Danuta Wiśniewska
Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

Sukces w wymiarze jednostkowym i jako efekt współpracy z innymi, czyli o potrzebie wsparcia społecznego

Sukces człowieka we współczesnym świecie determinowany jest wieloma czynnikami wynikającymi ze zróżnicowanych doświadczeń życiowych. Termin *sukces* posiada różnorodny wymiar, gdyż sposób jego rozumienia jest wysoce subiektywny. W obliczu zmiennych warunków życia osobiste doświadczanie sukcesu może zmieniać się wraz z sytuacją życiową, a sposób jego rozumienia podlegać nieustannym przemianom. Istotne wydaje się dookreślenie, co może być podstawą osiągania sukcesu w wymiarze indywidualnym.

Dynamicznie zmieniający się świat powoduje, że w celu przystosowania się do nowych warunków życiowych, do podejmowania zróżnicowanych decyzji i doświadczania ich skutków, pomoc ze strony innych ludzi wydaje się potrzebna i uzasadniona. Niestałość wszechogarniającej rzeczywistości, w połączeniu ze zróżnicowaniem ofert edukacyjnych, niestabilnością zatrudnienia i wielością obowiązków pozazawodowych, mogą powodować zagubienie i trudności w określeniu własnej ścieżki prowadzącej do sukcesu.

W związku z powyższym pojawiają się następujące pytania: czym jest sukces i co oznacza bycie człowiekiem sukcesu? Czym jest wsparcie społeczne? Jakiego rodzaju wsparcia ze strony innych potrzebujemy, aby osiągnąć sukces? Celem publikacji jest odpowiedź na te pytania przy uwzględnieniu kontekstu wejścia młodych ludzi na rynek pracy.

Sukces i jego osiąganie

Wielość ujęć terminu *sukces* wynika ze zróżnicowanych wizji ich autorów w języku potocznym, w literaturze popularnej i naukowej[1]. Barbara Jedlewska

[1] B. Jedlewska, *Edukacja do sukcesu. Obszary problemów i zaniedbań, pilne wyzwania,* [w:] *Rynek i kultura neoliberalna a edukacja*, red. A. Kargulowa, S.M. Kwiatkowski,

wskazuje jednak na wspólne elementy, w których wyłaniają się pola semantyczne, pozwalające na wyodrębnienie dwóch modeli sukcesu:

1. „sukces rozumiany jako «osiągnięcie», «efekt zamierzonego celu», «pozytywne zakończenie jakiegoś zdarzenia», «pozytywny wynik». Postrzega się go w kategoriach rezultatu postępowania, szczytu osiągnięć, ostatecznego uwieńczenia wysiłków podjętych zamierzeń, a mierzy najczęściej zewnętrznymi kryteriami formalnymi i materialnymi. Pokonać innych, być od nich lepszym, szybszym, mądrzejszym, czyli wygrywać wielki wyścig, to sukces. To rozumienie sukcesu jest niebezpieczne […], gdyż nieświadomie i nieumiejętnie realizowany może przybrać toksyczną postać”[2];
2. „sukces jako podróż «w kierunku jasno określonego celu»[3]. Polega na maksymalnym wykorzystaniu swoich możliwości, by zaspokoić własne, w pełni uświadomione pragnienia z zachowaniem uniwersalnego kodeksu moralnego. Tak pojęty nie może być zawężony do jednorazowego wyniku. Jest procesem i postawą. Sukces nie jest elementem życia, ale pełnią życia. To nie tyle stan zadowolenia, uczucie radości towarzyszące naszym osiągnięciom, ile sztuka zadowalania się, radowania. Chodzi o permanentny charakter tego procesu, o umiejętność radowania się dążeniem do celu, a nie tylko samym wynikiem. Tak długo, jak się zbliżamy do upragnionego celu jesteśmy ludźmi sukcesu. Sukces jest sztuką zadowolenia z życia tu i teraz, a nie kiedyś, w przyszłości […]. Myślenie takimi kategoriami umożliwia osiągnięcie zdrowego sukcesu określanego w literaturze mianem radosnego czy słodkiego”[4].

Jedlewska sygnalizuje, iż współcześnie dominuje pierwszy sposób rozumienia sukcesu:

> Kultura konsumpcyjna lansuje model nacechowany materialistycznym profilem i efekciarskim blichtrem. Szybka kariera, wielka sława, pieniądze i bogactwo mierzalne zewnętrzną etykietą – to cel i sens życia większości uczestników największych chyba igrzysk naszych czasów – maratonu zwanego wyścigiem szczurów[5].

Rozumienie sukcesu jako uwieńczenia wysiłku nastawionego na wynik, związanego z pokonaniem innych, może rodzić zadowolenie, lecz efekt ten

T. Szkudlarek, Kraków 2005, s. 131.

[2] Tamże, s. 132.

[3] J. Belitz, *Sukces pełnią życia*, Katowice 1999, s. 29.

[4] B. Jedlewska, dz. cyt., s. 132.

[5] Tamże, s. 132–133.

będzie charakteryzował się krótkotrwałością. W konsekwencji przyczyniać się może do nieustannego zwiększania wymagań wobec samego siebie i frustracji wynikającej z niekorzystnego wyniku porównywania siebie i innych. Utożsamianie sukcesu z drogą dążenia do celu pozwala czuć się człowiekiem sukcesu na każdym etapie działań i wyklucza nastawienie rywalizacyjne. Dlatego sukces w tym ujęciu daje podstawy do tego, by współdziałać z innymi w drodze do celu.

W ujęciu Felicjana Byloka[6] sukces życiowy posiada ścisły związek z systemem wartości w wymiarze jednostkowym oraz ogólnospołecznym, co pozwala wyróżnić jego dwa wymiary:

1. subiektywny – „człowiek podejmuje określone działanie mające na celu osiągnięcie indywidualnego sukcesu, po jego zrealizowaniu odczuwa zadowolenie i jest dumny z samego siebie, niezależnie, czy taki sukces jest dostrzegany przez środowisko, w którym żyje”[7];
2. obiektywny – „możliwość porównania osiągniętego sukcesu z sukcesami osiągniętymi przez inne osoby z jego otoczenia społecznego, co wiąże się z uzyskaniem najczęściej pożądanego prestiżu społecznego, tzn. środowisko społeczne człowieka dostrzega jego osiągnięcia, niezależnie od indywidualnej przestrzeni tego dostrzegania”[8].

Subiektywny wymiar sukcesu wiąże się ściśle z samooceną osoby, która do niego dążyła, wymiar obiektywny natomiast dotyczy oceny osiągnięć człowieka z perspektywy innych ludzi. W subiektywnym doświadczaniu sukcesu istotne wydaje się jednostkowe określenie własnego położenia życiowego, czyli odpowiedź na pytanie: jak mi się powodzi?, Vera F. Birkenbihl[9] wskazała obszary, które warunkują pozytywną lub negatywną ocenę. Zalicza do nich:

1. zdrowie i sprawność fizyczną,
2. aktualny nastrój,
3. aktualną sytuację finansową,
4. rodzinę i krąg przyjaciół, partnerstwo,
5. możliwość robienia interesujących rzeczy,
6. sukcesy odniesione w ostatnim czasie.

Życie człowieka można podzielić również na obszary, które wiążą się z podejmowaniem aktywności warunkującej poczucie sukcesu: praca, dom i *ja* (rozwój,

[6] F. Bylok, *Wzór sukcesu w społeczeństwie polskim w okresie transformacji społeczno-ustrojowej*, „Annales” 2005, t. 8, nr 1, s. 88, http://www.annalesonline.uni.lodz.pl/archiwum/2005/2005_01_bylok_87_96.pdf [dostęp: 18.12.2014].

[7] Tamże.

[8] Tamże.

[9] V.F. Birkenbihl, *Komunikacja międzyludzka. Trening sukcesu*, Wrocław 1999, s. 9.

czas wolny). Miłosz Brzeziński[10], posługując się określeniem „ogrodów" do wskazanych obszarów aktywności człowieka, zwraca uwagę, że koncentracja na jednym z nich powoduje zaniedbania w pozostałych. Istnieje więc potrzeba osobistego oszacowania, ile czasu w ciągu tygodnia poświęcamy na każdy z obszarów. Czy nie potrzebujemy pomocy? Przy próbach koncentracji na wszystkich obszarach, bez pomocy ze strony innych, może pojawić się zmęczenie fizyczne, przemęczenie i poczucie stagnacji, które będą miały wpływ na zadowolenie z własnego życia i samego siebie.

Rozważania dotyczące subiektywnego doświadczania sukcesu warto rozszerzyć o cechy, które sprzyjają jego osiąganiu. „Ten, kto odnosi sukces zawodowy, wyróżnia się pewnym zestawem cech, które ów sukces pomagają mu zdobyć"[11]. Ewa Grzeszczyk prezentuje zbiór cech, które stworzyła w oparciu o wywiady z młodymi ludźmi. Wzór człowieka sukcesu przedstawia się w sposób następujący:

1. wygląd profesjonalisty – wygląd osoby zadbanej bez względu na porę dnia,
2. optymistyczne nastawienie do życia – wiara w powodzenie,
3. chęć robienia kariery – motywacja i determinacja do odniesienia sukcesu zawodowego,
4. praktyczne wykształcenie – edukacja dostosowana do potrzeb rynku,
5. poczucie własnej wartości, przebojowość – znajomość własnej ceny, świadomość, czego się chce i orientacja w rynku pracy,
6. umiejętność radzenia sobie – uczenie się w sytuacjach nowych,
7. upodobanie do wyzwań – nowe zadania jako szansa sprawdzenia się,
8. umiejętność organizacji czasu – czas pracy ujmowany zadaniowo zwiększa efektywność,
9. identyfikacja z firmą – do pewnego stopnia z każdą firmą, w której się pracuje,
10. docenianie finansowego wymiaru sukcesu – pieniądze jako środek do osiągnięcia standardu życiowego,
11. akceptacja życia w procesie zmian – zmiany traktowane jako czynnik sprzyjający rozwojowi[12].

Prezentując wnioski z przeprowadzonych badań, autorka zwraca uwagę:

> Młodzi Polacy, których opisuję […] niewiele czasu spędzają poza pracą. Dlatego też praca zawodowa staje się często głównym punktem odniesienia, w stosunku do którego ludzie poświęcający się karierze opisują i oceniają samych siebie […]. Rozdzielenie sfery pracy od sfery życia prywatnego jest często nieosiągalne.

[10] M. Brzeziński, *Życiologia, czyli o mądrym zarządzaniu czasem*, Warszawa 2011, s. 11.
[11] E. Grzeszczyk, *Sukces. Amerykańskie wzory – polskie realia*, Warszawa 2003, s. 211.
[12] Tamże, s. 212–222.

> Wiąże się to nie tylko z tym, że ludzie aktywnie zajmujący się karierą zawodową mają niewiele czasu wolnego. Sfery pracy i prywatności wzajemnie się przenikają, często trudno stwierdzić, gdzie kończy się jedno, a zaczyna drugie[13].

W obliczu występowania tego rodzaju tendencji szczególnego znaczenia dla zachowania zdrowia pracowników w Polsce powinna nabrać koncepcja Work Life Balance (WLB).

> Ważnym elementem tych programów stały się elastyczne rozwiązania w sferze zatrudnienia i organizacji czasu pracy. Programy realizowane pod hasłem WLB mają na celu ukształtowanie czasu pracy, w którym każdy pracownik – niezależnie od wieku, płci i rasy – może jak najlepiej połączyć pracę z innymi swoimi obowiązkami i aspiracjami[14].

Wszelkie próby oddzielenia życia zawodowego od prywatnego nabierają obecnie znaczenia w związku z narastającym problemem pracoholizmu czy wypalenia zawodowego. Rozwiązania w ramach programów stwarzają większą możliwość rozdzielenia aktywności w obszarze zawodowym, rozwojowym i rodzinnym, co stanowić może podstawę do zachowania równowagi życiowej. Koncentracja głównie na aktywności zawodowej może powodować utrudnienia w realizacji działań posiadających ścisły związek z innymi wartościami, które warunkować mogą poczucie sukcesu życiowego. Z wyników badań przeprowadzonych w 2013 roku przez CBOS, we współpracy z Akademią Leona Koźmińskiego, wynika, że sukces najczęściej kojarzony jest przez Polaków z dobrą rodziną (29%), łącznie z pracą, warunkami materialnymi i rodziną (18%) lub z dobrym zdrowiem (10%)[15]. Koncepcja WLB stwarza więc możliwość angażowania się we wszystkie obszary działalności człowieka, czyli dom, pracę i samego siebie.

Ocena własnego sukcesu życiowego może być warunkowana zróżnicowanymi czynnikami. W obszarze zawodowym uwzględnić możemy pozycję w strukturze zatrudnienia, możliwość uzyskania awansu oraz sytuację finansową. Osobisty wymiar sukcesu będzie posiadał ścisły związek z: sytuacją rodzinną (czy wyróżnia się stabilnością, czy jej brakiem), bliskimi relacjami z innymi ludźmi (grono przyjaciół), zdrowiem (kondycją) oraz możliwością rozwoju własnego.

Porównując modele sukcesu w ujęciu Jedlewskiej, można zwrócić uwagę na fakt, iż sukces, traktowany jako efekt, posiada znaczne ograniczenia czasowe. Możemy go doświadczać tylko w sytuacji, gdy uda się nam uzyskać to, na czym nam zależało, do czego dążyliśmy przez długi czas. Sukces, jako zmierzanie do celu, stwarza możliwość doświadczania go w trakcie działań służących jego osiąganiu, gdyż ważne jest samo dążenie do realizacji celu, a nie uzyskany wynik.

[13] Tamże, s. 228–229.

[14] *Równowaga praca – życie w aspekcie polskiego rynku pracy. Raport z badań,* red. C. Sadowska-Snarska, Białystok 2005, s. 36.

[15] J. Orleańska, *Sukces życiowy i jego determinanty*, CBOS, s. 2, https://www.kozminski.edu.pl/fileadmin/wspolne_elementy/Dokumenty/Raporty_ALK-CBOS/K089_13_sukces_zyciowy.pdf [dostęp: 18.12.2014].

Przybliżanie się do celu pozwala doświadczać sukcesu, staje się więc procesem, a nie jednorazowym wydarzeniem. Po przyjęciu tego sposobu rozumienia sukcesu jego doświadczanie mogłoby stać się w większym stopniu powszechne.

Istotnym wyróżnikiem subiektywnego wymiaru sukcesu jest ukierunkowanie na działania, aby go osiągnąć, co ściśle wiąże się z poczuciem dumy i zadowoleniem osoby, która tego dokonała. Wymiar obiektywny łączy się z oceną człowieka w porównaniu z innymi ludźmi, na podstawie osiągnięć będących podstawą do uzyskania prestiżu społecznego. Oba ujęcia posiadają ścisły związek z pojmowaniem sukcesu jako określonego, zakończonego pozytywnie wyniku. Powszechność występowania tego sposobu rozumienia uwidoczniona jest również w cechach człowieka sukcesu, którego charakteryzuje chęć robienia kariery, upodobanie do wyzwań, poczucie własnej wartości i przebojowość.

Sukces, ujmowany jako wynik, w połączeniu z rywalizacją wyklucza możliwość współdziałania i współpracy z innymi. W związku z tym istnieje potrzeba, aby traktować go jak drogę do realizacji celu, a nie wynik. Będąc człowiekiem sukcesu, w drodze do jego osiągania możemy uwzględnić wsparcie ze strony innych ludzi.

Wsparcie społeczne i jego rodzaje

Przyjmując założenie, że dla osiągnięcia sukcesu potrzebujemy wsparcia ze strony innych, należy dookreślić, jakiego rodzaju wsparcie może być potrzebne. Opierając się na klasyfikacji Heleny Sęk, można wyróżnić:

1. wsparcie strukturalne – „obiektywnie istniejące i dostępne sieci społeczne, które wyróżniają się od innych sieci tym, że poprzez fakt istnienia więzi, kontaktów społecznych, przynależności, pełnią funkcję pomocną wobec osób znajdujących się w trudnej sytuacji”[16]. We wskazanym ujęciu sieci społeczne traktowane są jako źródła wsparcia, do których zalicza się źródła naturalne – rodzinę, przyjaciół, grupy towarzyskie oraz sformalizowane – stowarzyszenia i instytucje[17],
2. wsparcie funkcjonalne – „rodzaj interakcji społecznej, w trakcie której dochodzi do przekazywania lub wzajemnej wymiany emocji, informacji, instrumentów działania i dóbr rzeczowych,

[16] H. Sęk, *Wsparcie społeczne jako kategoria zasobów i wieloznaczne funkcje wsparcia,* [w:] *Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki*, red. Z. Juszczyński, N. Ogińska-Bulik, Łódź 2003, s. 21.

[17] Tamże.

podejmowanej przez jednego lub obu uczestników w sytuacji trudnej; celem tej wymiany jest podtrzymanie i zmniejszenie stresu, opanowanie kryzysu przez towarzyszenie, tworzenie poczucia przynależności, bezpieczeństwa i nadziei oraz zbliżanie do rozwiązania problemu i przezwyciężenia trudności"[18]. Uwzględniając treść wymiany społecznej wyróżnia się:

a) wsparcie emocjonalne – wyrażanie emocji o charakterze podtrzymującym, uspokajającym, zawierających troskę i pozytywny stosunek do osoby wspieranej,
b) wsparcie poznawcze (informacyjne) – w wyniku wymiany informacji następuje zrozumienie własnej sytuacji i problemu, osoba wspierana dowiaduje się o skuteczności podejmowanych działań,
c) wsparcie instrumentalne – przekaz dotyczący uściślonych sposobów postępowania, kształtowanie zachowań zaradczych,
d) wsparcie rzeczowe (materialne) – podejmowanie konkretnych działań w zakresie pomocy w wymiarze materialnym, rzeczowym i finansowym,
e) wsparcie duchowe – pomoc w sytuacjach terminalnych, charakteryzujących się cierpieniem duchowym i kryzysem egzystencjalnym[19].

Człowiek potrzebuje w wielorakich sytuacjach życiowych różnego rodzaju wsparcia. Warto zasygnalizować, iż w ostatnich latach rozszerzają się oczekiwania dotyczące pomocy doradczej ze strony osób jej poszukujących. Doradztwo staje się ukierunkowane na wszystkie dziedziny życia i stanowi pomoc w kreowaniu życia jednostek[20]. Jednocześnie warto zauważyć, że:

> Przeciętny obywatel, stykając się z nadmierną ilością różnorodnych problemów, nie radzi sobie w podstawowych sprawach, zaniedbuje życie rodzinne i osobiste, szuka więc pomocy. Stąd dzisiaj takie bogactwo porad udzielanych nie tylko przez instytucje do tego powołane (urzędy, poradnie, fundacje, stowarzyszenia), ale także media, publikacje książkowe (np. poradniki) i różnego rodzaju usługi, także spod dziwnych szamańskich znaków typu: wróżka[21].

W sytuacjach nowych, trudnych, związanych z licznymi negatywnymi emocjami w pierwszej kolejności poszukiwać będziemy wsparcia, które zaliczyć można do wsparcia strukturalnego. Dominować będą naturalne źródła, czyli

[18] Tamże, s. 22.
[19] Tamże, s. 23–24.
[20] A. Szozda, *Doradca wobec wyzwań współczesności*, [w:] *Być doradcą. Doświadczenia i refleksje*, red. E. Siarkiewicz, B. Wojtasik, Wrocław 2008, s. 139.
[21] Tamże, s. 138.

poszukiwanie pomocy i kontaktu z osobami nam bliskimi. Opierając się na sieciach społecznych w najbliższym otoczeniu, unikamy stygmatyzacji, która może pojawić się w sytuacji korzystania ze sformalizowanych źródeł wsparcia. Korzystanie z pomocy osób z najbliższego otoczenia w pierwszej kolejności jest zjawiskiem występującym dość powszechnie.

Wsparcie o charakterze funkcjonalnym posiada wymiar interpersonalny i zawiera w sobie zróżnicowane oddziaływania, które mają służyć przezwyciężeniu trudności i rozwiązaniu problemów. W tym wymiarze wsparcia występuje uczenie się zachowań zaradczych, które mogą w przyszłości okazać się skuteczne w przezwyciężaniu trudności. Poszukując wsparcia dla sukcesu, powinniśmy kierować się przede wszystkim kwestią potrzeb, które wynikają z naszej sytuacji osobistej i własnych preferencji w tym zakresie.

Wsparcie dla sukcesu

Do wsparcia pomocnego w odnoszeniu sukcesu zaliczyć można głównie wsparcie funkcjonalne, poznawcze. W sytuacjach trudnych przy podejmowaniu decyzji dotyczących rozwiązania problemu istnieje potrzeba zrozumienia własnej sytuacji i podjęcia konkretnych działań. Przy uwzględnieniu zróżnicowanych dróg do sukcesu, pomoc w ustaleniu odpowiedniego kierunku podejmowanej działalności może okazać się wskazana lub wręcz niezbędna.

Osiągnięcie sukcesu z perspektywy ludzi młodych wydaje się coraz trudniejsze ze względu na wzrost wymagań wobec absolwentów uczelni wyższych. Na chwilę obecną nabierają znaczenia: umiejętności zarządzania własną wiedzą i rozwojem, świadomość swoich mocnych i słabych stron, umiejętności zawodowe, kompetencje językowe, kompetencje wielokulturowe, personalne i społeczne, a także umiejętność poszukiwania, selekcjonowania oraz wykorzystywania wiedzy w praktyce. Absolwent w XXI wieku powinien być również kreatywny, twórczo rozwiązujący problemy i zadania, świadomy mechanizmów rynkowych, przedsiębiorczy, współpracujący w zespole i asertywny. Aby spełnienie takich wymagań stało się możliwe, proces kształcenia w szkole wyższej powinien umożliwiać osiągnięcie wyżej wymienionych efektów, gdyż będą one warunkować sukces osób wkraczających na rynek pracy. W dalszej perspektywie uczelnie wyższe, we współpracy z pracodawcami, powinny stworzyć możliwość całożyciowego uczenia się i permanentnego podnoszenia kwalifikacji.

Uwzględniając wsparcie przygotowujące do obecności na rynku pracy, warto zwrócić szczególną uwagę na działania akademickich biur karier, w których student bądź absolwent może określić swój potencjał, ukierunkować

swoje działania edukacyjne oraz nawiązać współpracę w celu podjęcia zatrudnienia. Prowadzenie badań dotyczących oczekiwań pracodawców w zakresie umiejętności absolwentów pozwala na dostosowanie oferty edukacyjnej biura do potrzeb rynku pracy. Indywidualny kontakt z doradcą zawodowym stwarza natomiast możliwość planowania działań związanych z rozwojem kariery poprzez analizę własnych kompetencji. Działania w tym zakresie stanowią wsparcie dla osób kończących edukację i warunkują odnalezienie się na rynku pracy.

Wśród stosunkowo młodych osób pojawia się nowe zjawisko określane jako *gap year*, czyli „przerwa – niekoniecznie roczna – przed studiami, po ich zakończeniu lub w okresie pracy zawodowej przeznaczona na rozwój, ułożenie priorytetów w życiu lub po prostu *naładowanie baterii*"[22]. Zjawisko to, pochodzące z Wielkiej Brytanii, pojawiło się w Polsce w związku z lepszą sytuacją finansową młodych ludzi. Zdaniem Leszka Mellibrudy „taka dłuższa odskocznia od rutyny ma zbawienne znaczenie […]. To szansa na zmianę zawodową, ale także społeczną i umysłową"[23]. Zwraca on również uwagę, że:

> *Gap year* to nowa oferta poszukiwania siebie, ale zagrożona wieloma schematami myślowymi. Nie trzeba wyjeżdżać, żeby odnaleźć więcej wolności czy kreatywności […]. Planowanie wolnego czasu, jeśli ma być skutecznie wykorzystany, wymaga wyraźnego określenia celów, którym ma służyć[24].

Pojawienie się tego zjawiska może świadczyć o zagubieniu i potrzebie poszukiwania nowych priorytetów związanych z osiąganiem sukcesu. Warto zastanowić się, czy na tym etapie człowiek powinien oddać się samodzielnemu dochodzeniu do ustalenia celów życiowych czy potrzebuje w tym względzie wsparcia ze strony innych ludzi. Ze względu na niedługi czas występowania zjawiska odpowiedź wymaga przeprowadzenia badań w tym zakresie.

W obszarze zawodowym w wielu kwestiach potrzebujemy wsparcia ze strony współpracowników. Przy stawianiu pierwszych kroków w pracy szczególnego znaczenia nabierają informacje zwrotne o charakterze oceniającym, dotyczące podejmowanych przez nas działań i zachowań. Tego rodzaju informacje mogą nam służyć pomocą w rozwoju zawodowym zarówno poprzez samodzielne uczenie się, jak i nabywanie kompetencji pracowniczych w ramach edukacji formalnej. W sposób szczególny możemy potrzebować wsparcia emocjonalnego w sytuacjach nowych i trudnych, zwłaszcza tego, by osoba wykonująca tę samą profesję nas wysłuchała i przedstawiła własne sposoby radzenia sobie z podobnymi okolicznościami w przeszłości. W zwiększonym zakresie wsparcie współpracowników może być potrzebne w sytuacji

[22] A. Sobczak, *Gap year – przerwa w życiorysie*, „Logo" 2014, nr 9, s. 30.
[23] Tamże, s. 32.
[24] Tamże, s. 32–34.

przeciążenia obowiązkami zawodowymi, wystąpi wtedy potrzeba przejęcia części zadań przez osobę z zespołu.

Biorąc pod uwagę wsparcie o charakterze strukturalnym, uwzględnić można naturalne źródła wsparcia w sytuacjach trudnych. W kontekście dążenia do sukcesu łączenie różnego rodzaju działań związanych z pracą zawodową, rozwojem i obowiązkami domowymi wymaga wsparcia ze strony najbliższych. Chodzi tu przede wszystkim o taki podział obowiązków w rodzinie, by stworzyć warunki do osobistego rozwoju lub możliwości wykorzystania czasu wolnego przez wszystkich jej członków.

Wsparcie dla sukcesu może więc posiadać bardzo zróżnicowany wymiar. W przypadku absolwentów uczelni wyższych będzie ono związane z przygotowaniem do wejścia na rynek pracy poprzez kształtowanie wymaganych kompetencji warunkujących osiągnięcie sukcesu w działalności zawodowej. W wymiarze indywidualnym absolwent powinien doświadczać wsparcia w zakresie kierowania własnym rozwojem na bazie istniejącego w nim potencjału.

Wsparcie w zakresie ukierunkowania działań edukacyjnych jest potrzebne również w dalszym życiu, już w ramach działalności zawodowej. Znaczne zróżnicowanie ofert edukacyjnych i ich dostępność stwarza możliwość zagubienia się w możliwości wyboru tych, które są dla nas niezbędne. Chodzi tu o wsparcie w wyborze działań edukacyjnych w procesie całożyciowego uczenia się. Taka pomoc może być udzielana przez przełożonego lub doradcę zawodowego w instytucji zatrudniającej.

Kolejny obszar dotyczy wsparcia w zespole współpracowników, które będzie miało charakter oceniający (informacje zwrotne), emocjonalny (sytuacje trudne) i zadaniowy (w sytuacji przeciążenia). Jego uzyskanie uwarunkuje nastawienie na współpracę w zespole pracowników i umiejętności jego udzielania.

Wsparcie dla sukcesu wiąże się również ściśle z udzielaniem pomocy ze strony najbliższych w dzieleniu się obowiązkami, tak aby zachować możliwość podejmowania aktywności w trzech obszarach: dom, praca i *ja*.

Wnioski

Współcześni ludzie dążą do osiągnięcia sukcesu w różnych obszarach. Wśród osób młodych występuje tendencja do koncentracji na aspekcie zawodowym, co może wpływać na zaniedbania w pozostałych obszarach aktywności – życiu osobistym, relacjach rodzinnych, czy relacjach z bliskimi. Występowanie takiej tendencji przyczyni się przypuszczalnie do utrudnień w realizacji

pozazawodowych uwarunkowań sukcesu, dotyczących rodziny i zdrowia, zyskujących – w świetle najnowszych badań – na znaczeniu. Uwzględniając koncentrację na zawodowym wymiarze sukcesu wśród młodych ludzi, szczególnego znaczenia nabiera zjawisko *gap year*. Konfrontując występujące w nim tendencje z cechami człowieka sukcesu, można wysunąć przypuszczenie, że przerwa w zatrudnieniu bywa konsekwencją silnej motywacji do zrobienia kariery i panującej w miejscu zatrudnienia atmosfery rywalizacji. Determinacja w osiąganiu sukcesu, w połączeniu z trudnością w rozdzieleniu życia prywatnego i zawodowego oraz identyfikacją z firmą, po pewnym czasie przyczyni się przypuszczalnie do chęci ucieczki w celu zdystansowania się i ponownego ustalenia priorytetów. Zjawisko to może być więc traktowane jako konsekwencja powszechności występowania sukcesu nastawionego na wynik.

W czasie kształcenia na poziomie wyższym istnieje potrzeba przygotowania absolwentów do traktowania sukcesu jako drogi dążenia do celu. Spojrzenie na to zjawisko jak na proces pozwoli częściej doświadczać go w swoich działaniach i współpracować z innymi w jego realizowaniu. Aby współpraca stała się możliwa, potrzeba również przygotowania absolwentów do udzielania wsparcia innym, gdyż umiejętność ta stanowi podstawę do nawiązania bliskiej współpracy wśród zespołu pracowników.

Życie człowieka zawiera w sobie trzy obszary aktywności, takie jak: praca, dom i *ja*. Są one realizowane zgodnie z naszym systemem wartości. Koncentrując się na jednym wymiarze, możemy zaniedbać pozostałe. W zachowaniu aktywności we wszystkich obszarach pomocna staje się koncepcja Work Life Balance, w której zwraca się uwagę na potrzebę zachowania równowagi pomiędzy pracą a życiem osobistym. Dzięki tej koncepcji pracodawcy wychodzą naprzeciw różnym elastycznym formom zatrudnienia, pozwalającym na łączenie pracy z innymi obowiązkami i aspiracjami. Równowaga w zakresie zaangażowania i czasu poświęcanego na pracę, rodzinę, przyjaciół, zainteresowania i rozwój własny będzie mieć znaczenie w subiektywnym doświadczaniu sukcesu.

Współpraca z innymi ludźmi w dochodzeniu do sukcesu jest nam potrzebna również z innych powodów – pomaga ukierunkować własne działania, stwarza możliwość uczenia się od innych, daje możliwość rozwoju osobistego oraz pozwala realizować się w różnych obszarach. Doświadczając wsparcia ze strony innych, łatwiej dojść do określonych celów i dzięki temu osiągać sukces. Jednocześnie warto zasygnalizować, iż nie trzeba brać pod uwagę wsparcia ze strony profesjonalistów, gdyż wsparcie dla sukcesu dotyczy w większym stopniu współpracowników i osób nam najbliższych.

Bibliografia

Belitz J., *Sukces pełnią życia*, Kos, Katowice 1999.
Birkenbihl V.F., *Komunikacja międzyludzka. Trening sukcesu,* Astrum, Wrocław 1999.
Brzeziński M., *Życiologia, czyli o mądrym zarządzaniu czasem,* Zwierciadło, Warszawa 2011.
Bylok F., *Wzór sukcesu w społeczeństwie polskim w okresie transformacji społeczno-ustrojowej*, „Annales" 2005, t. 8, nr 1, s. 87–96, http://www.annalesonline.uni.lodz.pl/archiwum/2005/2005_01_bylok_87_96.pdf [dostęp: 18.12.2014].
Grzeszczyk E., *Sukces. Amerykańskie wzory – polskie realia*, IFiS PAN, Warszawa 2003.
Jedlewska B., *Edukacja do sukcesu. Obszary problemów i zaniedbań, pilne wyzwania*, [w:] *Rynek i kultura neoliberalna a edukacja*, red. A. Kargulowa, S. M. Kwiatkowski, T. Szkudlarek, Impuls, Kraków 2005.
Orleańska J., *Sukces życiowy i jego determinanty*, CBOS, https://www.kozminski.edu.pl/fileadmin/wspolne_elementy/Dokumenty/Raporty_ALK-CBOS/K089_13_sukces_zyciowy.pdf [dostęp: 18.12.2014].
Równowaga praca-życie w aspekcie polskiego rynku pracy. Raport z badań, red. C. Sadowska-Snarska, Wyższa Szkoła Ekonomiczna, Białystok 2005.
Sęk H., *Wsparcie społeczne jako kategoria zasobów i wieloznaczne funkcje wsparcia*, [w:] *Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki*, red. Z. Juszczyński, N. Ogińska-Bulik, Wydaw. Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003.
Sobczak A., *Gap year – przerwa w życiorysie*, „Logo" 2014, nr 9, s. 30–37.
Szozda A., *Doradca wobec wyzwań współczesności,* [w:] *Być doradcą. Doświadczenia i refleksje,* red. E. Siarkiewicz, B. Wojtasik, Wydaw. Naukowe DSW, Wrocław 2008.

Success for the individual and as a result of cooperation with others, that is about the need for social support

Abstract: Human functioning in the modern world has a variety of opportunities for achievement a success. Taking different forms of activity, due to the desired result, it can subjectively achieve success. In their efforts a man may need support from others to succeed. The first part of the article shows the different ways of defining success and the characteristics of a successful man. The following section focuses on the types of social support. The third part presents the areas where support is necessary for success.

Keywords: a man of success, consulting, gap year, social support, success, the concept of Work Life Balance

Słowa kluczowe: człowiek sukcesu, doradztwo, gap year, koncepcja Work Life Balance, sukces, wsparcie społeczne