

dr Magdalena Ochońska

Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie • <https://ror.org/0583g9182>
<https://orcid.org/0000-0001-7148-4928>

Historie rodzinne jako element budowania bliskości w rodzinie

Wstęp

Od lat można zauważyć, że rodzina (jako podstawowa komórka społeczna) i rodzicielstwo (jako wartość i preferowany model życia) w europejskim i transatlantyckim obszarze kulturowym znajduje się w kryzysie. Świadczą o tym: spadająca liczba małżeństw, w tym wzrost rozwodów, wzrastający wiek zawierania małżeństw, przy tym niska dzietność i wzrastająca ilość niepłodnych par. Zmiany następują także w samych formach rodzin (wzrasta liczba rodzin zrekonstruowanych, związków partnerskich) oraz innych ich cechach związanych z migracjami, relacjami z innymi krewnymi czy znajomością własnej tożsamości.

Niniejszy artykuł jest próbą praktycznego wskazania, jak amatorskimi sposobami każdy z nas może dbać o bliskość w rodzinie (na płaszczyźnie prywatnej oraz zawodowej), posługując się z pozoru błahymi, otaczającymi nas

przedmiotami, wykorzystując codzienne okoliczności lub zauważając pozamaterialne wartości, zwłaszcza poprzez odwołanie się do historii rodzinnych. Jeden z twórców internetowych, Łukasz Kielban, słusznie zauważył, że „Wyjątkowość wielu rzeczy oceniamy między innymi na podstawie ich przeszłości. Dom liczący sobie sto lat, nawet jeśli będzie niefunkcjonalny, zostanie uznany za szlachetniejszy od nowo wybudowanego. To samo tyczy się rodzin, które pamiętają o swoich praprapradziadach i prapraprababkach”¹.

Zaprezentowane tutaj praktyczne wskazówki i informacje mogą być także wykorzystane w pracy terapeutycznej, pedagogicznej, a nawet w ramach asystencji rodzinnej czy pracy socjalnej oraz przy tworzeniu genogramu lub pracy w nurcie terapii systemowej rodzin. Na początek jednak należy zwrócić uwagę na naukowe perspektywy spoglądania na rodzinną przeszłość.

Historia rodzinna jako obszar badań naukowych

Historie rodzinne znajdują się w obszarze badań historiograficznych. W Polsce autorką, która promuje ten obszar badań, jest Violetta Julkowska z Uniwersytetu im. Mickiewicza w Poznaniu. Jest ona promotorką włączania prywatnych zapisków, listów, kronik, pamiętników – a więc wszystkiego tego, co tworzone jest przez nas wszystkich – do pełnoprawnych badań historycznych. Zachęca ona do prowadzenia analiz i badań, a także do tworzenia narracji historycznych na podstawie utworów tworzonych w domowym zaciszu².

Jednak nie tylko polska badaczka pochyliła się nad tą kwestią. Na świecie już dekady temu można było zaobserwować zwiększone zainteresowanie tymi obszarami badań. Realizatorzy projektu *The Family Archive: Exploring Family Identities, Memories and Stories through Curated Personal Possessions* (z 2015 roku) w badaniach fokusowych starali się zbadać, na ile dla brytyjskich rodzin ważne jest ich rodzinne archiwum. Okazało się, że mimo iż w różnym stopniu dbają o swoje rodzinne pamiątki i historie, to jednak nie

¹ Ł. Kielban, *Jak spisać historię swojej rodziny*, <https://kielban.pl/2012/11/jak-spisac-historie-swojej-rodziny/> [dostęp: 02.12.2024].

² V. Julkowska, *Wokół historii rodzinnych. Historiograficzny fenomen kronik rodzinnych w XIX i XX wieku*, Klio Polska. Studia i Materiały z Dziejów Historiografii Polskiej [online] nr 11, s. 73–74.

postrzegają ich jako historycznie i materialnie wartościowe. Mimo to badacze zwrócili uwagę, że rośnie zainteresowanie prywatnymi historiami rodzinnymi w instytucjach publicznych (takich jak muzea), które coraz chętniej sięgają do prywatnych źródeł. Jak zauważają, od lat 60. ubiegłego stulecia wzrasta zainteresowanie historią mówioną i historią społeczną, a także nurtami tzw. *history from below* (Raphaela Samuela), czyli historia oddolna, sięgająca do źródeł prywatnych osób, i *History Workshop Movement* (Billa Schwarza)³, ruch brytyjskich badaczy (i nazwa czasopisma), sięgający do życia codziennego obywateli i jego historycznego opracowania⁴.

Wzrost zainteresowania prywatnymi historiami potwierdza także polski projekt organizowany przez Archiwa Państwowe, pn. „Archiwa Rodzinne Niepodległej”, w której efekcie Archiwum Państwowe wydało ponad pięćsetstronnicowe opracowanie, składające się z opowieści laureatów konkursu na najlepsze opracowanie historii rodzinnej. Jak można przeczytać we wstępie, realizowany projekt „ma zwrócić uwagę społeczeństwa na unikalną wartość rodzinnych pamiątek i potrzebę otaczania tych bezcennych przedmiotów właściwą opieką, by z biegiem czasu nie uległy one zniszczeniu”⁵.

Wzrasta także zainteresowanie prywatnymi poszukiwaniami, a świadczą o tym coraz liczniejsze publikacje książkowe, internetowe oraz materiały audiowizualne na kontach społecznościowych promujących tworzenie i porządkowanie rodzinnych archiwów. Również w świecie naukowym wzrasta zainteresowanie historiami rodzinnymi jako przedmiotem badań łączących historyków i genealogów, tworzone są metodologie dla badań „oddolnych” nad historią rodziny⁶. Współcześnie zachodni nurt badań, tzw. „Family Historians”,

³ A. Woodham, L. King, L. Gloyn, V. Crewed, F. Blair, *We Are What We Keep: The “Family Archive”*, Identity and Public/Private Heritage, HERITAGE & SOCIETY 2017, VOL. 10, NO. 3, s. 204.

⁴ History Workshop, *About us*, <https://www.historyworkshop.org.uk/about-us/> [dostęp: 02.12.2024].

⁵ E. Węglowska-Bulińska, T. Nowak, K. Nowaczyk-Basińska, P. Brózdziński, Z. Skupień, J. Rak, M. Skotnicka, W. Regin, K. Rogowski, A. Hawro, *Historie z rodzinnych archiwów*, Warszawa 2021, s. 5.

⁶ L. King, *Family historians, collaboration and a new history from below methodology – or, sharing history over a cup of tea*, <https://www.historyworkshop.org.uk/family-childhood/family-historians-collaboration/> [dostęp: 02.12.2024].

promuje m.in.: Tanya Evans takimi opracowaniami, jak: *How Do Family Historians Work with Memory?*, *Secrets and Lies: the Radical Potential of Family History*. Można więc przypuszczać, że przed obszarem badań naukowych historii rodzinnych – na poziomie psychologicznym, historycznym czy genetycznym – jeszcze długa naukowa droga. Choć była to zazwyczaj domena badań historyków i psychologów (np. „Psychogenealogia”⁷ Anne Ancelin Schutzenberger), to warto zachęcić, aby stała się też obszarem badań familio-logów lub socjologów rodziny. Aby narzędzia i metody pracy historyków dopełnić spojrzeniem nieco bardziej emocjonalnym, społecznym, kulturowym czy nawet duchowym.

Jaka jest zatem rola historii rodzinnych w życiu indywidualnym i rodzinnym? Trudno jednoznacznie i bez wątpliwości określić, co wynika z naszego wychowania (czyli celowego działania naszych opiekunów), co wynika z naszych indywidualnych przeżyć i doświadczeń, a co z kolei wynika z zakodowanych w nas na poziomie psychiki czy genetyki przeżyć naszych przodków. Kolejne gałęzie nauki i doświadczenia dostarczają nam kolejnych dowodów, dzięki którym możemy mieć przekonanie, że dziedziczymy nie tylko kolor oczu, budowę ciała czy materialne kosztowności i nieruchomości, ale także sposób radzenia sobie z emocjami czy nieuświadomione lęki. Pamiątki, które posiadamy, kreują „wspólną pamięć autobiograficzną, która wpływa na indywidualne wspomnienia każdego członka rodziny. To za pośrednictwem tych wspomnień, wyrażonych częściowo poprzez wspólną własność, rodzina pozostaje odrębnym bytem”⁸ i dzięki tym wszystkim przedmiotom, cechom czy właściwościom każda rodzina jest oryginalnym bytem. Nie dziwi więc fakt, że powstają nowe dziedziny nauki oraz rozwijane są inne w celu zgłębienia tych obszarów życia rodziny. Wśród nich można wymienić: znaną już terapię systemową⁹, epigenetykę¹⁰ czy właśnie historykę rodzinną („Family Historian”)¹¹.

⁷ A.A. Schutzenberger, *Psychogenealogia w praktyce*, Warszawa, 2017

⁸ Woodham, King, Gloyn, Crewed, Blair, *We Are What We Keep*, dz. cyt., s. 206.

⁹ Zob. S. Chrzastowski, *Nie tylko schemat. Praktyka systemowej terapii rodzin*, Warszawa, 2022.

¹⁰ Zob. J. Joško-Ochojska, *Traumatyczne przeżycia matki ciężarnej a zdrowie jej dziecka*, w: *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, Vol. 15 Nr 3 (2016)

¹¹ Zob. T. Evans, *Secrets and Lies: the Radical Potential of Family History*, w: *History Workshop Journal Issue 71*, Oxford University, 2011.

Tworzenie bliskości i relacji w rodzinie

Rodzina jest głównym (na różnych etapach życia dziecka, o różnym natężeniu) środowiskiem wychowawczym. Naukami traktującymi o niej w tym kontekście jest m.in.: pedagogika rodziny i socjologia rodziny. Przedstawiają one w licznych opracowaniach funkcje i zadania, jakie spełnia rodzina. W poruszonym tutaj aspekcie należy wspomnieć o takich funkcjach, jak: socjalizacyjna, stratyfikacyjna, integracyjna¹². Rodzina jest także środowiskiem wychowawczym, które jest współtworzone przez kulturę danej rodziny, jej umiejętności komunikacyjne, a także symbole, dzięki którym członkowie rodziny posługują się tymi samymi pojęciami poznawczymi. Realizuje się to również przez tworzenie w rodzinie „środowiska kulturowego”. Jak pisze B. Krześcińska-Żach: „rodzina wprowadza młode pokolenie w kulturę narodową, lokalną, rodzinną, przekazując zwyczaje, tradycje, wzory zachowań, określony system wartości”¹³, a robi to poprzez m.in.: historie rodzinne, pamiątki materialne i niematerialne oraz rodzinne zwyczaje. To, o czym mowa, nazywa się także transmisją kulturową, która oznacza „pełny przekaz wartości kulturowych”, który „następował w rodzinach tradycyjnych, wielopokoleniowych. Zależał od pokolenia najstarszego, które przekazywało wzory zachowań i kontrolowało jego realizację”¹⁴. Pojęcia bliskoźnaczne to także: przekazy/transmisje międzypokoleniowe, przekazy transgeneracyjne; natomiast antropolog Margaret Mead określiła to jako „kultura postfiguracywna”¹⁵.

Relacje między członkami rodziny wytworzone w ramach tej transmisji można nazwać więzią, a ona jest do budowania fundamentów bliskości. O tym, jakie narzędzia, techniki i okoliczności można wykorzystać, by wzmocnić tę transmisję (a więc i budowanie bliskości), traktować będzie trzeci rozdział tego opracowania.

¹² F. Adamski, *Rodzina. Wymiar społeczno-kulturowy*, Kraków 2002, s. 36.

¹³ B. Krześcińska-Żach, *Pedagogika rodziny. Przewodnik do ćwiczeń*, Białystok 2007, s. 15.

¹⁴ Tamże, s. 30.

¹⁵ Zob. M. Mead, *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Warszawa 2000.

Praktyczne tworzenie bliskości w rodzinie

Violetta Drabik-Podgórna podkreśla w swoim artykule, przytaczając także innych badaczy, znaczenie domu rodzinnego, historii rodzinnych, a także przeżyć z dzieciństwa, jako elementu „osobistej protohistorii” i źródła do kreowania swojej przyszłości¹⁶. By to zrobić, trzeba włączyć się w historię swojej rodziny. Pomóc w tym może genealogia („nauka o pokrewieństwie, pokazująca więzi rodzinne różnych osób, ilustrująca dzieje rodzin”¹⁷) i wypracowana w niej metodologia badań, jednak przedstawiona w sposób właściwy dla osób początkujących. Celem tej części artykułu jest przedstawienie praktycznych narzędzi i technik do stworzenia archiwum rodzinnego, które jest „ukształtowanym przez daną rodzinę zbiorem archiwaliów będących własnością prywatną”¹⁸. Co istotne, pojęcie to wykracza poza tradycyjne rozumienie archiwów jako zbiorów dokumentów lub innych materiałów tekstowych. W rodzinnym archiwum znajdują się nie tylko one, ale także materiały fotograficzne czy przedmioty, które stanowią wartość sentymentalną, nawet jeśli nie przejawiają żadnej wartości materialnej. Powoduje to więc, że „w szczególności przedmioty nietekstowe mogą wymagać większej interpelacji, aby były znaczące dla innych”¹⁹. Jak zauważa Kamila Siuda, „często rodziny nie zdają sobie sprawy z wartości przechowywanych materiałów, są to nie tylko pamiątki rodzinne, ale też cenne źródła historyczne, wykorzystywane do badań nad mikrohistorią czy historią codzienności”²⁰. Historia rodziny może zawierać szereg kwestii, o których nie chce się pamiętać, wokół których panuje zmowa milczenia, natomiast część poruszanych przez nas kwestii może być niezabliźnioną raną,

¹⁶ Zob. V. Drabik-Podgórna, *Znaczenie osobistych protohistorii w konstruowaniu projektów przyszłego życia*, w: *Wychowanie w Rodzinie*, t. XXX (3/2023).

¹⁷ P.B. Gąsiorowski, *Genealogia nie tylko dla początkujących*, Warszawa 2023, s. 8.

¹⁸ M. Heruday-Kielczewska, *Jak prowadzić archiwum rodzinne. Cz. 1: Co to jest archiwum rodzinne i dlaczego warto je założyć?*, <https://hrabiatytus.pl/2021/11/04/jak-prowadzic-archiwum-rodzinne-cz-1-co-to-jest-archiwum-rodzinne-i-dlaczego-warto-je-prowadzic/> [dostęp: 02.12.2024].

¹⁹ Woodham, King, Gloyn, Crewed, Blair, *We Are What We Keep*, dz. cyt., s. 206.

²⁰ K.Z. Siuda, *Recenzja, Świadkowie przeszłości. Zbiory dokumentów z archiwów domowych mieszkańców Radomia i okolic*, red. A. Janowska, „Archiwa – Kancelarie – Zbiory” nr 9(11) (2018), s. 349.

a nasze poszukiwania mogą spowodować wypływanie na powierzchnię spraw, które przez lata były skrzętnie ukrywane. Nie dziwi więc, że „stosunkowo niewiele zachowuje się «intymnych» pamiątek, pamiętników, listów, dzieł czy bibelotów po przodkach. To, co sprawia, kim jesteśmy, mówi, jacy jesteśmy, nie zawsze się zachowuje”²¹. Tymczasem historie rodzinne zawierają w sobie „świadcstwa zmieniającej się mentalności, poczucia tożsamości religijnej, narodowej i kulturowej”²².

Narzędzia i elementy potrzebne do tworzenia rodzinnego archiwum:

- dyktafon – forma audio (lub w przypadku stosowania kamery – audiowizualna) – ta forma zapisu umożliwi nam dokładny zapis nie tylko treści wypowiedzi, ale również takich cech wypowiedzi ustnej, jak: natężenie głosu, zawahania, pauzy, stres lub lekkość wypowiedzi. Dyktafon może być także elementem niepożądanym dla rozmówcy, dlatego nie zawsze można go stosować (nagrywanie bez wiedzy nagrywanego jest dalece niewłaściwe);
- transkrypcja – przepisanie treści uzyskanej informacji z zachowaniem w zapisie ww. elementów umożliwi stworzenie jednorodnej formy uporządkowania historii rodzinnej (np. kroniki, książki, pamiętników);
- skaner – przenoszenie na nośnik cyfrowy (czy chmurę) dokumentów może zabezpieczyć je przed niepożądanymi zmianami czy zniszczeniem, dodatkowo może umożliwiać nam dokładniejsze poznanie tego, co się na nich znajduje, np. przez dokładne przybliżenia, ale nie tylko (patrz niżej);
- program do obróbki materiałów fotograficznych (niekiedy może być konieczne modyfikowanie jasności czy kontrastu dokumentów, które to działania mogą pomóc wydobyć z zeskanowanego zdjęcia czy dokumentu czegoś, co na pierwszy rzut oka nie jest widoczne; dodatkowym autem takich programów i jego właściwego używania może być cyfrowa renowacja zdjęcia, dzięki któremu można się potem cieszyć jego przyjemną dla oka formą;

²¹ Tamże.

²² V. Julkowska, *Wokół historii rodzinnych*, dz. cyt., s. 74.

- komputerowy program do tworzenia drzew genealogicznych;
- system przechowywania zebranych materiałów – zarówno w formie cyfrowej, jak i fizycznej. Zabezpieczenie dokumentów przed: zalaniem, wysoką lub zbyt niską temperaturą, przed osobami niepożądanymi, przed zniszczeniem spowodowanym częstym przekładaniem. Dodatkowo należy mieć świadomość, że np. metalowe zapięcia przy skoroszytach mogą wchodzić w reakcje z papierem, przez co po pewnym czasie dokument zostanie zniszczony. Warto także używać papierowych teczek, papierowych koszulek czy kopert, dzięki którym dokumenty zostaną dłużej w nienaruszonej formie. Osoby zainteresowane można skierować do literatury przedmiotowej w zakresie archiwistyki²³.

Rozmowa, wspomnienia, pamiętniki i inne dokumenty to podstawowe źródła informacji o historii rodziny. Warto więc wspomnieć o mniej oczywistych źródłach, które są dostępne dla genealogów amatorów. A są nimi np.: nekropolie i cyfrowe zbiory danych np. www.grobonet.com²⁴; księgi parafialne i ich zdigitalizowane wersje np.: www.geneteka.genealodzy.pl²⁵; archiwa Instytutu Pamięci Narodowej i zbiór danych o pokrzywdzonych w czasie II wojny światowej np.: www.straty.pl/szukaj-osoby.php²⁶, a także zbiór danych udostępnianych na miejscu i cyfrowo prowadzonych przez Archiwa Państwowe np.: www.szukajwarchiwach.gov.pl²⁷.

Przy dużej ilości materiałów warto nie tylko zastanowić się nad miejscem przechowywania, ale także nad właściwą metodą katalogowania, układania czy opisywania. Przy olbrzymich zbiorach zyskamy czas, ale również unikniemy niepotrzebnego ruszania i przeszukiwania dokumentów, które przy każdym z takich ruchów mogą ulec zniszczeniu. Dodatkowym atutem może być

²³ Profesjonalne opracowania warte polecenia to np.: S. Nawrocki, S. Sierpowski (red.), *Metodyka pracy archiwalnej*, Poznań 1995; J. Chojecka (red.), *Poradnik rodzinnego archiwisty*, Warszawa 2020; H. Robótka, *Opracowanie i opis archiwaliów*, Toruń 2010.

²⁴ *Grobonet*, <https://grobonet.com> [dostęp: 02.12.2024]

²⁵ *Geneteka. Genealogiczna kartoteka – baza urodzeń, małżeństw i zgonów*, <https://geneteka.genealodzy.pl> [dostęp: 02.12.2024].

²⁶ Instytut Pamięci Narodowej, *Wyszukiwanie osób represjonowanych*, <https://straty.pl/szukaj-osoby.php> [dostęp: 02.12.2024].

²⁷ Szukaj w archiwach, <https://www.szukajwarchiwach.gov.pl> [dostęp: 02.12.2024].

porządkowanie fotografii przy użyciu „tagów”, a także umieszczanie ich w chmurze cyfrowej (co umożliwi korzystanie z materiałów nawet w nietypowych chwilach, np. przy przypadkowym spotkaniu przy grobach bliskich). Wspomniane wyżej metody i źródła są konieczne do zbierania danych, jednak samo zbieranie informacji jest niczym wobec konieczności tworzenia realnych relacji. „Jeśli dzieci nie będą miały kontaktu z żywą przeszłością, nie będzie ona miała dla nich znaczenia, nie będą miały poczucia ciągłości, a to z kolei może prowadzić do zachwiania tożsamości”²⁸. Dlatego należy pamiętać także o innych aspektach budowania bliskości:

Źródła kreowania bliskości w rodzinie:

- tradycje i zwyczaje rodzinne,
- zdjęcia/materiały audiowizualne,
- pamiątki, nieruchomości,
- dokumenty (w tym m.in.: akta ślubów, dyplomy, legitymacje), zeszyty, kroniki, itd.,
- grobowce, pomniki,
- rozmowy, wspomnienia,
- rysunki, obrazki, pamiętniki, notatki, kalendarze.

Elementy życia rodzinnego sprzyjające budowania bliskości:

- rocznice: urodzin, śmierci, ślubów i inne jubileusze,
- święta narodowe i religijne,
- celebrowanie ważnych wydarzeń, np. ślubów, chrzcin, ale również zakończenia edukacji, zdobycia dyplomu,
- wspólne nawiedzanie grobów,
- zwiedzanie miejsc związanych z rodziną (np. wyjazd do miejscowości, w której się wychowali dziadkowie), korzystanie z muzeów i ośrodków kultury,
- wspólne pielęgnowanie przedmiotów (np. pamiątek), miejsc (np. nagrobków), wspomnień i zwyczajów.

²⁸ B. Krzesińska-Żach, *Pedagogika rodziny*, dz. cyt., s.31.

Zakończenie

Budowanie relacji bliskości jest fenomenem czysto ludzkim. Żadne inne stworzenie nie wytworzyło kultury i nie przekazuje jej swojemu potomstwu. Człowiek nie tylko może to robić, ale także może wyciągać wnioski z przeszłości i kreować przyszłość, znając ją i rozumiejąc. Dlatego zrozumienie swojej historii rodzinnej jest nie tylko poznawczo ciekawym doświadczeniem, ale również dobrym sposobem na tworzenie i umacnianie relacji wśród żyjących krewnych oraz na utrwalanie ważnych dlań wartości. Genealogia, uprawiana nawet na poziomie amatorskim, może pomóc zrozumieć pewne mechanizmy i sposoby zachowania, a przez to pozytywnie wpłynąć na budowanie trwałej i silnej bliskości między członkami rodziny.

Abstrakt

Migracje, rozwody, przedwczesna śmierć, samotne rodzicielstwo, jedynactwo – to tylko kilka z wielu zjawisk społecznych, które wpływają na dekonstrukcję wielopokoleniowego modelu rodziny. Niniejszy artykuł ma na celu omówienie jednego ze sposobów na tworzenie i kreowanie silnej więzi w rodzinach i budowanie emocjonalnej bliskości między jej członkami za pomocą genealogii, historii i archiwum rodzinnego. Artykuł stanowić będzie praktyczną wskazówkę dla rodzin oraz specjalistów pracujących z rodzinami prezentując narzędzia i sposoby działania, które mogą zostać przez nich wykorzystane.

Słowa kluczowe: rodzina, genealogia, historie rodzinne, archiwum rodzinne, przekazy transgeneracyjne

Family Stories as a Tool for Building Closeness in the Family Abstract

Migrations, divorces, premature death, single parenthood, and being an only child are just a few of the many social phenomena that influence the deconstruction of the multigenerational family model. This article aims to discuss one of the ways to create and strengthen strong bonds within families and build emotional closeness between its members through genealogy, family history, and family archives. The article will provide practical guidance for families and professionals working with families, presenting tools and methods they can use.

Keywords: family, genealogy, family stories, family archive, transgenerational transmission

Bibliografia

- Adamski F., *Rodzina. Wymiar społeczno-kulturowy*, Kraków 2002.
- Chojecka J.(red.), *Poradnik rodzinnego archiwisty*, Warszawa 2020.
- Chrzastowski S., *Nie tylko schemat. Praktyka systemowej terapii rodzin*, Warszawa, 2022.
- Drabik-Podgórna V., *Znaczenie osobistych protohistorii w konstruowaniu projektów przyszłego życia*, w: *Wychowanie w Rodzinie*, t. XXX (3/2023).
- Evans T., *Secrets and Lies: the Radical Potential of Family History*, w: *History Workshop Journal Issue 71*, Oxford University, 2011.
- Gąsiorowski P.B., *Genealogia nie tylko dla początkujących*, Warszawa 2023.
- Joško-Ochojska J., *Traumatyczne przeżycia matki ciężarnej a zdrowie jej dziecka*, w: *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, Vol. 15 Nr 3 (2016).
- Julkowska V., *Wokół historii rodzinnych. Historiograficzny fenomen kronik rodzinnych w XIX i XX wieku*, Klio Polska. Studia i Materiały z Dziejów Historiografii Polskiej [online] nr 11.
- Krzesińska-Żach B., *Pedagogika rodziny. Przewodnik do ćwiczeń*, Białystok 2007.
- Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, Warszawa 2000.
- Nawrocki S., Sierpowski S.(red.), *Metodyka pracy archiwalnej*, Poznań 1995.
- Robótka H., *Opracowanie i opis archiwaliów*, Toruń 2010.
- Schutzenberger A.A., *Psychogenealogia w praktyce*, Warszawa, 2017.
- Siuda K., *Recenzja, Świadkowie przeszłości. Zbiory dokumentów z archiwów domowych mieszkańców Radomia i okolic*, red. A. Janowska, „Archiwa – Kancelarie – Zbiory” nr 9(11) (2018).
- Węglowska-Bulińska E., Nowak T., Nowaczyk-Basińska K., Brózdziński P., Skupień Z., Rak J., Skotnicka M., Regin W., Rogowski K., Hawro A., *Historie z rodzinnych archiwów*, Warszawa 2021.
- Woodham A., King L., Gloyne L., Crewed V., Blair F., *We Are What We Keep: The “Family Archive”, Identity and Public/Private Heritage*, HERITAGE & SOCIETY 2017, VOL. 10, NO.3,

Źródła internetowe:

- Geneteka. *Genealogiczna kartoteka – baza urodzeń, małżeństw i zgonów*, <https://geneteka.genealodzy.pl> [dostęp: 02.12.2024].

- Instytut Pamięci Narodowej, *Wyszukiwanie osób represjonowanych*, <https://straty.pl/szukaj-osoby.php> [dostęp: 02.12.2024].
- King L., *Family historians, collaboration and a new history from below methodology – or, sharing history over a cup of tea*, <https://www.historyworkshop.org.uk/family-childhood/family-historians-collaboration/> [dostęp: 02.12.2024].
- Kielban Ł., *Jak spisać historię swojej rodziny*, <https://kielban.pl/2012/11/jak-spisac-historie-swojej-rodziny/> [dostęp: 02.12.2024].
- Heruday-Kielczewska M., *Jak prowadzić archiwum rodzinne. Cz. 1: Co to jest archiwum rodzinne i dlaczego warto je założyć?*, <https://hrabiatytus.pl/2021/11/04/jak-prowadzic-archiwum-rodzinne-cz-1-co-to-jest-archiwum-rodzinne-i-dla-czego-warto-je-prowadzic/> [dostęp online: 02.12.2024].
- Grobonet, <https://grobonet.com> [dostęp: 02.12.2024].
- History Workshop, *About us*, <https://www.historyworkshop.org.uk/about-us/> [dostęp: 02.12.2024].
- Szukaj w archiwach, <https://www.szukajwarchiwach.gov.pl> [dostęp: 02.12.2024].