. Równocześnie skuteczność pracy emocjonalnej w obrębie bliskich relacji zależy od tego, jak efektywnie dana osoba zarządza emocjami w kontekście zawodowym. Ponieważ jednak w warunkach pandemii niedostępne stały się przestrzenie zewnętrzne, stanowiące swoisty bufor pomiędzy domeną zawodową a rodzinną, pozwalający na dokończenie sekwencji pracy emocjonalnej i przywrócenie równowagi niezbędnej do efektywnego

funkcjonowania w obu sferach, pojawiło się ryzyko stałego kumulowania napięć mających źródło w obu domenach. Z napięciem tym jednostki musiały radzić sobie zarówno na gruncie zawodowym, jak i prywatnym. W zarysowanym powyżej kontekście możliwe są niepowodzenia w pracy emocjonalnej. Według Thoits ich prawdopodobieństwo rośnie, gdy sytuacja stresowa ma charakter trwały oraz brakuje społecznego wsparcia dla uczuć przeżywanych przez jednostkę (Thoits 1985: 60–62)². Oba wskazane przez Thoits (1990) warunki są spełnione w przypadku pandemii. Jej relatywnie długie trwanie może powodować narastające objawy wyczerpania emocjonalnego, co znajduje potwierdzenie w wynikach badań dotyczących kondycji psychicznej w czasie pandemii (np. Gambin i in. 2021; Zawadzki i in. 2021). Równocześnie jednostki miały ograniczone możliwości otrzymywania i udzielania wsparcia społecznego z powodu obowiązujących zakazów bezpośrednich kontaktów oraz przeciążeń wynikających z kumulacji obowiązków, sprawiających, że brakowało czasu na wspierające kontakty społeczne (możliwe do utrzymania w formie zdalnej).

Wobec powyższych rozważań należy poddać dyskusji samo pojęcie dewiacji emocjonalnej (Hochschild 2009; Thoits 1990). Po pierwsze pojęcie dewiacji budzi wątpliwości w kontekście globalnego kryzysu wywołanego pandemią, destabilizacja emocjonalna jednostek, pojawiająca się w odpowiedzi na kryzys, jest bowiem konsekwencją podejmowanych prób adaptacji do obciążających okoliczności. Po drugie, globalny kryzys wpłynął destabilizująco na mechanizmy regulacyjne zachowań, działające na poziomie kultury, w tym normy kultury emocjonalnej, w skład której wchodzi reguły odczuwania oraz ich reprezentacje na poziomie symbolicznym (por. Sawicka 2015). W związku z tym bardziej adekwatne wydaje się pojęcie „anomalii emocjonalnej” (Sawicka 2015: 192), nawiązujące do klasycznej teorii anomalii Emila Durkheima. Stan „anomalii emocjonalnej” polega na załamaniu systemów norm organizujących zachowania i wystąpienia emocjonalne (Gonzales 2012) lub rozluźnienie obyczajów (Elias 2011), ze szczególnym uwzględnieniem tych związanych z ekspresją impulsów emocjonalnych (Sawicka 2015). Zachwianie, o którym mowa powyżej, nie musi jednak oznaczać rozpadu kultury emocjonalnej, którą opisuje się jako pewien trwały aspekt życia społecznego (Gordon 1990; Sawicka 2015). Można zatem postawić tezę, że po początkowym okresie destabilizacji emocjonalnej jednostek i związanych z nią naruszeń norm kultury emocjonalnej będą następowały próby przywracania zaburzonej równowagi oraz mechanizmów regulacyjnych (niekoniecznie jednak w całkowicie zmienionej postaci).

Należy również zaznaczyć, że reguły odczuwania mogą być niejednorodne. O ile w teorii Stevena Gordona (1989) orientacje emocjonalne impulsywna i instytucjonalna są traktowane jako odrębne kulturowo, usankcjonowane wzorce reagowania emocjonalnego (które odnoszą się do zróżnicowanych kultur, klas społecznych bądź domen życia społecznego), o tyle na poziomie doświadczeń wyznaczanych przez komplikujące się obszary graniczne mogą one łączyć się w jednym doświadczeniu.

² Rekapituluje myśl Thoits, Jonathan H. Turner i Jan E. Stets piszą: „Kiedy jednostki mogą uzyskać u innych zrozumienie dla tego, że ich uczucia są zakorzenione w obiektywnych warunkach, będą uważać swoje aktualne uczucia za chwilowe odstępstwo od normalnych reakcji afektywnych. Jeśli jednak uczucia te są trwałe, inni mogą wycofać swoje poparcie, jeśli zaś do tego etykietują tę osobę jako *dewianta*, mogą wypychać te osoby w stan dewiacji emocjonalnej” (Turner, Stets 2009: 66–67).

Orientacja impulsywna zawiera wzorce intensywnego i względnie krótkiego przeżywania emocji oraz dążenie do zgodności pomiędzy uczuciami a ich ekspresją. Słownik emocji używany do opisywania stanów afektywnych zawiera określenia takich uczuć, jak furia, irytacja, wstręt, zaskoczenie, strach, złość i podniecenie (w dużej mierze odnosi się do emocji pierwotnych). W ramach orientacji impulsywnej praca emocjonalna polega na uwalnianiu emocji i niwelowaniu blokad. Można założyć, że orientacja ta w większym stopniu odnosi się do sfery prywatnej. Przeciwnością orientacji impulsywnej jest orientacja instytucjonalna, zakładająca niższą intensywność emocji i dłuższy czas ich przeżywania, większe dostosowanie pomiędzy ekspresją a normami zakładającymi opanowanie. Słownik emocji obejmuje etykiety emocji wtórnych i uspołecznionych, takich jak współczucie, poważanie, nostalgia, pogarda, oburzenie i morale. Praca emocjonalna polega natomiast na samo-kontroli i powściągnięciu ekspresji (Gordon 1989; Turner, Stets 2009: 48). Można założyć, że orientacja instytucjonalna w większym stopniu odnosi się do sfery publicznej. Jeśli rozpatrywać łącznie teorię Gordona oraz teorie obszarów granicznych, orientacje emocjonalne stanowiłyby swoiste typy idealne, które rzadko (jeśli w ogóle) występują w czystej postaci.

W przyjętym przez nas rozumieniu emocje są bezpośrednią lub pośrednią pochodną uwarunkowań ponadindywidualnych (kryzysu wywołanego globalną pandemią) oraz tworzą określone układy społeczne, spajają jednostki w określony sposób (Ahmed 2013; Krajewski 2020). Ponadto stanowią źródło określonych zachowań i motywacji do działań społecznych oraz nadają znaczenie relacjom i sytuacjom społecznym. Jak pisze Hochschild (2009: 31–38), emocje są swoistą „wskazówką” odnoszącą się zarówno do świata zewnętrznego, jak i wewnętrznej rzeczywistości jednostki. Na podstawie swoich uczuć jednostki interpretują bowiem, jakie znaczenie mają dla nich elementy zewnętrznego świata, oraz dokonują autoidentyfikacji, określając, kim są, skoro czują to, co czują w określonej sytuacji. Autoidentyfikacje te są pochodną urefleksyjnienia doświadczeń emocjonalnych, dokonywanego z reguły *ex post*. Podobnym w swej logice procesem jest socjologiczna interpretacja doświadczeń emocjonalnych, prowadzona z zachowaniem zasad współczynnika humanistycznego.

Rodzina, praca i emocje w pandemii w świetle wybranych badań empirycznych

Zmiany, z jakimi musiały konfrontować się jednostki i rodziny od samego początku trwania pandemii, stały się przedmiotem licznych badań socjologicznych (ilościowych i jakościowych) zarówno w kraju, jak i za granicą. Z perspektywy podjętej przez nas problematyki najistotniejsze znaczenie mają badania umiejscowione w ramach socjologii codzienności, życia rodzinnego i intymności oraz poświęcone problematyce stresu społecznego i zdrowia psychicznego. Każda z wyżej wymienionych perspektyw analizy cechuje się jednak pewnymi ograniczeniami. Badania codzienności i życia rodzinnego koncentrują się przede wszystkim na zmianach codziennych praktyk i relacji społecznych, natomiast w ograniczonym zakresie odnoszą się do doświadczeń emocjonalnych towarzyszących wyżej wymienionym zmianom. Autorzy części badań sygnalizują, że konsekwencją wspomnianych zmian mogą być przeciążenie i destabilizacja emocjonalna, lecz nie podejmują szczegółowej analizy tego aspektu (np. Eurofound 2020; Luetke i in. 2020; Drozdowski i in. 2021a; 2021b; Popyk 2021;

Schieman i in. 2021; Binder 2022). Równocześnie badania poświęcone kondycji emocjonalnej i zdrowiu psychicznemu, prowadzone głównie metodami ilościowymi, w ograniczonym stopniu odnoszą się do mikro- i mezospołecznych kontekstów dystresu i destabilizacji emocjonalnej. Badania te sygnalizują jedynie powiązania pomiędzy określonymi stanami emocjonalnymi oraz natężeniem stresu a pewnymi podstawowymi zmiennymi społeczno-demograficznymi, określającymi na przykład sytuację rodzinną czy status społeczno-ekonomiczny (Dragan, Gajewski, Shevlin 2020; Gambin i in. 2021; WHO 2022a) bądź pozwalają stworzyć listę problemów najbardziej obciążających stresem, spośród których część jest zakorzeniona w kontekście mikro- bądź mezospołecznym (Zawadzki i in. 2021). Na ich podstawie nie można jednak zrekonstruować, w jaki sposób problemy te są doświadczane przez jednostki i rodziny. Część z przywołanych badań traktuje zakłócenia równowagi emocjonalnej przede wszystkim w kategoriach intrapsychicznych (osobowościowych) (np. Zawadzki i in. 2021). Taka sytuacja implikuje niebezpieczeństwo postrzegania problemów destabilizacji emocjonalnej na skutek pandemii (bądź innych kryzysów społecznych) wyłącznie w kategoriach „problemów osobistych” przy pominięciu istotnych uwarunkowań strukturalnych i kulturowych nasilających doświadczany stres (Jacyno 2007; Kociuba 2009). Proponowana przez nas perspektywa łączy te dwa konteksty rozważań: jednostkowy i społeczny, co pozwala zwrócić uwagę na doświadczenia emocjonalne jednostek (perspektywa indywidualna) w warunkach rozszerzających się obszarów granicznych (perspektywa społeczna) w czasie pandemii.

Badania zakorzenione w socjologii życia rodzinnego i intymności oraz socjologii życia codziennego pozwalają zrekonstruować wiele problemów, jakich doświadczali pracujący rodzice na skutek zmian wywołanych pandemią. Częściowo problemy te istniały już wcześniej, a pandemia jedynie je zintensyfikowała. W warunkach pandemii nasileniu uległy konflikty w związkach intymnych (Luetke i in. 2020) oraz związane z ustanawianiem relacji między pracą a rodziną (Schieman i in. 2021). Ponadto pandemia wyostrzyła problem nierównego i niekorzystnego dla kobiet podziału pracy w gospodarstwie domowym oraz pracy opiekuńczej pomiędzy pracującymi zawodowo partnerami (Eurofound 2020; Power 2020; Wenham 2020; Collins i in. 2021; Hjálmsdóttir, Bjarnadóttir 2021; Binder 2022). Z wielu analiz, zarówno jakościowych (np. Binder 2022), jak i ilościowych (np. Eurofound 2020), wynika, że kobiety przechodzące na pracę zdalną były w większym stopniu obciążone opieką i pracami domowymi niż mężczyźni przechodzący na pracę online (mimo że następował wzrost zaangażowania pracujących zdalnie mężczyzn w wyżej wymienione obszary pracy na rzecz rodziny)³. Inne problemy zrekonstruowane na podstawie badań dotyczyły: braku czasu partnerów dla siebie (wobec stałego zaangażowania w opiekę nad dziećmi albo pracą zawodową) oraz braku czasu dla samej/samego siebie (którego przynajmniej minimalna ilość jest potrzebna dla regenerowania zasobów psychofizycznych), a także ograniczenia kontaktów z rodziną rozszerzoną, przyjaciółmi i znajomymi (Stankowska 2022).

3 Większe niż przed pandemią przeciążenie nadmiarem obowiązków, przewlekłe zmęczenie i stres powodują brak sił skutkujący powtarzalnym wśród pracujących rodziców, a szczególnie matek małych dzieci, doświadczeniem wieczornego zasypiania razem z dziećmi, będącego jedyną dostępną możliwością, żeby zregenerować się po całym stresującym dniu wypełnionym opieką nad dzieckiem lub dziećmi oraz próbami połączenia jej z pracą zawodową (Stankowska 2022).

Kolejnym istotnym wyzwaniem dla rodzin stała się edukacja zdalna (Markowska-Maniasta, Zakrzewska-Olędzka 2020; Nalaskowski 2020; Parczewska 2020; Popyk 2021), która dodatkowo skomplikowała relację między pracą a życiem rodzinnym, gdyż dom stał się przestrzenią nauki dzieci, pracy zawodowej rodziców oraz toczącego się nieprzerwanie życia rodzinnego (które z natury nie jest wolne od napięć). Zdalna edukacja dzieci i praca zawodowa rodziców stanowiły wyzwanie wobec ograniczonych zasobów przestrzennych oraz sprzętowych (Drozdowski i in. 2021a; 2021b; Popyk 2021). Dodatkowo intensyfikowała ona problemy braku równowagi między pracą zawodową a życiem prywatnym oraz swoistego „chaosu w harmonogramach”, związane na przykład z przesuwaniem czasu pracy rodziców, aż dzieci skończą lekcje w sytuacji korzystania ze wspólnego komputera (Popyk 2021). Badania dotyczące edukacji zdalnej pozwoliły zbudować katalog problemów doświadczanych przez dzieci, obejmujący: trudności w koncentracji podczas zdalnych lekcji, kłopoty w odróżnieniu czasu nauki od czasu wolnego, brak kontaktów rówieśniczych, osamotnienie i osłabienie umiejętności społecznych, a także kumulację napięć wynikających z braku możliwości rozładowania energii poza domem (Popyk 2021). Pojawia się tutaj pytanie, w jaki sposób problemy te wpływają na emocje dzieci i rodziców oraz interakcje pomiędzy domownikami.

W opisanych powyżej warunkach pracujący rodzice ustanawiali relacje pomiędzy życiem prywatnym a pracą zawodową. Z badań sondażowych przeprowadzonych we wszystkich krajach Unii Europejskiej i w Wielkiej Brytanii w ciągu pierwszych czterech miesięcy pandemii wynika, że problem zaburzenia równowagi pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym w największym stopniu dotyczył rodziców dzieci do 12. roku życia (szczególnie kobiet) (Eurofound 2020: 20–22). Jako wskaźniki braku równowagi oraz leżącego u jego podłoża konfliktu ról przyjęto zgodę z następującymi stwierdzeniami: „Praca zawodowa uniemożliwia mi poświęcanie czasu rodzinie”⁴, „Jest mi trudno skoncentrować się na pracy z powodu rodziny”⁵, „Rodzina uniemożliwia mi poświęcanie czasu na pracę”⁶, „Jestem zbyt zmęczona/zmęczony po pracy, by zająć się pracami domowymi”⁷ oraz „Martwię się pracą w czasie, kiedy nie pracuję”⁸. Problemy te były deklarowane tym częściej, im młodsze były dzieci badanych. Osoby pracujące wyłącznie w domu znacząco częściej niż osoby pracujące poza domem miały poczucie, że rodzina uniemożliwia im poświęcanie czasu na pracę, oraz martwiły się pracą w czasie, kiedy nie pracowały. Dla porównania: osoby pracujące

4 Częstość doświadczenia tego problemu jest w istotny sposób powiązana z wiekiem dzieci. Problem ten dotyczył 34% rodziców dzieci poniżej 12. roku życia i 21% badanych rodziców dzieci między 12. a 17. rokiem życia (w porównaniu z 16% respondentów, którzy nie mieli małych dzieci). W kategorii rodziców dzieci do 12. roku życia problem ten dotyczył częściej osób pracujących poza domem (38%) niż w domu (32%) (Eurofound 2020: 22).

5 Problem ten dotyczył relatywnie najczęściej rodziców dzieci poniżej 17. roku życia, którzy pracowali wyłącznie w domu (22%), w porównaniu z rodzicami pracującymi poza domem (8%) i osobami bez małych dzieci pod opieką, niezależnie od miejsca świadczenia pracy (5%) (Eurofound 2020: 22).

6 Odpowiedzi takiej udzieliło 17% badanych pracujących w domu rodziców małych dzieci, 6% rodziców pracujących poza domem i 3% osób niemających małych dzieci pod opieką (Eurofound 2020: 22).

7 Problem ten dotyczył 32% badanych mających pod opieką dzieci poniżej 12. roku (34% pracujących poza domem i 30% pracujących w domu) i 29% rodziców dzieci w wieku 12–17 lat (Eurofound 2020: 22).

8 Odpowiedzi takiej udzieliło średnio 30% osób pracujących w domu i 20% pracujących poza domem (niezależnie od posiadania dzieci). W przypadku osób mających dzieci poniżej 12. roku życia wskaźnik ten wynosił 33,5% (Eurofound 2020: 22).

poza domem nieco częściej niż osoby pracujące w domu miały poczucie, że praca uniemożliwia im poświęcanie czasu rodzinie oraz deklarowały zbyt duże zmęczenie po pracy, by zająć się pracami domowymi (Eurofound 2020: 22).

Cytowane powyżej badania wskazują powszechność doświadczeń zaburzonej równowagi pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym, jednak na ich podstawie nie jest możliwa szczegółowa rekonstrukcja towarzyszących im emocji. Wyobrażenia na ten temat można konstruować jedynie pośrednio, na podstawie najczęściej ilościowych danych ilustrujących rozpowszechnienie określonych emocji, natężenia stresu oraz problemów zdrowia psychicznego. Badania te wskazują, że od początku pandemii w skali globalnej nastąpiły nasilenie negatywnych i spadek pozytywnych emocji (Wang i in. 2020). Najczęstszym wzorem doświadczanych emocji była oscylacja między lękiem a złością (niekiedy o bardzo dużym natężeniu) (Lwin i in. 2020). Oscylacja ta, w powiązaniu z przeżywaniem silnej frustracji i niecierpliwością, która może przeradzać się w zachowania impulsywne i różne formy agresji, jest opisywana w kategoriach *pandemic rage* (Kubacka i in. 2021). Nadana przez autorów nazwa nawiązuje do znanych wcześniej fenomenów *road rage* czy *computer rage* (Berry 1999; Garase 2006; Sokoloff 2017) i odnosi się do niespecyficznych reakcji napięcia emocjonalnego w sytuacji utraty poczucia równowagi życiowej oraz kontroli sprawczej.

Z badań IPSOS przeprowadzonych na zlecenie The World Economic Forum, obejmujących 28 krajów, wynika, że pod koniec grudnia 2020 roku niepokój związany z niepewnością zatrudnienia i niestabilnością codziennej rutyny był udziałem ponad połowy badanych (IPSOS 2020). Z ustaleń WHO (2022a) wynika, że w skali światowej w ciągu pierwszego roku pandemii nastąpił wzrost o 25% częstotliwości zaburzeń lękowych i depresyjnych.

Lista czynników najbardziej obciążających stresem, która powstała na podstawie badania „COVID-STRES. Zmiany emocjonalne w trakcie pierwszej i drugiej fazy pandemii SARS-CoV-2 w 2020 roku”⁹, obejmuje wiele spośród problemów zarysowanych na podstawie badań zrealizowanych na gruncie socjologii życia rodzinnego i intymności oraz socjologii codzienności: poczucie izolacji/ograniczenia kontaktów społecznych, zagrożenie zdrowia własnego i bliskich, pogorszenie sytuacji ekonomiczno-materialnej, zagrożenie związane z koniecznością wykonywania pracy wymagającej kontaktów z ludźmi, konfliktami domowymi/zagęszczeniem, problemami z uzyskaniem niezbędnej pomocy medycznej oraz uzyskiwaniem informacji o chorobie COVID-19 wśród bliskich czy znajomych (Zawadzki i in. 2021). Sytuacja pandemii implikuje długotrwałe doświadczanie stresu. Jak wskazują badania nad wpływem stresu społecznego na kondycję psychiczną jednostek, przewlekły stres transformuje w lęk, a długotrwałe doświadczany lęk w depresję (Murawiec, Wierziński

9 Dwuetapowe badanie online zrealizowano w okresach wiosenno-letnim oraz jesienno-zimowym 2020 roku na próbie liczącej łącznie 2106 osób w wieku 18–82 lata (1691 kobiet i 415 mężczyzn), reprezentujących zróżnicowane kategorie społeczno-zawodowe. W badaniu zastosowano narzędzia do pomiaru nasilenia lęku, depresji i stresu (DASS-21), cech osobowości (IPI-BFM-20), skróconą skalę ICARUS do badania poznawczych strategii regulacji emocji oraz ankietę demograficzną i listę stresorów związanych z pandemią (Zawadzki i in. 2021).

2016). Badania nad dynamiką reakcji depresyjnych i lękowych w czasie pierwszego roku pandemii¹⁰ wskazują najwyższe nasilenie objawów depresji i lęku uogólnionego w maju i grudniu, natomiast najniższe w lipcu 2020 roku (Gambin i in. 2021; Zawadzki i in. 2021). Pod koniec 2020 roku (czyli w czasie, kiedy realizowałyśmy wywiady pogłębione) w grupie ryzyka nasilenia depresji do stanu spełniającego kryteria kliniczne znajdowało się 29% kobiet i 24% mężczyzn. Wtedy również najwyższy poziom objawów depresji i lęku uogólnionego przejawiały osoby w wieku 35–44 lata¹¹. Dodatkowo w grudniu 2020 roku większe nasilenie objawów depresji mieli rodzice dzieci w wieku poniżej 18. roku życia (w porównaniu z osobami, które nie miały dzieci w tym wieku). Jak wyjaśniają autorzy badań, objawy depresji i lęku uogólnionego wiązały się najsilniej z trudnościami doświadczanymi w domu (trudnymi relacjami z bliskimi, poczuciem braku prywatności, zmęczeniem nadmiarem obowiązków) oraz niepokojem i niepewnością związanymi z rozprzestrzenianiem się epidemii. Istotne znaczenie miało także odczuwanie niepokoju dotyczącego swojej sytuacji zawodowej i finansowej (Gambin i in. 2021; Zawadzki i in. 2021)¹². W tym kontekście należy zaznaczyć, że objawy depresji u rodzica, utrzymujące się przez dłuższy czas, wywierają negatywny wpływ na funkcjonowanie emocjonalne dzieci i całej rodziny.

Z dotychczasowych badań wynika, że doświadczenia związane z pandemią nie były jednoznacznie negatywne czy raczej nie były w równym stopniu negatywne dla wszystkich. Przykładowo: wśród pozytywnych aspektów życia w pandemii ponad połowa uczestników badań „Życie codzienne w czasach pandemii” wskazała, że w trakcie lockdownu miała więcej czasu dla siebie i bliskich, na realizację własnych zainteresowań (47%) i uczenie się nowych rzeczy (37%) (Drozdowski i in. 2021a: 200). Pozostałe pozytywne strony pandemii wskazywane przez badanych odnosiły się do większej ilości i jakości czasu spędzanego z bliskimi, ograniczenia konsumpcjonizmu i przewartościowania priorytetów życiowych (Ambroziak 2020; CBOS 2020b). Równocześnie jednak osoby, u których przeważały doświadczenia negatywne (takie jak przemęczenie, brak czasu dla siebie i niemożność zaspokojenia istotnych potrzeb), poprzez porównania społeczne i wrażenie kontrastu mogły doświadczać nasilenia frustracji i obciążających emocji (Kubacka i in. 2021). Mając świadomość ambiwalencji czasu pandemii, koncentrujemy się na problemach, jakie w tym okresie stały się udziałem pracujących zdalnie rodziców.

10 Badanie panelowe online przeprowadzone w maju, czerwcu, lipcu i grudniu 2020 roku na próbie liczącej 1179 dorosłych mieszkańców Polski, reprezentatywnej pod względem wieku, płci oraz wielkości miejsca zamieszkania. W badaniu wykorzystano kwestionariusze do badania nasilenia objawów depresji, lęku uogólnionego, trudności epidemii oraz postrzeganego ryzyka COVID-19 dla zdrowia i życia (Zawadzki i in. 2021).

11 Dla porównania: w trakcie wiosennego lockdownu (na początku maja 2020 r.) objawy depresyjne i lękowe najsilniej odczuwały osoby najmłodsze, w wieku 18–24 lata (Gambin i in. 2021; Zawadzki i in. 2021).

12 Podwyższony poziom objawów depresji i lęku uogólnionego przejawiały również osoby, które przebywały na kwarantannie lub/i w domowej izolacji, utraciły ciągłość wynagrodzenia, niżej oceniały swoją sytuację materialną, podejrzewały, że przeszły zakażenie COVID-19, ale nie robiły testu (Zawadzki i in. 2021).

Założenia metodologiczne i badania własne

Przyjętą przez nas orientację metodologiczną wyznacza podejście konstrukcjonistyczne, zakorzenione w paradygmacie interpretatywnym, zgodnie z którym przedmiotem analiz socjologicznych jest żywe doświadczenie aktorów społecznych, a celem badań – analiza procesów, za sprawą których narracje odnoszące się do tych doświadczeń opisują rzeczywistość, a nie sankcjonowanie prawdziwości lub fałszywości analizowanych tekstów (Silverman 2008; Frąckowiak-Sochańska 2015).

Uzyskany materiał badawczy był analizowany według zasad konstruktywistycznej wersji metodologii teorii ugruntowanej Kathy Charmaz (2009a: 708), w myśl której „[...] metody teorii ugruntowanej stanowią zestaw luźnych wskazówek analitycznych, które pozwalają badaczom na zgromadzenie danych i zbudowanie indukcyjnych teorii średniego zasięgu poprzez kolejne poziomy analizy danych i rozwoju pojęć”. Podejście to pozwala łączyć pewne elementy wersji konstruktywistycznej z elementami klasycznej metodologii teorii ugruntowanej Barneya G. Glasera i Anselma L. Straussa (2009). Świadomie wykorzystanym w niniejszym opracowaniu elementem koncepcji Glasera i Straussa jest dokonywanie uogólnień teoretycznych na podstawie analizy nielicznych bądź nawet pojedynczych przypadków, jak twierdzą bowiem autorzy: „[...] pojedynczy przypadek może wskazywać ogólną pojęciową kategorię lub własność, a kilka dalszych przypadków może potwierdzać wskazówkę” (Glaser, Strauss 2009: 29). Założenie to jest spójne z ujęciem Egonu Guby i Yvonny Lincoln (2009: 299), którzy wskazują, że kryteria jakości wiedzy obejmują wiarygodność i autentyczność. W tym sensie należy „[...] opisać badany świat społeczny na tyle żywo, aby tak czytelnik, jak i badacze, mogli prawie dosłownie widzieć i słyszeć zamieszkujących go ludzi – lecz zawsze w powiązaniu z teorią” (Glaser, Strauss 2009: 179). Opowiadamy się także za podejściem Adele Clarke (2003), zgodnie z którym założenie klasycznej teorii ugruntowanej o ograniczeniu prekonceptualizacji oznacza nie tyle postulat, by przystępując do badań, nie mieć żadnych założeń wstępnych (związanych ze znajomością wcześniejszych teorii oraz wyników badań), ile wskazanie, by na etapie opracowania danych zachować otwartość interpretacyjną (Clarke 2003; Frąckowiak-Sochańska 2019).

Podstawą empiryczną podjętych analiz są badania zrealizowane w ramach projektu „W kieracie pandemicznej codzienności: dynamika obszarów granicznych w trzech typach organizacji w Polsce”. Badania zostały przeprowadzone na bazie modelu badawczego obejmującego cztery zintegrowane techniki badawcze, a mianowicie:

1. Kwestionariusz ankiety zawierający pytania dotyczące zmiennych społeczno-demograficznych oraz sytuacji zawodowej i rodzinnej uczestników badań. Pytania kwestionariuszowe pozwoliły nakreślić najistotniejszy kontekst funkcjonowania osób badanych w obu domenach przed pandemią i w jej trakcie. Informacje z tego etapu badań pozwoliły uzyskać orientację w sytuacji rodzinnej i zawodowej osób badanych oraz oszacować zakres zmian, jakie zaszły w ich życiu codziennym w konsekwencji pandemii. Dzięki temu dane uzyskane na podstawie zastosowanej w drugim etapie techniki (dzienniczka czasoprzestrzennego codziennie wypełnianego i przesyłanego badaczkom) były od razu bardziej zrozumiałe. Ponadto przystępując do wywiadów

pogłębianych, mogliśmy od razu zadawać pytania odnoszące się do kwestii szczegółowych, zrozumiałych w kontekście danych z wcześniejszych etapów badań.

2. Dzienniczek czasoprzestrzenny – służący rejestracji dobowych aktywności, ich czasu i miejsca, interakcji podejmowanych w ich ramach oraz samoobserwacji odczuć towarzyszących tym aktywnościom. Dane z dzienniczka pozwoliły nam uzyskać informacje na temat ilości i jakości czasu poświęcanego na aktywności z domeny pracy zawodowej i życia prywatnego, ich oddzielania oraz nakładania się na siebie i przenikania. Badani wypełniali dzienniczek przez siedem dni (od poniedziałku do niedzieli) i codziennie o stałej porze przesyłali nam efekty swojej pracy. W konsekwencji przed przystąpieniem do wywiadów miałyśmy już rozeznanie, które sytuacje wywołują w badanych wrażenie pośpiechu, natłoku spraw, napięcia, stresu, frustracji, a które pozwalają odczuwać względny dobrostan. Widziałyśmy też, w jakich sytuacjach badani łączą, a w jakich rozdzielają aktywności w ramach obu domen. Dysponując tą wiedzą, mogliśmy skuteczniej pogłębiać istotne wątki wywoływane przez pytania składające się na scenariusz wywiadu.
3. Technika projekcyjna stanowiąca uzupełnienie historii (ang. *story completion*) na temat łączenia ról rodzinnych i zawodowych przez kobiety i mężczyzn w czasie pandemii¹³.
4. Wywiad pogłębiony o średnim stopniu standaryzacji – pozwalający opisać funkcjonowanie badanych w ramach obszarów granicznych w czasie pandemii. Podczas wywiadu badani mieli również okazję podzielić się refleksjami i odczuciami związanymi z całotygodniową pracą z dziennikiem czasoprzestrzennym oraz wykonywaniem zadania projekcyjnego. Pytania wywiadu dotyczyły strategii i taktyk zarządzania obszarem granicznym pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym, trudności doświadczanych w tym kontekście oraz przeżywanych emocji. Wypowiedzi badanych dotyczyły dwóch fal pandemii – wiosennej i jesienno-zimowej w 2020 roku. Na ich podstawie można porównać doświadczenia charakterystyczne dla tych okresów oraz zrekonstruować pewne elementy dynamiki zmian. Wywiady trwały średnio dwie godziny i ze względów bezpieczeństwa w warunkach pandemii były realizowane zdalnie za pomocą komunikatorów (Zoom, Skype, MS Teams). Zostały zarejestrowane w postaci plików audio oraz poddane transkrypcji. Łącznie uzyskałyśmy ponad 240 stron materiałów, które poddane zostały wielostopniowej analizie jakościowej (omówionej w dalszej części tekstu).

Choć zasadniczy materiał empiryczny omawiany w niniejszym artykule pochodzi z wywiadów, to jednak ma on charakter kumulatywny, gdyż treść wywiadów opiera się w znaczącym stopniu na wiedzy zgromadzonej dzięki pozostałym technikom badawczym – stanowi jej pogłębienie i poszerzenie.

13 Refleksje metodologiczne nad tą techniką badawczą oraz wnioski z badania za jej pomocą stanowią przedmiot odrębnego opracowania (w przygotowaniu). W tym miejscu jedynie zaznaczamy, że podczas wywiadów badani zostali poproszeni o odniesienie się do przygotowanych wcześniej historii. Z ich wypowiedzi wynika, że historie dzielą się na dwie zasadnicze grupy: 1) historie w dość wierny sposób odnoszące się do doświadczeń badanych (jak to ujął jeden z nich – „historie o nas”) oraz 2) historie odnoszące się do postulatycznych wyobrażeń, swistego idealnego świata powinności, w którym nawet najtrudniejsze wyzwania znajdują pozytywny finał (historie te pozwalają analizować wartości i schematy kulturowe znajdujące wyraz w konstruowanych opowieściach).

Badania były przeprowadzane od 12 listopada do 20 grudnia 2020 roku – w okresie drugiej fali pandemii w Polsce. W tym czasie dzienna liczba oficjalnie potwierdzonych nowych przypadków zachorowań wynosiła prawie 13 tysięcy, a szkoły prowadziły naukę zdalną na wszystkich poziomach nauczania. Uczniowie, niezależnie od wieku, pozostawali w domach. Żłobki i przedszkola funkcjonowały w reżimie sanitarnym, zawieszając działalność w przypadkach kwarantanny bądź nadzoru epidemiologicznego. Oznaczało to, że rodzice z dnia na dzień dowiadawali się o zamknięciu całej placówki lub skierowaniu konkretnej grupy na kwarantannę¹⁴. Obowiązujące obostrzenia dotyczyły funkcjonowania handlu i usług oraz instytucji kultury. Szczepienia nie były jeszcze dostępne (dopiero pod koniec grudnia 2020 r. rozpoczęto szczepienie przedstawicieli zawodów medycznych, pracowników służb społecznych oraz mundurowych) (Wikipedia 2020).

Próba do badań liczyła 12 osób dobranych celowo – proporcjonalnie pod względem płci, typu organizacji stanowiącej podstawowe miejsce zatrudnienia oraz sytuacji rodzinnej. Biorąc pod uwagę sytuację rodzinną osób badanych, autorki uwzględniły różnice związane z realizowaniem bądź nierealizowaniem funkcji opiekuńczych wobec niesamodzielnych członków rodziny (wiązało się to z posiadaniem lub nieposiadaniem małoletnich dzieci). Badani będący rodzicami mieli co najmniej jedno dziecko poniżej 12. roku życia.

Dobierając pracowników trzech typów organizacji: małych przedsiębiorstw rodzinnych, wielkich korporacji oraz organizacji pozarządowych (NGO) pracujących w trybie projektowym, autorki kierowały się kryteriami pozwalającymi uzyskać obraz zróżnicowanych stylów pracy oraz związanych z nimi relacji pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym. Wskazane organizacje różnią się pod względem stopnia formalizacji relacji służbowych – związanych z nakładaniem się bądź rozłącnością stosunków prywatnych i zawodowych. Istotne różnice polegają także na traktowaniu czasu pracy jako określonego kontraktu bądź podporządkowanego realizacji określonego zadania oraz na łączności lub rozłączności miejsca wykonywania pracy oraz życia prywatnego.

Większość badanych wraz z ogłoszeniem pandemii zaczęła pracować w domu (nieliczne osoby pracowały częściowo w domu, częściowo poza nim). Również nieliczne osoby miały doświadczenie pracy w domu przed pandemią. Dla uczestników badań będących rodzicami całkowitą nowością była konieczność wykonywania pracy zawodowej oraz stałej opieki nad dziećmi w tym samym czasie i miejscu.

Tabela 1 zawiera podstawowe dane pozwalające nakreślić sytuację zawodową oraz rodzinną osób badanych.

14 W związku z tym, że system przesyłania informacji o zachorowaniach na COVID i nałożeniu kwarantanny wymagał pewnego czasu na przetwarzanie danych, zdarzały się sytuacje, w których rodzice przyprowadzali dzieci do placówek i na miejscu dowiadawali się o niemożności pozostawienia ich z powodu zagrożenia epidemicznego.

Tabela 1. Cechy społeczno-demograficzne uczestników badań

Nr	Płeć	Miejsce pracy	Liczba dzieci	Wiek dzieci	Stan cywilny
1	Kobieta	Firma rodzinna	2	14 i 8 lat	Zamężna
2	Mężczyzna	Firma rodzinna	0	–	Żonaty
3	Mężczyzna	Firma rodzinna	2	11 i 8 lat	Żonaty
4	Kobieta	Firma rodzinna	0	–	Samotna
5	Mężczyzna	Korporacja	2	4 i 2 lata	W związku partnerskim
6	Mężczyzna	Korporacja	0	–	Żonaty
7	Kobieta	Korporacja	2	14 i 8 lat	Zamężna
8	Kobieta	Korporacja	0	–	W związku partnerskim
9	Mężczyzna	NGO	0	–	W związku partnerskim
10	Mężczyzna	NGO	2	10 i 7 lat	Żonaty
11	Kobieta	NGO	1	5 lat	Rozwiedziona, samodzielna matka
12	Kobieta	NGO	0	–	W związku partnerskim

Źródło: opracowanie własne.

Pierwszy etap analizy danych stanowiła analiza za pomocą klucza kodowego przygotowanego na podstawie teorii obszarów granicznych (ang. *boundary theory*). Do klucza kodowego zostały także włączone kategorie dotyczące podziału ról płciowych oraz emocji doświadczanych przez badanych w kontekście obszarów granicznych. W tym stadium eksploracji danych wypowiedzi dotyczące emocji były kodowane za pomocą jednej, możliwie szerokiej kategorii. Na tym etapie zauważyliśmy, że najbardziej rozbudowane opisy emocji pojawiały się w wypowiedziach osób będących rodzicami dzieci, przebywających w czasie świadczenia pracy zdalnej pod ich stałą opieką. Opisy te odnosiły się do emocji, które można uznać za bardziej intensywne w porównaniu z emocjami opisywanymi przez osoby niebędące rodzicami. Prawdopodobnie tę można wyjaśnić, zważywszy na fakt największego spiętrzenia obowiązków wynikających z pracy zawodowej i opiekuńczej (wraz z towarzyszącymi jej elementami niezbędnej nieodpłatnej pracy w gospodarstwie domowym)¹⁵. Porównanie wypowiedzi na temat emocji rozmówców będących oraz niebędących rodzicami wskazuje, że ci pierwsi odno-

15 Mechanizmy te były opisywane we wcześniejszych pracach (powstałych na długo przed pandemią) poświęconych łączeniu pracy zawodowej, pracy opiekuńczej i pracy w gospodarstwie domowym (Hochschild, Machung 1989/2012) oraz doświadczaniu czasu wolnego (Bittman, Wajcman 2000).

sili się przede wszystkim do emocji wzbudzanych w sferze prywatnej i wpływających zarówno na doświadczanie sfery prywatnej, jak i zawodowej, natomiast ci drudzy odnosili się raczej do emocji wzbudzanych w sferze pozadomowej (przykładem jest lęk przed kontaktem z innym człowiekiem w przestrzeni publicznej), które nie miały większego rezonansu ani w przestrzeni publicznej (gdź zlokalizowane w niej interakcje są z natury swej przelotne), ani w prywatnej (gdzie badani odnajdywali swoiste schronienie).

Biorąc pod uwagę wnioski ze wstępnej analizy danych, postanowiliśmy bliżej przyjrzeć się dynamice doświadczeń emocjonalnych pracujących rodziców. Nasz cel badawczy sformułowaliśmy w kategoriach opisowo-wyjaśniających. Zależało nam za opisaniu procesu dynamiki emocjonalnej oraz zrozumieniu jego kontekstu. Podjęliśmy się więc ponownej analizy wypowiedzi pracujących rodziców. Punktem wyjścia do niej było kodowanie otwarte, które miało na celu eksplorację tekstu z perspektywy emocji pracujących rodziców, odczuwanych w kontekście zmian, jakie zaszły w ramach obszaru granicznego. Następnie przystąpiliśmy do kodowania skoncentrowanego (ukierunkowanego i selekcyjnego). Ze względu na specyfikę materiału badawczego przyjęto zasadę kodowania akapitami, które w większości były logiczną konsekwencją pytań zadawanych w wywiadzie oraz wątków wprowadzanych przez osoby badane. Wybór powtarzalnych i istotnych z perspektywy wyłaniającej się teorii kodów posłużył całościowej kategoryzacji danych. Kierowaliśmy się również zasadą teoretycznego nasycania kategorii, oznaczającą przeszukiwanie zbioru danych do momentu, kiedy w kolejnych wypowiedziach pojawiają się dane podobne do już zebranych, a dalsza eksploracja materiału badawczego nie prowadzi już do nowych spostrzeżeń teoretycznych (Charmaz 2009b: 147). Konstruowane w toku analizy kategorie dotyczyły: 1) emocji doświadczanych przez jednostki, 2) kontekstu przeżywanych emocji (elementów sytuacji wyzwalających określone emocje). Granice pomiędzy wyżej wymienionymi kategoriami były niejednokrotnie płynne. Często badani w jednej wypowiedzi odnosili się do zewnętrznych uwarunkowań przeżywanych emocji, intensywności uczuć i form ich ekspresji oraz zwrotnego wpływu emocji na obszar graniczny i umiejscowione w jego ramach relacje rodzinne i zawodowe.

Na wszystkich etapach analizy wykorzystywaliśmy program MAXQDA. Prezentując materiał badawczy, posłużyliśmy się cytatami wyselekcjonowanymi pod względem istotności i trafności egzemplifikacyjnej dla wypowiedzi zawierających podobne treści. W tym kontekście należy zaznaczyć, że badani różnili się między sobą gotowością do bezpośredniego wypowiedzania się na temat własnych emocji. Jest to zrozumiałe, gdyż gotowość ta jest pochodną wielu różnic indywidualnych, zależnych od zmiennych osobowościowych oraz znaczących doświadczeń socjalizacyjnych, na podstawie których kształtują się wzory reagowania emocjonalnego (na przykład związane z otwartością ekspresji emocji lub powściągliwością i ukrywaniem emocji), nawykowe sposoby interpretowania określonych sytuacji zewnętrznych w kategoriach emocjonalnych, a także stopień refleksyjności na temat emocji oraz zdolność werbalizacji i retrospektywnej analizy własnych emocji. Należy dodać, że sytuacje utraty równowagi emocjonalnej, choć społecznie podzielane, są w dużej mierze tabuizowane, co mogło utrudniać otwarte mówienie o nich w sytuacji wywiadu. Analizie zostały zatem poddane przede wszystkim wypowiedzi tych osób, które werbalizując w bezpośredni sposób

własne doświadczenia emocjonalne, dostarczały nasyconych (gęstych) opisów (Bielecka-Prus 2012). Dane te (choć pochodzą od niewielu osób) są na tyle bogate, że uznałyśmy, iż mogą one stanowić podstawę analizy. Na ich bazie możliwe okazało się bowiem prześledzenie związków pomiędzy uwarunkowaniami zewnętrznymi, destabilizacją emocjonalną przeżywaną przez jednostki, konsekwencjami owej destabilizacji dla funkcjonowania mikrostruktur oraz sposobów przywracania (względnej) równowagi. Na etapie prezentacji danych pewne rekonstruowane przez nas procesy niejednokrotnie ilustrujemy na przykładzie wypowiedzi tych samych rozmówców, ponieważ pozwala to w klarowny sposób zobrazować zależności przyczynowo-skutkowe. Analiza konkretnych przypadków pozwala, jak pisze Robert K. Yin (2015: 36): „[...] zachować jednocześnie perspektywę historyczną i kontekst rzeczywistości, co warto wykorzystać [...] w badaniach cyklu życia jednostek [również w momentach kryzysów – przyp. autorek], zachowań małych grup, procesów organizacji i zarządzania, zmian w środowisku zamieszkania [...]”. Interpretacja osobistych narracji uczestników badań pozwala uzyskać wgląd w proces werbalizacji i kategoryzacji doświadczeń, które *in statu nascendi* zachodzą z reguły w sposób wykluczający bądź znacznie ograniczający świadomą refleksję. Przeżywanie intensywnych napięć, którym często towarzyszy niekontrolowana ekspresja emocji oraz spontaniczne (nie zawsze skuteczne) poszukiwania ulgi, wykluczają bowiem namysł oraz analizę zależności przyczynowo-skutkowych, które są możliwe dopiero z perspektywy retrospekcji. Jak pisze Charlotte Linde (2001: 160), analiza jednostkowych narracji pozwala uzyskać wgląd w milczącą wiedzę płynącą z doświadczenia, ze szczególnym uwzględnieniem wiedzy o interakcjach i praktykach społecznych. Zaprezentowana przez nas analiza materiału badawczego nosi znamiona wielokrotnego studium przypadku, obejmującego więcej niż jeden przypadek, w którym analizy są podsumowywane zestawem wspólnych przekrojowych wniosków (Yin 2015: 50). Według Yina (2015: 91–92): „Każde studium przypadku jest **pełnym badaniem**, w którym poszukuje się spójnych danych dotyczących faktów i wniosków dla danego przypadku. Wnioski z każdego przypadku traktuje się jako informacje wymagające replikacji w innych jednostkowych przypadkach”.

Analizowane dane nie spełniają rzecz jasna kryterium reprezentatywności, lecz wiarygodności i autentyczności w znaczeniu przypisanym przez Gubę i Lincoln (2009). W tym kontekście uzasadniona jest refleksja dotycząca tego, w jakim stopniu doświadczenia opisywane przez uczestników badań oraz narracje na ich temat były (są) społecznie podzielane. Innymi słowy, stawiamy pytanie, w jakim stopniu pracujący zawodowo rodzice, przywołując doświadczenia pierwszego roku pandemii, mogą odnaleźć się w analizowanych przez nas narracjach konstruowanych przez badanych.

Wnioski teoretyczne sformułowane na podstawie badań dotyczą związków pomiędzy zewnętrznymi okolicznościami wyznaczanymi przez makrospołeczny (globalny) kryzys a obszarem granicznym (konfiguracją praca–rodzina), w ramach którego dochodzi do destabilizacji emocjonalnej jednostki oraz podejmowanych przez nią prób odzyskania równowagi. Wnioski te pozwalają również w możliwie precyzyjny sposób opisać linie napięć w ramach obszaru granicznego, są zatem głosem w dyskusji wokół teorii obszarów granicznych.

Analiza wyników badań własnych

Jak wspomniano wcześniej, do przedstawionej poniżej analizy zostały wybrane wypowiedzi charakteryzujące się dużym nasyceniem (gęstością) opisów doświadczeń emocjonalnych. Były to wypowiedzi w otwarty sposób odnoszące się do emocji, kontekstów ich przeżywania oraz sposobów radzenia sobie z nimi, sformułowane przez:

- 1) osobę badaną 1 (resp. 1): pracującą w firmie rodzinnej, zamężną matkę dwóch synów w wieku 8 i 14 lat;
- 2) osobę badaną 7 (resp. 7): pracującą w korporacji, zamężną matkę 8-letniej córki i 14-letniego syna;
- 3) osobę badaną 11 (resp. 11): pracującą w organizacji pozarządowej, rozwiedzioną, samodzielną matkę 5-letniego syna;
- 4) osobę badaną 5 (resp. 5): pracującego w korporacji, żyjącego w związku partnerskim ojca 4-letniej córki i 2-letniego syna.

Emocje doświadczane przez pracujących rodziców – od lęku przez złość do wyczerpania emocjonalnego

Opisy emocji doświadczanych przez osoby badane odnosiły się do stanów afektywnych opatrzonych konkretną etykietą (nazwą emocji, np. smutek, złość, niepokój) lub do ogólnie rozumianych stanów zaburzonej homeostazy (ujmowanych w kategoriach stresu, zdenerwowania i napięcia). Analizowane wypowiedzi dotyczyły również form ekspresji (np. płaczu, krzyku), na podstawie których można zrekonstruować uczucia narratorów (którzy sami nie nadawali znaczeń relacjonowanym formom ekspresji¹⁶). Wypowiedzi badanych wskazują na swoistą dynamikę reakcji emocjonalnych – od bardzo silnego lęku (przyjmującego postać paniki), poprzez stałe napięcie i towarzyszące mu uczucie irytacji i złości, ale też smutku, po doświadczenie wyczerpania emocjonalnego. Badani odwoływali się do zewnętrznych uwarunkowań swoich doświadczeń oraz wskazywali wpływ emocji na relacje w sferze mikrospołecznej.

Osoby badane opisywały stany afektywne dominujące na samym początku pandemii w kategoriach paniki (bardzo silnego strachu) stanowiącej reakcję na bezpośrednie zagrożenie zdrowia i życia oraz groźbę utraty środków do życia. W opisach emocji narratorzy posługiwali się impulsywnym słownikiem emocji (Gordon 1989; Turner, Stets 2009). Wskazują na to następujące wypowiedzi¹⁷:

Jeszcze wtedy była taka **psychoza** straszniejsza, z tą pandemią, więc to też na pewno negatywnie wpływało (resp. nr 5).

16 Można założyć, że powodem braku nazywania przez badanych emocji może być albo uznanie ich oczywistości, albo mniejsza gotowość do „mówienia o emocjach” (w ogóle bądź w sytuacji wywiadu), wynikająca z określonych doświadczeń socjalizacyjnych.

17 W analizowanych wypowiedziach zaznaczone zostały słowa kluczowe, najpełniej odzwierciedlające wyodrębnione kategorie. Wszystkie zaznaczenia pochodzą od autorek.

W tym pierwszym lockdownie, w tym wiosennym, to w zdecydowanie gorszej sytuacji byłam, bo tam **panika** była inna i faktycznie te warsztaty były całkowicie odwołane, tak że ja miałam przychód zero [...] (resp. nr 11).

Jak wskazują powyższe wypowiedzi, przedmiotem lęku była zarówno sama sytuacja epidemii groźnej i nieznannej wcześniej choroby, jak i zagrożenie ekonomicznych podstaw egzystencji badanych.

Początek pandemii jawi się również jako czas zawieszenia społecznych reguł odczuwania i ekspresji emocji (Thoits 1990; Hochschild 2009). Wątek ten jest zawarty w następującej wypowiedzi:

Te **emocje były tak spuszczone ze smyczy, że szalały** i szalały wszystkim. To nie było tak, że tylko ja krzyczałam. **Moje dzieci krzyczały, ja krzyczałam, dzieci sąsiadów krzyczały i sąsiedzi krzyczeli, wszyscy krzyczeliśmy.** Jedna wielka atmosfera hysterii. Łatwo było to spuścić ze smyczy (resp. nr 1).

Powyższą wypowiedź można interpretować w kontekście „anomalii emocjonalnej” (Sawicka 2015: 192) – załamania systemów norm związanych z ekspresją impulsów emocjonalnych (Gonzales 2012; Sawicka 2015). Kluczowe znaczenie ma tutaj zawieszenie reguł rozdzielania kontekstów prywatnego (w którym jednostki mogą pozwolić sobie na okresową utratę kontroli nad emocjami) od publicznego (w którym obowiązują reguły selektywnej autoprezentacji na podstawie samokontroli emocjonalnej). Jednostki tracą kontrolę nad emocjami i są świadkami utraty kontroli przez innych. Znaczenie tracą elementy statusu społecznego oraz role porządkujące interakcje (np. rola dziecka i dorosłego), które w „normalnych” warunkach wpływają modyfikująco na ekspresję emocji, a zwłaszcza te jej formy, które stają się (bądź mogą się stać) widoczne (lub słyszalne) dla innych osób.

W miarę trwania pandemii charakterystycznymi doświadczeniami pracujących zawodowo rodziców zaczęły być ciągle napięcie i przeciążenie, potęgowane przez nieustanny brak czasu dla siebie i brak możliwości regeneracji sił:

Za dużo tego wszystkiego, co cały czas dociera [...] **stresu, napięcia** [...] taki **alert** [...] **przebudzowanie** [...]. Mam wrażenie, jak takie struny po prostu mocno naciągnięte, że te możliwości fizyczne, psychiczne są po prostu już na takich granicach. **Brak możliwości rozładowania tego napięcia** wydaje mi się, że tak negatywnie wpływa (resp. nr 11).

Jedną z reakcji na opisywaną powyżej sytuację jest smutek:

To jest dla mnie takie trudne i trochę **smutne** jednocześnie, bo jakby ja tego czasu dla siebie nie mam. Bo nie mam kiedy go mieć najzwyczajniej w świecie [...] co mi mocno dało w kość, to taki **brak wytchnienia** [...] (resp. nr 11).

Uczucie smutku stanowi reakcję na stratę. Relacjonowane przez rozmówczynię doświadczenia związane z pandemią odnoszą się do utraty spokoju i czasu dla siebie, a co za tym idzie – doświadczenia integracji z samym sobą oraz wolności dysponowania własnym czasem (choćby w najbardziej podstawowym zakresie)¹⁸.

Inną emocją doświadczaną w sytuacji ciągłego nakładania się obszarów pracy zawodowej i życia prywatnego, nieustannie napływających obowiązków oraz braku jasnych granic pozwalających zakończyć aktywności zawodowe i przejść do prywatnych jest irytacja, będąca pochodną złości:

[...] Czasami mnie faktycznie **irytuje**, bo bym chciała to zamknąć, skończyć i przejść do jakiegoś innego tematu, właśnie prywatnego. A to jest tak, że nie mogę skończyć jednego, coś zaczynam prywatnego, ale za chwilę muszę wrócić, bo znowu jakieś spotkanie, jakiś telefon. Więc to jest takie przeplatanie, które nie daje równowagi (resp. nr 7).

Doświadczenie złości było relacjonowane nie tylko w kontekście ingerencji życia zawodowego w prywatne, ale także prywatnego w zawodowe oraz napięć w obrębie złożonej domeny prywatnej (wynikających na przykład z bycia rodzicem więcej niż jednego dziecka). Traktuje o tym poniższa wypowiedź pracującej matki dwojga dzieci:

Od 12 marca do końca marca to było cały czas **denerwowanie**, cały czas **napięcie** i **złość**. Złościłam się na siebie i na nich [synów rozmówczyni – przyp. autorek]. Ja wybrałam wtedy to, żeby pomagać im, ale to też było za mało, bo ja musiałam pomagać im obu naraz. W tym czasie dzwonili klienci, którzy oczekiwali, że wszystko będzie na czas i każdemu z nich musiałam mówić, że wszyscy jesteśmy w tej samej sytuacji, jest pandemia, mam dzieci w domu, trudno. Nie lubię tak jednak. Ja jestem terminowa (resp. nr 1).

Powyższa wypowiedź odnosi się również do niemożności działania na podstawie własnych standardów, co może być do pewnego stopnia doświadczeniem alienującym (utrudniającym „bycie sobą” – taką, jaką rozmówczyni знаła siebie z czasu przed pandemią).

Złość była także relacjonowana w kontekście porównań społecznych dotyczących własnej sytuacji – braku czasu dla siebie, kumulujących się obowiązków, stresu i przeciążenia – z sytuacją osób, które na skutek przeniesienia pracy do domu zyskały sporo wolnego czasu. Rozmówczyni, która wcześniej relacjonowała funkcjonowanie na granicy swoich możliwości emocjonalnych i energetycznych, ujmuje to następująco:

18 Z danych z dzienniczka wypełnianego przez uczestniczkę badań nr 11 wynika, że w czasie, kiedy jej dziecko korzystało z opieki przedszkolnej, rozpoczynała ona dzień od praktyk duchowych, które, jak pisała w komentarzach, „dawały jej siłę”, natomiast w czasie kwarantanny grupy przedszkolnej dziecka rozpoczynała dzień od pracy opiekuńczej lub prac w gospodarstwie domowym wynikających z opieki, starając się jak najszybciej wygospodarować czas na wykonanie obowiązków zawodowych. W dobowym budżecie czasu nie było już miejsca na praktyki duchowe.

[...] mam w swoim otoczeniu osoby, które żyć nie umierać. Siedzą na home office 2–3 godziny i zajmują się kwiatkami w ogrodzie i gotowaniem obiadków i wymyślaniem. I tak mnie **denerwują** (resp. nr 11).

W analizowanych wypowiedziach zaznaczył się także wątek zależności pomiędzy rozszerzaniem się obszaru granicznego, który w zasadzie rozciąga się na całość codziennego życia w pandemii, a narastającym kryzysem emocjonalnym. Relacjonując swoje doświadczenia, narratorzy posługiwali się terminologią opisującą zaburzenia psychiczne bądź porównywali swój stan emocjonalny do stanów ujmowanych w kategoriach psychiatrycznych. Oto przykład reprezentatywny dla tej kategorii:

Właściwie aż do czerwca **miałam poczucie, że jestem w kilku miejscach naraz. Cały czas myślałam jeszcze o tym, że muszę** odesłać pracę, muszę zeskanować [...]. **Mimo że wyznaczyliśmy sobie te godziny**, to ja i tak wiedziałam, że muszę odesłać do którejś godziny pracę jednego syna, drugiego syna [...]. **Nie byłam ani w jednym, ani w drugim miejscu.** W kwietniu **miałam taki kryzys, że właściwie całą Wielkanoc przepłakałam** [...] Faktycznie dużym stresem było to, że **moje stany lękowe wracały**. [...] Był to rodzaj załamania (resp. nr 1)¹⁹.

Powyższa wypowiedź odnosi się do początkowego okresu pandemii. Narratorka umieszcza doświadczenie kryzysu emocjonalnego w kontekście ciągłego poczucia powinności, bezowocnych prób kontrolowania obszaru granicznego oraz doświadczenia, które można określić mianem alienującego paradoksu, polegającego na poczuciu, że jest się w obu domenach naraz, a równocześnie nie jest się (w pełni) w żadnej z nich. Wypowiedź ta wskazuje również na powiązania pomiędzy kondycją psychiczną jednostki a uwarunkowaniami społecznymi. Relacjonowanych przez rozmówczynię zaburzeń lękowych nie można postrzegać wyłącznie w kategoriach problemów osobistych, gdyż czynnikiem wyzwającym ich pojawienie się bądź nawrót jest stres pochodzenia społecznego.

Z wypowiedzi badanych wynika, że w późniejszym okresie pandemii doznaniom lękowym zaczęły towarzyszyć doświadczenia opisywane w kategoriach depresji:

[...] miałem bardzo zły okres w październiku, jak ta fala rosła, wpływa bardzo na mnie to. [...] miałem takie emocje, aż taką może... **depresja** to za mocne słowo, ale takie **zachwianie**, takie **stany niepokoju** i takiego **poczucia beznadziejności** [...] Potem jakoś to się poprawiło, ale [...] mam duże obawy co do przyszłości [...] (resp. nr 5).

Narrator relacjonuje wyczerpanie emocjonalne związane z przedłużającym się kryzysem. Choć jego stan uległ poprawie, w dalszym ciągu towarzyszą mu obawy o przyszłość. Cytowana wypowiedź wskazuje na mechanizmy przyczyniające się do obniżenia nastroju na skutek przewlekłego stresu

19 Relacjonowane przez rozmówczynię doświadczenie stanów lękowych nie jest doświadczeniem jednostkowym i rzadkim, gdyż – jak wskazują międzynarodowe dane epidemiologiczne – od jednej czwartej do jednej trzeciej światowej populacji doświadcza problemów zdrowia psychicznego, spośród których najpowszechniejsze stanowią zaburzenia lękowe, zaburzenia nastroju oraz problemy związane z nadużywaniem substancji psychoaktywnych. Problemy te często współwystępują i są uznawane za pochodną nadmiernego stresu społecznego (WHO 2022b).

społecznego (Murawiec, Wierzbiński 2016). W wypowiedzi tej zawarty jest również wątek niestabilności stanu emocjonalnego – uczucie niepokoju ulega na zmianę nasileniu i zmniejszeniu, choć w związku z trwającym zagrożeniem zewnętrznym oraz codziennymi obciążeniami nie znika. Można zatem przypuszczać, że kryzys emocjonalny może nawracać w mniej lub bardziej nasilonej formie, a osiągnięcie względnej równowagi w warunkach obciążeń związanych z pandemią nie oznacza pełni dobrostanu emocjonalnego.

Reakcje emocjonalne opisywane w cytowanych wypowiedziach wskazują na przeżywany dystres, lecz wydają się adekwatne wobec ciągłości sytuacji stresogennej i niesłabnącego natężenia obciążeń²⁰.

Kontekst emocji: załamanie dotychczasowego porządku i próby odzyskania równowagi

W narracjach dotyczących warunków uruchamiających określone reakcje emocjonalne zaznaczają się wątki dotyczące: 1) załamania dotychczasowego porządku przy braku krystalizacji nowego; 2) pierwszych, podejmowanych *ad hoc*, nieskutecznych prób przywracania równowagi; 3) związanej z tym utraty sprawczości i poczucia bezpieczeństwa; 4) dalszego komplikowania się relacji między pracą zawodową a życiem prywatnym; 5) prób strategicznego porządkowania obszaru granicznego wobec przedłużającej się pandemii (z uwzględnieniem strategii polegających na pracy emocjonalnej); 6) trudności przeżywanych w tym zakresie.

Z wypowiedzi osób badanych wynika, że początek pandemii był doświadczany jako sytuacja nagłej straty dotychczasowej rutyny, tworzącej względnie bezpieczne ramy codzienności. Wskazuje na to poniższa wypowiedź:

Gdy to się wydarzyło od marca, to najpierw był to **zupełny dramat**. Mój mąż jeszcze chodził do pracy [...] Jedno dziecko jest ze szkoły sportowej i ma zajęć sportowych po 3 godziny dziennie, znaczy miał. Nagle z **dnia na dzień** zostaje tego **pozbawiony**. Nauczyciele bez żadnych narzędzi, **nie wiedzą, co mają zrobić**, wysyłają maile, w których mają w totalnie niewyważonych proporcjach zadania dla dzieci. Okazuje się, żeby zrobić to z młodszym synem, to od 4 do 6 godzin to jest minimum, a okazuje się, że to nie wszystko. Starszy syn **siedzi i płacze**, bo **nie może się połączyć, nie wie, co ma zrobić**, tu go wyrzuca, nie wie, jak obsłużyć, każdy nauczyciel włącza inny program i on **nie wie, co z tym zrobić** (resp. nr 1).

Użyte przez narratorkę słowa kluczowe odnoszą się do braku sprawowania kontroli poznawczej oraz dostępnej wiedzy proceduralnej w sytuacji załamania dotychczasowego porządku. W tym przypadku niemożliwe jest kontynuowanie znanych sposobów działania, a nowe jeszcze nie zostały wytworzone. W konsekwencji pojawia się uczucie bezradności i adekwatna do niego ekspresja.

20 Co ciekawe, badani w swoich wypowiedziach nie nawiązywali do okresu letniego (wakacyjnego), w którym można było do pewnego stopnia zregenerować siły. Może to oznaczać, że doświadczana w czasie trwania badań druga fala pandemii przywoływała na myśl doświadczenia z pierwszej fali, przez co badani postrzegali ciągłość stresogennych doświadczeń.

Na początku pandemii pracujący zawodowo rodzice znaleźli się w sytuacji nieustającego konfliktu ról rodzinnych i zawodowych, bez możliwości jego złagodzenia. Z wypowiedzi, w których badani zestawiali okres pierwszej i drugiej fali pandemii, wynika, że czynnikiem najbardziej różnicującym sposób funkcjonowania rodzin z dziećmi oraz emocje dominujące w obu okresach była dostępność bądź brak dostępności instytucji opiekuńczych. W tym kontekście różnicowane są jakość i natężenie przeżywanych emocji oraz mniej lub bardziej konstruktywne próby radzenia sobie z nimi. Jeden z narratorów porównuje początkowy okres pandemii (kiedy zamknięto przedszkola²¹) z późniejszym okresem, w którym przeprowadzane były badania (kiedy możliwe było korzystanie z placówek opiekuńczych):

[...] jak dzieci nie były w przedszkolu, to emocje były bardzo, bardzo duże. I bardzo, bardzo niedobre, niezdrowe. Było bardzo dużo stresów, bardzo dużo frustracji. Codziennie, od rana do wieczora [...]. Bo też dzieci później wstawały, później się kładły spać. Ja miałem mniej czasu dla siebie, jeszcze mniej [...] niż teraz, więc było dużo stresu. Ja pamiętam, że na przykład uciekałem się do jakichś wieczornych drinków, żeby się rozluźnić na przykład. Teraz mniej, no widać od razu różnicę po prostu, że nie mam takiej potrzeby (resp. nr 5).

Kolejna wypowiedź precyzuje trudności związane z nakładaniem się zobowiązań zawodowych oraz pełnowymiarowej pracy opiekuńczej bez jakiegokolwiek wsparcia (instytucjonalnego ani nieformalnego):

Dla mnie chyba takim najtrudniejszym dotąd czasem to był teraz ten czas kwarantanny [grupy przedszkolnej dziecka rozmówczyni – przyp. auterek], dlatego że w tym krótkim czasie miałam dwa zlecenia [...] i dla mnie to była właśnie najtrudniejsza ta symultaniczność wszystkiego. Dziecka, pracy, obiadu, rozlanego mleka, telefonów siostry, telefonów zleceniobiorcy [...] nie ma takiego odsapnięcia nawet, żeby do tej babci na godzinkę chociaż czy dwie (resp. nr 11).

W opisywanych warunkach zasoby rodziny i jednostki wyczerpują się bez możliwości ich regeneracji.

Od początku pandemii jednostki podejmowały *ad hoc* chaotyczne działania mające na celu uporządkowanie obszaru granicznego. Działania te, z racji swej nieskuteczności, powodowały uczucie wyczerpania oraz zwrotnie obniżały poczucie sprawczości i bezpieczeństwa. Charakterystyczne dla tego okresu były silne emocje (lęk, złość, smutek, poczucie bezsilności) oraz ich intensywne wyrażenie utrudniająca komunikację z bliskimi. Traktuje o tym następująca wypowiedź:

21 Choć od maja 2020 roku przywrócono działalność przedszkoli i żłobków, wielu rodziców zrezygnowało z posyłania do nich dzieci z obawy przed zakażeniem. Rodzice dzieci w wieku szkolnym byli pozbawieni możliwości wyboru, ponieważ szkoły do końca roku szkolnego pracowały w trybie zdalnym. Wątkami pojawiającymi się w kontekście niedostępności placówek były m.in. obniżenie standardów dotyczących sposobów spędzania czasu z dziećmi i przeznaczanie przez dzieci znacznej ilości czasu na siedzenie przed telewizorem, komputerem lub zabawę z wykorzystaniem innych urządzeń elektronicznych (resp. 5, resp. 11).

Przez pierwsze dwa tygodnie nie byłam w stanie pracować w ogóle. Nie wykonałam żadnego zadania służbowego, po prostu **gasiłam pożary**. Próbowałam wytłumaczyć dzieciom, co się dzieje, próbowałam robić z nimi lekcje i jednocześnie włączyć 5 programów, zeskanować 4 rysunki. **Robiłam wszystko równocześnie, próbując sobie poradzić z tymi emocjami**, które wiązały się z moimi zadaniami, bo miałam zakontraktowane jakieś warsztaty [...], których nie mogłam zrealizować, a poniosłam jakieś koszty. Wtedy mój mąż wracał z pracy, a **ja już tylko krzyczałam na przemian z płakaniem. Mój mąż się denerwował, że dlaczego krzyczę**, „ja wracam do domu, a ty po prostu krzyczysz”. **Dzieci płaczą, ja krzyczę** i to były pierwsze dwa tygodnie (resp. nr 1).

Powyższą wypowiedź można interpretować w odniesieniu do teorii Edley (2001), zgodnie z którą w ramach obszaru granicznego pracujący rodzice synchronicznie zajmują się pracą zawodową, realizują funkcje opiekuńcze i wykonują pracę emocjonalną, związaną z bliskimi relacjami. Prowadzi to jednak do wzajemnego blokowania aktywności podejmowanych w domenie zawodowej i prywatnej, narastającego stresu (który uniemożliwia skuteczne działanie) oraz przeciążenia, którego konsekwencją jest utrata kontroli nad emocjami, utrudniająca porozumienie z bliskimi. Z cytowanej wypowiedzi wyłania się również obraz małżonków funkcjonujących w odległych od siebie kontekstach. Kontekst domowy staje się niezrozumiały dla mężczyzny pracującego poza domem. Tym samym niezrozumiałe są dla niego emocje przeżywane przez bliskich w ramach obszaru granicznego.

Z materiału badawczego wynika, że próby zmniejszania chaosu codzienności rozpoczynały się od wdrażania rozwiązań, które sprawdzały się w rzeczywistości przedpandemicznej. Odmienność nowej sytuacji sprawiała jednak, że w aktualnych warunkach środki te okazywały się nieskuteczne. Traktuje o tym poniższy fragment narracji:

Marzec to była jedna wielka histeria. Kwiecień próba opanowania chaosu. Od maja [...] sobie coś wypracowaliśmy [...] Po pierwszych dwóch tygodniach po prostu usiedliśmy i zaczęliśmy rozmawiać, co z tym zrobić [...] on [mąż rozmówczyni – przyp. autorki] jest od systemów informatycznych i próbował nam ten czas zorganizować, ale nie uczestniczył w tym i nie wiedział, co się dzieje, gdy go nie ma. Nijak nie mógł tego usystematyzować (resp. nr 1).

Niepowodzenia prób uporządkowania obszaru granicznego mogą również wynikać z faktu, że intensywne emocje na początku przeżywania kryzysu nie poddają się strategiom racjonalnego opanowania.

Nieskuteczność prób radzenia sobie w nowej sytuacji i powtarzalność niepowodzeń w tym zakresie pociągają za sobą poczucie braku sprawczości, co jeszcze bardziej ogranicza poczucie bezpieczeństwa. Wskazują na to następujące słowa informatorki:

To był dla mnie powiedzieć **dyskomfort**, to jest eufemizm. **To było na poziomie cierpienia chyba. Nie byłam w stanie sprostać niczemu. Nie byłam w stanie pomóc im**, bo oni nadal płakali i nie wiedzieli, co mają zrobić, **ani nie wykonywałam pracy. Przez całe dwa tygodnie robiliśmy coś, a nie zrobiliśmy niczego** (resp. nr 1).

Wobec przedłużającej się sytuacji kryzysu badani stopniowo konfrontowali się z koniecznością zbudowania nowego ładu, który uczyni codzienne życie znośnym. Narratorka relacjonuje ową konfrontację następującymi słowami:

Dzień po dniu spróbowaliśmy z dziećmi coś sobie wypracować i zaczęliśmy od tego, że zdaliśmy sobie sprawę po tych dwóch tygodniach, że to nie będzie na dwa tygodnie, tylko trochę dłużej [...] (resp. nr 1).

Próby uporządkowania relacji praca–rodzina sprowadzały się do wyznaczenia granic czasowych (wydzielenia godzin pracy) i do pewnego stopnia przestrzennych (wyodrębnienia miejsca pracy w domu, do którego członkowie rodziny mają ograniczony dostęp). Wdrożenie nowego ładu wymaga jednak wysiłku, podczas gdy badani zmagający się ze stałym poczuciem przeciążenia, bez możliwości regeneracji zasobów psychofizycznych, nie mieli siły na wprowadzanie zmian. Wątek ten pojawia się w następującej wypowiedzi:

[...] były takie plany, żeby to spróbować wdrażać, ale [...] nie wychodziło za bardzo [...] to by wymagało tego, że ktoś by musiał wstawać bardzo wcześnie, żeby zacząć wcześniej, albo z drugiej strony przeciągać do późnych godzin wieczornych. I ja [...] jak dzieci się późno kładą spać, nie jestem w stanie wstawać o godzinie 5:00, żeby pracować. Może bym był mniej zmęczony psychicznie, gdyby na przykład była taka równowaga, ale już [...] po prostu takie koło błędne się kręciło, że nie byłem [...] w stanie z niego wyjść [...] nie miałem energii, przez to nie miałem woli, żeby to zrobić, wprowadzić w życie (resp. nr 5).

Próby odzyskiwania kontroli nad codziennością wiązały się również z trudnościami wynikającymi z nawykowych zachowań, których wzory zostały ukształtowane przed kryzysem:

Zaczęliśmy od tego, że powiedziałam, że są pewne godziny, w których ja pracuję i proszę nie przychodzić [...] To zaczynało działać, ale w bólach. Szczególnie to młodsze chciało mieć rozwiązanie problemu tu i teraz. Z jednej strony on rozumie, że ja tu pracuję [...] [ale z drugiej strony – przyp. autorek] szkoła jest ważna i ze szkołą zawsze można przyjść do mamy [...] Widział, co się działo przez wcześniejsze dwa tygodnie, jak tylko krzyczałam i płakałam, więc do niego to dotarło, że tak tego nie zrobimy (resp. nr 1).

Powyższa wypowiedź wskazuje również, że w interakcji z dziećmi pojawiają się trudności związane z mniejszą możliwością samokontroli i brakiem spójności pomiędzy poznawczym rozumieniem sytuacji a zdolnością do behawioralnego dostosowania się do jej wymagań.

W kontekście zawieszenia granic przestrzennych i słabości granic czasowych między pracą zawodową a życiem prywatnym różnicowanie domen sprowadza się niemal wyłącznie do aktywności mentalnej (Nippert-Eng 1996). Utrzymanie granic mentalnych wymaga świadomie podejmowanego wysiłku psychicznego. Traktuje o tym następujący fragment narracji:

A co jest dla mnie trudne i obciążające to to, że w mojej działalności cały czas coś się dzieje i **jeżeli ja nie podejmę przemyślanego wysiłku i decyzji, że teraz w ogóle nie zajmuję się żadną pracą**, to ja bym mogła dwadzieścia cztery godziny spędzić właśnie na takim przenikaniu się tego wszystkiego, bo dużo mam tych aktywności [...] (resp. nr 11).

Próby ustanowienia granic mentalnych poprzez selektywne angażowanie się w odgrywanie określonych ról (rodzinnych lub zawodowych) wiążą się z koniecznością podejmowania pracy emocjonalnej polegającej na kontrolowanym wyrażaniu napięcia:

Czasem jak [...] mam jakąś pilną pracę [...] są moje godziny pracy i [...] oni mi przeszkadzają [...] to staram się wyłączyć i tego nie słyszeć. **Staram się wyłączyć wtedy bycie mamą** [...] i patrzę tylko w ekran i skupiam się na tym, co mam do zrobienia, jak tylko się da. Jak lont się wypali do końca, to po prostu idę i staram się opanować emocje i **tonem przez zęby mówię, żeby zniknęli z przestrzeni, w której ja ich słyszę, bo mam pracę** [...]. To najczęściej pomaga. Na początku w tym marcu po prostu krzyczałam (resp. nr 1).

Kontrolowana ekspresja napięcia (a nie tuszowanie go) jest komunikatem, przez który narratorka stawia granice pomiędzy pracą zawodową a zaangażowaniem w sprawy dzieci.

Inną formą pracy nad emocjami w kontekście obszaru granicznego jest samoregulacja przez poszukiwanie dla siebie chwilowej niszy znajdującej się poza obszarem pracy i rodziny:

Zdarza mi się chodzić po domu. Jak jestem zmęczony i czuję, że po prostu głowa mi pęka, to wychodzę i [...] na chwilę gitarę biorę, albo przechodzę się i idę do kuchni [...] Ostatnio mi się zdarzyło kilka razy wyjść na dwór. Padał śnieg [...], z przyjemnością wyszedłem, sobie zrobiłem przerwę dwadzieścia minut, żeby popatrzeć sobie na śnieg. Uwielbiam śnieg. To mi jakoś tak poprawiło humor. [...]. Gorzej po pracy z tym, żeby to życie prywatne, jakoś było teraz, takim ratunkiem (resp. nr 5).

Wypowiedź ta wskazuje, że opuszczenie kontekstów pracy i rodziny, które można określić mianem domen obowiązku, ma miejsce w momencie krytycznym. Jednostki poszukują wówczas mikroprzestrzeni, które pozwalają doraźnie odzyskać równowagę. Równocześnie powyższa wypowiedź wskazuje na brak utożsamiania życia rodzinnego z życiem prywatnym (życie prywatne to coś więcej niż tylko życie rodzinne).

W wypowiedziach badanych pojawiły się również wątki związane ze strategiami głębokiej pracy emocjonalnej, która według Arlie Hochschild (2009) wiąże się z wysiłkiem przekształceń poznawczych. Jedną z nich polega na zmniejszaniu ryzyka frustracji przez obniżenie oczekiwań wobec partnerów interakcji. Traktuje o niej poniższy fragment narracji:

Najpierw myślę sobie, że zanim zacznę na nich krzyczeć i nakręcać się emocjonalnie, to staram się zmniejszyć oczekiwania (resp. nr 1).

Jak można założyć, strategia ta działa do momentu osiągnięcia swoistych „wartości brzegowych”. Kolejną strategią pracy emocjonalnej bazującej na przekonaniach jest skupianie się na myśli o tymczasowości sytuacji kryzysu. Wzbudzona myśl pomaga przetrwać, lecz nie niweluje całkowicie odczuwanych emocji. Wskazuje na to poniższa wypowiedź:

[...] staram się umyślowo nastawiać na to, że jest taki czas i trzeba to przetrwać. Ale generalnie jak bym miała na to tak bardzo chłodno popatrzeć, z jakiejś takiej perspektywy, to wewnętrznie czuję taką trochę irytację (resp. nr 7).

Badani relacjonowali także wykonywanie płytkiej, w rozumieniu Hochschild (2009), pracy emocjonalnej, polegającej na powstrzymywaniu zewnętrznej ekspresji emocji pomimo narastającego napięcia:

[...] na przykład, że nie wybuchnę i nie zacznę na nich krzyczeć. Robię to tak długo, aż nie wytrzymam (resp. nr 1).

Co istotne, hamowanie ekspresji przybierających na sile emocji nie jest równoznaczne z samoregulacją i działa tylko przez określony czas. Zarówno samo powstrzymywanie ekspresji, jak i jego konsekwencje są wyczerpujące (nie mniej niż głęboka praca emocjonalna). Powstrzymywanie jakiegokolwiek ekspresji, spójnej z przeżywanymi emocjami, prowadzi z reguły do odroczonej, niekontrolowanej ekspresji emocji, mającej na celu odreagowanie nagromadzonego napięcia. W konsekwencji pogłębia się destabilizacja emocjonalna jednostki oraz jej relacji z bliskimi – świadkami bądź adresatami niekontrolowanej ekspresji.

Analizowane wypowiedzi badanych wskazują naprzemienne odczuwanie większego i mniejszego napięcia emocjonalnego. Proces dynamiki emocjonalnej ma charakter raczej cyrkularny, a nie linearny, a osiągnięcie (chwicznej) równowagi w kryzysie odbywa się dużym wysiłkiem.

Konkluzje – implikacje dla teorii i dalszych badań

Sytuacja pandemii uwidoczniła relacje pomiędzy kontekstem społecznym a kondycją emocjonalną jednostek. Analiza materiału badawczego pozwala postawić tezy dotyczące istoty tych relacji. Zaprezentowane analizy pozwalają także bardziej precyzyjnie określić funkcjonowanie obszarów granicznych. Pandemia uczyniła bowiem wyraźniejszymi mechanizmy już wcześniej dotyczące pracujących zawodowo rodziców.

O ile pracujący zawodowo rodzice niesamodzielnymi dziećmi zawsze w pewnym zakresie doświadczali napięć i konfliktów w obrębie obszaru granicznego, o tyle sytuacja pandemii stworzyła warunki szczególne, zważywszy na nagromadzenie problemów niemal we wszystkich możliwych kontekstach. Napięcie emocjonalne jednostek jest efektem kumulujących się problemów i napięć w sferach: globalnej (światowa pandemia), makrosystemowej (konsekwencje gospodarcze pandemii i obciążenie systemu

opieki zdrowotnej), mezostrukturalnej (zmiany w funkcjonowaniu konkretnych instytucji edukacyjnych oraz miejsc pracy), mikrostrukturalnej (zagęszczenie interakcji w warunkach stałej, wymuszonej bliskości, konflikty, napięcia). Zmiany w każdej z tych sfer wywierają bezpośredni lub pośredni wpływ na życie jednostek, które – nie mogąc tych zmian kontrolować – tracą poczucie sprawczości, co zwiększa odczuwany stres i negatywne emocje. Napięcia jednostek zwrótnie oddziałują na mikrostruktury stanowiące kontekst bezpośrednich, codziennych doświadczeń. To właśnie na poziomie mikrostruktur (przede wszystkim rodzin nuklearnych) wprowadzane są rozwiązania mające do pewnego stopnia, często doraźnie kompensować problemy (i deficyty wsparcia) w innych strukturach. W tych warunkach zasoby mikrostruktur się wyczerpują, a możliwości ich regeneracji są ograniczone (jeśli nie niedostępne). W związku z tym zarówno jednostki, jak i rodziny wielokrotnie przechodzą pomiędzy względną adaptacją a wyczerpaniem (działaniem nakierowanym na poradzenie sobie z kryzysem a dekompenzacją). Zarządzając obszarem granicznym, jednostki wykonują pracę emocjonalną wymagającą dużych nakładów energii. Jej efekt jest nie zawsze współmierny do włożonego wysiłku.

Na podstawie przeprowadzonych badań można postawić tezę, że konfiguracja praca–rodzina działa alienująco wobec jednostki w warunkach: 1) silnego stresu społecznego związanego z zagrażającą sytuacją zewnętrzną, 2) izolacji – odcięcia od relacji, które były wcześniej źródłem wsparcia, 3) niedostępności lub nieprzewidywalności w funkcjonowaniu instytucji, których zadaniem jest wspieranie rodziny (przede wszystkim w sprawowaniu funkcji opiekuńczej).

W warunkach niejasności i niepewności relacjonowane przez badanych silne napięcie emocjonalne może pełnić funkcję sygnalizacyjną. Negatywne emocje odczuwane w określonych sytuacjach generowanych przez komplikujący się obszar graniczny mogą posłużyć identyfikacji najważniejszych problemów i stanowić impuls do działań zmierzających do ich rozwiązywania (nie przesądza to jednak o ich skuteczności). Zachwianie reguł odczuwania i ekspresji pokazuje wyjątkowość sytuacji i uwypukla związek pomiędzy destabilizacją systemu społecznego a destabilizacją emocjonalną jednostki. Ponadto, jak wskazywała Sara Ahmed (2013), emocje łączą jednostki w określony sposób, cyrkulują pomiędzy nimi, oddziałują na relacje i mikrostruktury, ale też, jak pokazują nasze badania, stanowią impuls do przekształcania lub wytwarzania reguł obowiązujących w mikrostrukturach.

Niekontrolowana ekspresja emocji stanowi reakcję na naruszenie granic wyznaczających warunki brzegowe, pozwalające zachować jednostce elementarną równowagę. Wyrażając emocje w sposób niezapośredniczony (np. krzycząc i/lub płacząc) jednostka komunikuje innym swoje granice ostatecznie i nie dopuszcza do dalszych negocjacji. Płacz i krzyk stanowią wyraz bezsilności wynikającej z niepowodzenia wcześniejszych prób negocjowania porządku i granic. Z braku innych możliwości jednostka próbuje postawić granice w ten sposób. Pamięć o niekontrolowanej ekspresji w podobnych sytuacjach z przeszłości może być czynnikiem zwiększającym skuteczność sygnału symbolicznie przywracającego granicę (np. w relacji rodzic–dziecko) w przyszłości.

Analiza materiału badawczego pozwala ponadto sformułować głos w dyskusji dotyczącej teorii obszarów granicznych, które co prawda zrywają z dychotomiczną wizją pracy zawodowej i życia

prywatnego, lecz posługują się tymi kategoriami i nie w pełni uwzględniają złożoność każdej z nich oraz nieprzejrzystość relacji między nimi. W warunkach rozmycia granic między domeną zawodową a prywatną symboliczna linia podziału praca zawodowa–życie prywatne nie jest jedyną, wokół której koncentrują się napięcia. Pojęcie pracy jest dużo szersze niż kategoria obowiązków zawodowych ze względu na konieczność codziennego wykonywania przez pracujących rodziców pracy opiekuńczej oraz niezbędnej, nieodpłatnej pracy w gospodarstwie domowym (w dużej mierze podporządkowanej pracy opiekuńczej oraz zawodowej, wykonywanej w miejscu zamieszkania). Ze względu na niski stopień strukturalizacji obowiązków ulokowanych w sferze prywatnej jednostki muszą nieustannie zdobywać i organizować czas potrzebny na ich wykonanie, co wiąże się z odczuwaniem napięcia. Przeniesienie pracy zawodowej do domu w dużej mierze sprawiło, że problem zdobywania i organizowania czasu na wykonanie niezbędnych obowiązków dotyczy również tej sfery.

Nasze badania pokazują także, że pojęcie życia prywatnego nie jest równoznaczne z życiem poza pracą czy czasem wolnym. Ponadto domena prywatna, tradycyjnie przeciwstawiana zawodowej, nie jest jednorodna. W jej ramach ujawnia się wiele wewnętrznych napięć wynikających z wielostronnych zobowiązań związanych z odgrywaniem więcej niż jednej roli rodzinnej bądź ambiwalencją w ramach danej roli. W pierwszej sytuacji znajdują się na przykład osoby opiekujące się przedstawicielami dwóch pokoleń – młodszego i starszego (tzw. *sandwich generation*), w drugiej natomiast rodzice więcej niż jednego dziecka. Zmiany, jakie zaszły w pandemii, pozbawiły wielu pracujących zawodowo rodziców aspektu sfery prywatnej związanego z czasem wolnym.

Dalsze badania powinny koncentrować się na odroczonej emocjonalnych konsekwencjach kryzysu związanego z pandemią oraz wzorcach odzyskiwania równowagi w kontekście przekształceń obszaru granicznego, związanych z wychodzeniem z pandemii.

Bibliografia

- Ahmed Sara (2013) *Ekonomie afektywne*. Przełożyła Monika Głosowicz. „Opcje”, nr 2, s. 16–22.
- Alexander Jeffrey C. (2004) *Toward a Theory of Cultural Trauma* [w:] Jeffrey C. Alexander, Ron Eyerman, Bernard Giesen, Neil Smelser, Piotr Sztompka, red., *Cultural Trauma and Collective Identity*. Berkeley, CA: University of California Press, s. 1–31.
- Allen Tammy, Cho Eunae, Meier Laurenz L. (2014) *Work–Family Boundary Dynamics*. „Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior”, vol. 1(1), s. 99–121 (<https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091330>).
- Ambroziak Ewa (2020) *Wpływ pandemii COVID-19 na funkcjonowanie rodziny* (<https://wuplodz.praca.gov.pl/documents/1135458/4472799/Wp%C5%82yw%20pandemii%20Covid19%20na%20funkcjonowanie%20rodziny%20%28p.%20Ewa%20Ambroziak%29.pdf/1c3b682d-3d03-4667-b64a-6bd9cfe61fe2?t=1614858338028>) [dostęp: 15.04.2022].
- Ammons Samantha K. (2013) *Work-family boundary strategies: Stability and alignment between preferred and enacted boundaries*. „Journal of Vocational Behavior”, vol. 82(1), s. 49–58 (<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.11.002>).
- Ashforth Blake E., Kreiner Glen E., Fugate Mel (2000) *All in a Day's Work: Boundaries and Micro Role Transitions*. „The Academy of Management Review”, vol. 25, no. 3, s. 472–491 (<https://doi.org/10.2307/259305>).

- Berry Bonnie (1999) *Social Rage: Emotion and Cultural Conflict*. New York, NY: Garland Publishing.
- Bielecka-Prus Joanna (2012) *Opis gesty (Thick description)* [w:] Krzysztof T. Konecki, Piotr Chomczyński, red., *Słownik socjologii jakościowej*. Warszawa: Wydawnictwo Difin, s. 201–206.
- Binder Piotr (2022) *Praca zdalna w czasie pandemii i jej implikacje dla rodzin z dziećmi – badanie jakościowe*. „Przegląd Socjologii Jakościowej”, t. XVIII, nr 1, s. 82–110 (<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.1.05>).
- Bittman Michael, Wajcman Judy (2000) *The Rush Hour: The Character of Leisure Time And Gender Equity*. „Social Forces”, vol. 79(1), s. 165–189 (<https://doi.org/10.2307/2675568>).
- CBOS (2020a) *Obawy Polaków w czasach pandemii*. Komunikat z badań nr 155/2020 (https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_155_20.PDF) [dostęp: 15.04.2022].
- CBOS (2020b) *Życie codzienne w czasach zarazy*. Komunikat z badań nr 60/2020 (https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_060_20.PDF) [dostęp: 15.04.2022].
- Charmaz Kathy (2009a) *Teoria ugruntowana w XXI wieku. Zastosowanie w rozwoju badań nad sprawiedliwością społeczną*. Przełożył Konrad Miciukiewicz [w:] Norman K. Denzin, Ivonna S. Lincoln, red., *Metody badań jakościowych*, t. 1. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 707–746.
- Charmaz Kathy (2009b) *Teoria ugruntowana. Praktyczny przewodnik po analizie jakościowej*. Przełożyła Barbara Komorowska. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Clarke Adele (2003) *Situational Analysis: Grounded Theory Mapping After the Postmodern Turn*. „Symbolic Interaction”, vol. 2(4), s. 553–576 (<https://doi.org/10.1525/si.2003.26.4.553>).
- Clark Sue (2000) *Work/Family Border Theory: A New Theory of Work/Family Balance*. „Human Relations”, vol. 53, no. 6, s. 747–770 (<https://doi.org/10.1177/0018726700536001>).
- Collins Caitlyn, Landivar Liana C., Ruppner Leah, Scarborough William J. (2021) *COVID-19 and the gender gap in work hours*. „Gender, Work & Organization”, no. 28, s. 101–112 (<https://doi.org/10.1111/gwao.12506>).
- Dragan Małgorzata, Grajewski Piotr, Shevlin Mark (2021) *Adjustment disorder, traumatic stress, depression and anxiety in Poland during an early phase of the COVID-19 pandemic*. „European Journal of Psychotraumatology”, vol. 12(1), s. 1–9 (<https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1860356>).
- Drozdowski Rafał, Frąckowiak Maciej, Krajewski Marek, Kubacka Małgorzata, Luczys Piotr, Modrzyk Ariel, Rogowski Łukasz, Rura Przemysław, Stamm Agnieszka (2021a) *Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z drugiego etapu badań wersja pełna*. Poznań: Wydział Socjologii Uniwersytetu Adama Mickiewicza (http://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie_codzienne_w_czasach_pandemii._Raport_z_drugiego_etapu_badan_wersja_pe%C5%82na.pdf) [dostęp: 15.04.2022].
- Drozdowski Rafał, Frąckowiak Maciej, Krajewski Marek, Kubacka Małgorzata, Luczys Piotr, Modrzyk Ariel, Rogowski Łukasz, Rura Przemysław, Stamm Agnieszka, Sztop-Rutkowska Katarzyna (2021b) *Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z trzeciego etapu badań*. Poznań: Wydział Socjologii Uniwersytetu Adama Mickiewicza (http://socjologia.amu.edu.pl/images/%C5%BBycie_codzienne_w_czasach_pandemii._Raport_z_trzeciego_etapu_bada%C5%84.pdf) [dostęp: 2.10.2021].
- Edley Paige (2001) *Technology, employed mothers, and corporate colonization of the lifeworld: A gendered paradox of work and family balance*. „Women and Language”, vol. XXIV, no. 2, s. 28–35.
- Elias Norbert (2011) *O procesie cywilizacji. Analizy socjo- i psychogenetyczne*. Przełożyli Tadeusz Zabłudowski, Kamil Markiewicz. Warszawa: Wydawnictwo W.A.B.

Eurofound (2020) *Living, working and COVID-19*. Publications Office of the European Union, Luxembourg (https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef20059en.pdf) [dostęp: 28.04.2021].

Frąckowiak-Sochańska Monika (2015) *Poznawcza i emocjonalna adaptacja do sytuacji choroby psychicznej w rodzinie*. „Przegląd Socjologii Jakościowej”, t. XI, nr 4, s. 88–112.

Frąckowiak-Sochańska Monika (2019) *Spoleczne konstruowanie kategorii zdrowia, choroby i zaburzenia psychicznego w społeczeństwie późnej nowoczesności*. Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.

Frąckowiak-Sochańska Monika (2020) *Mental health in the pandemic times*. „Society Register”, vol. 4(3), s. 67–78 (<https://doi.org/10.14746/sr.2020.4.3.03>).

Frąckowiak-Sochańska Monika (2022) *Emocjonalna praca graniczna jako kategoria użyteczna w badaniach relacji pomiędzy pracą zawodową a życiem prywatnym w czasie pandemii COVID-19*. „Studia Socjologiczne”, nr 2(245), s. 85–112 (<https://doi.org/10.24425/sts.2022.141424>).

Gambin Małgorzata, Sękowski Marcin, Woźniak-Prus Małgorzata, Wnuk Anna, Oleksy Tomasz, Cudo Andrzej, Hansen Karolina, Huflejt-Lukasik Mirosława, Kubicka Karolina, Łyś Agnieszka Ewa, Gorgol Joanna, Holas Paweł, Kmita Grażyna, Łojek Emilia, Maison Dominika (2021) *Generalized anxiety and depressive symptoms in various age groups during the COVID-19 lockdown in Poland. Specific predictors and differences in symptoms severity*. „Comprehensive Psychiatry”, no. 105, 152222 (<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152222>).

Garase Maria L. (2006) *Road Rage*. New York, NY: LFB Scholarly Publishing LLC.

Glaser Barney G., Strauss Anselm L. (2009) *Odkrywanie teorii ugruntowanej*. Przełożył Marek Gorzko. Kraków: Zakład Wydawniczy Nomos.

Gonzales Ana M. (2012) *Introduction: Emotional Culture and the Role of Emotions in Cultural Analysis* [w:] A.M. Gonzales, red., *The Emotions and Cultural Analysis*. Farnham: Ashgate, s. 7–23.

Gordon Stephen (1989) *Institutional and Impulsive Orientations in Selectively Appropriating Emotions to Self* [w:] David D. Franks, E. Doyle McCarthy, red., *The Sociology of Emotions*. Greenwich: JAI Press, s. 115–135.

Gordon Steven (1990) *Social Structural Effects on Emotions* [w:] Theodore D. Kemper, red., *Research Agenda for Sociology of Emotions*. New York, NY: SUNY Press, s. 145–179.

Guba Egon G., Lincoln Yvonna S. (2009) *Kontrowersje wokół paradygmatów, sprzeczności i wyłaniające się zbieżności*. Przełożyła Monika Bobako [w:] Norman K. Denzin, Ivonna S. Lincoln, red., *Metody badań jakościowych*, t. 1. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 281–313.

Guest David E. (2002) *Perspectives on the Study of Work-life Balance*. „Social Science Information”, vol. 41(2), s. 255–279 (<https://doi.org/10.1177/0539018402041002005>).

GUS (2021) *Wpływ epidemii COVID-19 na wybrane elementy rynku pracy w Polsce w IV kwartale 2020 r.* (<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/popyt-na-prace/wplyw-epidemii-covid-19-na-wybrane-elementy-ryнку-pracy-w-polsce-w-czwartym-kwartale-2020-r-4,4.html>) [dostęp: 29.04.2021].

Hjálmsdóttir Andrea, Bjarnadóttir Valgerður S. (2021) *“I have turned into a foreman here at home”: Families and work-life balance in times of COVID-19 in a gender equality paradise*. „Gender, Work & Organization”, vol. 28(1), s. 268–283 (<https://doi.org/10.1111/gwao.12552>).

Hochschild Arlie R. (1990) *Ideology and Emotion Management: A Perspective and Path for Future Research* [w:] Theodore D. Kemper, red., *Research Agenda for Sociology of Emotions*. Albany, NY: State University of New York Press, s. 117–142.

Hochschild Arlie R. (1997) *Time bind: When work becomes home and home becomes work*. New York, NY: Metropolitan Books.

Hochschild Arlie R. (2009) *Zarządzanie emocjami. Komercjalizacja ludzkich uczuć*. Przełożył Jacek Konieczny. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Hochschild Arlie R. (2012) *Praca emocjonalna, reguły odczuwania i struktura społeczna* [w:] Małgorzata Rajtar, Justyna Strączuk, red., *Emocje w kulturze*. Warszawa: Narodowe Centrum Kultury, s. 213–244.

Hochschild Arlie R., Machung Anne (1989/2012) *The second shift: Working parents and the revolution at home*. New York, NY: Viking Penguin.

IPSOS (2020) *The COVID-19 pandemic's impact on workers' lives. 28-country IPSOS survey for The World Economic Forum* (<https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2020-12/impact-of-the-covid-19-pandemic-on-workers-lives-report.pdf>) [dostęp: 31.03.2022].

Jacyno Małgorzata (2007), *Kultura indywidualizmu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Kociuba Jolanta (2009) *Kultura psychologizmu* [w:] Marian Filipiak, red., *Wprowadzenie do socjologii kultury*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, s. 206–221.

Krajewski Marek (2020) *(Nie)nawidzenia. Świat przez nienawiść*. Kraków: Wydawnictwo Universitas.

Kreiner Glen E., Hollensbe Elaine C., Sheep Mathew L. (2009) *Balancing Borders and Bridges: Negotiating the Work-Home Interface via Boundary Work Tactics*. „Academy of Management Journal”, vol. 52(4), s. 704–730 (<https://doi.org/10.5465/amj.2009.43669916>).

Kubacka Małgorzata, Luczys Piotr, Modrzyk Ariel, Stamm Agnieszka (2021) *Pandemic rage: Everyday frustrations in times of the COVID-19 crisis*. „Current Sociology”, s. 1–18 (<https://doi.org/10.1177/00113921211050116>).

Linde C. (2001) *Narrative and social tacit knowledge*. „Journal of Knowledge Management”, vol. 5(2), s. 160–171.

Luetke Maya, Hensel Devon, Herbenick Debby, Rosenberg Molly (2020) *Romantic Relationship Conflict Due to the COVID-19 Pandemic and Changes in Intimate and Sexual Behaviors in a Nationally Representative Sample of American Adults*. „Journal of Sex & Marital Therapy”, no. 46, s. 747–762 (<https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1810185>).

Lwin May, Jiahui Lu, Sheldenkar Anita, Schulz Peter Johannes, Shin Wonsun, Gupta Raj, Yang Yinping (2020) *Global Sentiments Surrounding the COVID-19 Pandemic on Twitter: Analysis of Twitter Trends*. „JMIR Public Health Surveillance”, vol. 6(2) (<https://doi.org/10.2196/19447>).

Markowska-Manista Urszula, Zakrzewska-Oleędzka Dominika (2020) *Family with children in times of pandemic – what, where, how? Dilemmas of adult-imposed prohibitions and orders*. „Society Register”, vol. 4(3), s. 89–110 (<https://doi.org/10.14746/sr.2020.4.3.05>).

Mroczkowska Dorota, Kubacka Małgorzata (2020) *Teorie pracy granicznej jako wyzwanie dla koncepcji work-life balance. Zarys perspektywy dla badania relacji praca–życie*. „Studia Socjologiczne”, nr 4(239), s. 37–59 (<https://doi.org/10.24425/sts.2020.135146>).

Murawiec Sławomir, Wierzbński Piotr (2016) *Depresja 2016*. Gdańsk: Via Medica.

Nalaskowski Filip (2020) *Indoor Education in Poland during the Covid-19*. „Dialogo”, vol. 6, no. 2, s. 57–62.

Nippert-Eng Christena (1996) *Calendars and keys: The classification of “home” and “work”*. „Sociological Forum”, vol. 11(3), s. 563–582 (<https://doi.org/10.1007/BF02408393>).

Parczewska Teresa (2020) *Difficult situations and ways of coping with them in the experiences of parents homeschooling their children during the COVID-19 pandemic in Poland*. „Education 3 – 13 International Journal of Primary, Elementary and Early Years Education”, vol. 49, issue 7, s. 889–900 (<https://doi.org/10.1080/03004279.2020.1812689>).

Popyk Anzhela (2021) *Home as a mixture of spaces during the COVID-19 pandemic: the case of migrant families in Poland*. „Kultura i Społeczeństwo”, nr 3, s. 27–45 (<https://doi.org/10.35757/KiS.2021.65.3.2>).

Power Kate (2020) *The COVID-19 pandemic has increased the care burden of women and families*. „Sustainability: Science, Practice and Policy”, vol. 16(1), s. 67–73 (<https://doi.org/10.1080/15487733.2020.1776561>).

Sawicka Maja (2015) *Pojęcie kultury emocjonalnej jako narzędzie analizy socjologicznej*. „Kultura i Społeczeństwo”, nr 1, s. 181–195 (<https://doi.org/10.35757/KiS.2015.59.1.10>).

Schieman Scott, Badawy Philip J., Milkie Melissa A., Bierman Alex (2021) *Work–life Conflict During the COVID-19 Pandemic*. „Socius”, no. 7, s. 1–19 (<https://doi.org/10.1177/2378023120982856>).

Silverman David (2008) *Prowadzenie badań jakościowych*. Przełożyła Joanna Ostrowska. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Sokoloff William W. (2017) *Confrontational Citizenship: Reflections on Hatred, Rage, Revolution, and Revolt*. New York, NY: SUNY Press.

Sonnentag Sabine, Binnewies Carmen (2013) *Daily affect spillover from work to home: Detachment from work and sleep as moderators*. „Journal of Vocational Behavior”, no. 83, s. 198–208 (<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.03.008>).

Stankowska Magdalena (2022) *Sytuacja rodziców małych dzieci w trakcie pandemii COVID-19. Wybrane praktyki rodzinne*. „Przeгляд Socjologii Jakościowej”, t. XVIII, nr 1, s. 62–81 (<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.1.04>).

Sztompka Piotr (2002) *Socjologia. Analiza społeczeństwa*. Kraków: Wydawnictwo Znak.

Thoits Peggy A. (1985) *Social Support and Psychological Well-Being: Theoretical Possibilities* [w:] Irwin G. Sarason, Barbara R. Sarason, red., *Social Support: Theory, Research and Applications*. NATO ASI Series, vol. 24. Dordrecht: Springer, s. 51–72 (https://doi.org/10.1007/978-94-009-5115-0_4).

Thoits Peggy A. (1990) *Emotional deviance: Research agendas* [w:] Theodore D. Kemper, red., *Research agendas in the sociology of emotions*. Albany, NY: State University of New York Press, s. 180–203.

Thomson Blake (2020) *The COVID-19 Pandemic: A Global Natural Experiment*. „Circulation”, vol. 142(1), s. 14–16 (<https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.120.047538>).

Turner Jonathan H., Stets Jan E. (2009) *Socjologia emocji*. Przełożyła Marta Bucholc. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

Wang Ke i in. (2020) *A global test of brief reappraisal interventions on emotions during the COVID-19 pandemic*. „Nature Human Behaviour”, vol. 5, s. 1089–1110 (<https://doi.org/10.1038/s41562-021-01173-x>).

Wenham Clare (2020) *The gendered impact of the COVID-19 crisis and post-crisis period*. European Parliament: Policy Department for Citizens' Rights and Constitutional Affairs Directorate-General for Internal Policies PE 658.227 ([https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2020/658227/IPOL_STU\(2020\)658227_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2020/658227/IPOL_STU(2020)658227_EN.pdf)) [dostęp: 15.04.2022].

WHO (2022a) *COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide* (<https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>) [dostęp: 15.04.2022].

WHO (2022b) *World mental health report: Transforming mental health for all* (<https://www.who.int/publications/item/9789240049338>) [dostęp: 30.08.2022].

Wikipedia (2020) *Pandemia COVID-19 w Polsce* (https://pl.wikipedia.org/wiki/Pandemia_COVID-19_w_Polsce) [dostęp: 15.04.2022].

Yin Robert K. (2015) *Studium przypadku w badaniach naukowych. Projektowanie i metody*. Przełożyła Joanna Gilewicz. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Zawadzki Bogdan, Popiel Agnieszka, Bielecki Maksymilian, Mroziński Błażej, Pragłowska Ewa (2021) *COVID-STRES Raport nr 15 z badania przeprowadzonego na Wydziale Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego we współpracy z Uniwersytetem SWPS podczas epidemii COVID-19 w 2020 r.* (https://covid.psych.uw.edu.pl/wp-content/uploads/sites/50/2021/03/Raport_Covid_Stres.pdf) [dostęp: 31.03.2022].

Zerubavel Eviatar (1991) *The Fine Line: Making Distinctions in Everyday Life*. New York, NY: Free Press.

Cytowanie

Monika Frąckowiak-Sochańska, Dorota Mroczkowska, Małgorzata Kubacka (2022) *Dynamika i kontekst doświadczeń emocjonalnych pracujących zawodowo rodziców w czasie pandemii COVID-19*. „Przegląd Socjologii Jakościowej”, t. XVIII, nr 4, s. 118–151 (<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.4.05>).

The Dynamics and the Context of Working Parents' Emotional Experiences During the COVID-19 Pandemic

Abstract: This paper aims to reconstruct the emotional experiences of working parents facing the changes caused by the COVID-19 pandemic, related to the blurring of temporal and spatial boundaries between professional work and private life. The authors argue that the work-family configuration is a crucial factor mediating the macro-social (global) crisis and the emotional condition of individuals. The theoretical framework of the present analyses includes the boundary theory and work-family border theory, enriched with selected assumptions of the sociological theories of emotions located on the border of the interactionist and cultural approaches. The paper's empirical basis involves the authors' research, including in-depth interviews with parents of at least one child under 12 years of age who worked professionally at home due to the pandemic. The conclusions from the research make it possible to describe how the global processes result in the transformation of professional work and family life, leading to an emotional destabilization of individuals. Moreover, the authors take a stand in the discussion on the boundary theory, describing the relations between professional work and private life in light of an increasing complexity, fluidity, and uncertainty of contemporary connections between them.

Keywords: COVID-19 pandemic, life-work border/boundary, emotional dynamics, professional work versus care work