

# Między elastycznością a spójnością – wykorzystanie metod asynchronicznych w jakościowym badaniu podłużnym realizowanym w trakcie pandemii COVID-19

Jowita Radzińska   
Uniwersytet Humanistycznospołeczny SWPS

<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.3.02>

**Słowa kluczowe:** techniki asynchroniczne, badanie jakościowe podłużne, COVID-19, etyka

**Abstrakt:** Celem artykułu jest opisanie doświadczeń i wniosków płynących z zastosowania technik asynchronicznych w jakościowym badaniu podłużnym prowadzonym w trakcie pandemii COVID-19. Opracowanie ukazuje korzyści i ograniczenia oraz szanse i zagrożenia podejścia metodologicznego wykorzystującego wymianę asynchroniczną i dzienniczki. Perspektywa temporalna pozwoliła uchwycić dynamikę zmian związaną z pandemią, determinującą ewolucję technik asynchronicznych. Wyzwaniem pozostało zachowanie równowagi między elastycznością i spójnością metodologii oraz standardów etycznych mających na względzie dobro osób zaangażowanych w badanie.

## Jowita Radzińska

Dr, socjolożka i filozofka, etyczka. Naukowo zajmuje się solidarnością, siostrzeństwem i współpracą. Jako badaczka jakościowa prowadzi projekty naukowe, społeczne i biznesowe. Jest związana z ośrodkiem naukowym Młodzi w Centrum Lab SWPS.

e-mail: [jradzińska@swps.edu.pl](mailto:jradzińska@swps.edu.pl)



© by the author, licensee University of Lodz, Poland  
This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license  
CC-BY-NC-ND 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)

## Refleksyjność w wymuszonym spowolnieniu – wprowadzenie

Badania prowadzone online mają ogromny potencjał metodologiczny, a metody zapośredniczone przez internet silną pozycję w naukach społecznych (Hughes 2012). O ile na wczesnym etapie wykorzystania tych metod doceniano je przede wszystkim ze względu na oszczędność czasu i budżetu (Meho 2006; East i in. 2008; Hughes 2012), a także możliwość docierania do trudno dostępnych rozmówczyń/rozmówców (O'Connor, Madge 2001; Ratislavová, Ratislav 2014), o tyle w pandemii COVID-19 – szczególnie w okresach lockdownu, zmieniających się obostrzeń i kolejnych fal rosnących zachorowań – stały się jedyną możliwością prowadzenia badań (Lobe, Morgan, Hoffman 2020). Jak zwraca uwagę Don A. Dillman (2007: 447), ankiety online przeszły szybką ewolucję od innowacyjnej idei do rutynowego użytkowania. Analogiczną obserwację można odnieść do rozwoju jakościowych technik prowadzenia badań online, któremu pandemiczne okoliczności nadały jeszcze większego przyspieszenia. Badaczki i badacze musieli podjąć wiele decyzji związanych z kontynuacją i/lub rozpoczęciem projektów badawczych w pandemii (Meskell, Houghton, Biesty 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022), uwzględniając społeczne zapotrzebowanie, możliwości, zasoby i własne zobowiązania, a także epistemologicznie niepowtarzalne okazje.

W świecie coraz szybszych zmian technologicznych, społecznych i wzrostu tempa życia (Rosa 2020) nagle zatrzymanie spowodowane pandemią COVID-19 wywołało destabilizację (zob. też rozważania o *unsettling event*, np. Kilkey, Ryan 2021). „Pandemiczne hamowanie” można za Hartmutem Rosą (2020: 57) określić mianem spowolnienia jako dysfunkcjonalnego skutku ubocznego przyspieszenia społecznego, stanowiącego niezamierzone następstwo procesów akceleracji i dynamizacji. Rosa (2020) jako przykład takiego rodzaju spowolnienia podaje korek uliczny wywołany pośpiechem wielu (lub wszystkich) osób uczestniczących w ruchu drogowym i depresji jako formy samoobrony przed nadmierną presją przyspieszenia. Co ciekawe, pandemiczne spowolnienie nosi także znamiona spowolnienia intencjonalnego, o którym Rosa (2020) pisze jako o warunkowym i funkcjonalnym sposobie na tymczasowy wypoczynek, dzięki któremu w przyszłości możliwe jest jeszcze większe przyspieszenie. I choć kwarantanna nie była wyborem, to wiele osób starało się zrobić z niej jak najlepszy użytek – nadrobić zaległości i odpocząć „na zapas” (Głowacka, Helak, Kościńska 2020; Radzińska, Pustułka 2021).

Globalne spowolnienie na nieznaną dotąd skalę zaowocowało refleksyjnością, którą warto było uchwycić, a podłużne metody asynchroniczne doskonale się w tym sprawdziły. W niniejszym artykule znajduje się przegląd metodologicznych stanowisk, które prezentują zalety i wady oraz możliwości i ryzyka związane z wykorzystaniem metod asynchronicznych w badaniach społecznych (kontekst teoretyczny). Perspektywa ta uzupełniona jest „lekcją z terenu”, w której zawarto opis i wnioski z wykorzystania technik asynchronicznych w jakościowym badaniu podłużnym. Tekst kończy podsumowanie z głównymi wnioskami i refleksją badaczki.

## Charakterystyka asynchronicznych technik jakościowych – kontekst teoretyczny

W obliczu pandemicznych wyzwań jakościowe metody asynchroniczne znalazły godne zastosowanie (Hall, Gaved, Sargent 2021), bo sytuują badaczki/badaczy i osoby biorące udział w badaniu w odmiennej czasoprzestrzeni, umożliwiając różną dynamikę wymiany (Neale 2019). Badaczki i badacze zazwyczaj inicjują kontakt i nadają mu pewne ramy poprzez wysyłanie pytań lub stworzenie odpowiedniego narzędzia. W praktyce projekt badawczy może całkowicie opierać się na metodach asynchronicznych (Corti 1993; Alaszewski 2006; Monrouxe 2009), ale równie często stanowią one część szerszego podejścia metodologicznego (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012; Ratslavová, Ratslav 2014). Badaczki i badacze wśród zalet metod asynchronicznych podkreślają przede wszystkim elastyczność, związaną z dowolnością momentu i okoliczności konstruowania i wysyłania pytań oraz odpowiadania na nie przez zaangażowane w badanie osoby (Jankowski, van Selm 2005; Batorski, Olcoń-Kubicka 2006; Ratslavová, Ratslav 2014). Zaletą są także bardziej sprzyjające refleksyjności warunki (Crozier, Cassell 2016). Techniki asynchroniczne pomimo dystansu fizycznego zachowują wysoce uspołecznioną formę interakcji (Joinson 2005), dzięki której można również przestrzegać zaleceń dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa (Lobe, Morgan, Hoffman 2020).

Metody asynchroniczne obejmują wymianę, która może wykorzystywać różne kanały (korespondencję mailową, komunikatory online), a także narzędzia zaprojektowane przez badaczki/badaczy i samodzielnie używane przez badane osoby (dzienniczek, album ze zdjęciami/filmikami). Najbardziej rozpowszechnioną techniką asynchroniczną jest wymiana mailowa (Ratslavová, Ratslav 2014), która pozwala nie tylko minimalizować nakłady czasu i finansów, ale również wspiera udział w badaniu osób nieśmiałych lub mierzących się z trudną sytuacją (Meho 2006; Ratslavová, Ratslav 2014). Szeroko wykorzystywaną techniką asynchroniczną są także dzienniczki, które wiążą się z tradycją pamiętników i (auto)biografii (Stanley 1993; Alaszewski 2006; Głowacka, Helak, Kościńska 2020). Do technik asynchronicznych można adaptować wiele technik używanych w wywiadach synchronicznych, więc zakres możliwości i praktyk stale się powiększa. W dalszej części artykułu omówione zostaną dwie techniki asynchroniczne: dzienniczek w formie częściowo ustrukturalizowanego narzędzia do prowadzenia samodzielnych zapisków z obserwacji i refleksji przez badane osoby oraz wymiana korespondencji online (mail i komunikatory).

Badania wykorzystujące metody asynchroniczne mają zazwyczaj charakter podłużny, łącząc spontaniczne relacje z refleksją nad okolicznościami zdarzeń i przeżyć na przestrzeni czasu (Meho 2006; Crozier, Cassell 2016). Charakteryzuje je zbieranie danych w przynajmniej dwóch różnych okresach i porównywaniem ich ze sobą (Menard 2002; McCoy 2017), co niesie unikatową możliwość zrozumienia relacji między doświadczeniem, czasem i zmianą (Neale 2019). Podejście metodologiczne, dające szansę na poznanie perspektywy temporalnej, bardziej trafne rozumienie procesów zmiany oraz potencjał identyfikacji związków przyczynowo-skutkowych (Hermanowicz 2013), wydaje się adekwatne do badania dynamiki zmian i refleksyjności czasu pandemii.

Dynamika **wymiany asynchronicznej** między osobą badającą i badaną może być różna, stanowiąc zarówno szybki i dynamiczny dialog, jak i obejmując dłuższe przerwy pomiędzy wiadomościami.

Dowolna ilość czasu na konceptualizowanie, pisanie, edytowanie odpowiedzi może rodzić pokusę dostosowywania się do społecznych oczekiwań kosztem spontanicznej autentyczności (Joinson 2005). Jednocześnie czas i swoboda doboru dogodnej chwili na odpowiedź sprzyja pogłębionym opiniom i refleksjom (James, Busher 2006; Meho 2006; East i in. 2008).

Wykorzystywanie maili do wymiany asynchronicznej, w odróżnieniu od dedykowanych platform i oprogramowania, ma dwie zalety: większość osób stale z nich korzysta (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012) oraz nie musi instalować aplikacji lub logować się na nieznaną stronę; jednocześnie zachowana jest prywatność i stosunkowo wysokie bezpieczeństwo danych. Ryzyko natomiast wiąże się z łatwością zignorowania – świadomie lub przez przeoczenie i zapomnienie – pytania wysłanego mailem (Sanders 2005).

Jednymi z szerzej dyskutowanych wątków optymalizacji mailowej wymiany asynchronicznej są forma i liczba pytań, sposób ich wysyłania (na responsywność istotnie wpływa zamieszczenie pytań w mailu, a nie załączniku (Meho 2006) oraz niezbyt długa wiadomość, widoczna w całości na ekranie (Crystal 2001)), a także rozłożenie pytań w czasie w taki sposób, by nie przytłoczyć i tym samym nie zniechęcić osób uczestniczących w badaniu (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012). Należy też zachować uważność, by w odpowiednim momencie zakończyć wymianę asynchroniczną, jeśli ramy czasowe nie zostały ustalone na etapie kontraktowania. W tym celu warto uważać na takie zachowania uczestniczek/uczestników badania jak dłuższe przerwy w odpowiedziach czy bardziej zdawkowe wiadomości – jako na potencjalne sygnały zmęczenia i znużenia (Bampton, Cowton 2002).

Z perspektywy jakości procesu badawczego ważne jest potwierdzenie tożsamości osób zaangażowanych w badanie, przy czym należy zwrócić uwagę, że weryfikacja tożsamości prowadzona przez badaczkę/badacza, która/który w dalszej części stara się budować dialog, a nawet relację, może wpłynąć na wzajemne postrzeganie i układ sił/pozycji (Ward 1999). Dlatego też Henrietta O'Connor i Clare Madge (2001) modelują sposób przedstawiania się, przygotowując informację o sobie i zachęcając w ten sposób badaną osobę do analogicznego przedstawienia. Przemyślany, ale i autentyczny oraz częściowo ujawniający wątki prywatne sposób przedstawienia się ma także za zadanie zrekomensować brak kontaktu twarzą w twarz. Nie zawsze jednak ustawienie relacji w badaniu online na wzór jej odpowiednika offline ma sens, jak argumentują bowiem Crispin Thurlow, Laura Lengel i Alice Tomic (2004), kultura online, rządząc się innymi prawami, pozwala na bardziej bezpośrednie pytania (o dane demograficzne, dochody) niż tradycyjna rozmowa. Wymiana asynchroniczna potencjalnie oferuje szansę na pozyskanie bogatszych i bardziej osobistych danych (Bowker, Tuffin 2004). Badania prowadzone przez internet nie przewyżniają wszystkich przeszkód, bo nie docierają chociażby do osób wykluczonych technologicznie, ale zdają się pokonywać więcej barier, niż generują (Bowker, Tuffin 2004).

Druga technika asynchroniczna – **dzienniczki** – stanowi bogate źródło informacji o codziennym życiu, włącznie z intymnymi wątkami, oraz dobry zapis wydarzeń, które pamięć szybko deformuje (Corti 1993). Przeniesienie dzienniczka do świata online następuje z mniejszą trudnością i wątpliwością niż wywiady pogłębione, ponieważ zachowana jest forma pisemna, a mniejsza stymulacja procesu przez

badaczkę/badacza pozostawia więcej samodzielności badanym osobom. Uzupełnienie dzienników wywiadem daje jeszcze bogatsze, pełniejsze i wysoce wiarygodne dane, ponieważ umożliwia badaczce/badaczowi dopytanie, uzupełnienie i rozwianie ewentualnych wątpliwości interpretacyjnych (Corti 1993).

Korzyści z dzienników i wymiany asynchronicznej, podobnie zresztą jak synchronicznej, czerpią nie tylko badaczki/badacze, ale i osoby biorące udział w badaniu (Beck 2005; Ratslavová, Ratslav 2014). Szczególnie na gruncie nauk psychologicznych dobrze zbadany i opisany jest proces ewaluacji dzięki pisaniu, w którym poddana stresowi osoba interpretuje swoją ekspozycję na stresory, przewiduje ich skutki, a czasem aktywnie rozważa sposoby ich przezwyciężania, co przekłada się ostatecznie na konsekwencje stresujących sytuacji (Dewe, O'Driscoll, Cooper 2010). Pamiętniki okazują się dobrym narzędziem w badaniach nad stresem i dobrostanem (Clarkson, Hodgkinson 2007; Mazzetti, Blenkinsopp 2012), ponieważ obok generowania danych dają natychmiastową korzyść badanym osobom.

Dzienniczki, pozostawiające dużą swobodę w uzupełnianiu, mogą – przynajmniej do pewnego stopnia – pełnić funkcję pisania ekspresywnego, którego twórcy – James W. Pennebaker i Joshua M. Smyth (2018) – widzą związek między zdrowiem psychicznym i pisaniem. W *Terapii przez pisanie* prezentują argumenty pokazujące przekładalność zwierzenia się na dobre zdrowie i utrzymywania tajemnicy na zwiększony poziom stresu. Według tych autorów „[...] ludzie mają silną potrzebę otwierania się przed innymi. Jeżeli tego nie robią, ryzykują zdrowiem psychicznym i fizycznym. Ujawnienie myśli i emocji może spowodować poprawę samopoczucia” (Pennebaker, Smyth 2018: 14). Nie twierdząc, że pisanie stanowi uniwersalny lek na wszelkie bóle, zapraszają do stania się badaczką/badaczem samej/samego siebie i przelewania na papier niechcianych myśli, a także wspomnień i obaw.

Pisanie nie jest jednak bezproblemowe. Dzienniczki wymagają dużego zaangażowania ze strony uczestniczek/uczestników badania – konieczność codziennego wypełniania treści jest nie tylko wymagająca, ale zazwyczaj też męcząca. Prowadzi to do upraszczania i schematyzacji dzienników przez badaczki/badaczy, co w konsekwencji pozostawia mniejszą swobodę osobom je wypełniającym i zubaża uzyskane treści (Mazzetti, Blenkinsopp 2012). Ciekawym rozwiązaniem, mającym szansę przezwyciężyć przynajmniej część ograniczeń technik opartych na pisaniu, są pamiętniki audio. Ze względu na formę wymagają one mniejszego nakładu czasu i pracy (Markham, Couldry 2007), a jednocześnie zdają się dobrze odzwierciedlać fenomen mówienia do samej/samego siebie jako ważnej strategii kognitywnej, pozwalającej zarządzać sytuacjami stresowymi (Crozier, Cassell 2016). Co więcej, udostępnienie tego mniej kontrolowanego i trudniej edytowalnego strumienia myśli i słów badaczce/badaczowi pozwala uchwycić badane zjawiska na bieżąco, w rzeczywistym rytmie ich rozwoju, zwiększając w ten sposób adekwatność i dokładność rejestrowanych danych (Monrouxe 2009). Badania nad psychologiczną funkcją dzielenia się przeżyciami pokazują, że proces dekonstruowania wydarzeń i refleksji nad reakcjami pozwala sprawniej zarządzać emocjonalnym wpływem doświadczenia (Pennebaker, Seagal 1999; Hardy 2006), co sugerowałoby, że pamiętniki dźwiękowe – podobnie jak pisane – nie stanowią jedynie narzędzia do dokumentacji w toku badania, ale także aktywnie wspierają w radzeniu sobie w sytuacji wyzwania (Crozier, Cassell 2016).

W aspekcie techniczno-organizacyjnym badania z wykorzystaniem dzienniczka należy zwrócić uwagę na dwie kwestie. Po pierwsze, dzienniczki wymagają precyzyjnego przygotowania i zaplanowania, bo w przeciwieństwie do rozmowy pozostawiają mniej przestrzeni na uzupełnienia i wyjaśnienia bieżących wątpliwości czy ewentualnych nieporozumień (Alaszewski 2006). Ważnym etapem przygotowawczym jest więc opisanie i przesłanie procedury prowadzenia badania, a także wstępnego planu lub założeń dotyczących zadań z estymacją czasu i nakładu pracy (O'Connor, Madge 2001), co stanowi także okazję do przedstawienia się badaczek/badaczy i pierwszy krok do budowania relacji. Proces ten można postrzegać w kategoriach kontraktowania, co jest szczególnie istotne w badaniu podłużnym. Po drugie, o ile przekazanie informacji o celach i przebiegu projektu nie jest trudne, o tyle uzyskanie zgody na udział w badaniu przez internet może takie być. Dodatkowych trudności nastęrcza interpretacja braku odpowiedzi od badanych osób, bo o ile kategoryczna odmowa lub wiadomość o wycofaniu z udziału są jasne, o tyle zastoje w uzupełnianiu dzienniczka, a także w korespondencji rodzą pytania, czy dana osoba chce nadal w badaniu uczestniczyć. Badaczka/badacz może mieć dylemat, czy powinna/powinien się kontaktować, by zyskać jasność sytuacji, a jeśli tak, to jak często i jakimi kanałami może to robić (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012). Dodatkowym ryzykiem jest relatywnie prostsza rezygnacja badanych osób z badania asynchronicznego (por. Batorski, Olcoń-Kubicka 2006), czego umożliwienie jest obowiązkiem badaczki/badacza na każdym etapie badania.

Ze względu na omawiany w dalszej części artykułu projekt badawczy należy zarysować **pandemiczny kontekst prowadzenia badań**. COVID-19 i związana z nim kwarantanna oraz nakaz dystansowania się znacząco wpłynęły na badaczki/badaczy, które/którzy zmieniali/zmieniali metodologię i harmonogram realizacji badań, a w niektórych przypadkach zrezygnowały/rezygnowali z projektu ze względu na ryzyko i niepewność (Swenson, Roll 2020). Nowe wyzwania metodologiczne dotyczyły nie tylko zarządzania ryzykiem epidemicznym, ale i kwestii etycznych: informowania i świadomej zgody (Valdez, Gubrium 2020; Roberts, Pavlakis, Richards 2021), poufności i prywatności (Lawrence 2020; Lobe, Morgan, Hoffman 2020; Hall, Gaved, Sargent 2021; Roberts, Pavlakis, Richards 2021), dobrostanu i komfortu osób uczestniczących w badaniu (Valdez, Gubrium 2020; Howlett 2021; Tremblay i in. 2021), w tym zagrożenia partnerstwa i wzajemności w relacji oraz ryzyka wykorzystania, nadmiernego obciążenia czy skrzywdzenia osób uczestniczących w badaniu (Valdez, Gubrium 2020; Crivello, Favara 2021; Hall, Gaved, Sargent 2021) oraz osób prowadzących badania (Meskell i in. 2021). Priorytetyzując preferencje uczestniczek/uczestników, badaczki i badacze na plan dalszy odkładali/odkładali własny dobrostan i troskę o równowagę między pracą i czasem wolnym. Jednocześnie środowisko badawcze aktywizowało się i solidarnie wspierało, przez co – paradoksalnie – dostęp do porady, pomocy, superwizji stał się w niektórych przypadkach łatwiejszy niż przed pandemią (Meskell, Houghton, Biesty 2021).

Pandemia COVID-19 zmusiła do szukania nowych rozwiązań i elastycznego adaptowania różnych strategii metodologicznych (Hall, Gaved, Sargent 2021). Adrianna Surmiak, Beata Bielska i Katarzyna Kalinowska (2022) zaproponowały ciekawy schemat stosowanych przez badaczki społeczne/badaczy społecznych strategii (zawieszenie, rezygnacja, rekonstrukcja, kontynuacja) oraz podejść etycznych (brak zmiany, ostrożność, zorientowanie na możliwość). Podejście etyczne określone jako

„brak zmiany” wiąże się z przekonaniem o standardach etycznych funkcjonujących niezależnie od kontekstu, które należy wypełniać, ale bez konieczności czujnego śledzenia ich dynamiki. Postawa związana z „ostrożnością” z kolei najlepiej uwypatnia uważność i czujność, a jednocześnie wiąże się z wyższym odczuwanym poziomem ryzyka skrzywdzenia i niepewności w przestrzeganiu etycznych standardów (poufność, prywatność i zapewnienie komfortu), które odnoszą się nie tylko do tematyki, zaangażowanych osób, ale i warunków prowadzenia badania. Te ostatnie, jak spokojna i intymna przestrzeń do rozmowy w domu badanej osoby, w mniejszym stopniu leżą w granicach wpływu badaczki/badacza, co różni badania prowadzone offline i online (Roberts, Pavlakis, Richards 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022). Podejście etyczne określone jako „zorientowanie na możliwość”, opisujące wzrost kreatywności i elastyczności badaczek/badaczy, oddaje głos osobom uczestniczącym w badaniu, demokratyzując cały proces (Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022) dzięki etyce relacyjnej, opartej na dialogu, podmiotowości, partnerstwie, współodpowiedzialności i trosce (Ellis 2007; Uliński 2012).

Podtrzymanie dobrych relacji, opartych na szacunku i wzajemności (Crivello, Favara 2021), tworzonych w atmosferze zaufania i bezpieczeństwa, a także dbających o poczucie sensu z angażowania zasobów (czasu i energii), jest kluczowe dla badań podłużnych. Gina Crivello i Marta Favara (2021) zwracają uwagę na konieczność zarządzania ryzykiem związanym z kontynuacją uczestnictwa poprzez równoważenie natychmiastowej wymiany z perspektywą długoterminową. Ważne jest także szukanie złotego środka między elastycznością i adaptacją do pandemicznych warunków a ciągłością i spójnością, co potencjalnie zakłócają zmiana techniki prowadzenia badania, dodanie lub zmiana pytań, przesunięcia czasowe. Poważnym zakłóceniem dla motywacji zaangażowanych w badanie osób może być saturacja pola badawczego lub – szerzej – nowych i intensywnych wyzwań, zadań i zobowiązań zawodowych oraz prywatnych, realizowanych online w pandemii. Doświadczenie przeniesienia życia do rzeczywistości wirtualnej, która w kwarantannie drastycznie się zagęściła, powodowało zmęczenie i niechęć do przebywania online, szczególnie pisania, co mogło negatywnie odbić się na chęci uczestnictwa w badaniu podłużnym, w szczególności na pisemnej wymianie asynchronicznej (Meskell, Houghton, Biesty 2021).

### ***Solidarność w koronie – postrzeganie i/lub doświadczanie przejawów (nie)solidarności w okresie pandemii COVID-19. Ewolucja technik asynchronicznych***

W niniejszym artykule wykorzystano dane i obserwacje pozyskane w toku prowadzenia badania empirycznego pod nazwą *Solidarność w koronie – postrzeganie i/lub doświadczanie przejawów (nie)solidarności w okresie pandemii COVID-19*, którego celem było poznanie i zrozumienie percepcji solidarności oraz społecznych praktyk Polek i Polaków z nią związanych w trakcie pandemii COVID-19. Projekt był realizowany jako jakościowe badanie podłużne (ang. *Qualitative Longitudinal Research – QLR*) w formie zaproponowanym i rozwijanym przez Bren Neale (2019). Miał on charakter eksploracyjny i był prowadzony od początku narodowej kwarantanny. Projekt badawczy uzyskał akceptację uniwersyteckiej Komisji ds. Etyki Badań Empirycznych.

Dobór osób do badania był dogodnościowy – uczestniczki/uczestnicy odpowiedzieli/odpowiedzieli na publiczne zaproszenie w mediach społecznościowych. Osoby badane zostały poinformowane o celach rozmów i zasadach przechowywania danych oraz podpisały odpowiednie formularze zgód. W badaniu wzięło udział 25 osób, w tym 20 kobiet i 5 mężczyzn w wieku od 28 do 73 lat, z różnych regionów Polski, w większości mieszkających w miastach (dwie za granicą). Wszyscy rozmówcy, poza jedną kobietą, mieli wyższe wykształcenie, większość miała także bezpieczną sytuację finansową, nieznacznie naruszoną w pandemii (niepewność dotyczyła głównie osób prowadzących własną działalność gospodarczą).

W projekcie *Solidarność w koronie* wykorzystano dwa rodzaje jakościowych technik zbierania danych: synchroniczne (indywidualne wywiady pogłębione online) i asynchroniczne (dzienniczki online oraz wymianę asynchroniczną poprzez maile i komunikatory mediów społecznościowych). Rytm badania wyznaczyły trzy fale indywidualnych wywiadów synchronicznych online. Pierwszą falę wywiadów zrealizowano w drugiej połowie marca 2020 r., tuż po wybuchu pandemii i w okresie narodowej kwarantanny. Dla uchwycenia pierwszych, gorących i spontanicznych wrażeń zaskakującej sytuacji kryzysowej ważne było możliwie szybkie rozpoczęcie badania (Vindrola-Padros i in. 2020). Druga fala wywiadów synchronicznych odbyła się w okresie maj–czerwiec 2020 r., a jej głównym celem stała się obserwacja potencjalnego normalizowania sytuacji w czasie, kiedy nastąpiło rozluźnienie epidemicznych obostrzeń. Trzecia (ostatnia) fala wywiadów synchronicznych miała miejsce w okresie kwiecień–czerwiec 2021 r. Wywiady zaplanowane jako zwieńczenie projektu, identyfikacja praktyk i postaw w popandemicznej codzienności okazały się szansą na rejestrację trudnych odczuć i refleksji w rzeczywistości, w której pomimo szczepionki nadal trzeba było mierzyć się z pandemią COVID-19.

Techniki asynchroniczne uzupełniały wywiady synchroniczne w dwojaki sposób. W pierwszym etapie projektu – między pierwszą i drugą falą wywiadów synchronicznych – dzienniczki były zaproszeniem do regularnego i samodzielnego rejestrowania obserwacji i refleksji. W drugim etapie projektu – między drugą i trzecią falą wywiadów synchronicznych – dzienniczki zastąpiła asynchroniczna wymiana maili i wiadomości na komunikatorach mediów społecznościowych (pisemnych i głosowych).

**Dzienniczek**, pierwsza z wykorzystanych w projekcie technik asynchronicznych, dostępny był dla badanej osoby po odbyciu pierwszego wywiadu synchronicznego. Każda osoba otrzymała link do indywidualnego dokumentu na dysku Google, w którym znajdowała zaproszenie do jego uzupełnienia wraz z informacją o zakresie swobody w jego prowadzeniu (sugestia od jednego wpisu dziennie do wpisu raz w tygodniu), a także przypomnienie o tematyce, celach i założeniach projektu badawczego. Dodatkowo do każdego dzienniczka zostały włączone przykłady z obserwacjami i refleksjami na temat solidarności w pandemii.

Warto zaznaczyć, że nie wszystkie osoby biorące udział w badaniu zaangażowały się w prowadzenie dzienniczka. Z dwudziestu pięciu osób biorących udział w badaniu jedenaście prowadziło dzienniczek. W niektórych przypadkach aktywność ograniczyła się do kilku wpisów (pięć osób dokonało



pięciu lub mniej wpisów), w innych zaangażowanie było na średnim poziomie (dwie osoby zrobiły pięć do dziesięciu wpisów), natomiast trzy osoby zaangażowały się w dzienniczek intensywnie (odpowiednio: 27, 31 i 62 wpisy). Najdłużej dzienniczki były prowadzone do sierpnia (jedna osoba) i września 2020 r. (jedna osoba), natomiast większość przestała korzystać ze swoich dzienniczków w kwietniu (sześć osób, a w marcu, maju i lipcu po jednej osobie).

Alternatywą dla dzienniczka była wymiana asynchroniczna, ponieważ nie dla każdej osoby zaangażowanej w badanie korzystanie z dzienniczka okazało się wygodne. Z czasem spadło także zainteresowanie dzienniczkami wśród osób, które początkowo je prowadziły. Zaniechanie regularnego pisania wydaje się „naturalną śmiercią dzienniczka” w pandemicznym rytmie – o ile na początku, w narodowej kwarantannie, dzienniczek pełnił ważne funkcje związane z zarządzaniem stresem i rezyliencją (Clarkson, Hodgkinson 2007; Dewe, O’Driscoll, Cooper 2010; Mazzetti, Blenkinsopp 2012), o tyle po zniesieniu sanitarnych restrykcji, gdy wiosna rozkwitła w pełni, byłby przykrym obowiązkiem dla osób zmęczonych życiem w wirtualnej rzeczywistości (Meskell, Houghton, Biesty 2021). Ewolucja technik asynchronicznych od dzienniczka do wymiany korespondencji przebiegła więc płynnie, ponieważ osoby niekorzystające z dzienniczka pisały wiadomości do badaczki od początku trwania badania, a pozostałe sukcesywnie dołączyły do wymiany asynchronicznej w toku projektu.

**Wymiana asynchroniczna** była inicjowana przez badaczkę. W porównaniu z dzienniczkiem zmienił się charakter prowadzonych zapisków, nie tylko ze względu na zmianę na poziomie formy, ale także treści. Pytania wysyłane do badanych osób w mniejszym stopniu dotyczyły osobistych przeżyć i obserwacji, choć zawsze zawierały otwarte pytanie o samopoczucie, a w większym stopniu wiązały się z tematem projektu, czyli ideą solidarności. Co ważne, większość badanych osób zaangażowała się w wymianę asynchroniczną – jedenaście odpowiadało (wyczerpująco) na wszystkie wysyłane pytania, siedem na większość, a siedem nie zaangażowało się w korespondencję lub odpowiadało nieregularnie i/lub zdawkowo.

Niezależnie od techniki asynchronicznej osoby biorące udział w badaniu mogły pisać w dogodnym dla siebie momencie i tak dużo, jak chciały, co jest zgodne z podejściem skoncentrowanym na uczestniczce/uczestniku (ang. *participant-centered approach* – Braun i in. 2020). Prowadząc mailową wymianę asynchroniczną, dbano o odpowiednią formę wiadomości i pytań: regularny rytm wiadomości (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012), zmieniony w okresie wakacyjnym i ze stałą tendencją zniżkową (nakład potrzebnej pracy odzwierciedlał obniżające się zaangażowanie), pytania wysyłane w treści maila, nie w załączniku (Meho 2006), wiadomość – w miarę możliwości – mieszcząca się w całości na ekranie komputera (Crystal 2001), określone ramy czasowe i uważność na oznaki zmęczenia i frustracji (Bampton, Cowton 2002). W razie braku odpowiedzi badane osoby otrzymywały maksymalnie raz przypomnienie, natomiast o ewentualne braki informacji dopytywano w pogłębionym wywiadzie synchronicznym. Ważną zasadą wymiany asynchronicznej była konieczność nałożenia na badaczkę odpowiedzialności za pamiętanie i przypominanie o pisaniu. Wraz z wysyłanym przypomnieniem podkreślano jednak, że nie ma ono na celu wywarcia presji, a stanowi jedynie impuls do refleksji.

Część osób potrzebowała dodatkowej motywacji do pisania, czym dla niektórych okazała się relacja z badaczką (Crivello, Favara 2021) lub szczególnie ważne wydarzenie, obserwacja, prze-myślenie, wymagające podzielenia się. Zauważalny był także związek między większą liczbą odpowiedzi a wysłaniem spersonalizowanych wiadomości. Szansę na odpowiedź zwiększało rozpoczęcie wiadomości od imienia adresatki/adresata zamiast ogólnego „cześć”, a najlepiej, je-śli w pierwszym zdaniu nawiązano do konkretnej sytuacji danej osoby, na przykład pytaniem o wakacje lub reakcją na szczepionkę, o których było wiadomo z poprzedniej wiadomości lub rozmowy.

Połączenie jakościowych technik synchronicznych i asynchronicznych w badaniu *Solidarność w ko-ronie* przyniosło wiele korzyści. Po pierwsze, multikanałowość kontaktu pozwalała na szybkie i sprawne rozwiewanie wątpliwości (Sanders 2005). Po drugie, możliwe były dopytanie i trafniejsza interpretacja, zarówno informacji zbieranych w dziennikach i korespondencji mailowej w czasie wywiadu synchronicznego (Corti 1993), jak i uzupełnienia wątków z rozmowy wymianą asynchro-niczną. Po trzecie, ustalenie tożsamości i nawiązanie relacji nie stanowiło poważnego wyzwania (O'Connor, Madge 2001; Hughes 2012). Po czwarte, korzyści z technik asynchronicznych czerpały także badane osoby, zarówno w wymiarze natychmiastowej ulgi związanej z podzieleniem się trudnym doświadczeniem, jak i w dłuższej perspektywie czasowej, dzięki lepszemu zarządzaniu sytuacją stresową (Crivello, Favara 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022).

Przyczyny ewolucji technik asynchronicznych w projekcie *Solidarność w koronie* były podykto-wane chęcią minimalizacji przeszkód technicznych i organizacyjnych w celu zwiększenia szans na pozostanie w kontakcie z badanymi osobami. Podobnie elastyczność w doborze form i kana-łów kontaktu miała służyć udroźnieniu komunikacji (większość osób kontaktowała się mailowo, ale dwie wyraźnie preferowały komunikator Messenger). Osoby najbardziej niechętne pisaniu preferowały krótkie rozmowy telefoniczne lub online albo nagrywały swoje odpowiedzi (Mark-ham, Couldry 2007; Crozier, Cassell 2016). Każdej z takich potrzeb starano się wyjść naprzeciw, by zminimalizować nakłady pracy i czasu badanych osób, a także dopasować się do ich preferencji – priorytetem było pozyskanie informacji i opinii, a ich forma stanowiła kwestię o drugorzędnym znaczeniu. Ambiwalentny stosunek do technik asynchronicznych mógł wiązać się z oporem do pisania, ale także z trudną refleksyjnością czasów kwarantanny. Wobec pandemicznych okazji, ta-kich jak przymusowe spowolnienie (Kołtan 2020), badane osoby reagowały z nadzieją, wpisującą się czasem w syndrom Pollyanny, obojętnością i nieufnością lub niechęcią i rezygnacją, wykonując tylko konieczne zadania (Radzińska, Pustułka 2021). Pomimo oddania decyzji o poziomie zaangażowania się w ręce badanych osób techniki asynchroniczne – zarówno dzienniczek, jak i kore-spondencja mailowa – czasem odczuwane były jako wysiłek i obowiązek. Wydaje się, że granica między chwilowym spadkiem motywacji a zupełnym zniechęceniem do zadania wykonywanego w ramach dobrowolnego badania, z którego przecież łatwo i w każdej chwili można zrezygnować, jest cienka. Na podstawie prowadzonego badania można zauważyć, że tę granicę łatwo przekroczyć, (nadmiernie) egzekwując wykonanie zadań. Z perspektywy całego projektu badawczego lepszym scenariuszem był brak regularnej wymiany asynchronicznej niż całkowita rezygnacja

z niej. Zaniechanie prowadzenia dzienniczka i/lub wymiany asynchronicznej badaczka postrzega jako akt samoświadomości, dojrzałości i asertywności, a nawet wyraz partnerstwa i wzajemności w zbudowanej w badaniu relacji (Crivello, Favara 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022).

Niniejszy artykuł jest próbą podsumowania metarefleksji metodologicznej i w tym celu do ewaluacji technik asynchronicznych wykorzystuje wywiady synchroniczne przeprowadzone z badanymi osobami. Przyczyną takiego podejścia jest fakt, iż badane osoby opowiadały o swoim doświadczeniu w angażowaniu się w prowadzenie dzienniczka i wymiany asynchronicznej w synchronicznych wywiadach pogłębionych. W kolejnej części artykułu, czyli analizie materiału empirycznego, każdy cytat został opisany techniką, jaką był pozyskany – wywiad z uwzględnieniem fali (co dominuje w zebranych materiale) lub dzienniczek/mail z uwzględnieniem czasu odniesionego do fal wywiadów.

## **Pisanie – między uzdrawianiem duszy a przykrym obowiązkiem. Jakościowe techniki asynchroniczne w praktyce**

W części analizującej materiał empiryczny skupiono się na trzech kwestiach, które pokazują wyzwania i szanse w stosowaniu technik asynchronicznych. Wybrano następujące zagadnienia: opór wobec pisania i niepodjęcie się pisania dzienniczka i/lub udziału w korespondencji; trudności w pisaniu i związana z tym nieregularność lub zawieszenie oraz aktywność w technikach asynchronicznych i czerpanie z tego korzyści.

### **„Wewnętrzny bunt przed tym” – decyzja o (nie)pisaniu dzienniczka**

Dla niektórych z badanych decyzja o rozpoczęciu pisania dzienniczka okazała się trudna i nieoczywista, a dla niektórych była przeszkodą nie do pokonania:

[...] mam wrażenie, że **nie mam na to czasu**, na tą refleksję [...] Z drugiej strony już teraz zaczynam trochę żałować, bo też mam wrażenie, że to w ogóle dla mnie samej byłoby fajne pewnie spojrzeć na to z perspektywy czasu. Ale mam gdzieś taki wewnętrzny bunt przed tym, żeby to pisać (Klara, lat 39, wywiad – fala 2).

Decyzja o niepisaniu czasem skutkowałą rozczarowaniem i poczuciem straty, a czasem satysfakcją z asertywności i troski o własny dobrostan:

To, co się ze mną też zadziało w czasie tego koronawirusa – jestem bardzo odcięta od online’u. To znaczy siadam do kompa w określonych, jakby w slocie czasowym. Mam telefon bez internetu, Messengera, WhatsAppów i wszystkich innych. I to mi daje duży spokój, bo mój układ nerwowy nie jest dopingowany różnymi rzeczami. I jak siadam do takiego maila, to teraz też się nie obrażaj, i mam jakieś rzeczy, na przykład kończę ze szkoły rzeczy, mam rodziców, nie wiem, których dziecko jest w jakimś stanie i potrzebuje szybko wsparcia, to ja się zajmuję tym. Czyli

**ja trochę wybieram, czym ja się chcę dzisiaj zająć i staram się bardzo, bardzo, bardzo – to mi się też zmieniło – dbać o swój układ nerwowy.** Co mi się wcześniej nie zdarzało. To znaczy – zawałam jakieś rzeczy, nie robię ich, nawet się już potem czasem nie tłumaczę, to też jest dla mnie nowe. Idę spać na przykład albo wychodzę na dwór. Takich mam dużo rzeczy. Jak mi na początku mówiłaś o pisaniu tego dzienniczka, pomyślałam sobie „spoko, fajnie”, natomiast jakoś nie... Nie mam takiej chyba potrzeby, żeby obserwować siebie pod kątem tego, jak ja się dzisiaj mam w związku z koronawirusem (Maja, lat 43, wywiad – fala 2).

Brak zaangażowania w dzienniczek nie zawsze był świadomą i racjonalną decyzją. Znacznie częściej był konsekwencją odłożenia zadania w czasie i utraty poczucia sensu powrotu do niego i/lub niechęci uzupełniania zaległości:

No trudnym, **w ogóle nie umiałam tego robić, nie umiałam się zabrać**, no zresztą widziałas, **no nie napisałam prawie nic. I ja nie wiem, co teraz, bo ja się nie cofnę w czasie, nie nadrobię tego oczywiście.** [...] mimo naprawdę chciałam i nawet wiedziałam, co napiszę, to no tak po prostu umknął mi jeden tydzień, później kolejny i później już zwątpiłam, czy to w ogóle ma sens, żeby pisać dalej (Tamara, lat 37, wywiad – fala 2).

Kategoryczna odmowa i jasna informacja o niechęci do prowadzenia dzienniczka – jeśli się pojawiała – była wygodniejsza dla badaczki. Dawała jasność oglądu sytuacji, w porównaniu z którą brak odpowiedzi był bardziej dezorientujący i prowadził do dylematów związanych z pytaniami o to, czy, jak często i w jakiej formie należy przypominać osobom zaangażowanym w badanie o wypełnianiu dzienniczka (Bampton, Cowton 2002; Hughes 2012):

W ogóle ja przyznam szczerze, że ja zignorowałam i teraz, kiedy wczoraj czy przedwczoraj się odezwałaś, to mówię, o kurde tam było coś do pisania. I dzisiaj miałam taką myśl, mówię, nie, po prostu **ja muszę stwierdzić, że to się nie wydarzy w moim życiu i ja nie będę nic pisać. Musimy stanąć w tym w prawdzie** (Zoja, lat 37, wywiad – fala 2).

Część osób od początku zgłaszała chęć rozmowy zamiast pisania. Chcąc podtrzymać kontakt i możliwie na bieżąco dawać znać o własnej sytuacji i jej percepcji, proponowała krótkie rozmowy lub nagrywała wiadomości głosowe (Markham, Couldry 2007):

[...] nie lubię pisać, to źle brzmi, to nie jest do końca prawda. To jest tak, ja **myślę, jak mówię**, [...] jak zaczynam zdanie, to ja nie wiem, z czym skończę. W trakcie mówienia mój umysł układa rzeczy, o których mówię i to jest jakaś forma, w której ja tworzę myśli. [...] nie czerpię przyjemności z pisania, na przykład jak teraz z tobą rozmawiam, to ja mam frajdę z tego, jest dobrze, miło, sympatycznie, ja **czuję, że poukładałem sobie różne rzeczy w głowie**. A jakbym miał usiąść i pisać, to bym miał takiej, no nie mam frajdy (Kacper, 29 lat, wywiad – fala 2).

Znalezienie formy dzienniczka, która byłaby atrakcyjna dla wszystkich, okazało się w projekcie *Solidarność w koronie* niemożliwe. Nie chcąc schematyzować i nadmiernie upraszczać dzienniczka (Mazzetti, Blenkinsopp 2012), wybrano rozwiązanie oparte na pełnej dobrowolności i dużej swobodzie stopnia zaangażowania (Pennebaker, Smyth 2018).

### „Czasami mi się nie chce” – poziom zaangażowania i organizacja

Niestety, ani pozostawienie swobody w decyzji o poziomie zaangażowania w pisanie, ani uważność i subtelność w zapraszaniu do niego, nie zlikwidowały odczucia wysiłku:

[...] zdarzało mi się myśleć, że o Jezu, muszę uzupełnić dzienniczek i taka **myśl, że mi się tego nie chce robić, no w sensie takim po prostu ludzkim, takiej ludzkiej niechęci do wzięcia się i zrobienia czegoś**, tak jak się nie chce zmywać czy nastawić pranie [...] rzeczywiście to jest dla mnie takie troszeczkę barierą, ale bariera to jest zbyt mocne słowo, takim niskim płotkiem, nad którym muszę podnieść tą nogę, a czasami mi się nie chce (Wiktoria, 31 lat, wywiad – fala 2).

Zachęcanie do regularnego angażowania się badanych osób w asynchronię było obciążone dużym ryzykiem. Rezygnacja z badania, jeśli to zadanie okazałoby się zbyt absorbujące, była nie tylko łatwa, ale i mogła być efektywna w zwalnianiu zasobów czasowych:

[...] czasami się zastanawiam, czy nie powinnam pisać częściej, bo może ty potrzebujesz mieć częstszy obraz [...] i wtedy **mi się robi niewygodnie, bo może się zobowiązałam, a coś powinnam, a może mi się nie chce**, [...] wiesz, czy się nie wycofać. A potem znów się cieszę, że pogadamy i że **to nie jest takie jednoznaczne** chyba całkiem (Franka, 34 lat, wywiad – fala 2).

Czasem prowadzenie dzienniczka, pomimo chęci i deklaracji na początku, okazywało się zadaniem ponad siły. Zmęczenie było szczególnie związane z pracą online i pogłębiało się z czasem (Meskell, Houghton, Biesty 2021):

[...] przyznam ci szczerze, że ja pracowałam na dwa etaty i jak miałam jeszcze cokolwiek zrobić, [...] **ja to odpuszczałam**, dlatego że ja po prostu siedziałam po 12 godzin przy komputerze; potrzebowałam być nie przy komputerze, a z rodziną (Kalina, 38 lat, wywiad – fala 2).

[...] później zarzuciłam, bo czułam, że nie wyrabiam się, **że to robię bardziej z obowiązku niż z takiego miejsca chęci i dobrej energii i nie chciałam tak odrabiać pracy domowej**. Mimo że pewnie wolałabyś dostawać jakieś informacje (Olga, 61 lat, wywiad – fala 3).

Niektóre osoby świadomie oceniały nakłady pracy i czasu, jakich wymagała od nich wymiana asynchroniczna, nie bagatelizując potrzebnych inwestycji. Jednocześnie były skłonne docenić zalety refleksji spisanej w stosunku do wypowiedzianej:

[...] trochę jest to obciążające takie pisanie maili, to jest trochę absorbujące, jest to wysiłek dla mnie. Wolę z tobą pogadać, chociaż **to jest też innego rodzaju poziom refleksji dla mnie**, jak z tobą rozmawiam, i do czego innego mnie zmusza innego rodzaju myślenia i do innych pokładów sięgania, kiedy muszą się i napisać maila, inaczej, kiedy sobie gadamy. Więc ja **nie chcę mówić, że to jest coś zastępowalnego jedno drugim** (Gaja, 40 lat, wywiad – fala 2).

Najmniejszych trudności organizacyjnych doświadczaly osoby, które miały zwyczaj prowadzenia osobistego dziennika i dużo na co dzień pisały:

Dzienniczek? Naturalnym, zupełnie naturalnym; ja całe życie coś piszę i wręcz można już powiedzieć, że to się stało wręcz moim zawodem, bo w pracy też ciągle coś piszę. Dzienniczki, pamiętniczki, notatniczki, to jest część mojego życia, od kiedy pamiętam, dużo pisałam, nawet na jakichś przypadkowych skrawkach papieru. Więc to, **czy piszę tu, czy tam, to nie jest dla mnie bardzo dziwne, normalne** (Gloria, lat 30, wywiad – fala 2).

Przy każdej okazji badaczka podkreślała, że jej zadaniem jest przypominanie osobom biorącym udział w badaniu od czasu do czasu o dzienniczku, a później o pytaniach w mailach, ale prosiła, by nie odczytywali tego jako presji i zapewniała, że rozumie, jeśli nie są w stanie w danym czasie jej odpisać.

### **„Dzienniczek jest takim uzdrowiaczem duszy” – korzyści z pisania**

Osoby, które zaangażowały się w wymianę asynchroniczną i na początku badania regularnie uzupełniały dzienniczek, a w jego późniejszym etapie odpowiadały na maile, doświadczały wielu korzyści (Beck 2005; Ratislavová, Ratislav 2014). Najczęściej wspomnianym pożytkiem było lepsze zarządzanie sobą – emocjami, stresem, czasem (Clarkson, Hodgkinson 2007; Dewe, O’Driscoll, Cooper 2010; Mazzetti, Blenkinsopp 2012) w trudnych i skrajnie niepewnych okolicznościach pandemii:

I bardzo fajnie właśnie takie, wiesz, **przyglądanie się sobie**, jak człowiek reaguje, w jakich jest stanach, w jakim samopoczuciu. Normalnie tego nie ma, nie staję obok siebie zwykle i nie przyglądam się sobie, bo po prostu nie mam takiej potrzeby i jakoś mi się to nie wydaje, nie myślę o tym po prostu. A jednak jak miałam do dzienniczka usiąść, to właśnie to robiłam i też tak celebrowałam te dobre chwile, no to też jest dla mnie ważne, że wiesz trochę się obczytałam w tej neurobiologii mózgu, że można go **trenować do pozytywnego myślenia** i to jest też takie fajne, że rzeczywiście jak zatrzymuję i tak, wiesz, **trochę utrwalam właśnie te fajne chwile i mogę to tak sobie poświętować i tak się ponapawać tym, no to to zostaje, to już jest z człowiekiem, już tak bardziej chroniony przed tymi doznaniemii niefajnymi**, tak, przed tą złością czy jakimś smutkiem, niezawiniony przez siebie, a jednak odczuwany [...] **dzienniczek jest takim uzdrowiaczem duszy**, o właściwie mogę powiedzieć (Olga, 61 lat, wywiad – fala 2).

Sama możliwość pisemnego „wygadania się” okazała się pomocna w stresującej sytuacji (Crozier, Cassell 2016; Pennebaker, Smyth 2018):

Wiesz co, właściwie odkryłam, to mi daje, jak mi się nagromadzą jakieś przemyślenia, i mam adresata tych przemyśleń, nawet jednoosobowego, to jakoś **mam poczucie, że mogę się wygadać po prostu** w jakiejś tam dowolnej dla mnie chwili (Franka, 34 lata, wywiad – fala 2).

W czasie pandemii, szczególnie w okresie narodowej kwarantanny, wiele osób mierzyło się z zupełną dezorganizacją codzienności i przymusowym spowolnieniem (Rosa 2020; Crivello, Favara 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022), w którym tylko niektóre osoby dostrzegały profity (Radzińska, Pustułka 2021). Pozostali potrzebowali nowych zasad i rytuałów, by lepiej radzić sobie z nową, zaskakującą i – w większości przypadków – trudną sytuacją:

Muszę ci powiedzieć, że to było bardzo przyjemne doświadczenie, bo to była **jedyna rzecz, która porządkowała mi czas**. Po prostu te dni zaczęły się tak zlewać, jak się siedziało w domu i na dobrą sprawę nic się nie działo takiego bardzo ciekawego poza tym, że przychodziły kolejne informacje, że znowu zachorowania i ten taki strach i wszystko. Było to dla mnie bardzo miłe, [...] **w pewnym momencie ja ich nie pisałam dla ciebie, nawet wiesz, ja je pisałam dla siebie i było to takie, o fajnie dwudziesta druga to idę do dzienniczka**. Jak już raz z niego wypadłam i zaczęło się takie wchodzenie w normalne życie, to teraz jakbyś mi powiedziała, że mam wrócić do dzienniczka, to by było za karę, ale w tamtym czasie nie, to było coś, co porządkowało dzień (Patrycja, 55 lat, wywiad – fala 2).

Badane osoby wspominały również korzyści z pisania związane z bardziej świadomą rejestracją momentów historycznych w powiązaniu z własnymi opiniami i uczuciowym ich przeżywaniem:

Że wiesz, byłam, no **miałam taki wewnętrzny imperatyw, żeby po prostu uchwycić to, co się dzieje danego dnia**, a nawet po kilku dniach wrócić do tego, co było i to zatrzymać, jak jest zatrzymane na papierze, to ma to taką moc, że ja po prostu też to zapamiętuję, też to lepiej zapamiętuję, że wiesz, że **jest to utrwalone** (Olga, 61 lat, wywiad – fala 2).

Dostęp do zapisanych refleksji skłania do podróży w czasie i spojrzenia na własną ewolucję postaw i opinii. Badane osoby wspominały o takich momentach i towarzyszących im zaskoczeniu, a czasem także rozbawieniu. Zazwyczaj doceniały zarówno swój trud włożony w pisanie, jak i sam fakt uczestniczenia w badaniu jako „zmuszający” do rejestrowania refleksji:

[...] daje mi przestrzeń do tego, żeby nie tylko napisać coś od siebie, czyli tak refleksyjnie przekazać swoją myśl, ale **mogę się cofnąć do tego, co napisałam i to jest bardzo fajne**, bo czytałam sobie to, co pisałam i pierwszy wpis taki bardzo optymistyczny bardzo mnie rozbawił w kontekście tego, co się potem działo. I mogę zobaczyć też, jak mój nastrój się

zmieniał w kontekście całej tej sytuacji, jak się zmieniała sytuacja i moje nastawienie do niej. **Więc to jest dla mnie ciekawe, że sama trochę siebie, że tak powiem, badam** (Wiktoria, 31 lat, wywiad – fala 2).

Pisanie jako zaproszenie do refleksji daje zarówno korzyści natychmiastowe, jak i w dłuższej perspektywie czasowej (Crivello, Favara 2021; Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022):

[...] po pierwsze, **dzięki temu dziennikowi to ja mogłam sobie radzić też z moimi emocjami w czasie pandemii**. I to gdzieś dla mnie było bardzo pomocne, mogłam to wyrzucić na papier i to było fajne. I też w ogóle trochę jak sobie spoglądałam potem na ten dziennik, to sobie myślałam, że kurczę, ile się działo u mnie rzeczy, których potem nie pamiętam wewnętrznie. **I to takie było dla mnie fajne, że takie zatrzymanie tego też trochę, tych trudnych chwil. Takie historyczne wręcz, więc to mi się strasznie też podobało** (Celina, 41 lat, wywiad – fala 3).

Wymiana asynchroniczna pozostała szansą i impulsem do refleksji, ale nie stanowiła już intymnego dziennika regulującego stany mentalny i emocjonalny. Korespondencja była bardziej aktywnością intelektualną niż emocjonalną, co niektórym badanym również odpowiadało:

**Podobało mi się to, że fajnie zmuszałaś do refleksji, fajnie układałaś pewne tematy, które wymagały przemyślenia**. [...] był taki moment, że ja byłam strasznie zawałona pracą, różnymi rzeczami, które się działy i nawet bywało tak, że wpadał mail od ciebie i nie miałam po prostu zupełnie czasu, żeby odpisać, ale **czasem sobie chodziłam, myślałam, czasem sobie w głowie nosiłam jakiś temat, obracałam go z różnych stron** i czasem nawet albo zapomniałam ci napisać, albo nie miałam głowy, żeby napisać, albo po prostu w zamęcie nie pamiętałam nawet, czy odpisałam. Wydawało mi się, że tak, a jednak nie, ale **dostawałam od ciebie takie bodźce do tego, żeby sobie je w tej kieszeni nosić i w jakichś wolnych chwilach oglądać. To było dobre, to było fajne** (Gaja, 40 lat, wywiad – fala 3).

Ciekawe, że badane osoby korzystały z pytań jako zaproszenia do refleksji, nawet jeśli pisemnie nie udzielały odpowiedzi:

Od czasu do czasu wrzucałaś jakieś maile, na które odpowiadałam albo nie, gdzie były jakieś próby skontaktowania się i które zdecydowanie jakoś przeze mnie nie wychodziły, ale **dla mnie to było zawsze takie stop-klatka teraz i parę minut takiego zastanowienia się**, bo miałam takie momenty, gdzie coś tam się wydarzało i sobie myślałam: „To mogłoby zainteresować Jowitę”, a później sobie myślałam: „Eee” i na przykład układałam puzzle z Julką albo siedziałam na jakimś online oczywiście (Kalina, 38 lat – fala 3).

Nawet jeżeli nie pisałam jakoś bardzo regularnie, to **dużo o tym myślałam** (Wiktoria, 31 lat, wywiad – fala 3).



Zatrzymanie i bodziec do refleksji prowadziły do odpowiedzi osób niemających oporu przed pisaniem. Natomiast pozostali badani potrzebowali dodatkowej motywacji, jak relacja z badaczką i chęć pomocy (Crivello, Favara 2021) lub szczególnie poruszające zdarzenie:

Znaczy, ja nie lubię pisać, ja lubię rozmawiać. Natomiast jak zobaczyłam twój mail, to dla mnie to był taki znak zatrzymaj się i pomyśl, **weź na chwilę się zatrzymaj i pomyśl**, jak ty to widzisz, co ty czujesz. Mimo że spowolniłam, to wiesz, że można być w takim jakimś tam pędzie, a [...] ja to tak odebrałam, **takie stop, poczekaj chwilę, ale jak naprawdę z tobą jest**. Nie, no natomiast pisać, myślę, że to **widzisz po moich mailach, ja naprawdę nie lubię pisać**. I przez to, że mam do ciebie dużo sympatii, to i tak te maile do ciebie są długie (Sandra, 36 lat, wywiad – fala 2).

Korespondencja mailowa czasem przyjmowała formę, w której podtrzymywanie kontaktu i troska o relację badanej osoby z badaczką wydawały się priorytetowe. Dzięki takiej wymianie przekazywane były jednak – nawet jeśli czasem zdawkowe – informacje o samopoczuciu, bieżących sprawach i, zazwyczaj, refleksje związane z solidarnością:

**Cieszę się z Twojego kontaktu**. Mam się dobrze i czekam na szczepionkę – połowa marca. [...] Moim działaniem jest „pilnowanie tego, co mam” i dawanie radości tym, którzy tego chcą ode mnie naprawdę. Działamy dalej w izolacji, w ograniczonym kontakcie z najbliższymi i przyjaciółmi (Skype, telefon, spacer, zakupy zdalne) i **w tym gronie wspieramy się, troszczymy, pomagamy, i tak rozumiem „moją solidarność”** (Jan, 73 lata – mail między 2 i 3 falą).

Korzyści z pisania dzienniczka dobrze uwydatniły się z perspektywy czasu. Osoby, które na początku badania zaangażowały się w pisanie, najbardziej odczuły stratę związaną z brakiem kontynuacji. Jednocześnie – jak same napisały – zawieszenie tego zadania na pewnym etapie było im potrzebne, by zadbać o codzienną równowagę i nie mieć nadmiernej liczby zadań do wykonania online:

**Mam takie poczucie straty, że zarzuciłam dziennik, bo to bardzo fajną stanowiło dla mnie kronikę**. [...] Tam zapisywałam wszystkie wydarzenia, jakieś stany emocjonalne i **żałuję, że to zarzuciłam, ale może przez to, że tak poczułam w jakimś momencie duże zmęczenie** i to niedospanie i jakąś apatię i bezsilność, to chyba wybrałam właśnie poświęcenie więcej energii pracy i tym codziennym sprawom (Olga, 61 lat, wywiad – fala 3).

Pojawiły się także pojedyncze opinie, że pisanie nie jest ważne i nie wiąże się ze szczególnymi korzyściami. Najczęściej wyrażały je osoby, które nie podjęły próby pisania albo z niego zrezygnowały:

Nie, **nic mi nie robił** [dzienniczek – przyp. J.R.]. Jeśli danego dnia sobie przypominałem, że miałem ci pisać jakieś obserwacje, to pisałem coś, co mi tam przychodziło do głowy, czasem w ciągu dnia coś zauważyłem i myślałem sobie, o to jest obserwacja, którą pewnie warto wysłać Jowicie. Ale **nie był dla mnie rodzajem takiego, jak niektórzy w moim otoczeniu mówili, że a ja to chyba zacznę pisać dziennik tak, żeby dni się różniły, to nie** (Ziemowit, lat 29 – fala 2).

Niezależnie od tego, czy osoby zaangażowane w badanie – na etapie ewaluacji swojego udziału w projekcie lub spontanicznie w czasie rozmów i korespondencji – odwoływały się do motywacji wewnętrznej czy zewnętrznej, starano się podkreślić i docenić ich wkład, nazywać pożytek, jaki wynika z ich udziału, nadając, w miarę możliwości, działaniom cel i sens. Wiąże się z tym nadzieja i troska nie tylko o zaangażowanie w badanie, ale i o partnerską relację wzajemności.

## Dobry manewr – podsumowanie

Wymiana asynchroniczna, także w pandemii COVID-19, stanowi wyzwanie, bo obok oczywistych zalet ma także ograniczenia. Nowe, zaskakujące i skrajnie niepewne warunki prowadzenia badań były jak wypłynięcie w morze w kapryśną pogodę na nieznanym jachcie. O dobrym manewrze żeglarskim mówi się, gdy jest bezpieczny i skuteczny, a jednocześnie elegancki. Wymiana asynchroniczna pozwoliła prowadzić badania bezpiecznie – w zalecanym dystansie fizycznym i przekraczając szkodliwy dystans społeczny, a także skutecznie – dostarczając bogatych treści: opinii, obserwacji, refleksji i emocjonalnych, często intymnych przeżyć. Elastyczność w podejściu badawczym na każdym etapie projektu mogła zapewnić elegancję, rozumianą jako troska o relacje i wysokie standardy etyczne, a także dodatkowe korzyści dla badanych i badania.

Nawiązując do podejść etycznych opisanych przez Surmiak, Bielską i Kalinowską (2022), w projekcie prezentowanym w niniejszym artykule najlepiej sprawdziła się „orientacja na możliwość”, dzięki której zapadła decyzja o podjęciu natychmiastowych działań po wybuchu pandemii, dostrzegając w trudnej sytuacji niepowtarzalną szansę na badanie solidarności poprzez obserwację i rejestrację rzeczywistych reakcji, postaw i praktyk społecznych, a nie tylko deklaracji i wyobrażeń. Podejście oparte na kreatywności i elastyczności towarzyszyło całemu projektowi i umożliwiło ewolucję wymiany asynchronicznej w zgodzie z etyką relacyjną (Ellis 2007). W konsekwencji proces badawczy ulegał demokratyzacji, bo kształt badania nie zależał tylko od planu i założeń stworzonych na początku, ale był współkształtowany w czasie. Zapośredniczenie kontaktu online także oddziaływało na spłaszczenie relacji władzy, ponieważ rola „gospodyni” spotkania ograniczała się do stworzenia dzienniczka lub spotkania czy wysłania pytania mailem, ale bez dbania o warunki udziału badanej osoby (Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022). Przeniesienie kontaktu do internetu niekoniecznie obniżyło jego jakość, często wręcz ją podnosiło – okoliczności rozmowy były komfortowe, miejsce i czas można było łatwiej dopasować do preferencji uczestniczek/uczestników, a i koszty prowadzenia badania były niższe (Valdez, Gubrium 2020). Rozmówczynie/Rozmówcy chętnie wchodziły/wchodzili w dialog, także dopytując o cele i założenia badania, a nawet prosząc, by opinią i obserwacjami podzieliła się badaczka. Z jednej strony świadczyło to o partnerskiej i wzajemnej relacji (Surmiak, Bielska, Kalinowska 2022), a z drugiej stanowiło dla badaczki wyzwanie, jak pozostać otwartą i autentyczną, jednocześnie nie sugerując perspektywy i nie wpływając na opinie osób biorących udział w badaniu.

Stworzenie życzliwej i partnerskiej atmosfery wiąże się z największą badawczą satysfakcją w projekcie *Solidarność w koronie*. Pozostawienie przestrzeni decyzji i wyboru badanym osobom, a także elastyczność

założeń i procesowa dynamika realizacji badania zaowocowały bogatymi treściami. Jednocześnie, dzięki połączeniu metod asynchronicznych z wywiadami pogłębionymi, nierówny udział w pisaniu nie determinował udziału w całym projekcie. Utrzymanie zaangażowania w podłużnym projekcie prowadzonym online w pandemii nie było proste i wymagało dopasowania technik asynchronicznych oraz rekontraktowania. Dysproporcje w wymianie asynchronicznej między różnymi osobami stanowiły wyzwanie na poziomie analizy, ale jakościowe metody pozwalały je przezwyciężyć.

Elastyczność i partnerstwo oraz brak presji wpłynęły na ewaluację uczestnictwa jako doświadczenia dobrego, związanego z zarządzaniem stresem, w niektórych przypadkach niemal terapeutycznego (Pennebaker, Smyth 2018; Hall, Gaved, Sargent 2021). Wymuszone spowolnienie (Rosa 2020) trwało krótko z powodu sprawnego przeniesienia większości aktywności do internetu, przez co procesy społecznej akceleracji nabrały jeszcze większej dynamiki. W tym kontekście uczestniczenie w projekcie badawczym mogło być przeżywane jako dodatkowe zobowiązanie, zagęszczające zadania i plan dnia, ale mogło być także – i w niektórych przynajmniej przypadkach było – szansą na zwolnienie i refleksję.

Jak napisały Paulina Meskell, Catherine Houghton i Linda Biesty (2021), pandemia zwiększyła potrzebę adaptacji i rezyliencji, wymuszając stałą weryfikację i resetowanie nieaktualnych założeń w razie potrzeby oraz reorientację i reorganizację wobec zmieniających się ograniczeń i możliwości. Jednocześnie pozwoliła, także w środowisku badawczym, docenić wspólnotowe wartości, wsparcie i pracę zespołową. Realizacja projektu badawczego rzeczywiście wymagała sprawnego „manewrowania”, by zachować standardy metodologicznej i etycznej jakości. Pozostając w żeglarskiej metaforze, pomocna była nawigacja uwzględniająca dynamiczną zmianę kontekstu i adekwatne korygowanie kursu poprzez rekontraktowanie założeń i ustaleń, balans między elastycznością a spójnością, zachowanie ostrożności i czujności w stałej obserwacji szans i zagrożeń oraz wiarę w wypracowane standardy, ale bez zakotwiczenia się w tym, co znane.

## Bibliografia

- Alaszewski Andy (2006) *Using Diaries for Social Research*. London–Thousand Oaks, CA, New Delhi: Sage.
- Bampton Roberta, Cowton Christopher J. (2002) *The E-interview*. „Forum: Qualitative Social Research”, vol. 3(2) (<https://doi.org/10.17169/fqs-3.2.848>).
- Batorski Dominik, Olcoń-Kubicka Marta (2006) *Prowadzenie badań przez Internet – podstawowe zagadnienia metodologiczne*. „Studia Socjologiczne”, vol. 3(182), s. 99–132.
- Beck Cheryl Tatano (2005) *Benefits of Participating in Internet Discussions: Women Helping Women*. „Qualitative Health Research”, vol. 15(3), s. 411–422 (<https://doi.org/10.1177/1049732304270837>).
- Bowker Natilene, Tuffin Keith (2004) *Using the Online Medium for Discursive Research About People with Disabilities*. „Social Science Computer Review”, vol. 22(2), s. 228–241 (<https://doi.org/10.1177/0894439303262561>).
- Braun Virginia, Clarke Victoria, Boulton Elicia, Davey Louise, McEvoy Charlotte (2020) *The online survey as a qualitative research tool*. „International Journal of Social Research Methodology”, vol. 24(6), s. 641–654 (<https://doi.org/10.1080/13645579.2020.1805550>).

- Clarkson Gail P., Hodgkinson Gerard P. (2007) *What can occupational stress diaries achieve that questionnaires can't?* „Personnel Review”, vol. 36, no. 5, pp. 684–700 (<https://doi.org/10.1108/00483480710773990>).
- Corti Louise (1993) *Using Diaries in Social Research*. Surrey: University of Surrey.
- Crivello Gina, Favara Marta (2021) *COVID-19 and the 'ethics of disruption': Current dilemmas facing longitudinal research in low- and middle-income countries*. „Methodological Innovations”, vol. 14(1), s. 1–5 (<https://doi.org/10.1177/2059799121994223>).
- Crozier Sarah E., Cassell Catherine M. (2016) *Methodological considerations in the use of audio diaries in work psychology: Adding to the qualitative toolkit*. „Journal of Occupational and Organizational Psychology”, vol. 89(2), s. 396–419 (<https://doi.org/10.1111/joop.12132>).
- Crystal David (2001) *Language and the Internet*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Dewe Philip J., O'Driscoll Michael P., Cooper Cary (2010) *Coping with Work Stress: A Review and Critique*. Chichester: Wiley-Blackwell (<https://doi.org/10.1002/9780470711712>).
- Dillman Don A. (2007) *Mail and Internet Surveys: The Tailored Design Method*. Hoboken, NJ: Wiley.
- East Leah, Jackson Debra, O'Brien Louise, Peters Kathleen (2008) *The benefits of computer-mediated communication in nursing research*. „Contemporary Nurse”, vol. 30, s. 83–88 (<https://doi.org/10.5172/conu.673.30.1.83>).
- Ellis Carolyn (2007) *Telling Secrets, Revealing Lives: Relational Ethics in Research with Intimate Others*. „Qualitative Inquiry”, vol. 13(1), s. 3–29 (<https://doi.org/10.1177/1077800406294947>).
- Głowacka Maja, Helak Monika, Kościńska Justyna (2020) *Konkurs „Pamiętniki Pandemii”. Założenia, wyniki, wstępne refleksje*. „Autobiografia Literatura Kultura Media”, vol. 15, s. 227–242 (<https://doi.org/10.18276/au.2020.2.15-17>).
- Hall Johanna, Gaved Mark, Sargent Julia (2021) *Participatory Research Approaches in Times of Covid-19: A Narrative Literature Review*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 20, s. 1–15 (<https://doi.org/10.1177/16094069211010087>).
- Hardy James (2006) *Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature*. „Psychology of Sport and Exercise”, vol. 7(2), s. 81–97 (<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.04.002>).
- Hermanowicz Joseph C. (2013) *The Longitudinal Qualitative Interview*. „Qualitative Sociology”, vol. 36, s. 189–208 (<https://doi.org/10.1007/s11133-013-9247-7>).
- Howlett Marnie (2021) *Looking at the 'field' through a Zoom lens: Methodological reflections on conducting online research during a global pandemic*. „Qualitative Research”, s. 1–16 (<https://doi.org/10.1177/1468794120985691>).
- Hughes J. (red.) (2012) *SAGE Internet Research Methods. Internet-based Interviewing*. London: SAGE Publications Ltd. (<http://dx.doi.org/10.4135/9781446268513>).
- James Nalita, Busher Hugh (2006) *Credibility, authenticity and voice: Dilemmas in online interviewing*. „Qualitative Research”, vol. 6(3), s. 403–420 (<https://doi.org/10.1177/1468794106065010>).
- Jankowski Nicholas W., Selm M. van (2005) *Epilogue: Methodological concerns and innovations in internet research* [w:] Christine Hine, red., *Virtual methods: Issues in Social Research on the Internet*. Oxford: Berg, s. 199–207.
- Joinson Adam N. (2005) *Internet behaviour and the design of virtual methods* [w:] Christine Hine, red., *Virtual methods: Issues in Social Research on the Internet*. Oxford: Berg, s. 21–34.
- Kilkey Majella, Ryan Louise (2021) *Unsettling Events: Understanding Migrants' Responses to Geopolitical Transformative Episodes through a Life-Course Lens*. „International Migration Review”, vol. 55(1), s. 227–253 (<https://doi.org/10.1177/0197918320905507>).

Kołtan Jacek (2020) *Świat wysokich prędkości i teoria krytyczna Hartmuta Rosa* [w:] Hartmut Rosa, red., *Przyspieszenie, wyobcowanie, rezonans*. Gdańsk: Europejskie Centrum Solidarności, s. 7–19.

Lawrence Leigh (2020) *Conducting cross-cultural qualitative interviews with mainland Chinese participants during COVID: Lessons from the field*. „Qualitative Research”, vol. 22(1), s. 154–165 (<https://doi.org/10.1177/1468794120974157>).

Lobe Bojana, Morgan David, Hoffman Kim A. (2020) *Qualitative Data Collection in an Era of Social Distancing*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 19, s. 1–8 (<https://doi.org/10.1177/1609406920937875>).

Markham Tim, Couldry Nick (2007) *Tracking the Reflexivity of the (Dis)Engaged Citizen: Some Methodological Reflections*. „Qualitative Inquiry”, vol. 13, s. 675–695 (<https://doi.org/10.1177/1077800407301182>).

Mazzetti Angela, Blenkinsopp John (2012) *Evaluating a visual timeline methodology for appraisal and coping research*. „Journal of Occupational and Organizational Psychology”, vol. 85(4), s. 649–665 (<https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.2012.02060.x>).

McCoy Lauren K. (2017) *Longitudinal qualitative research and interpretative phenomenological analysis: Philosophical connections and practical considerations*. „Qualitative Research in Psychology”, vol. 14(4), s. 442–458 (<https://doi.org/10.1080/14780887.2017.1340530>).

Meho Lokman I. (2006) *E-mail interviewing in qualitative research: A methodological discussion*. „Journal of the American Society for Information Science and Technology”, vol. 57(10), s. 1284–1295 (<https://doi.org/10.1002/asi.20416>).

Menard Scott (2002) *Longitudinal Research*, Thousand Oaks, CA: Sage (<https://doi.org/10.4135/9781412984867>).

Meskell Paulina, Houghton Catherine, Biesty Linda (2021) *Opening Windows Behind Closed Doors: Reflections on Working Qualitatively During a Pandemic*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 20, s. 1–4 (<https://doi.org/10.1177/16094069211008313>).

Monrouxe Lynn V. (2009) *Solicited audio diaries in longitudinal narrative research: A view from inside*. „Qualitative Research”, vol. 9(1), s. 81–103 (<https://doi.org/10.1177/1468794108098032>).

Neale Bren (2019) *Qualitative Longitudinal Research: Research Methods*. New York, NY: Bloomsbury Publishing.

O'Connor Henrietta, Madge Clare (2001) *Cyber-Mothers: Online Synchronous Interviewing using Conferencing Software*. „Sociological Research Online”, vol. 5(4), s. 102–117 (<https://doi.org/10.5153/sro.543>).

Pennebaker James W., Seagal Janel D. (1999) *Forming a story: The health benefits of narrative*. „Journal of Clinical Psychology”, vol. 55(10), s. 1243–1254 ([https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199910\)55:10<1243::AID-JCLP6>3.0.CO;2-N](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199910)55:10<1243::AID-JCLP6>3.0.CO;2-N)).

Pennebaker James W., Smyth Joshua M. (2018) *Terapia przez pisanie*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Radzińska Jowita, Pustułka Paula (2021) *A Win for the Middle Class? A Qualitative Study Mapping „Benefits” from the National Quarantine*. „Kultura i Społeczeństwo”, t. 65, nr 1, s. 43–63 (<https://doi.org/10.35757/KiS.2021.65.1.1>).

Ratislavová Kateřina, Ratislav Jakub (2014) *Asynchronous email interview as a qualitative research method in the humanities*. „Human Affairs”, vol. 24(4), s. 452–460 (<https://doi.org/10.2478/s13374-014-0240-y>).

Roberts J. Kessa, Pavlakis Alexandra E., Richards Meredith P. (2021) *It's More Complicated Than It Seems: Virtual Qualitative Research in the COVID-19 Era*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 20, s. 1–13 (<https://doi.org/10.1177/16094069211002959>).

Rosa Hartmut (2020) *Przyspieszenie, wyobcowanie, rezonans*. Przełożyli Jakub Duraj i Jacek Kołtan. Gdańsk: Europejskie Centrum Solidarności.

Sanders Teela (2005) *Researching the online sex community* [w:] Christine Hine, red., *Virtual Methods: Issues in Social Research on the Internet*. Oxford: Berg, s. 67–79.

Stanley Liz (1993) *On Auto/Biography in Sociology*. „Sociology”, vol. 27(1), s. 41–52 (<https://doi.org/10.1177/003803859302700105>).

Surmiak Adrianna, Bielska Beata, Kalinowska Katarzyna (2022) *Social Researchers' Approaches to Research Ethics During the COVID-19 Pandemic: An Exploratory Study*. „Journal of Empirical Research on Human Research Ethics”, vol. 17(1–2), s. 213–222 (<https://doi.org/10.1177/15562646211055056>).

Swenson Geoffrey, Roll Kate (2020) *Theorizing Risk and Research: Methodological Constraints and Their Consequences*. „PS: Political Science and Politics”, vol. 53(2), s. 286–291 (<https://doi.org/10.1017/S104909651900177X>).

Thurlow Crispin, Lengel Laura, Tomic Alice (2004) *Computer-Mediated Communication*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Tremblay Stephanie, Castiglione Sonia, Audet Li-Anne, Desmarais Michèle, Horace Minnie, Peláez Sandra (2021) *Conducting Qualitative Research to Respond to COVID-19 Challenges: Reflections for the Present and Beyond*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 20, s. 1–8 (<https://doi.org/10.1177/16094069211009679>).

Uliński Maciej (2012) *Etyka troski i jej pogranicza*. Kraków: Wydawnictwo Aureus.

Valdez Elizabeth Salerno, Gubrium Aline (2020) *Shifting to Virtual CBPR Protocols in the Time of Coronavirus/COVID-19*. „International Journal of Qualitative Methods”, vol. 19, s. 1–9 (<https://doi.org/10.1177/1609406920977315>).

Vindrola-Padros Cecilia, Chisnall Georgia, Cooper Silvie, Dowrick Anna, Djellouli Nehla, Mulcahy Symmons Sophie, Martin Sam, Singleton Georgina, Vanderslott Samantha, Vera Norha, Johnson Ginger A. (2020) *Carrying out Rapid Qualitative Research During a Pandemic: Emerging Lessons from COVID-19*. „Qualitative Health Research”, vol. 30(14), s. 2102–2204 (<https://doi.org/10.1177/1049732320951526>).

Ward Stephen (1999) *Requirements for an Effective Project Risk Management Process*. „Project Management Journal”, vol. 30, s. 37–43 (<https://doi.org/10.1177/875697289903000306>).

## Cytowanie

Jowita Radzińska (2022) *Między elastycznością a spójnością – wykorzystanie metod asynchronicznych w jakościowym badaniu podłużnym realizowanym w trakcie pandemii COVID-19*. „Przegląd Socjologii Jakościowej”, t. 18, nr 3, s. 10–31 (<https://doi.org/10.18778/1733-8069.18.3.02>).

## Between Flexibility and Consistency: Using Asynchronous Methods Within a Qualitative Longitudinal Research Conducted During the Pandemic

**Abstract:** The aim of the article is to present experiences and outcomes of applying asynchronous techniques in a qualitative longitudinal study conducted during the COVID-19 pandemic. The article indicates benefits and limitations as well as opportunities and threats linked to the methodological approach that employed an asynchronous exchange and participant diaries. The temporal perspective enabled the capturing of the dynamics of change related to the pandemic, which determined the evolution of asynchronous techniques. The remaining challenge concerned keeping the balance between the flexibility and consistency of the methodology as well as ethical standards which would protect the participants' welfare.

**Keywords:** asynchronous techniques, qualitative longitudinal research, COVID-19, ethics