

Agnieszka Wierchołowska

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

agnieszkawiercholowska@wp.pl

ORCID: 0000-0003-4229-6666

Wszyscy czasem *idiotkujemy*. O terapeutycznym wymiarze podcastu

We All Do as Idiots Sometimes: On the Therapeutic Dimension of a Podcast

Recenzja podcastu:

Joanna Okuniewska, *Ja i moje przyjaciółki idiotki*,

Spotify, 19 lutego 2019 – 28 kwietnia 2022

DOI: 10.12775/LL.2.2022.008 | CC BY-ND 4.0

Motyw miłości i budowania relacji intymnych między ludźmi obecny jest w każdej znanej nam dziedzinie sztuki i nauki. Na przełomie wieków definicja miłości zmieniała się wielokrotnie, lecz na temat „fenomenu historyczno-społecznego, z aparatem kulturowych technik, służących do standaryzowania intymnych relacji” (Bieńko 2017: 51) wylano morze atramentu. Pozornie wydawać by się mogło, że jest to materia dogłębnie opisana i przeanalizowana, a każda próba rzucenia nowego światła na romantyczne więzi międzyludzkie już na początku skazana jest na porażkę i nałożenie na autora etykiety dystrybutora spowszedniałych refleksji. Wyprowadzenie oryginalnych wniosków z rozważań o miłości jest bez wątpienia trudnym zadaniem, ale jak się okazuje – możliwym. Idealnym tego przykładem jest podcast zatytułowany *Ja i moje przyjaciółki idiotki* Joanny Okuniewskiej.

Seria została zapoczątkowana 19 lutego 2019 r., kiedy to w serwisie Spotify pojawił się pierwszy, niespełna sześciominutowy odcinek, z informacją, kim w założeniu autorki jest tytułowa idiotka oraz „dlaczego wszystkie jesteśmy dumnymi idiotkami” (Okuniewska 2019–2022). Oficjalny opis podcastu, zamieszczony wraz z opublikowanymi odcinkami, brzmi: „Złamane serca, miłosne rozczarowania i historie bez happy endu. Czyli historie Twoje i innych mądrych dziewczyn, które miały odwagę się głupio zakochać, a teraz umieją się z tego śmiać” (Okuniewska 2019–2022).

Nie sposób nie zauważyć, że Okuniewska w podcaście odnalazła miejsce na osobiste przemyślenia dotyczące miłosnych rozterek. Podstawą początkowych odcinków były doświadczenia autorki i jej najbliższych znajomych dotyczące nieudanych randek lub związków, w których to bohaterowie „dawali się robić”¹. Szybko jednak okazało się, że wiele osób utożsamia się z Joanną i jej miłosnymi perypetiami. Twórczyni umożliwiła zabranie głosu i opowiedzenie własnej historii swoim słuchaczom oraz słuchaczkom. Liczne opowieści, które fani nadesłali do podcasterki za pośrednictwem portalu Instagram oraz adresu mailowego, stały się swoistą bazą danych i punktem odniesienia dla autorskich teorii. Tym sposobem *Ja i moje przyjaciółki idiotki* stały się zbiorem humorystycznych anegdot, przestroóg i pomysłów, które każdy z odbiorców i odbiorczyń może dowolnie przyswajać i interpretować. Podcast skupia się więc na praktycznych doświadczeniach w relacjach intymnych i romantycznych, nie oferuje zatem ich wyidealizowanej lub udratycznionej wizji, typowej dla kultury popularnej.

Warto podkreślić, że Okuniewska nie jest ekspertką w dziedzinie psychologii, socjologii czy psychiatrii. Część odcinków powstała we współpracy ze specjalistami i specjalistkami, m.in. z Centrum Praw Kobiet czy przytaczanym w odcinkach psychoterapeutą Tedem². Autorka wielokrotnie zaznacza w swoich nagraniach, że treści, które przekazuje, nie mają charakteru diagnozy ani nawet rady – wszystko jest wyłącznie luźną myślą, która wybrzmiewa jak podczas przyjacielskiej rozmowy przy kawie. Mając to na uwadze, można zadać sobie pytanie, po co właściwie powstał tego typu podcast, w którym to w niezobowiązujący sposób mówi się o sprawach zgoła oczywistych, czyli o miłości, i to zdecydowanie częściej o jej cieniach niż blaskach.

Odpowiedź wydaje się prosta – chodzi o wiedzę i sposób jej przekazywania. Poszczególne odcinki podcastu mają tytuły sugerujące pewien rodzaj klasyfikacji osób ze względu na zachowania w związku bądź cechy charakteru, m.in. typ zapominalski, oznaczający osobę, która gubi się w swoich opowieściach,

1 Sformułowanie „dawanie się robić” po raz pierwszy pojawiło się w drugim odcinku serii, zatytułowanym *O dawaniu się robić*, opublikowanym w serwisie Spotify 19 lutego 2019 r. Określenie to odnosi się do zachowań w związkach, w których jedna osoba manipuluje drugą, wywołując u niej m.in. poczucie winy lub przekonanie o niewystarczającym zaangażowaniu emocjonalnym. Celem manipulatora/manipulatorki w założeniu twórczyni jest wymuszenie na partnerze/partnerce przywiązania i pełnego zaufania, którego rezultatem jest usprawiedliwianie nieuczciwego postępowania manipulatora/manipulatorki.

2 Imię fikcyjne.

nieuczciwie prowadząc co najmniej dwie relacje jednocześnie, lub typ krokodyl, który „ma za krótkie łapki do pracy, ale wielką paszczę do jedzenia” (Okuniewska 2019–2022), co właściwie jest opisem „leni i finansowych pijawek” (Okuniewska 2019–2022). Nie są to terminy naukowe, jednak bez wątpienia mogą pomóc w zrozumieniu pewnych problemów psychologicznych i behawioralnych. Rezultatem takiego przedsięwzięcia jest zjawisko identyfikacji znanych słuchaczom i słuchaczkom postaw, z którymi mogli spotkać się w swoim życiu prywatnym, jednak nie potrafili ich nazwać, a przede wszystkim nie mieli narzędzi, które umożliwiały im przepracowanie przykrych wydarzeń i relacji.

W przypadku serii *Ja i moje przyjaciółki idiotki* instrumentem umożliwiającym poradzenie sobie z traumatycznymi przeżyciami stał się humor. Wielu badaczy już dawno zauważyło, że komizm jest nie tylko mechanizmem obronnym, ale także elementem łączącym ludzi, którzy znaleźli się w podobnej sytuacji bądź mają zbliżone doświadczenie życiowe (Rusek 2012: 124–125). Nie sposób pominąć tego, że żartobliwa forma komentarza autorki wobec przytaczanych historii przepełniona jest wyrozumiałością oraz szacunkiem wobec bohaterów, a mottem podcastu jest zdanie „każdy może idiotkować, z kim chce” (Okuniewska 2019–2022). Recenzje użytkowników i użytkowniczek zamieszczone w serwisie internetowym Chartable (b.d.), służącym do analizy zasięgu podcastów, zawierają treści świadczące o uniwersalności treści podcastu Joanny Okuniewskiej – przytaczane historie są pomocne niezależnie od płci osób słuchających. Bez wątpienia Joanna Okuniewska jawi się w tym przypadku jako świadoma twórczyni, która prócz rozrywkowego chce nadać swojemu podcastowi także wymiar edukacyjny, postulując równość, solidarność i empatię.

Za sukcesem serii *Ja i moje przyjaciółki idiotki*, uwidaczniającym się w rozpoznawalności twórczyni³, tysiącach odsłuchów jej podcastu⁴ i trwającym procesie przełożenia serii na serial (Kołodziej 2022), nie stoi szereg kampanii reklamowych, medialne wsparcie czy korzystne znajomości. Elementami, które zapewniły powodzenie autorce, są: autentyczność, brak stawiania się w pozycji ekspertki, skracanie dystansu między nią a słuchaczami i nieocenione poczucie humoru, które pozwoliło tysiącom odbiorców i odbiorczyń utożsamić się z poszczególnymi opowieściami, a co najważniejsze – zdystansować się do sytuacji, w której się znajdują lub znajdowali/znajdowały, zyskują bowiem świadomość, że nie są jedynymi osobami dotkniętymi niefortunną relacją z drugim człowiekiem.

Terapeutyczny wydźwięk serii Okuniewskiej, który opiera się na budowaniu poczucia bezpieczeństwa i zrozumienia, można porównać ze znaczeniem bajek terapeutycznych w procesie rozwoju dzieci. Bajki terapeutyczne są skierowane do dzieci, które samodzielnie mogą pracować nad zrozumieniem własnej sytuacji, emocji czy sposobów działania, utożsamiając się z bohaterem opowieści, który pozwala im zdystansować się do własnych przeżyć i doświadczeń (Molicka 2002: 18).

3 Profil Joanny Okuniewskiej *Tu Okuniewska* na platformie Facebook ma 66 tysięcy obserwujących, natomiast w serwisie Instagram ponad 231 tysięcy obserwujących (dane z września 2022 r.).

4 W serwisie Chartable w sierpniu 2022 r. seria Joanny Okuniewskiej plasowała się na 24 miejscu wśród liczącego 200 miejsc rankingu najczęściej odsłuchiwanym podcastów w Polsce.

Poczucie solidarności, jakie wytworzyło się wśród społeczności słuchaczy i słuchaczek, jest w tym przypadku wartością naddaną twórczości Joanny Okuniewskiej, ale z pewnością można uznać je za element nadający podcastowi rozrywkowemu dodatkowych walorów. Grono głosów identyfikujących się z serią *Ja i moje przyjaciółki idiotki* bezustannie się powiększa, tworząc pewien rodzaj terapii grupowej, gdzie nikt nie jest ekspertem, wszyscy są równi i nikt nie jest oceniany. Mimo że opis podcastu w serwisie Spotify stale mówi tylko o odbiorczyńach, wśród „idiotkowej społeczności” swoje miejsce może znaleźć każdy⁵.

BIBLIOGRAFIA

- Bieńko, M. (2017). Romantyczna miłość we współczesnej kulturze „przelotnych znajomości”. W: B. Szultz (red.), *Obraz współczesnej rodziny. Teoria i badania* (s. 50–60). Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego.
- Chartable (b.d.). *Ja i moje przyjaciółki idiotki. Reviews*. Pobrano 19 września 2022 z: <https://chartable.com/podcasts/ja-i-moje-przyjaciolki-idiotki/reviews>
- Kołodziej, E. (2022). Nie żegnamy się z Okuniewską. „*Ja i moje przyjaciółki idiotki*” powrócą jako serial. Noizz. <https://noizz.pl/kultura/ja-i-moje-przyjaciolki-idiotki-okuniewskiej-powroca-jako-serial/8gkweqp>
- Lalka, A. (2021, 15 czerwiec). *Okuniewska: Każdy z nas potrzebuje kogoś, kto powie „też tak mam!”*. Ofeminin. <https://www.ofeminin.pl/swiat-kobiet/okuniewska-kazdy-z-nas-potrzebuje-kogos-kto-powie-tez-tak-mam-podcast/qwmfzx1>
- Molicka, M. (2002). Bajka terapeutyczna. *Remedium*, 7(8), 18–19.
- Okuniewska, J. (2019–2022). *Ja i moje przyjaciółki idiotki* [podcast]. Spotify. <https://open.spotify.com/show/3cYod4zhf76UzaA7vKnMGJ>
- Okuniewska, J. (b.d.). *Tu Okuniewska* [profil na Instagramie]. Instagram. Pobrano 19 września 2022 z: https://www.instagram.com/tu_okuniewska/
- Rączkowska, A. (2021, 6 luty). *Joanna Okuniewska: Ja i moje przyjaciółki idiotki, czyli jak współcześnie opowiadać o szukaniu miłości*. Twój Styl. <https://twojstyl.pl/arttykul/ja-i-moje-przyjaciolki-idiotki,aid,1402>.
- Rusek, A. (2012). Wielowymiarowość humoru. *Innowacje Psychologiczne*, 1, 117–127.
- Tu Okuniewska (b.d.). *Home* [profil na Facebooku]. Facebook. Pobrano 19 września 2022 z: <https://pl-pl.facebook.com/tuokuniewska>

5 Recenzje w serwisie Chartable pisane są z perspektywy osób różnych płci.