

Halszka Gronek-Żywicka 
Uniwersytet Gdański



STAWANIE SIĘ ANTYNATALIST(K)Ą. BIOGRAFICZNE PORZĄDKOWANIE SENSU WOBEK TRAJEKTORII CIERPIENIA

Z dyskusji wokół antynatalizmu najczęściej wynika, że jest on rozumiany jako pogląd filozoficzny lub stanowisko moralne. Autorka proponuje inne podejście – traktuje antynatalizm nie jako teorię, lecz jako biograficznie konstruowaną praktykę indywidualnej sprawczości wobec doświadczania cierpienia i egzystencjalnej niepewności. Analiza opiera się na metodzie rekonstrukcji biografii opracowanej przez Fritza Schützeego. Badanie obejmowało dziesięć indywidualnych wywiadów zrealizowanych z wykorzystaniem pełnej procedury narracyjnego wywiadu autobiograficznego. Wyniki wskazują, że antynatalizm może powstawać afektywnie – jako reakcja na trajektorie cierpienia. W toku retrospektywnej narracji doświadczenie to zostaje opracowane interpretacyjnie i normatywnie, co prowadzi do wytworzenia spójnego, społecznie komunikowalnego uniwersum symbolicznego. Odwołując się do fenomenologii Alfreda Schütza oraz socjologii wiedzy Petera L. Bergera i Thomasa Luckmanna, autorka przedstawia, jak momenty pęknięcia sensu prowadzą do jego re-konstruowania, a narracja jest społecznym mechanizmem sensotwórczym. Wnioski ukazują ponadto defensywny charakter antynatalizmu: radykalizm postaw okazuje się mechanizmem obronnym przed stygmatyzacją, a samo stanowisko – paradoksalną formą odpowiedzialności w dobie globalnych zagrożeń.

Słowa kluczowe: analiza biograficzna; narracyjny wywiad autobiograficzny; trajektoria cierpienia; biograficzne rekonstruowanie sensu; antynatalizm

Becoming an Antinatalist: Biographical Ordering of Meaning in the Face of Trajectories of Suffering

Discussions of antinatalism most often frame it as either a philosophical doctrine or an ethical position. The author proposes a different perspective, approaching antinatalism not as a theory-derived stance but as a biographically constructed form of individual social agency in response to experiences of suffering and existential uncertainty. The analysis is based on Fritz Schütze's method of biographical reconstruction with the study comprising

ten individual interviews conducted in accordance with the full procedure of the narrative autobiographical interview. The findings indicate that antinatalism may emerge affectively, as a response to biographical trajectories of suffering. In retrospective narration, these experiences are interpretatively and normatively processed, leading to the formation of a coherent and socially communicable symbolic universe. Drawing on Alfred Schutz's phenomenology and Peter L. Berger's and Thomas Luckmann's sociology of knowledge, the paper demonstrates how moments of breakdown in meaning lead to its reconstruction, showing narrative as a key social mechanism of sense-making. Moreover, the findings reveal the defensive nature of antinatalism: radical attitudes function as a response to stigmatization, while the stance itself appears as a paradoxical form of responsibility in the context of global threats.

Key words: biographical analysis; autobiographical narrative interview; biographical sense-making; antinatalism; trajectory of suffering

Wprowadzenie

Antynatalizm – stanowisko krytyczne wobec ludzkiej prokreacji – staje się coraz bardziej widoczne w obliczu współczesnych polikryzysów i towarzyszącego im lęku o przyszłość. Mowa tu przede wszystkim o większej obecności antynatalistycznych treści w debacie publicznej, nie zaś o ilościowej zmianie udokumentowanej na poziomie populacyjnym. Jednocześnie antynatalizm wyrasta na istotny – choć kontrowersyjny – głos w debacie o demograficznej przyszłości Europy. Świadczy o tym nasilone w ostatnich latach zainteresowanie tematem w środowisku naukowym, również w Polsce (Florkowski, 2021; Jach, 2017; Karuga i in., 2022; Starzyński, 2020, 2021; Zych, 2023; Żybura, 2025).

Tak w literaturze zagranicznej (Akerma, 2000; Benatar, 2006; Brake i Millum, 2021; Cioran, 1996; Shiffrin, 1999), jak na gruncie rodzimej socjologii dominują ujęcia traktujące antynatalizm jako abstrakcyjny pogląd filozoficzny lub stanowisko moralne. Istniejący dyskurs koncentruje się na opisie praktyk antynatalistów oraz na tym, jak komunikują się oni ze społeczeństwem, dla którego status quo stanowi postawa pronatalistyczna. Analizy te skupiają się zatem na statycznym obrazie „po przemianie”. W tak przyjętej optyce brakuje miejsca na procesualne, socjologiczne zrozumienie tego, co „przed” – dlaczego i w jaki sposób jednostka staje się antynatalistą¹.

Chcąc wypełnić lukę badawczą, w niniejszym artykule proponuję spojrzenie na zjawisko antynatalizmu z perspektywy socjologii biograficznej. Podstawą

¹ W niniejszym artykule rzeczownik antynatalista zapisywany jest w rodzaju męskim ze względów pragmatycznych. Należy przyjąć, że pełni on funkcję umownej lemmy i oznacza każdą osobę podzielającą poglądy antynatalistyczne niezależnie od tożsamości płciowej.

wnioskowania jest analiza narracji biograficznych przeprowadzona z wykorzystaniem metody Fritza Schützego. Materiałem empirycznym jest zapis dziesięciu wywiadów indywidualnych – zrealizowanych i zinterpretowanych zgodnie z rygiem metodologicznym narracyjnego wywiadu autobiograficznego w ujęciu Schützego. Bazując na retrospektywnej narracji autobiograficznej, zrekonstruowano ciągi zdarzeń i trajektorie doświadczeń, które doprowadziły do ukształtowania się u badanych świadomej postawy antynatalistycznej.

Interpretacja danych, będąca rezultatem analizy indukcyjnej, pozwala postawić tezę, że antynatalizm bywa nie tylko oderwanym od empirii poglądem etycznym, lecz także biograficzną strategią odzyskiwania sprawczości w obliczu doznanego cierpienia. Niniejszy artykuł dowodzi, że przyjęcie tej postawy może pełnić funkcję porządkującą – pozwalać jednostce nazwać przeżyte cierpienie, odzyskać utracony wcześniej sens i przekuć doświadczenie bierności w świadomy akt etyczny. W tym ujęciu antynatalizm można odczytywać jako wyraz specyficznie pojmowanej odpowiedzialności oraz solidarności rozumianej w kategoriach społecznych i artykułowanej w obliczu globalnych zagrożeń.

Ramy teoretyczne

Antynatalizm – ramy pojęciowe

Zdefiniowanie antynatalizmu przysparza trudności ze względu na niejednorodność tego zjawiska oraz jego funkcjonowanie na styku refleksji filozoficznej, etyki i praktyk społecznych. Antynatalizm występuje zarówno jako postulat o charakterze globalnym, aksjomat aksjologiczny, w którym narodzinom przypisywana jest wartość negatywna, jak i indywidualna postawa moralna (Starczyński, 2021). Wspólnym mianownikiem tych perspektyw pozostaje kategoria cierpienia – swoista oś, wokół której krystalizuje się myśl antynatalistyczna. Zwolennicy tego stanowiska wychodzą z założenia, że każda egzystencja wiąże się z nieuchronnym doświadczeniem cierpienia, a powoływanie do życia nowych istot bywa interpretowane jako akt moralnie nieuzasadniony („krzywdą”). Należy przy tym wyraźnie odróżnić postulat zaprzestania prokreacji (ang. *future-life sense*) od stosunku do życia już trwającego (ang. *present-life sense*). Współczesny antynatalizm nie nawołuje do anihilacji osób żyjących, lecz proponuje tak zwane pokojowe „wygaszenie” gatunku poprzez dobrowolną rezygnację z reprodukcji (Benatar, 2006).

Dla celów analitycznych w niniejszej pracy rozróżniono trzy poziomy, które w praktyce biograficznej mogą się przenikać, ale nie są tożsame: 1) antynatalizm jako stanowisko normatywne przypisujące prokreacji wartość negatywną,

2) dobrowolna bezdzietność (ang. *childfree*) jako decyzja życiowa, która nie musi być uzasadniana etycznie, oraz 3) pesymizm egzystencjalny jako ogólna orientacja światopoglądowa. W dalszym toku rozważań interesuje mnie przede wszystkim proces biograficznego wiązania doświadczeń cierpienia z argumentem etycznym, a nie sama obecność pesymizmu jako cechy psychologicznej.

Choć intuicje antynatalistyczne obecne były w kulturze od starożytności – między innymi w buddyzmie, antycznej Grecji czy tradycji starotestamentowej (Jach, 2017; Misiuna, 2007; Starzyński, 2020) – a ich nowożytny fundament położyli pesymiści XVIII i XIX wieku na czele z Arthurem Schopenhauerem (2009), to współczesna forma tego nurtu jest wytworem ostatniego stulecia. Szczególnie istotną rolę odegrali tu Christian Godin (2004) i Peter Wessel Zapffe (2013), którzy wyraźnie połączyli perspektywę egzystencjalną z refleksją społeczną i środowiskową, *expressis verbis* formułując postulat wygaszenia gatunku ludzkiego (Jach, 2017). Ustrukturyzowany antynatalizm rozumiany jako precyzyjnie sformułowane stanowisko etyczne został wprowadzony do szerszego dyskursu dopiero wraz z publikacjami z początku XXI wieku autorstwa między innymi Karima Akermy (2000), Théophile’a de Girauda (2006) oraz Davida Benatar’a (2006).

Warto podkreślić, że przez długi czas antynatalizm pozostawał przede wszystkim domeną debat filozoficznych, natomiast badania empiryczne z zakresu nauk społecznych dotyczące osób identyfikujących się z tym stanowiskiem nadal są relatywnie nieliczne.

W literaturze międzynarodowej pojawiają się próby ilościowego uchwycenia zróżnicowania poglądów antynatalistycznych oraz ich korelatów – zwłaszcza w relacji do cech osobowości i dobrostanu psychicznego (Schönegger, 2021). Ważny nurt tworzą również analizy środowiskowych uwarunkowań decyzji prokreacyjnych. Badania Schneider-Mayersona i Leong (2020) nad lękiem ekoreprodukcyjnym – choć bezpośrednio niepowiązane z antynatalizmem, tylko z szerzej rozumianymi dylematami reprodukcyjnymi – pokazują, że dla części badanych rezygnacja z potomstwa jest etyczną odpowiedzią na kryzys klimatyczny.

Na gruncie polskim jednym z nielicznych opracowań o wyraźnie empirycznym charakterze jest badanie ankietowe Karugi i in. (2022). Wskazuje ono na wieloczynnikowe źródła antynatalizmu, obejmujące głównie obawy klimatyczne, ocenę jakości opieki okołoporodowej oraz kondycję zdrowia psychicznego. Obraz jest dopełniany przez analizę dyskursu internetowego (Żybura, 2025), dostarczającą istotny kontekst dla rozumienia społecznego funkcjonowania tożsamości antynatalistów w sieci. Żybura dowodzi, że specyfika mediów społecznościowych sprzyja radykalizacji poglądów tej grupy i intensyfikacji emocji. Jak pokazują wyniki tej analizy, kluczowym elementem dyskursu antynatalistycznego jest systematyczna deprecjacja rodzicielstwa, a szczególnie przedstawianie matek jako osób niekompetentnych i kierujących się nieracjonalnymi pobudkami.

Przywołane badania ilościowe oraz analizy dyskursu zarysowują istotne tło dla prezentowanej w dalszej części tekstu analizy procesów biograficznych. Podejście to, zgodnie ze swoim założeniem, ma pomóc uchwycić antynatalizm nie tylko jako deklarowane stanowisko światopoglądowe, lecz także jako formę tożsamości, kształtującą się w toku doświadczeń życiowych.

Od trajektorii cierpienia do uniwersum symbolicznego. Socjologiczne ramy analizy

O ile zarysowana powyżej perspektywa filozoficzna pozwala zrozumieć treść postulatów antynatalistycznych, o tyle nie wyjaśnia ona genezy tej postawy w życiu konkretnej jednostki. Proces stawania się antynatalistą można opisać poprzez odwołanie się do aparatury pojęciowej socjologii biograficznej, która czyni subiektywny punkt widzenia badanych podstawą niezbędną do konstruowania uogólnień teoretycznych (Włodarek i Ziółkowski, 1990). W niniejszym artykule najważniejszą rolę odegra w tym zakresie koncepcja Fritza Schützego (zob. Kaźmierska, 1996).

Teoria Schützego nie służy jedynie jako metoda zbierania i porządkowania danych (co zostanie omówione w części metodologicznej), lecz przede wszystkim jako matryca teoretyczna pozwalająca zrekonstruować i interpretować procesualny charakter ludzkich przemian. Schütze zaproponował ramę diagnozowania procesów biograficznych, w których obszarze wyróżnił struktury procesowe – elementy kluczowe dla interpretacji doświadczeń badanych (Kaźmierska i Schütze, 2013). Interpretacja ta stanowi podstawowe podejście badawcze wszystkich metod biograficznych (Gültekin i in., 2012).

W koncepcji Schützego istotne są trajektorie cierpienia – fundamentalnie różnią się one od intencjonalnego działania, czyli struktur, którym autor nadał nazwę biograficznych schematów działania (Schütze, 2012). Trajektorii cierpienia nie należy rozumieć literalnie jako sekwencji negatywnych zdarzeń losowych, lecz jako strukturalny proces nieuporządkowania, w którym jednostka traci zdolność do aktywnego kształtowania swojego życia. Istotą trajektorii jest poczucie bycia „popychanym” przez przemożne siły zewnętrzne (nie zawsze tożsame z potocznie rozumianym cierpieniem), wobec których dotychczasowe schematy działania okazują się niewystarczające (Riemann, 2012). Warto w tym miejscu podkreślić, że perspektywa trajektorii nie była założeniem badawczym niniejszego projektu przyjętym *a priori*. Zaimplementowano ją do ramy teoretycznej *post factum* jako najlepiej objaśniającą dynamikę doświadczeń, które nieoczekiwanie zdominowały narracje przedstawiane przez badanych.

Dynamika samej trajektorii obejmuje z jednej strony załamanie się oczekiwań normatywnych, a z drugiej – narastające poczucie obcości wobec samego siebie i świata. Jednostka osiąga stan ograniczonej sprawczości – przestaje być

w pełni autorką własnych działań, a jej biografię zaczynają kształtować okoliczności pozostające poza jej kontrolą. Konfrontacja z tym chaosem może stać się impulsem do tzw. pracy nad trajektorią (Schütze, 2012), polegającej na interpretacyjnym opracowaniu przeżytych doświadczeń i próbie przywrócenia biograficznej ciągłości. Przepracowanie trajektorii często przybiera formę retrospektywnej narracji, która finalnie prowadzi do metamorfozy – twórczej przemiany tożsamości, otwierającej nową linię rozwoju biograficznego.

W kontekście niniejszego badania kluczowe jest założenie, że przyjęcie radykalnej postawy światopoglądowej (antynatalizmu) można uznać za schütze’owską metamorfozę będącą efektem pracy nad trajektorią, a więc za usiłowanie teoretycznego i praktycznego „opanowania” chaosu oraz nadania sensu cierpieniu, które wcześniej wydawało się go pozbawione. W takim ujęciu trajektorie cierpienia bywają zatem paradoksalnie momentami generatywnymi – choć wiążą się z dezorganizacją dotychczasowego świata życia, mogą jednocześnie inicjować głębokie przemiany tożsamościowe oraz prowadzić do wykształcenia nowych orientacji aksjologicznych (Kaźmierska, 2012; Schütze, 2012).

Analiza procesów biograficznych znajduje swoje naturalne dopełnienie w szerszych ramach teoretycznych fenomenologii społecznej, z której metoda Schützego historycznie wyrasta. Punktem wyjścia jest tu koncepcja Alfreda Schütza, zgodnie z którą sens nie jest immanentną cechą samego przeżycia, lecz powstaje wtórnie – w toku retrospektywnej refleksji (*modo praeterito*) nad zakończonym działaniem (Schütz, 2008). Doświadczenie cierpienia w fazie trajektorii jest przedrefleksyjne i nieuporządkowane, jednostka pozostaje wobec niego bezradna. Dopiero akt narracji – opowiedzenia o swoich przeżyciach – uruchamia społeczny mechanizm sensotwórczy.

Propozycję Schütza twórczo rozwijają Peter L. Berger i Thomas Luckmann, którzy wskazują, że w przeciwieństwie do jednostkowego i nieprzekładalnego charakteru afektu doświadczenie zrozumiane zyskuje charakter społeczny – jest komunikowalne (Berger i Luckmann, 2010). Trajektorie cierpienia odpowiadają w takiej perspektywie sytuacjom granicznym, po których zaistnieniu rzeczywistość musi zostać zdefiniowana na nowo. W takich chwilach jednostka poszukuje własnego, całościowego systemu znaczeń, który pozwoliłby zrekonstruować utracony sens. Taki system Berger i Luckmann nazywają uniwersum symbolicznym.

Niniejszy artykuł pokazuje, że antynatalizm może być postrzegany właśnie jako swoiste uniwersum symboliczne, ponieważ dostarcza narracyjnych narzędzi do legitymizacji doznanego cierpienia, a tym samym umożliwia jego reinterpretację w ramach uporządkowanego światopoglądu o charakterze etycznym. W tym znaczeniu proces stawania się antynatalistą można rozumieć jako włączanie własnej biografii w obręb tego uniwersum, co pozwala jednostce odzyskać utracone poczucie sprawczości.

Metodologia

Przedmiotem niniejszego badania są doświadczenia biograficzne osób spełniających kryteria definicji antynatalisty. Do zbioru tego zakwalifikowano jednostki dzielące i deklarujące stanowisko filozoficzne przypisujące negatywną wartość ludzkiej prokreacji. Kluczowym kryterium doboru próby była motywacja etyczna – rezygnacja z posiadania potomstwa nie ze względu na indywidualny komfort (postawa *childfree*), lecz z uwagi na czynniki uznawane przez badanych za wyższe dobro (na przykład: minimalizacja cierpienia, troska o ekosystem).

Antynataliści są w polskim społeczeństwie grupą niszową. Oszacowanie rzeczywistej wielkości tej populacji jest utrudnione, choćby ze względu na niską rozpoznawalność samego terminu oraz fakt, iż jest to kategoria wciąż formująca się dyskursywnie. Z uwagi na specyfikę zjawiska pole badawcze zawężono do przestrzeni internetowych, które stanowią główne medium krystalizowania się tej tożsamości w Polsce. Najliczniejsze skupiska to grupy na platformie Facebook, między innymi: Partia Antynatalistyczna (1,3 tys. obserwujących), Stowarzyszenie Antynatalistyczne „Pro Death” (1,8 tys.) oraz Stowarzyszenie Polskich Antynatalistów (1,5 tys.) – to dane na styczeń 2026 roku. Należy przyjąć, że aktywni użytkownicy tych forów stanowią jedynie wycinek rzeczywistej zbiorowości osób dzielących ten światopogląd.

Jako głównym problem badawczy wybrano proces stawania się antynatalistą w wymiarze biograficznym. Zgodnie z paradygmatem interpretatywnym założono, że kluczem do zrozumienia tego zjawiska jest analiza narracji retrospektywnych, ujawniających subiektywne definicje sytuacji badanych. Taki wybór strategii badawczej pozwala na dogłębne uchwycenie perspektywy samych aktorów społecznych i procesów nadawania przez nich znaczeń, co stanowi rdzenną wartość metod jakościowych (Silverman, 2008). Mając to na względzie, badanie skoncentrowano wokół następujących pytań szczegółowych:

1. Jakie czynniki (wydarzenia, przeżycia, relacje itp.) wpłynęły na proces biograficzny stawania się antynatalistą?
2. |Jakie procesy biograficzne bądź punkty zwrotne w biografii wpłynęły na rozwój postawy antynatalistycznej u badanych?
3. W jaki sposób bycie antynatalistą kształtuje własne życie jednostki w zakresie codziennych praktyk i światopoglądu?
4. W jaki sposób bycie antynatalistą wpływa na relacje z innymi ludźmi?
5. Jakie wspólne wymiary światopoglądowe istnieją u badanych?

Celem tak zaprojektowanego badania była rekonstrukcja ścieżek biograficznych prowadzących do przyjęcia postawy antynatalistycznej. Analiza materiału empirycznego miała pomóc nie tylko w zidentyfikowaniu indywidualnych motywacji, ale przede wszystkim w uchwyceniu powtarzalnych wzorców

doświadczenia. Pozwoliło to na sformułowanie uogólnień teoretycznych dotyczących szerszych uwarunkowań sprzyjających formowaniu się tożsamości antynatalistycznej, co stanowi fundament rzetelnej analizy zjawisk w badaniach jakościowych (Lofland i in., 2009). Takie ujęcie wpisuje się w ugruntowaną tradycję socjologii jakościowej, która traktuje swobodny wywiad narracyjny jako jedno z kluczowych narzędzi umożliwiających generowanie teorii ściśle zakorzenionej w danych empirycznych (Konecki, 2000, 2012a, 2012b).

Metoda badawcza: autobiograficzny wywiad narracyjny

Autobiografia stanowi podstawowy materiał analityczny w badaniach nad przebiegiem ludzkiego życia (Szczepański, 1973, s. 584). Jak podkreśla Gabriele Rosenthal (2012), podejście to umożliwia precyzyjne rozgraniczenie, a zarazem śledzenie powiązań między doświadczoną historią życia (tym, co przeżyte w przeszłości) a opowieścią o życiu (sposobem jej teraźniejszej, subiektywnej autoprezentacji). Spośród wielu propozycji służących do pozyskiwania tego typu materiału za najbardziej spójną teoretycznie i metodologicznie uważa się obecnie metodę autobiograficznego wywiadu narracyjnego Fritza Schützego (Kaźmierska, 2012). Jest to zwarta koncepcja badawcza, na którą składa się zarówno specyficzna technika zbierania danych, jak i precyzyjna procedura ich analizy.

Główne socjologiczne korzenie tej strategii sięgają socjologii interpretatywnej oraz fenomenologii. Zgodnie z założeniem twórcy wywiad narracyjny ma na celu minimalizację wpływu badacza przy jednoczesnej maksymalizacji ekspresji osoby badanej w zakresie jej spraw osobistych (Helling, 1990). Istotą tej metody jest uzyskanie od narratora całościowej relacji o życiu, która przybiera formę zdynamizowanej retrospekcji. Kluczowe jest tu założenie, że narracja powinna być swobodna, spontaniczna i niezakłócona interwencjami badacza (Kaźmierska, 2012), ponieważ to właśnie niezaburzona prezentacja autobiograficzna najlepiej pozwala uchwycić procesy kształtowania się tożsamości (Treichel i Schwelling, 2012). Powinna również dotyczyć całego życia badanego, a nie tylko okresów potencjalnie istotnych dla tematu badania.

Odwaga i bezprecedensowość tego założenia początkowo budziły u samego Schützego obawy o powodzenie – zwłaszcza w kontekście gotowości badanych do snucia tak obszernych narracji. Jego zespół przeprowadził jednak szereg prób, dyskusji, autoobserwacji i analiz komunikacyjnych, by finalnie wypracować strategię badawczą, która przynosi oczekiwane efekty. Dowodzi to, że metoda – choć po dziś dzień brzmi radykalnie – nie była pomysłem „socjologii gabinetowej”, lecz rodziła się z praktyki badawczej (Riemann, 2012).

W niniejszym badaniu procedura zbierania danych została ściśle podporządkowana klasycznym regułom wywiadu narracyjnego Schützego (Kaźmierska, 2012). Zasadniczym elementem strategii było zachowanie trójdzielnej struktury

spotkania, obejmujące: 1) swobodną narrację autobiograficzną badanego generowaną przez impuls narracyjny, 2) fazę pytań immanentnych i eksmanentnych, formułowanych dopiero po kodzie sygnalizującym zakończenie opowieści, oraz 3) etap domknięcia, służący normalizacji sytuacji badawczej (Kaźmierska, 1996). W fazie głównej narracji ingerencję badacza ograniczono do minimum – sprowadzała się ona do komunikatów parajęzykowych podtrzymujących tok opowieści, co sprzyjało zachowaniu autentycznej spontaniczności narracji oraz jej procesualnego charakteru.

Materiał empiryczny i dobór próby

Na materiał empiryczny składa się zapis 10 indywidualnych narracyjnych wywiadów autobiograficznych. Badania zrealizowano w 2021 roku. Z uwagi na ówczesne obostrzenia sanitarne związane z pandemią COVID-19 oraz rozproszenie terytorialne badanych rozmowy przeprowadzono w trybie zdalnym, za pośrednictwem komunikatorów internetowych (w formie wideorozmowy lub – w nielicznych przypadkach i na wyraźną prośbę badanych – w formule *audio-only*). Czas trwania wywiadów wahał się od 40 minut do 4 godzin, przy czym zdecydowana większość spotkań zajęła od 2 do 3 godzin. Warto podkreślić, że w okresie głębokiej pandemii komunikacja zdalna stanowiła upowszechnioną i oswojoną formę komunikacji, zapewniającą przestrzeń partnerstwa i inkluzywności (Żadkowska i in., 2022). Zniwelowało to ewentualny dystans technologiczny i nie wpłynęło w zauważalny sposób na narracje badanych.

Rekrutacja do badań miała charakter otwarty i odbyła się w środowisku wirtualnym. Wykorzystano w tym celu duże polskie forum dyskusyjne skupiające osoby o badanej tożsamości – grupę Antynataliści na portalu Facebook. Dobór próby oparto na kryterium kolejności zgłoszeń (ang. *first-come, first-served*) spośród osób spełniających warunki brzegowe. Były to: pełnoletniość, deklaracja tożsamości antynatalistycznej, wyrażenie zgody na rejestrację dźwiękową rozmowy oraz wykorzystanie transkrypcji bez prawa do późniejszej ingerencji w jej treść (brak autoryzacji filologicznej zgodnie z założeniami metody narracyjnej).

Zasadnicze dla doboru próby kryterium motywacji etycznej (rezygnacja z posiadania potomstwa ze względu na przekonanie o niemoralności ludzkiej prokreacji, a nie indywidualny komfort) zostało wyraźnie zakomunikowane już na etapie publikacji ogłoszenia rekrutacyjnego. Spełnienie tego warunku znalazło bezpośrednie potwierdzenie w praktyce badawczej – każda ze zrekrutowanych osób w toku wywiadu spontanicznie deklarowała i argumentowała takie właśnie stanowisko.

W badaniu wzięło udział 10 osób: 6 mężczyzn i 4 kobiety (według płci przypisanej przy urodzeniu). Należy zaznaczyć, że jedna z osób z grupy kobiet

deklarowała męską tożsamość płciową, jednak w toku narracji konsekwentnie posługiwała się formami żeńskimi. Szanując materiał empiryczny, w analizie zachowano formę gramatyczną stosowaną przez osobę badaną („Narratorka”), odnotowując jednocześnie złożoność jej identyfikacji.

Badani i badane byli w wieku 20–44 lat i pochodzili z różnych regionów Polski (zarówno z miast, jak i ze wsi). Po wykluczeniu dwóch wywiadów na etapie analizy danych (jeden z przyczyn etycznych, drugi ze względu na niespełnienie wymogów formalnych wywiadu narracyjnego – szczegóły w kolejnych podrozdziałach) na ostateczny korpus analityczny złożyło się 8 narracji, a rozkład płci (przypisanej przy urodzeniu) przedstawiał się następująco: 4 mężczyzn i 4 kobiety.

Procedura przeprowadzania wywiadu była ściśle podporządkowana regułom i fazom wywiadu narracyjnego Schützego. Każde spotkanie rozpoczynało się od sformułowania impulsu narracyjnego, w którym przedstawiano cel projektu i proszono o swobodne opowiedzenie historii swojego życia. Na tym etapie zawiązywano tzw. kontrakt komunikacyjny – rozmówcy byli informowani o wymogu nieprzerywania ich opowieści przez badaczkę aż do momentu wyraźnego sygnału z ich strony (koda). Po zakończeniu fazy swobodnej narracji przystępowano do zadawania pytań. W pierwszej kolejności były to pytania immanentne (wyjaśniające rozpoznane luki w opowieści), a następnie eksmanentne (teoretyczne, nawiązujące do wcześniej przygotowanego katalogu kilkudziesięciu zagadnień szczegółowych) – zgodnie z zasadą „przymusu wchodzenia w szczegóły” (Kohli, 2012). Pozyskany materiał audio poddano samodzielnej, ręcznej transkrypcji, a następnie zanonimizowano.

Należy podkreślić, że badanych przed wywiadem nie informowano, iż rozmowa będzie dotyczyć cierpienia – proszono ich wyłącznie o swobodną opowieść o swoim życiu. Tematyka trudnych doświadczeń nie była narzucana z zewnątrz; wyłoniła się całkowicie indukcyjnie jako spontaniczny element narracji wszystkich rozmówców.

Etyka badań i bezpieczeństwo uczestników

Projekt realizowano zgodnie z zasadami etyki badań społecznych (Polskie Towarzystwo Socjologiczne, 2012). Ze względu na biograficzny charakter badań przyjęto założenie, że w toku rozmów podjęte mogą zostać kwestie o wysokim stopniu wrażliwości. Z tego powodu szczególną wagę przywiązano do kwestii etycznych. Wszystkich uczestników badania poinformowano o jego celu, przebiegu oraz możliwości wycofania się na każdym etapie bez podawania przyczyny. Wyrazili świadomą zgodę na udział w wywiadzie oraz jego nagrywanie.

W celu ochrony prywatności respondentów zastosowano pełną anonimizację materiału badawczego – imiona, nazwiska oraz wszelkie szczegóły biograficzne

umożliwiającej identyfikację rozmówców (miejsca pracy, nazwy miejscowości itp.) zostały zmienione na etapie transkrypcji.

Z uwagi na potencjalnie obciążający emocjonalnie charakter narracji na bieżąco monitorowano dobrostan rozmówców i rozmówczyń. Praca z pamięcią o trudnych doświadczeniach okazała się dużym wyzwaniem etycznym. Priorytetem badania było stworzenie bezpiecznej przestrzeni rozmowy, w której narracja mogła pełnić funkcję porządkującą, a nie – przykładowo – retraumatyzującą. Zastosowano zasadę nienaruszania granic intymności, rezygnując z pytań eksmanentnych w wątkach, które niosły ryzyko wywołania dyskomfortu. W jednym przypadku po zaobserwowaniu silnych reakcji emocjonalnych uczestnika podjęto decyzję o zaprzestaniu poruszania trudnych wątków oraz wyłączeniu wywiadu z dalszej analizy. Kierowano się przy tym zasadą nadrzędności bezpieczeństwa psychicznego badanego nad celami poznawczymi projektu.

Procedura analizy

Metoda autobiograficznego wywiadu narracyjnego wiąże się z precyzyjną procedurą analizy materiału empirycznego. Zgodnie z założeniami autora badacz(ka) – pozostając w dialogu z hermeneutyką obiektywną – nie tylko rekonstruuje to, co zostało powiedziane, lecz także stawia hipotezy dotyczące „niepodjętych alternatyw” i strukturalnych uwarunkowań dokonywanych wyborów (Schütze, 2012, s. 133–134). Umożliwia to sekwencja jasno określonych kroków analitycznych, realizowanych w ściśle określonej kolejności.

Pierwszym z nich jest stwierdzenie autentycznej spontaniczności narracji badanego. Z puli dziesięciu rozmów przeprowadzonych w ramach niniejszego badania dwie nie spełniły warunków metodologicznych i zostały wyłączone z dalszej analizy. Wywiad nr 1 odrzucono ze względu na ingerencję osoby trzeciej, która w zauważalny sposób zaburzyła swobodę wypowiedzi i gotowość badanego do dzielenia się intymnymi wspomnieniami. Wywiad nr 8 wycofano z próby ze względów etycznych. W trakcie prowadzenia narracji zaobserwowano u badanego silne reakcje emocjonalne związane z przywoływaniem trudnych doświadczeń. W trosce o dobrostan rozmówcy podjęto decyzję o rezygnacji z pogłębiania wątków i płynnym przejściu do fazy końcowej. Ostatecznej analizie poddano zatem 8 transkrypcji.

Właściwa praca analityczna rozpoczyna się od formalnej analizy tekstu. Polega na ustaleniu schematu komunikacyjnego wywiadu (wyłonienie fragmentów narracyjnych, opisowych i argumentacyjnych) oraz określeniu ustępów narracji badanego (konkretnie: komentarzy teoretycznych, konstrukcji w tle, przesłonieć, autoargumentacji i kodu). Czynności te wykonano manualnie, nanosząc rozbudowany system oflagowań bezpośrednio na wydruki transkrypcji.

Kolejnym krokiem jest stworzenie strukturalnego opisu tekstu każdego przypadku, czyli wyróżnienie w narracji takich struktur procesowych jak biograficzne schematy działania (momenty aktywnego kształtowania własnego życia), trajektorie cierpienia (momenty biernego kształtowania życia wywołane silnymi doświadczeniami) czy metamorfozy (momenty przemiany tożsamości). W tej części uzyskano obszerny materiał interpretacyjny, który stał się podstawą dla finalnego etapu – abstrakcji analitycznej. Polega ona na oderwaniu się od jednostkowych przypadków i zestawieniu narracji w celu poszukiwania powtarzalnych wzorców procesowych.

Wyniki

Analiza zgromadzonego materiału empirycznego pozwoliła na wyłonienie wspólnych dla badanych wzorców biograficznych. Ze względu na specyfikę obranej metody badawczej generującej niezwykle obszerny materiał (obejmujący między innymi szczegółowe opisy strukturalne każdego z przypadków) w niniejszym tekście zaprezentowana zostanie wyłącznie finalna synteza w postaci abstrakcji analitycznej skoncentrowanej na najważniejszych strukturach procesowych.

Biograficzne korzenie postawy: trajektoria cierpienia

Projekt badawczy zakładał eksplorację procesu formowania się tożsamości antynatalistycznej bez założeń dotyczących kondycji życiowej rozmówców przyjętych *a priori*. Mimo to we wszystkich zgromadzonych narracjach na pierwszy plan spontanicznie wysunął się silny motyw trudnych doświadczeń biograficznych. Rozmówcy, poproszeni o swobodne opowiedzenie historii swojego życia, bez ingerencji z zewnątrz układali swoje wypowiedzi wokół doznanego cierpienia.

Porównanie danych pod względem strukturalnym pozwoliło wyciągnąć kluczowy wniosek – w każdej z badanych narracji wyróżnić można trajektorie, które stworzyły podłoże dla późniejszej krystalizacji postawy antynatalistycznej. Wspólnym mianownikiem analizowanych biogramów jest przede wszystkim konstruowanie przez badanych opowieści o trudnym dzieciństwie. Narratorzy najczęściej przywoływali wspomnienia dorastania w rodzinach zmagających się z niestabilnością finansową, konfliktami lub uzależnieniami. Tradycyjny proces wychowawczy był w tych historiach zaburzony – rolę opiekunów często przejmowały osoby inne niż rodzice biologiczni (na przykład dziadkowie) lub opieka ta nie była zapewniana w sposób należyty przez żadnego z rodziców.

W przypadku Narratora 2 początków pesymistycznej wizji świata można doszukiwać się w okolicach jego 10. urodzin, kiedy to śmierć matki okazała

się momentem inicjującym trajektorię cierpienia. Ojciec nie był w stanie zaspokoić potrzeb emocjonalnych dziecka, co skutkowało koniecznością podjęcia psychoterapii w bardzo wczesnym wieku. Badany wspomina, że przyjął wówczas postawę mizoginiczną, a świat zaczął postrzegać jako miejsce powodujące wyłącznie ból. Proces ten pogłębił się, gdy Narrator 2 miał 16 lat i stracił wiarę w Boga. Narrator przyznaje, że to utrzymujące się od dzieciństwa poczucie pustki doprowadziło go w dorosłości do refleksji o bezsensowności ludzkiego istnienia.

Równie silne doświadczenie odrzucenia i braku wpływu na własny los pojawia się u Narratora 3, który został oddany do adopcji w pierwszych tygodniach życia. Drugim bolesnym wydarzeniem strukturyzującym jego biografię była silnie przeżywana ciąża kobiety, w której platonicznie się zakochał. Ta sytuacja wywołała u niego poczucie niezrozumienia i głębokiej niezgody na rzeczywistość, w której – niezależnie od woli jednostki – przytrafiają się rzeczy przynoszące jej cierpienie.

W narracjach kobiet (Narratorki 4, 5, 6 i 7) wyraźnie rysuje się schemat dysfunkcyjnego domu rodzinnego. Narratorka 4, wychowywana głównie przez dziadków, określa własną rodzinę mianem „toksycznej”, a dzieciństwo wprost nazywa traumą. W jej biografii trajektoria cierpienia obejmuje rozpad małżeństwa rodziców, późniejsze problemy finansowe oraz pogłębiającą się depresję i nałogi, wymagające psycho- i farmakoterapii. Podobny obraz wyłania się z opowieści Narratorki 5, dla której dzieciństwo naznaczone przemocą było okresem „największego cierpienia”. Skutkowało to w późniejszych latach nawracającą depresją, próbą samobójczą oraz licznymi hospitalizacjami psychiatrycznymi. Obecnie badana posiada diagnozę PTSD oraz zaburzeń osobowości typu borderline.

Również Narratorka 6 i Narratorka 7 podkreślały cienie dzieciństwa: problem alkoholowy rodziców, burzliwe kłótnie i biedę, co zmuszało je do szukania schronienia u dziadków. W przypadku Narratorki 7 trajektoria ta przedłużyła się na okres wczesnej dorosłości, co wiązało się z trudnościami ekonomicznymi, bezrobociem po studiach oraz własnymi zmaganiem z chorobą alkoholową.

Poczucie bycia ofiarą niesprzyjających okoliczności rodzinnych jest silne także u pozostałych badanych. Narrator 9 stwierdził gorzko, że jego rodzina „była obarczona wszelkimi wadami, którymi tylko można by obarczyć rodzinę”. W ciasnym mieszkaniu dzielonym z babcią był świadkiem ciągłych kłótni i doświadczał krytyki ze strony ojca, a w szkole – wyobcowania rówieśniczego. Dodatkowymi ciężarami były dla niego konieczność uczestniczenia w wychowaniu znacznie młodszego brata oraz przeżycie śmierci obojga rodziców. Z kolei Narrator 10 wskazuje na trajektorię wyznaczoną przez rozstanie rodziców, emocjonalną nieobecność zapracowanej matki (co wymusiło opiekę ze strony krewnej) oraz doświadczenie nękania w szkole podstawowej.

W momencie przeprowadzania wywiadu był w trakcie diagnozowania u siebie zaburzeń osobowości.

Analiza tych przypadków pokazuje, że u podłoża antynatalizmu badanych leży głębokie biograficzne doświadczenie świata jako miejsca wrogiego lub chaotycznego, nad którym jednostka nie ma kontroli. Warto przy tym zaznaczyć, że badani w swoich opowieściach nie definiowali owego wczesnego cierpienia wyłącznie przez pryzmat obiektywnie trudnych zdarzeń zewnętrznych czy opisanych wyżej dysfunkcji środowiskowych. Zjawiskiem istotnym była ich zdaniem wysoka wrażliwość – na bodźce czy na sytuacje życia codziennego – oraz towarzyszące jej niezrozumienie ze strony otoczenia, rodzące dojmujące poczucie egzystencjalnego niedopasowania. Cechę tę można uznać za jeden z czynników sprzyjających krystalizacji postawy antynatalistycznej w analizowanym materiale. Motyw specyficznej, obciążającej wrażliwości pojawił się bezpośrednio w spontanicznych narracjach aż u 7 z 8 badanych (N2, N4, N5, N6, N7, N9, N10). Co więcej, z samej analizy materiału – w tym struktury schematów komunikacyjnych i dynamiki ustępów narracyjnych – jasno wynika, że owa cecha w sposób fundamentalny organizowała wczesne doświadczenie świata przez badanych. Przykładowo jedna z tych osób wspomina:

Byłam całkiem dziwnym dzieckiem, bardzo dużo płakałam i potrafiłam wpaść w ogromną rozpacz i nikt mnie nie mógł uspokoić. (...) Najmniejsza rzecz potrafiła mnie wyprowadzić z równowagi. Później zaczynałam tak dramatycznie myśleć. (...) Pamiętam to jako coś negatywnego. [Słyszałam, że jestem – H. G. Ż.] przewrażliwiona. (Narratorka 6)

Zapytana o źródła tego stanu, badana kwituje krótko: „Już się taka urodziłam. (...) Świat mi się po prostu nie podobał”. Z kolei inny badany przyznaje: „Ja już jako mały wiedziałem, że dużo złych rzeczy się dzieje na planecie (...) W ogóle za dużo ludzi jest na ziemi” (Narrator 2).

Analiza narracji wskazuje, że to właśnie owo wczesne doświadczenie braku kontroli (trajektoria cierpienia) i wspominana przez badanych ich wysoka wrażliwość mogły stwarzać podatny grunt dla późniejszych poszukiwań radykalnego, intelektualnego sensu. Osobiste doświadczenia Narratorów rezonują tu z kluczowym założeniem samego antynatalizmu: „Negatywnych przeżyć człowieka nie da się zneutralizować przeżyciami pozytywnymi, bo pozostają niezatartą, choć często wypartą częścią indywidualnej biografii. Traумы odciskają piętno” (Akerma, 2000).

Trzeba w tym miejscu zasygnalizować, że wniosek o powiązaniu wczesnego doświadczenia cierpienia z późniejszym przyjęciem postawy antynatalistycznej wypływa bezpośrednio z analizy narracji badanych osób. Należy mieć na względzie, że opowieść biograficzna rzadko stanowi dosłowne odzwierciedlenie faktów; ukazuje ona raczej subiektywne przeżycie minionych zdarzeń oraz wiążące się z nimi emocje (tzw. relację między powierzchnią wywiadu a jego

głębią – por. Stachowiak, 2025). Zwłaszcza w przypadku osób urodzonych po 1980 roku (Waniek, 2023, 2025) narracje te coraz częściej koncentrują się wokół dobrostanu emocjonalnego i zdrowia psychicznego, czyniąc z nich centralny element doświadczenia biograficznego. Dzieje się tak w dużej mierze pod wpływem kultury terapeutycznej, która dostarczyła nie tylko nowego słownika do opisu świata, lecz także użytecznych narzędzi do jego tłumaczenia i rozumienia. Dyskurs terapeutyczny jest dziś wszechobecny i dominujący – funkcjonuje wręcz jako świecka religia naszych czasów (Graff, 2024). Wyznacza on sposób doświadczania życiowych wydarzeń, a co za tym idzie – relacjonowania ich, również w wywiadzie autobiograficznym (Waniek, 2025).

Spostrzeżenia te doskonale korespondują z diagnozą Evy Illouz (2010), która przekonuje, że we współczesnej kulturze tożsamość jednostki jest w dużej mierze organizowana wokół „pamięci cierpienia”, a przeszłe urazy stają się główną osią narracyjną ludzkiej biografii. To zapośredniczenie przez kulturę terapeutyczną może tłumaczyć tak silne nasycenie opowieści badanych wątkami cierpienia. Nie unieważnia to jednak ciężaru przeżytych traum, lecz pozwala wyartykułować je w sposób zrozumiały i możliwy do zdekodowania dla odbiorcy usocjalizowanego w tej samej kulturze terapeutycznej. Niezależnie od wpływu owego dyskursu spontaniczne powiązanie przez wszystkich badanych trudnych doświadczeń życiowych z krystalizacją postawy antynatalistycznej pozostaje głównym wnioskiem z niniejszego badania, który bezwzględnie należy odnotować.

Od bólu do idei: procesualna zmiana i rekonstrukcja świata

Analiza materiału pokazuje, że formowanie się tożsamości antynatalistycznej u każdego z rozmówców miało charakter procesualny. Nie był to jednorazowy akt wyboru, lecz długotrwała przemiana, trwająca niekiedy kilkanaście lat. Zapoczątkowana omówioną wyżej trajektorią cierpienia, a następnie umacniana kolejnymi doświadczeniami biograficznymi, doprowadziła do wykształcenia krytycznego, głęboko pesymistycznego oglądu rzeczywistości.

Dla wielu badanych kluczowym etapem tej ewolucji było wyjście poza własne cierpienie i dostrzeżenie go w szerszym kontekście społecznym. Jedna z osób wspomina:

Najpierw myślałem o samej kobiecie, która cierpi (...) ale nie tylko kobieta jako matka cierpi, ale również mąż, rodzina i inni, tak, na świecie. (...) W pewnym sensie antynatalizm rozszerzył (...) moje patrzenie, że to nie jest tylko cierpienie jednej osoby, ale też wielu osób. (Narrator 3)

Z zebranych narracji wynika, że momentem zwrotnym w analizowanych biografiach było nie tyle dostrzeżenie strukturalnych i globalnych oblicz cierpienia,

co wypracowanie mechanizmu przekuwania własnego bólu w troskę etyczną o innych. Dlatego też, gdy spytano jedną z rozmówczyń, Narratorkę 6, skąd u osoby mającej kontakt z najmłodszymi wzięła się tak radykalna postawa odmowna, odpowiedziała bez wahania: „bo właśnie lubię dzieci”. Doskonałym przykładem takiego systemowego „rozszerzenia patrzenia” jest też biografia Narratorki 7, u której antynatalistyczne intuicje pojawiły się już w szkole podstawowej jako – zdaniem samej badanej – reakcja na trudną sytuację domową. W liceum jej poglądy zyskały podbudowę ekologiczną (refleksja nad niszczącym wpływem człowieka na planetę), a studia pedagogiczne i praca w zawodzie arteterapeutki dostarczyły jej ostatecznych argumentów empirycznych. Obserwacja dysfunkcyjnych rodzin w pracy zawodowej stała się dla niej dowodem na słuszność przyjętej postawy:

podczas pracy pięknie widać przykłady, że te dzieciaki, może to zabrzmi trochę okrutnie, ale nie są potrzebne, po prostu nie. Że bez nich to życie byłoby łatwiejsze dla tych ludzi. [milczenie – H. G. Ż.] i jakby dalej to, co robię, to wszystko we mnie buduje to ten pogląd... za antynatalizmem. (Narratorka 7)

Wszyscy badani wskazywali, że na pewnym etapie zaczęli postrzegać codzienność w nowy sposób – poprzez pryzmat sceptycyzmu i „podawania w wątpliwość” zastanych norm kulturowych. To swoiste pęknięcie w dotychczasowym oglądzie świata nierozzerwalnie łączyło się z poczuciem egzystencjalnej pustki i fatalizmu. Przyjmowany wcześniej ład aksjologiczny ulegał dekonstrukcji, a rzeczywistość zaczynała jawić się w kategoriach, jak określił to jeden z badanych, „błédnego koła”. Z perspektywy antynatalistycznej dekonstrukcja ta uderza w sam fundament pronatalistycznego przekonania o bezwarunkowej wartości narodzin. Jak argumentuje Karim Akerma: „zanim dziecko żyło, to nie istniało, aby można mu było podarować życie. (...) ale gdy dziecko jest, prędko obciąża się je ciężarem istnienia” (Akerma, 2000). Ten ciężar doskonale ilustruje wypowiedź Narratora 2:

Rodzimy się, umieramy i po co się rodzimy, skoro i tak umrzemy? (...) Ktoś miał taką zachciankę (...). No i ktoś musi się urodzić, przeżyć całe życie, przemęczyć się, mieć swoje rzeczy i na końcu też umrzesz. No to jest taki ciąg, który nie ma sensu. (Narrator 2)

Poczucie bezsensu i konieczności „przemęczenia się” mogło stwarzać potrzebę odzyskania sprawczości oraz intelektualnej rekonstrukcji światopoglądu. Co znamienne, badani nie traktowali ucieczki w antynatalizm w kategoriach emocjonalnych czy wyznaniowych, lecz dążyli do jego racjonalizacji, przyjmując postawę bliską scjentystycznej. Szukali „naukowych dowodów” i logicznych argumentów, które pozwoliłyby im nazwać i uporządkować rodzące się intuicje. Ilustracją tego procesu jest wypowiedź Narratora 10, dla którego antynatalizm jest wynikiem krytycznego myślenia i zapoznawania się z tekstami kultury:

Więc warto czytać i warto, no, w ogóle poddawać wiele rzeczy krytyce, zastanawiać się nad determinizmem środowiska. (...) Właśnie być sceptykiem. No i ja takim sceptykiem jestem, wiele rzeczy poddaję w wątpliwość, czytam, podważam i każdemu to polecam. Stąd też się narodził ten mój antynatalizm. (Narrator 10)

U tego samego badanego impulsem do krystalizacji postawy była również literatura i refleksja historyczna:

na pewno ta lekcja (...) o ten barok, prawda, gdzie w tym baroku, mówię, wojny się przetaczają. Eee, też to marność nad marnościami, wszystko marność. Te odwołania, ta Księga Koheleta, Hiob... Hmm, no takie tematy mocno gdzieś tam egzystencjalne no, to wtedy chyba ta myśl się zrodziła. (Narrator 10)

Podobną ścieżkę intelektualizacji przeszedł Narrator 9. W jego przypadku ewolucja poglądów ściśle wiązała się z edukacją i zdobywaniem wiedzy z zakresu nauk społecznych. Antynatalizm jawi mu się jako wyższy stopień świadomości, „odrobiona lekcja”, którą inni mają wciąż przed sobą:

Kiedy patrzę z perspektywy na swoje poglądy (...) to wiem, że przeszedłem długą drogę i że moje poglądy ewoluowały. (...) Uważam, że moja świadomość w wielu kwestiach jest większa, niż była wtedy, i to jakby rozumiem, że dużo osób jest jeszcze na tym wcześniejszym etapie (...). No dowiedziałem się, yyy, albo czytając jakieś jakieś artykuły naukowe, albo po prostu rozmawiając z ludźmi, którzy... których argumentacja mnie przekonala. (Narrator 9)

Najważniejszym momentem procesu biograficznego dla wszystkich badanych było odkrycie samego terminu „antynatalizm”. Co istotne, przyjęcie przekonania o negatywnej wartości prokreacji zazwyczaj następowało, zanim badani poznali to pojęcie. Chwila natrafienia na definicję (w Internecie, literaturze) była przełomem, który przynosił im ulgę i poczucie przynależności („nie jestem sam”, „nie jestem wariatem”). Działał jak klucz do zrozumienia własnej tożsamości.

Rozkładało się to tak przez bardzo wiele lat. Jeden czynnik teraz, jeden czynnik później... Ale sfinalizował mi to właśnie ten film na YouTube [o antynatalizmie – H. G. Ż.] (...) i tak myślę „no kurde, to jest wszystko to, o czym myślałem, tak? No wszystko w jednym miejscu”. (Narrator 2)

Dla Narratorki 4 znalezienie odpowiedniej literatury i grup internetowych było formą terapii pozwalającej zaakceptować własne wybory życiowe:

I książki o życiu bez dzieci (...) to mi bardzo pomagało w procesie zaakceptowania tego, że ja tych dzieci nie chcę i że to nie jest koniec świata. (...) dzięki znalezieniu sobie właśnie takich głosów czułam się wsparta i jednocześnie no, że nie byłam samotna (...). Zapffe i potem dalej wszystkie nazwiska (...) dały mi właśnie to poczucie takiego bezpieczeństwa i takie poczucie, że okej, ja wiem o czym mówię. (Narratorka 4)

Dla części badanych moment krystalizacji tożsamości miał charakter niemal metafizyczny. Antynatalizm stał się nową osią konstrukcyjną ich życia, wspierającą odbudowę sensu po jego wcześniejszej utracie. Narratorka 4 wprost nazywa antynatalizm „rodzajem świętości”, Narratorka 6 – „fanatyzmem”, a Narrator 10 definiuje siebie przede wszystkim przez pryzmat tej idei, spychając na dalszy plan nawet kwestie płci:

(...) z mojej perspektywy to nie jest znowu aż tak kwestia [płeć – H. G. Ż.]... Znaczy po pierwsze właśnie bym powiedział antynatalista radykalny, prawda, przeciwnik krzywdy ludzkiej (...). Mówię o tym otwarcie, mówię o tej refleksji. (...) czymś, co powtarzam jak mantrę, to jest antynatalizm. (Narrator 10)

W ten sposób antynatalizm, wyrastający z biograficznego bólu, jawi się badanym jako kompletny system porządkujący świat i nadający sens ich egzystencji.

My i Oni: codzienne oblicze antynatalizmu

Analiza narracji ujawnia, że przyjęcie perspektywy antynatalistycznej wywiera głęboki wpływ na funkcjonowanie społeczne badanych, co redefiniuje ich relacje z otoczeniem. Głównym rysem, który w tym kontekście wyłania się z materiału empirycznego, jest silna dychotomia między grupą własną („My” – antynataliści) a resztą społeczeństwa („Oni” – pronataliści). Zmaganie się z brakiem zrozumienia lub tendencyjnym upraszczaniem światopoglądu badanych – który w dominującym dyskursie nierzadko jest deprecjonowany i sprowadzany do miana zwykłej „fanaberii” (Wileczek, 2018) – skutkuje u nich poczuciem alienacji i osamotnienia.

Każdy z rozmówców ma świadomość, że jego poglądy stanowią margines statystyczny, co rodzi dojmujące poczucie niedopasowania. Narratorka 5 stwierdza wprost, że „czuje się niezrozumiana”, gdyż jej wartości „idą na przekór miażdżącej części społeczeństwa”. Z kolei Narratorka 4 podkreśla chroniczne poczucie samotności i trudność w znalezieniu nici porozumienia ze znajomymi, co prowadzi do społecznego wycofania.

W relacjach z osobami o odmiennych poglądach (pronatalistami) badani przyjmują różne strategie adaptacyjne. Część z nich, jak Narratorka 6, wybiera postawę tolerancji i akceptacji odmienności: „Nie mam problemu, że ktoś chce mieć dwunastkę dzieci. Znaczy, no mam z tym problem [śmiech], ale no nie zmienię wszystkich ludzi. [...] to ich decyzja” (Narratorka 6).

Inni stawiają jednak wyraźne granice, postrzegając rodzicielstwo jako cechę dyskwalifikującą w bliskich relacjach. Narrator 3 przyznaje, że antynatalizm „zawęża krąg ludzi, z którymi chciałby się przyjaźnić”, gdyż nie potrafiłby zbudować głębokiej więzi z osobą afirmującą rozmnażanie. Dotyczy to zwłaszcza relacji romantycznych:

Gdy będę miał kobietę, to będzie musiała ona zaakceptować fakt, iż tym antynatalistą jestem. Jeśli spotkałbym kobietę, która na przykład od początku mówiłaby, że jest natalistką i chciałaby dzieci (...) to nie wykluczam faktu, iż ta kobieta byłaby dla mnie skreślona. (Narrator 3)

Jeszcze bardziej radykalne stanowisko prezentuje Narratorka 5, która deklaruje wykluczenie z grona przyjaciół każdego, kto zdecydował się na potomstwo, argumentując to drastycznym stwierdzeniem, że „ludzie, którzy mają dzieci, cofają się w rozwoju”.

Warto jednak zauważyć, że ta niechęć do „Onych” nie zawsze ma charakter ofensywny; często jest mechanizmem obrony przed stygmatyzacją. Badani obawiają się agresji słownej, a nawet fizycznej. Narrator 3 unika otwartego deklarowania swoich poglądów z lęku przed „hejtem” lub pobiciem. Przywołuje on stereotypy funkcjonujące w swoim otoczeniu, według których antynataliści to „wielcy egoiści” oraz osoby „siejące nienawiść”, które „najchętniej zabijałyby dzieci”. Podobne doświadczenia ma Narratorka 6, której znajomi określają antynatalistów mianem „psychicznych”.

Nieustanne odczuwanie zagrożenia i niezrozumienia powoduje u badanych specyficzny rodzaj poczucia winy i przymus ciągłego tłumaczenia się ze swoich wyborów życiowych. Prowadzi to do obniżenia poczucia własnej wartości i internalizacji społecznego odrzucenia, co obrazuje wyznanie Narratorki 4:

Wiesz, ja za każdym razem, kiedy mówię o swoim antynatalizmie, to muszę za to prawie że przeproszać, a na pewno muszę tłumaczyć, że nic mi do tego, w jaki sposób ty prowadzisz swoje życie i ja się w to nie będę wpierdalać (...) i przez to ... ja się czasami sama, sama, sama siebie określam mianem czarownicy. (Narratorka 4)

Antynatalizm staje się również źródłem dylematów moralnych w relacjach rodzinnych. Ta sama Narratorka opisuje ból związany z niemożnością spełnienia oczekiwań bliskich, w tym własnej teściowej:

[O własnej teściowej – H. G. Ż.] *autentycznie martwię się, że tą swoją decyzją sprawię jej wielką krzywdę i przykrość. (...) bo pewnie wymarzyła sobie swoje życie inaczej, i że będzie babcią, i to jest dla niej ważne. Przy czym no ja nie jestem też od spełniania jej marzeń do końca, nie. Eee i potrafię oczywiście sobie to jakby... powiedzieć, a to nie zmienia faktu, że... ciężko.* (Narratorka 4)

W obliczu odrzucenia w świecie realnym badani poszukują zrozumienia w grupie tożsamościowej („my”). Przestrzenią, która umożliwia budowanie takich więzi, jest Internet. Wszyscy badani są członkami wirtualnych społeczności antynatalistycznych, które pełnią funkcję grupy wsparcia. Dzięki nim odzyskują poczucie sprawstwa i otrzymują walidację swoich poglądów. Narrator 2 wskazuje, że grupy na Facebooku dają mu „większe zrozumienie”, a Narratorka 5 dodaje, że niwelują one dojmujące poczucie osamotnienia.

Ostatecznie – mimo kosztów społecznych – przynależność do wspólnoty antynatalistycznej jest postrzegana jako wartość dodana. Jak konkluduje Narrator 3, bilans zysków i strat w relacjach międzyludzkich może być dodatni: „nawet jeśli straciłbym pewne osoby w związku z tym, że jest antynatalistą, to z drugiej strony ja mogę zyskać, może nawet jeszcze więcej osób, w związku z tym, że tym antynatalistą się stałem” (Narrator 3).

Dyskusja

Przeprowadzone badania dowodzą, że w przypadku analizowanej grupy antynatalizm nie jest jedynie prostym przyjęciem zestawu poglądów, lecz tożsamością formującą się stopniowo w toku procesu biograficznego. Analiza materiału empirycznego pozwala stwierdzić, że u podstaw tego światopoglądu mogą leżeć sekwencje trudnych doświadczeń, które malują obraz rzeczywistości – w perspektywie samych narratorów – jako wrogiej, chaotycznej i wywołującej nieuchronne cierpienie. To właśnie ta pesymistyczna optyka staje się podłożem dla późniejszej krystalizacji postawy antynatalistycznej. Jednocześnie nie oznacza to, że antynatalizm jest prostą pochodną cierpienia ani że da się go wyjaśnić wyłącznie kondycją psychiczną jednostki. Materiał sygnalizuje raczej mechanizm łączenia afektywnych doświadczeń biograficznych z dostępnymi zasobami interpretacyjnymi, co umożliwia przekształcenie przeżyć w stanowisko etyczne. Innymi słowy, cierpienie nie „produkuje” antynatalizmu automatycznie, ale może stać się jednym z warunków sprzyjających wejściu w określone uniwersum symboliczne.

Dzięki tym результатам można doprecyzować obraz wyłaniający się z dotychczasowych badań ilościowych. O ile Philipp Schönegger (2021) wykazał istnienie korelacji między nastrojem depresyjnym a poglądami antynatalistycznymi (co współbrzmi z pesymistyczną optyką narracji analizowanych w ramach niniejszej pracy), o tyle polskie badania zespołu Karugi (2022) przynoszą rezultaty bardziej niejednoznaczne. Choć badacze ci wymieniają czynniki związane ze zdrowiem psychicznym wśród przyczyn antynatalistycznych postaw, to nie odnotowali istotnych statystycznie różnic w natężeniu lęku i depresji, które pozwalałyby wyraźnie oddzielić antynatalistów od pronatalistów – wskazują raczej na rolę obaw klimatycznych czy lęku o cierpienie dziecka. Rozbieżność tę można wyjaśnić, sięgając po analizę biograficzną. Przeprowadzona analiza sugeruje, że czynnikiem decydującym nie jest samo występowanie doświadczeń lękowo-depresyjnych (które mogą być udziałem szerokiej populacji), lecz specyfika ich biograficznego przepracowania. U badanych doświadczenie cierpienia zostało osadzone w określonych ramach interpretacyjnych, obejmujących konkretną wrażliwość i zasoby poznawcze. Umożliwiły one przekształcenie

indywidualnego bólu w spójny system etyczny, różniący się od interpretacji nadawanych podobnym doświadczeniom w innych ramach znaczeniowych.

Doświadczenia wspomniane przez badanych (konflikty rodziców, bieda, choroby czy porażki w relacjach) można odczytać w kategoriach biograficznych trajektorii cierpienia w ujęciu Fritza Schützego. Są to momenty załamania, które przerywają intencjonalne schematy działania jednostki, pozbawiając ją sprawczości i burząc dotychczasowy ład aksjologiczny. W świetle tej teorii przyjęcie postawy antynatalistycznej jawi się nie jako akt destrukcji, lecz jako metamorfoza – twórcza przemiana tożsamości, otwierająca nową linię rozwoju biograficznego. Antynatalizm staje się narzędziem odzyskiwania kontroli nad własnym losem.

Kluczowe jest w tym procesie przepracowanie trajektorii, co znajduje uzasadnienie w fenomenologii społecznej Alfreda Schütza (będącej inspiracją dla metody biograficznej). Zgodnie z tą koncepcją sens nie jest immanentną cechą samego przeżycia (które w trakcie trwania może być chaotyczne), lecz powstaje wtórnie – w toku retrospektywnej refleksji (*modo praeterito*). Narratorzy, opowiadając o swoim cierpieniu przez pryzmat antynatalizmu, dokonują aktu nadania sensu temu, co wcześniej było tylko bezradnym trwaniem w bólu.

Ów mechanizm sensotwórczy widoczny jest w dążeniu badanych do intelektualnej rekonstrukcji światopoglądu. Pęknięcie w dotychczasowym postrzeganiu świata rodziło potrzebę racjonalizacji własnej przemiany, co objawiało się poszukiwaniem „naukowych dowodów” i logicznych argumentów. Odkrycie terminu „antynatalizm” działało jak swoista eureka – moment iluminacji pozwalający nazwać i uporządkować rodzące się intuicje.

W tym kontekście antynatalizm może pełnić funkcję uniwersum symbolicznego w rozumieniu Petera L. Bergera i Thomasa Luckmanna. Jest to całościowy system znaczeń, który dostarcza narzędzi do legitymizacji doznanego cierpienia i integruje biografię jednostki. Dla większości badanych antynatalizm stał się bowiem nową osią konstrukcyjną życia, wypełniającą egzystencjalną pustkę – co potwierdzają określenia takie jak „mantra” czy „świętość”, które pojawiają się w narracjach.

Podobnie jak w przypadku innych uniwersów symbolicznych antynataliści dążą do tworzenia wspólnoty. Współczesne przestrzenie wymiany myśli koncentrują się głównie w sferze wirtualnej, co z jednej strony wpisuje się w globalne trendy cyfryzacji dyskursu, a z drugiej – tworzy konieczny pomost komunikacyjny dla rozproszonej terytorialnie mniejszości. Praktyki dyskursywne w takich grupach (na przykładzie Facebooka) analizowała niedawno Weronika Żybura (2025). Na łamach „Studiów Socjologicznych” badaczka wskazała, że dyskurs antynatalistyczny służy budowaniu silnego podziału „my – oni”, w którym pozycja oponentów prokreacji konstruowana jest na podstawie poczucia znaczącej przewagi moralnej, intelektualnej i klasowej.

Wnioski płynące z niniejszego badania stanowią istotne uzupełnienie perspektywy zaproponowanej przez Żyburę. Choć elitaryzm i dystynkcja są dostrzegalne w dyskursie (co potwierdza tezę o poczuciu moralnej wyższości), analiza biograficzna ujawnia ich głęboko defensywny charakter. Pozycja wyższości nie wynika tu z arogancji silniejszego, lecz jest strategią przetrwania grupy marginalizowanej. Z przeprowadzonych rozmów wyłania się obraz dojmującego egzystencjalnego osamotnienia badanych w świecie realnym. Codziennosc antynatalisty naznaczona jest koniecznością ciągłego tłumaczenia się, poczuciem winy wobec bliskich oraz stygmatyzacją, spychającą jednostkę do roli „innego” czy wręcz – jak metaforycznie ujęła to jedna z Narratorek – „czarownicy” zmuszonej do ukrywania swojej tożsamości.

W analizowanych narracjach ofensywna postawa wobec pronatalistów w sieci jawi się jako reakcja na prawdziwą wrogość świata zewnętrznego. Badani w wywiadach przywoływali konkretne doświadczenia agresji: od inwektyw i bycia określanym mianem „psychicznych”, przez życzenia śmierci, aż po rzeczywiste obawy przed przemocą fizyczną (pobicie). W tym kontekście wirtualne uniwersum symboliczne staje się czymś więcej niż tylko miejscem dyskusji. Jest bezpiecznym azylem („bunkrem”), w którym badani mogą zaspokoić podstawowy głód akceptacji i „opuścić gardę”.

Specyfika funkcjonowania baniek w mediach społecznościowych mogłaby sugerować, że przyjmowanie radykalnych postaw (jak antynatalizm) jest jedynie performatywnym nadawaniem sobie wyrazistej etykiety służącej antagonizacji i budowaniu wirtualnej wspólnoty. Przeprowadzona analiza biograficzna stanowczo przeczy jednak takiemu spłyceciu. Zgromadzony materiał dowodzi, że dla rozmówców antynatalizm nie jest powierzchowną, cyfrową pozą, lecz głęboko zinternalizowaną identyfikacją zakorzenioną w prawdziwych, nierzadko dramatycznych doświadczeniach życiowych. Z kolei ucieczka w wirtualność i budowanie radykalnego podziału „my – oni” to w istocie mechanizm ratunkowy, pozwalający zniwelować lęk i odzyskać poczucie godności w świecie, który postrzegany jest jako fundamentalnie opresyjny.

Przyjęcie takiej perspektywy rozumiejącej rzuca nowe światło na środowisko antynatalistyczne. Poszerzenie dyskursu naukowego – koncentrującego się dotąd często na kontrowersyjnych i wojowniczych postawach tej grupy – o głębszy, biograficzny i defensywny kontekst może stanowić punkt wyjścia do bardziej zniuansowanego opisu i interpretacji tego zjawiska.

Wnioski

Zaprezentowana tutaj analiza biograficzna proponuje redefinicję antynatalizmu w perspektywie socjologicznej. Wyniki wskazują, że nie musi być on traktowany jedynie jako zestaw argumentów etycznych, lecz przede wszystkim jako biograficzna strategia radzenia sobie z cierpieniem. Kluczowym ustaleniem niniejszego artykułu jest uchwycenie adaptacyjnej i sensotwórczej funkcji antynatalizmu, który poprzez narrację i późniejszą intelektualizację afektów umożliwia badanym symboliczne odzyskanie sprawczości w sytuacji chaosu egzystencjalnego. Ujęcie to pozwala zarazem uzupełnić wciąż wąski nurt badań empirycznych nad antynatalizmem dzięki przesunięciu punktu ciężkości z identyfikacji korelatów postaw na rekonstrukcję procesów biograficznych, w których stanowisko to stopniowo się formuje.

Z socjologicznego punktu widzenia relewantna jest również dekonstrukcja stereotypu antynatalisty jako agresywnego napastnika. Ujawniony w toku analizy defensywny charakter tej tożsamości sugeruje, że obserwowany radykalizm poglądów nie musi być wyłącznie przejawem agresji *per se*, lecz mechanizmem ochrony kruchej konstrukcji sensu przed szerokim niezrozumieniem i społeczną stygmatyzacją.

Należy jednak zaznaczyć ograniczenia przedstawianego tu projektu. Analiza miała charakter wyłącznie jakościowy i opierała się na próbie rekrutowanej w środowisku wirtualnym, co sprzyja nadreprezentacji osób silnie identyfikujących się z badaną postawą i aktywnych w sieci. Ponadto ze względu na specyfikę metody biograficznej – czasochłonnej i dostarczającej niezwykle obszerne materiały analityczne – grupa badawcza została zawężona do 10 osób, co stanowi wartość niższą niż w przypadku tradycyjnych wywiadów pogłębionych i uniemożliwia statystyczną generalizację wyników.

Zarysowane w pracy rezultaty otwierają istotne kierunki dalszych badań. Zasadne wydaje się przeprowadzenie weryfikujących badań ilościowych na reprezentatywnej próbie. Pozwoliłoby to nie tylko oszacować rzeczywistą skalę zjawiska, ale przede wszystkim sprawdzić, w jakim stopniu zrekonstruowane w niniejszym badaniu jakościowym mechanizmy biograficzne (jak choćby rola wczesnych trajektorii cierpienia czy specyficznej wrażliwości) mają charakter uniwersalny i statystycznie istotny w szerszej populacji. Co więcej, badania bazujące na większej próbie umożliwiłyby weryfikację wyników z uwzględnieniem kategorii płci. Choć w prezentowanej analizie jakościowej płeć nie okazała się czynnikiem znacznie różnicującym trajektorie prowadzące do przyjęcia tożsamości antynatalistycznej, systematyczne zbadanie ewentualnych różnic międzypłciowych na poziomie populacyjnym mogłoby stanowić poznawczo obiecujący i ciekawy kierunek dalszych dociekań.

Dobrze rokującą perspektywą badawczą są także analizy podłużne (longitudinalne), sprawdzające trwałość tej tożsamości w czasie – na przykład to, czy

ewentualna poprawa dobrostanu psychicznego może prowadzić do porzucenia poglądów antynatalistycznych. Ze względu na zaobserwowaną w niniejszym badaniu silną relację między przyjętą postawą a kondycją psychiczną jednostek wskazane byłoby też sięgnięcie w przyszłych projektach po podejście interdyscyplinarne, łączące perspektywę socjologiczną i psychologiczną. Pogłębienie tych wątków mogłoby przyczynić się do bardziej zniuansowanego i empatycznego rozumienia współczesnych form sprzeciwu wobec norm prokreacyjnych i pozwoliłoby dostrzec w radykalnych postawach nie tylko bunt, lecz także złożony los człowieka.

Podziękowania

Dziękuję moim Rozmówcom za zaufanie i odwagę, by powrócić pamięcią do doświadczeń trudnych i bolesnych. Bez Waszej otwartości na wpuszczenie badacza do intymnego świata przeżyć ten tekst nigdy by nie powstał.

Bibliografia

- Akerma, K. (2000). Manifest antynatalistyczny. O etyce antynatalizmu oraz bezdzietności wśród ludzi i zwierząt (A. Bobrowicz, tłum.). http://antynatalizm.com/Manifest_antynatalistyczny_-_Karim_Akerma.pdf [dostęp: 18.04.2026].
- Benatar, D. (2006). *Better Never to Have Been: The Harm of Coming into Existence*. Oxford University Press.
- Berger, P. L. i Luckmann, T. (2010). *Społeczne tworzenie rzeczywistości. Traktat z socjologii wiedzy* (J. Niżnik, tłum.). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Brake, E. i Millum, J. (2021). Parenthood and Procreation. W: E. N. Zalta (red.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. <https://plato.stanford.edu/entries/parenthood/> [dostęp: 18.04.2026].
- Cioran, E. (1996). *O niedogodności narodzin* (I. Kania, tłum.). Oficyna Literacka.
- Florkowski, R. (2021). Pro- i antynatalizm. Spór o sens życia i sposoby ratowania planety. *Fabrica Societatis*, 4, 139–158. <https://doi.org/10.19195/142710>
- Giraud, T. de (2006). *L'art de guillotiner les procréateurs: Manifeste anti-nataliste*. Le Mort-Who-Trompe.
- Godin, Ch. (2004). *Koniec ludzkości* (Z. Pająk, tłum.). WAM.
- Graff, A. (2024). Jak ryby w wodzie. Kultura terapii i jej krytycy. *Er(r)go. Teoria – literatura – kultura*, 48, 331–349. <https://doi.org/10.31261/errgo.15035>
- Gültekin, N., Inowłocki, L., Lutz, H. (2012). Poszukiwanie i pytanie. Interpretacja wywiadu biograficznego z turecką robotnicą w Niemczech. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 277–304). Nomos.

- Helling, I. K. (1990). Metoda badań biograficznych. W: J. Włodarek, M. Ziółkowski (red.), *Metoda biograficzna w socjologii* (s. 13–37). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Illouz, E. (2010). *Zbawienie nowoczesnej duszy. Terapie, emocje i kultura samopomocy* (S. Królak, tłum.). Wydawnictwo Krytyki Politycznej.
- Jach, F. (2017). Antynatalizm jako recepta na problemy współczesności? *Hybris*, 39, 200–224. <https://doi.org/10.18778/1689-4286.39.11>
- Karuga, F. F., Szmyd, B., Petroniec, K., Walter, A., Pawełczyk, A., Sochal, M., Białasiewicz, P., Strzelecki, D., Respondek-Liberska, M., Talarowska, M. (2022). The Causes and Role of Antinatalism in Poland in the Context of Climate Change, Obstetric Care, and Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13575. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013575>
- Kaźmierska, K. (1996). Wywiad narracyjny – technika i pojęcia analityczne. W: M. Czyżewski, A. Piotrowski i A. Rokuszewska-Pawełek (red.), *Biografia a tożsamość narodowa* (s. 35–44). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Kaźmierska, K. (red.). (2012). *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów*. Nomos.
- Kaźmierska, K., Schütze, F. (2013). Wykorzystanie autobiograficznego wywiadu narracyjnego w badaniach nad konstruowaniem obrazu przeszłości w biografii. na przykładzie socjologicznego porównania narracji na temat życia w PRL-u i NRD. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 9(4), 121–139. <https://doi.org/10.18778/1733-8069.9.4.08>
- Kohli, M. (2012). Biografia: relacja, tekst, metoda. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 35–50). Nomos.
- Konecki, K. (2000). *Studia z metodologii badań jakościowych. Teoria ugruntowana*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Konecki, K. (2012a). Metodologia teorii ugruntowanej – strategia analiz i badań jakościowych. W: K. Konecki, P. Chomczyński (red.), *Słownik socjologii jakościowej* (s. 176–181). Difin.
- Konecki, K. (2012b). Wywiad narracyjny. W: K. Konecki, P. Chomczyński (red.), *Słownik socjologii jakościowej* (s. 329–331). Difin.
- Lofland, J., Snow, D., Anderson, L., Lofland, L. H. (2009). *Analiza układów społecznych. Przewodnik metodologiczny po badaniach jakościowych* (A. Kordasiewicz i in., tłum.). Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Misiuna, B. (2007). *Filozofie afirmacji*. Wydawnictwo Naukowe Semper.
- Polskie Towarzystwo Socjologiczne. (2012, 25 marca). Kodeks etyki socjologa, <http://pts.org.pl/wp-content/uploads/2016/04/kodeks.pdf> [dostęp: 18.04.2026].
- Riemann, G. (2012). Wprowadzenie do pracy badawczej w ramach badań biograficznych. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 51–88). Nomos.
- Rosenthal, G. (2012). Badania biograficzne. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 239–250). Nomos.
- Schneider-Mayerson, M., Leong, K. L. (2020). Eco-Reproductive Concerns in the Age of Climate Change. *Climatic Change*, 163(2), 1007–1023. <https://doi.org/10.1007/s10584-020-02923-y>

- Schopenhauer, A. (2009). *Świat jako wola i przedstawienie* (J. Garewicz, tłum., t. 2). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Schönegger, P. (2021). What's up with Anti-Natalists? An Observational Study on the Relationship Between Dark Triad Personality Traits and Anti-Natalist Views. *Philosophical Psychology*, 34(8), 1172–1196. <https://doi.org/10.1080/09515089.2021.1946026>
- Schütz, A. (2008). *O wielości światów. Szkice z socjologii fenomenologicznej*. Nomos.
- Schütze, F. (2012). Presja i wina. Wojenne doświadczenia młodego niemieckiego żołnierza i ich biograficzne implikacje (B. Molińska, tłum.). W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 453–482). Nomos.
- Shiffrin, S. V. (1999). Wrongful Life, Procreative Responsibility, and the Significance of Harm. *Legal Theory*, 5(2), 117–148. <https://doi.org/10.1017/S1352325299052015>
- Silverman, D. (2008). *Prowadzenie badań jakościowych* (J. Ostrowska, tłum.). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Stachowiak, J. (2025). Powierzchnia i głębia wywiadu. Dyskursowa organizacja opowieści o trudnej biografii. *Studia Socjologiczne*, 2, 63–88. <https://doi.org/10.24425/sts.2025.154897>
- Starzyński, M. (2020). Przeciw złudzeniom. Antynatalizm i jego argumenty. *Miesięcznik Znak*, 776, 66–71.
- Starzyński, M. (2021). *Antynatalizm. O niemoralności płodzenia dzieci*. Towarzystwo Naukowe im. Stanisława Andreskiego.
- Szczepański, J. (1973). Metoda biograficzna. W: J. Szczepański, *Odmiany czasu terazniejszego* (s. 573–607). Książka i Wiedza.
- Treichel, B., Schwelling, B. (2012). Tożsamości biograficzne i zbiorowe. W: K. Kaźmierska (red.), *Metoda biograficzna w socjologii. Antologia tekstów* (s. 251–276). Nomos.
- Waniek, K. (2023). Kilka uwag o dobrym życiu w biograficznym doświadczeniu i jego nadmiernej terapeutyzacji. *Studia Socjologiczne*, 1, 31–58. <https://doi.org/10.24425/sts.2023.144833>
- Waniek, K. (2025). Dyskurs terapeutyczny i psychologizacja życia codziennego w relacjach autobiograficznych. Obserwacje badawcze i wyzwania metodologiczne dla socjologii biografistycznej. *Kultura i Społeczeństwo*, 69(4), 75–92. <https://doi.org/10.35757/KiS.2025.69.4.5>
- Wileczek, A. (2018). Obrazy współczesnego rodzicielstwa na stronach parentingowych. *Studia Pedagogiczne. Problemy Społeczne, Edukacyjne i Artystyczne*, 32, 105–123.
- Włodarek, J., Ziółkowski, M. (1990). *Metoda biograficzna w socjologii*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Zapffe, P. W. (2013). Ostatni mesjasz (tłum. A. K. Trzeciak). *Analiza i Egzystencja. Czasopismo filozoficzne*, 21, 5–19.
- Zych, A. (2023). Antynatalizm jako reakcja na sytuacje graniczne. W: D. Kobyłański (red.), *Człowiek w sytuacji granicznej. Wybrane zagadnienia* (s. 81–97). Wydawnictwo Naukowe ArchaeGraph.

- Żadkowska, M., Dowgiałło, B., Gajewska, M., Herzberg-Kurasz, M., Kostecka, M. (2022). The Sociological Confessional: A Reflexive Process in the Transformation From Face-To-Face to Online Interview. *International Journal of Qualitative Methods*, 21, 1–12. <https://doi.org/10.1177/16094069221084785>
- Żybura, W. (2025). Jak można sobie zrobić coś takiego? Podział „my – oni” w antynatalistycznych grupach na Facebooku. *Studia Socjologiczne*, 4, 37–66. <https://doi.org/10.24425/sts.2025.157345>

