

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu
Wydział Wychowania Fizycznego

MAGDALENA LUBOŃSKA



**Wzory kultury fizycznej w przekazie medialnym a poczucie sensowności
ciała uczniów szkół ponadpodstawowych**

Opiekun naukowy: dr hab. Ryszard Bartoszewicz, prof. AWF

Spis treści

Wstęp	6
1. Problematyka badawcza.....	9
1.1. Przekaz medialny i sytuacja polskiej młodzieży w świetle literatury.....	9
1.2. Wzory kultury fizycznej w formacji cielesnej uczniów.....	16
1.3. Zachowania ryzykowne młodzieży	21
1.4. Profilaktyka problemów młodzieży	24
1.5. Pedagogika wartości ciała jako odpowiedź na potrzeby młodzieży	32
2. Założenia metodologiczne.....	39
2.1. Przedmiot i cel badań.....	39
2.2. Typ i schemat badań	40
2.3. Narzędzia badawcze.....	41
2.4. Metoda doboru osób do badań	44
3. Przekaz medialny wzorów kultury fizycznej a poczucie sensowności uczniów w projekcie MłodeTalenty.online	45
3.1. Projekt MłodeTalenty.online jako autorski program wychowania fizycznego - pośredniego.....	45
3.2. Treści i cele newsletterów w projekcie MłodeTalenty.online.....	53
4. Wyniki badań ilościowych.....	59
4.1. Zachowania zdrowotne badanych uczniów	60
4.2. Cele aktywności fizycznej badanych uczniów.....	62
4.3. Poczucie koherencji badanych uczniów	64

4.4. Szczegółowe wyniki uczestników wywiadów	66
5. Wyniki badań jakościowych	77
5.1 Noty badawcze.....	77
Nota 1: Skuteczność przekazu medialnego jako wynik interakcji.....	77
Nota 2: Media jako odpowiedź na potrzeby nowoczesnego człowieka.....	79
Nota 3: Odwrócona rzeczywistość w mediach	81
Nota 4: Rodzina a świat wartości i kierunek działań	86
Nota 5: Aktywność fizyczna jako centrum struktury życia codziennego	92
Nota 6: Postawy wobec współżycia seksualnego	94
Nota 7: Postawy wobec tożsamości i orientacji płciowych	96
Nota 8: Postawy wobec pornografii.....	98
Nota 9: Myślenie przyczynowo-skutkowe a zachowania ryzykowne	100
Nota 10: Interwencja osób trzecich a wolność wyboru	103
Nota 11: Postrzeganie świata przez respondentów	105
Nota 12: Indywidualne potrzeby i potrzeby społeczności szkolnej w kontekście projektu dla młodzieży.....	108
6.2. Obserwacje	111
6.3. Integrowanie danych	112
6.4. Teorie ugruntowane.....	120
Teoria 1: Osobiste nawiązanie kontaktu z autorem przekazu medialnego zwiększa skuteczność przekazu medialnego.	121

Teoria 2: Rozbieżność w stopniu zaangażowania i sposobach korzystania z mediów zależy od indywidualnego zapotrzebowania jednostki. Korzystanie z mediów jest nieuniknionym skutkiem postępu cywilizacyjnego.	122
Teoria 3: Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach choć chroni przed bezkrytycznym przyjmowaniem każdej informacji jako fakt, nie chroni przed negatywnymi skutkami codziennego korzystania z mediów w kontekście psychospołecznym.	123
Teoria 4: Bliska relacja z rodzicami polegająca na wzajemnym szacunku i zaufaniu zmniejsza ryzyko sięgania po używki, daje poczucie bezpieczeństwa, warunkuje system wartości i wyznacza kierunek ścieżki zawodowej.	125
Teoria 5: Samodyscyplina i stawianie sobie celów do zrealizowania sprzyja regularnemu podejmowaniu się aktywności fizycznej.	126
Teoria 6: Myślenie przyczynowo-skutkowe przed decyzją o współżyciu sprzyja podjęciu odpowiedzialności za konsekwencje swoich działań i chroni przed negatywnymi skutkami działań na tle kontaktów seksualnych.	127
Teoria 7: Prywatna znajomość z osobami o odmiennej orientacji bądź tożsamości płciowej buduje postawę tolerancyjną, polegającą na zwiększonej wrażliwości wobec drugiego człowieka oraz delikatności w rozmowie.	128
Teoria 8: Unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego w tematyce LBGT+ powoduje umieszczanie tych tematów w kategorii tabu, co prowadzi do nieznajomości kontekstu społecznego i trudności w budowaniu relacji.	129
Teoria 9: Niepełna wiedza o negatywnych skutkach zachowań względem ciała powoduje społeczne przyzwolenie na szkodliwe działania związane z oglądaniem pornografii.	130
Teoria 10: Interwencja osoby trzeciej w wybór względem ciała jest skuteczną formą pomocy, jeśli występuje pomiędzy osobami zaufanie.	131
Teoria 11: Schemat działania i myślenia młodzieży jest zależny od rodzaju działania względem ciała i posiadanych w tym obszarze przekonań.	132

Teoria 12: Umiejętność budowania relacji z młodzieżą zaczyna się od słuchania drugiej osoby ze zrozumieniem i ciekawością.....	133
Teoria 13: Wspierająca relacja z drugim człowiekiem jest najpilniejszą potrzebą młodzieży.....	134
Teoria 14: Myślenie przyczynowo-skutkowe, interwencja osób trzecich, wychowywanie do wartości ciała oraz przekazywanie edukacyjnych treści poprzez media należą do grupy działań chroniących przed zachowaniami ryzykownymi.....	135
6. Powrót do biblioteki.....	136
Blok 1: Wychowanie do mediów.....	136
Blok 2: Wychowanie do wartości ciała.....	140
Blok 3: Wychowanie do myślenia refleksyjnego	152
Wnioski	157
Bibliografia	161

Wstęp

Z ciekawością godną badacza wkraczam w obszar nauk o kulturze fizycznej w celu zweryfikowania obecnych sądów na temat nowoczesnych mediów i zdiagnozowania, czy przekaz medialny dotyczący wzorów kultury fizycznej może się przyczynić do zmiany postaw ucznia względem swojego ciała. Do zbadania tego problemu badawczego skłoniła mnie wykazana w badaniach naukowych potrzeba, jak i moje zainteresowania poznawcze w dziedzinie edukacji medialnej (Lubońska 2021) i pedagogiki wartości ciała (Lubońska 2019, Pawłucki 1996). W XXI wieku edukacja medialna wkroczyła do szkół, czemu wyraz daje uwzględnienie jej w nowej podstawie programowej kształcenia ogólnego, a po wybuchu pandemii COVID-19 była wyłączną formą nauczania. Skoro dydaktyka mediów zajmuje się funkcjami i oddziaływaniem mediów w trakcie procesów nauczania i uczenia się (Issing 1987), stanowi ona obszar moich zainteresowań, gdyż właśnie celem badań jest weryfikacja, czy kulturowa zawartość przekazu medialnego pomoże osiągnąć sensowną zmianę u ucznia (Pawłucki 2013).

Podjęmowany temat pracy doktorskiej odpowiada na zasygnalizowaną potrzebę uczniów, a także motywowany jest chęcią weryfikacji oddziaływania dydaktycznego za pośrednictwem mediów na poczucie sensowności względem ciała osoby badanej. Dlaczego poczucie sensowności wysuwa się jako następnik tytułu a nie poczucie koherencji, którego ujęta w tytule zmienna jest składową? Ten zabieg nie należy do przypadkowych. Wysunięcie na plan pierwszy poczucia sensowności w badaniach zgadza się z ideą eksperymentu polegającego na wprowadzeniu projektu MłodeTalenty.online do wrocławskich szkół ponadpodstawowych. Idea projektu zakłada dominantę czynnika aksjologicznego nad proceduralnym w procesie nauczania i uczenia się. A zatem prezentowane wartości i podkreślanie sensu podejmowania wysiłku na rzecz ciała ma w konsekwencji przyczynić się do spojrzenia na człowieka w sposób holistyczny, obejmując jego „biopsychoduchowe dojrzewanie” (Popielski 2008, s. 24). Aspekt aksjologiczny dbałości o ciało dotychczas należał do treści opcjonalnych przekazywanych w szkole, natomiast działania edukacyjne koncentrowały się wokół wzorów kultury fizycznej bez wyraźnego bądź moralnie umocowanego celu. Z tego powodu badania opisywane w dysertacji zasługują na miano oryginalnych. W mojej pracy dyplomowej stawiam sobie za cel sprawdzenie, czy przekaz medialny powstały na gruncie pedagogiki wartości ciała i regularnie dawkowy uczniom w

jakimś stopniu zmieni sposób rozporządzania ciałem przez uczniów. Aby to sprawdzić, stworzyłam projekt MłodeTalenty.online bazujący na potencjale nowych mediów i LGDM. Zawarty tam przekaz medialny dotyczył pedagogiki wartości ciała, gdyż to nauczyciele wychowania fizycznego jako jedni z pierwszych powinni wziąć odpowiedzialność za wychowanie młodego człowieka do wartości ciała.

Nadzieję na uzyskanie pozytywnych wyników pracy dało mi prześledzenie badań naukowych weryfikujących zależności pomiędzy korzystaniem z nowych mediów a zachowaniami ryzykownymi¹. Po pierwsze, wykazano związek między korzystaniem z mediów a otyłością dzieci i młodzieży (Mazur, Radziewicz-Winnicki 2013). Jak to możliwe? Otóż w analizie reklam skierowanych do dzieci w Wielkiej Brytanii wykazano, że aż 95% z nich promowało produkty o bardzo dużej zawartości tłuszczów i węglowodanów (Gamble, Cotunga 1999), tymczasem dzieci są nieprzygotowane do właściwego wyboru reklamowanych produktów i nie rozumieją relacji między wyborem spożywanego pokarmu a utrzymaniem stanu zdrowia lub zapobieganiu chorobom (American Academy of Pediatrics 1995). Na szczęście dość szybko potrzeba regulacji reklam żywności wysokokalorycznej i o niskiej wartości odżywczej została zasygnalizowana przez WHO (Global Strategy on Diet Physical Activity and Health 2004) i w krajach takich jak Norwegia, Szwecja, Dania i Finlandia zabroniono koncernom spożywczym sponsorowania programów dla dzieci.

Negatywnych skutków korzystania z mediów jest jednak znacznie więcej. Stwierdzono zwiększoną ilość osób chorujących na depresję i odczuwających samotność (Gable, Lutz, 2000; Hughes, Ebata, Dollahite 1999). Zwiększeniu aktywności w sieci towarzyszy często osłabienie więzi rodzinnych (Kraut i in., 1998), pogorszenie wyników w nauce (Gentile i in. 2002) oraz zmniejszenie czasu przeznaczanego na zajęcia pozalekcyjne czy pasje (Huston i in., 1992). Kontakt z brutalnymi mediami może być z kolei powiązany ze wzmożoną agresją fizyczną (Bushman, Anderson, 2001) i relacyjną (Coyne i in. 2008; Coyne, Stockdale, Nelson 2012). Podaję te przykłady jako dowód tego, że przekaz medialny może kształtować ludzkie zachowanie, myślenie, a nawet odczuwanie w sposób niezależny od woli. Wybór produktu

¹ Zachowania ryzykowne - w poszerzonej teorii TZP Jessora zachowania ryzykowne młodzieży opisuje się jako zachowania: 1) zagrażające bezpieczeństwu i zdrowiu młodzieży, 2) utrudniające prawidłowe funkcjonowanie w rolach społecznych właściwych dla swego wieku, 3) zakłócające rozwój osobisty, kształtowanie się tożsamości i adekwatnego obrazu samego siebie, 4) utrudniające nabywanie umiejętności potrzebnych w dorosłym życiu, głównie zdobycie odpowiedniego wykształcenia i umiejętności zawodowych. Wszystkie te zachowania podejmowane przez nastolatków łączą się z ryzykiem dla ich rozwoju, mogą na trwałe zachwiać zdrowiem, karierą szkolną lub zawodową, a w konsekwencji wyraźnie pogorszyć jakość całego życia (Jessor 1998).

spożywczego może paść podświadomie na produkt wcześniej zareklamowany, choć konsument wcale nie jest świadomy, że ulega czyimś wpływom. Przyjmowanie wartości również odbywa się za pośrednictwem mediów. Już w 1973 roku media były definiowane jako instytucje pośredniego wpływu wychowawczego (Znaniński 1973), dlatego pytanie, które zadają nie brzmi „czy media wychowują?”, lecz „w jaki sposób potencjał mediów jest wykorzystywany dla dobra odbiorcy?”.

Skoro przekaz medialny może działać negatywnie na odbiorcę i prowadzić go w mniej lub bardziej oczywisty sposób do zachowań ryzykownych, to z całą pewnością można także wykorzystać potencjał mediów w tę drugą stronę. Dowodzą temu efekty prowadzenia programów profilaktycznych dla młodzieży. *Media Detective Family* (MDF) - internetowy program zapobiegania nadużywaniu tytoniu oraz alkoholu wśród młodzieży (Scull, Kupersmidt, Weatherholt 2017) odniósł pozytywny skutek. Kontakt z mediami prospołecznymi motywuje także do pomagania, służy rozbudzeniu empatii, nastawia nastolatków na współpracę ze sobą (Gentile i in. 2009). Z kolei zaangażowanie w gry edukacyjne poprawia umiejętność czytania i może być dobrym ćwiczeniem matematycznym (Shaffer 2006). W kampaniach dotyczących zdrowia publicznego przynoszą materiały medialne oparte na metodzie *storytelling* (Rieger i in. 2018). Ponadto wykazano, że wspólne korzystanie z mediów rozrywkowych może sprzyjać budowaniu więzi rodzinnych, na przykład poprzez wspólne oglądanie filmów (Coynel i in. 2014). Pozytywne skutki korzystania z mediów wzrastają proporcjonalnie do tego, ile i w jakiej jakości powstają *dobre media*.

1. Problematyka badawcza

1.1. Przekaz medialny i sytuacja polskiej młodzieży w świetle literatury

Nieograniczony zasięg odbiorców, z którymi można nawiązywać interakcje to cecha edukacji medialnej świadczącej o potencjale nowych technologii w nauczaniu szkolnym. Nie znaczy to, iż bezpośrednie oddziaływanie nauczyciela wychowania fizycznego mogłoby zostać zastąpione umiejętnie prowadzonym przekazem medialnym. Jednakże, aby w pełni dostosować się do wymogów współczesnego świata, należy zaznajomić się ze zjawiskami natury cyfrowej (Nikolaeva, Kotliar 2017). Nowe media, *mass media*, media cyfrowe, czy wreszcie Learner-Generated Digital Media² (Reyna, Meier 2018) - używamy tych pojęć coraz częściej, bo coraz większą rolę pełnią w naszym życiu. Szczególnie w roku 2020 upływającym pod znakiem pandemii COVID-19 przekonaliśmy się, że tworzymy *społeczeństwo sieci* (Castells 2007), w którym umiejętność korzystania z mediów jest jedną z podstawowych umiejętności, które jednostki muszą posiadać w dwudziestym pierwszym wieku (Finegold, Notabartolo 2008; Som, Kurt 2012). Bezprecedensowy postęp w technologiach informacyjnych i komunikacyjnych oraz fakt, że te technologie zostały zlokalizowane w centrum życia ludzi, wymagają zdefiniowania i zarządzania umiejętnościami niezbędnymi do efektywnego ich wykorzystania (Livingstone 2003, Jolls 2015). To zadanie dla dydaktyków. Jednocześnie badania pokazują, że przygotowanie nauczycieli do nowej roli - roli nauczyciela medialnego - nie jest wystarczające (Rodríguez-Hoyos, Fueyo Gutiérrez 2018, Erdem, Erişti 2018). Z analizy piśmiennictwa naukowego wypływają trzy wnioski: 1) wprowadzenie efektywnej edukacji medialnej do szkół to bieżąca potrzeba społeczeństwa, na którą należy odpowiedzieć; 2) potrzebne są szkolenia dla nauczycieli, aby zwiększyć ich kompetencje medialne, 3) potrzebne są propozycje lub programy nauczania stanowiące pomoc w realizacji celów kształcenia poprzez media.

Wyniki badań międzynarodowych wskazują, że media – w zależności od zawartości przekazu – mogą powodować zachowania ryzykowne lub zdrowotne. Okazało się, że w jakimś stopniu to od zawartości przekazu medialnego zależy, jakich wyborów dokonają współcześni nastolatki. Nie można jednak przejść do opisu przekazu medialnego bez odpowiedzi na pytanie: „Kogo chcę zmieniać?” (Pawłucki 1996). To bowiem od refleksji na temat kondycji

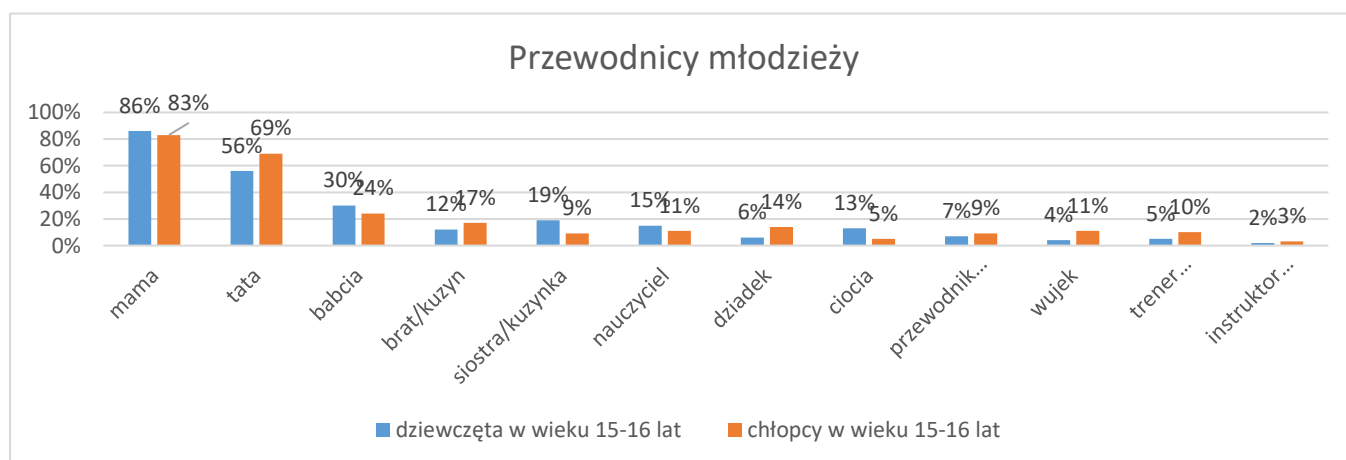
² Learner-Generated Digital Media (LGDM) to media wytwarzane przez uczniów, ukazujące efekt ich pracy naukowej lub intelektualnego wysiłku. Mogą występować m.in. w formie podcastu, animacji czy wideo.

młodzieży powinno się zaczynać jakakolwiek myśl o profilaktyce i wychowaniu. Nie wiedząc, kim jest dzisiejszy uczeń i jakie są jego największe marzenia i tęsknoty, nie jest możliwe stworzenie atrakcyjnego przekazu medialnego. W tym rozdziale zebrałam najważniejsze dla problematyki badawczej informacje o polskiej młodzieży, aby przeanalizować szerszy kontekst sytuacji badanych i przedstawić spójny obraz polskiej młodzieży.

Pierwsze, do czego chciałabym nawiązać to sytuacja rodzinna nastolatków. Jej opis a później przedstawienie raportu, czy sytuacja rodzinna ma jakiś związek z zachowaniami problemowymi nastolatków stanowi punkt wyjścia do wyjaśnienia wyboru treści przekazu medialnego w projekcie MłodeTalenty.online. Otóż okazuje się, że zdecydowana większość uczniów w wieku 18-19 lat mieszka z obojgiem rodziców, a tylko 19% żyje w niepełnej rodzinie i to oni gorzej oceniają swoje warunki mieszkaniowe (Roguska 2016). Wykazano, że mieszkanie z obojgiem rodziców sprzyja częstszym praktykom religijnym.

Obecnie siedmiu na dziesięciu (69%) młodych ludzi określa sytuację materialną swojej rodziny jako dobrą lub bardzo dobrą. Wyraźnie lepiej niż inni oceniają ją uczniowie mieszkający z obojgiem rodziców. Im lepiej wykształceni rodzice, tym większe zadowolenie z warunków materialnych rodziny. Zauważyć również można, że bardziej zadowoleni z kondycji swoich gospodarstw domowych są uczniowie osiągający lepsze wyniki w nauce – przy czym nie ma dużej różnicy między uczniami piątkowym lub szóstkowym a czwórkowymi, natomiast wyraźnie gorzej sytuację materialną swoich gospodarstw domowych oceniają uczniowie dwójkowi lub trójkowi. Uwzględniając natomiast typ szkoły, stwierdzić można, że najbardziej zadowoleni z kondycji materialnej swojej rodziny są uczniowie liceów ogólnokształcących, a najmniej – liceów profilowanych, zawodowych lub technicznych (Omyła-Rudzka 2016).

Wykres 1. Najważniejsi dorośli przewodnicy życiowi młodzieży gimnazjalnej

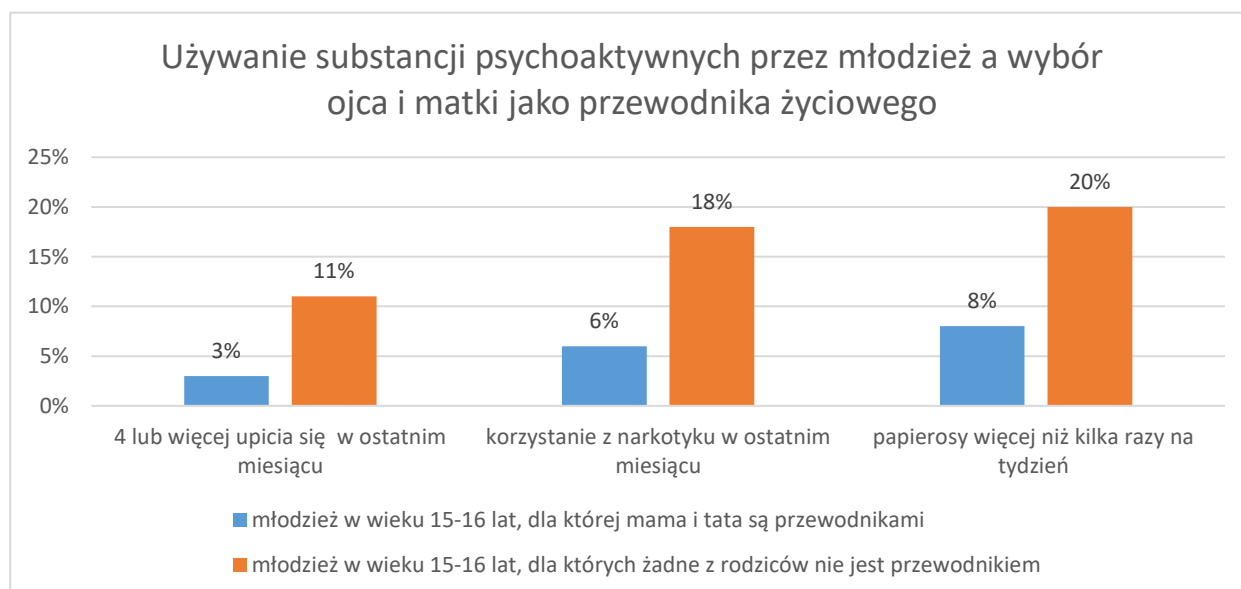


Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Grzelak S., Sala M., Czarnik S., Paź B., Balcerzak A., Gwóźdź J. (2015) Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży: przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych. Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa, s. 104.

Pozytywne skutki mieszkania z obojgiem rodziców nie przewyższają wartości posiadania dobrej relacji i z matką, i z ojcem. Mimo krążącej opinii, iż nastolatki największym autorytetem obdarzają swoich kolegów i koleżanki, raport z 2016 roku (CBOS 2016) wykazał coś zgoła innego. Zasygnalizowany w 2016 roku zmniejszony poziom roli grupy rówieśniczej w życiu młodzieży potwierdził się w badaniu w 2018 roku (CBOS 2018). Choć rola przyjaciół pozostaje niezmienna i uczniowie najchętniej z nimi spędzają wolny czas i prowadzą rozmowy to jednak osobami, o których uznanie zabiegają najbardziej, są rodzice: przede wszystkim matka (57% wskazań), rzadziej ojciec (42%). Rzadziej zależy im na aprobachie ze strony chłopaka lub dziewczyny (27%) oraz przyjaciół (21%). Najrzadziej autorytetem jest rodzeństwo (8%) lub koledzy i koleżanki (6%).

Podobne wyniki badań uzyskał Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (IPZIN), którego odkrycia zaprezentowane są na wykresie (Wykres 1). Uczniowie zostali poproszeni o wskazanie trzech najważniejszych przewodników życiowych. Z badań wynika, że zdecydowana większość młodzieży uważa rodziców za swoich przewodników życiowych. Kolejne badania IPZIN wykazały, że istnieją jednak sytuacje, w wyniku których rodzice tracą autorytet w oczach dziecka. Najbardziej wyraźna różnica jest u dziewcząt, które doświadczyły rozvodu rodziców, bowiem w rodzinach bez rozvodu 64% dziewcząt wskazuje ojców jako przewodników, a w rodzinach z rozwdem jedynie 27% (Grzelak i in. 2015, s. 94).

Wykres 2. Używanie substancji psychoaktywnych przez młodzież a wybór ojca i matki jako przewodnika życiowego

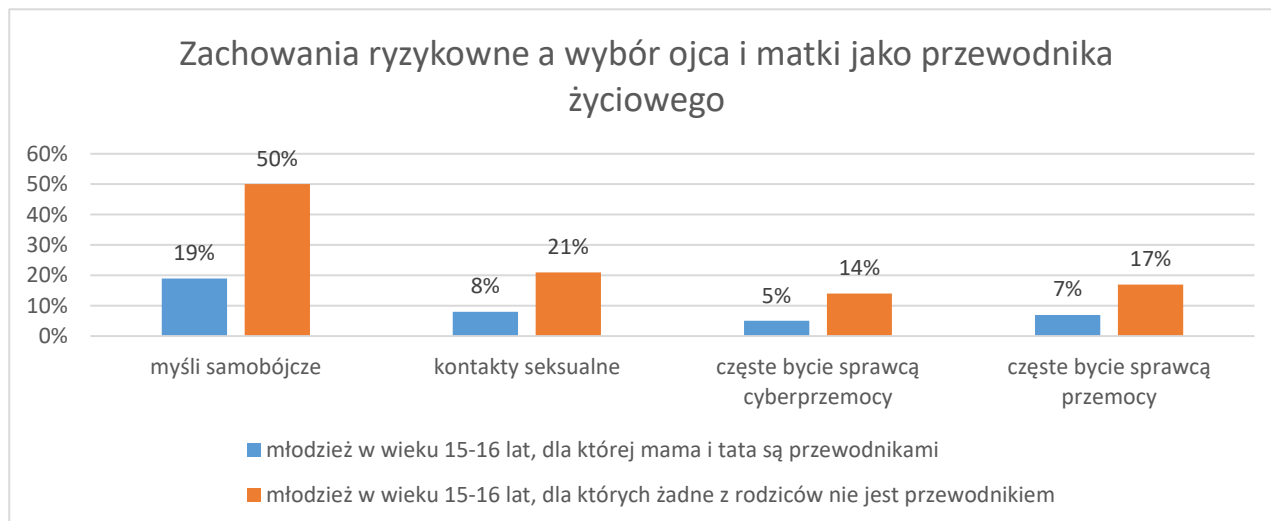


Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Grzelak S., Sala M., Czarnik S., Paż B., Balcerzak A., Gwóźdź J. (2015) *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży: przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*. Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa, s. 106.

Bycie przewodnikiem dla dziecka nie warunkuje wyłącznie relacji pomiędzy członkami rodziny. Badania skorelowane pokazują, że dla rozwoju nastolatka posiadanie rodzica jako przewodnika życiowego niesie poważniejsze konsekwencje. Obrazują to wykresy (Wykres 2 i Wykres 3), na których widać zależność: uczniowie, którzy traktują oboje rodziców jako swoich przewodników życiowych o wiele rzadziej upijają się, korzystają z narkotyków, palą papierosy, mają przedwczesne kontakty seksualne, są sprawcami przemocy bądź cyberprzemocy niż osoby, dla których ani matka, ani ojciec nie jest przewodnikiem.

Już wcześniej zauważono istnienie zjawiska współwystępowania zachowań ryzykownych. Przykładem takiej zależności jest chociażby zbieżność występowania problemów szkolnych z piciem alkoholu i zachowaniami agresywnymi (Ostaszewski, Rustecka-Krawczyk, Wójcik 2011). Palenie papierosów jest także silnie związane z wieloma innymi zachowaniami ryzykownymi, jak bójki czy ryzykowne zachowania seksualne, z czego raport zdało Centrum Kontroli Chorób i Profilaktyki (CDC 1994). Takie przykłady można mnożyć, gdyż wykazano również, że osoby korzystające ze środków psychoaktywnych bądź używek, częściej podejmują się kontaktów seksualnych oraz mają myśli samobójcze.

Wykres 3. Zachowania ryzykowne młodzieży a wybór ojca i matki jako przewodnika życiowego



Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Grzelak S., Sala M., Czarnik S., Paż B., Balcerzak A., Gwóźdź J. (2015) Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży: przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych. Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa, s. 107.

Prócz tego ustalono, że stawianie jasnych i mądrych granic przez rodzica pozytywnie wpływa na nastolatka, który mimo buntowniczego okresu, w zachowaniu rodzica dostrzega troskę i miłość. Badania wykazały, że nastolatki mający wyznaczoną godzinę powrotu do

domu, rzadziej podejmują się wczesnych inicjacji seksualnych. Co ciekawe, wynik tych badań zaskakuje rodziców, którzy wątpią w swoje oddziaływanie – „wynik ten wzbudza zaskoczenie i dodaje im wiary w znaczenie ich roli – w to, że są potrzebni i mają realny wpływ na wychowanie swoich dzieci” (Grzelak i in. 2015, s. 105). W badaniach IPZIN podkreślono rolę ojca w prawidłowym rozwoju dzieci, uzasadniając wagę ojcostwa przywoływanymi wynikami badań. Międzynarodowe raporty potwierdzają pozytywne skutki wspierającej relacji z ojcem na zachowania profilaktyczne młodzieży. Zespół Analiz i Opracowań Tematycznych w Kancelarii Senatu (Opinie i Ekspertyzy-211 2013) w sposób skondensowany przygotował listę wyników badań naukowych potwierdzających tę tezę. Pozwolę sobie zaczerpnąć kilka przykładów z tego źródła.

Rycina 1: Zestawienie badań na temat znaczenia i roli ojca w rozwoju dziecka

	Rola ojca a problemy i zachowania ryzykowne w wieku młodzieńczym
1.	Przestępczość nieletnich występuje częściej u dzieci, które czuły się odrzucone przez ojca (Andry 1962).
2.	Problemy z nauką i przemocą rówieśniczą nastolatków zdarzają się częściej w rodzinach, gdzie w dzieciństwie brakowało bliskości lub akceptacji ojca (Chen i in. 2000; Forehand, Nousiainen 1993).
3.	Korzystanie z narkotyków przez nastolatków jest związane brakiem miłości i odrzuceniem przez ojca w dzieciństwie (Campo and Rohner, 1992).
4.	Depresja i lęk wśród nastolatków występuje częściej u osób, które mają konfliktową relację z ojcem i nie doświadczają wsparcia od ojca (Cole i in. 1993; Barnett i in. 1992; Barrera i in., 1992).
5.	Nastolatki częściej przejmują postawy rodziców wobec małżeństwa, rozvodu, męskości, kobiecości i seksualności, jeśli mają bliską relację z ojcem (Brody i in. 1994).
6.	Przytulanie przez ojca i zdrowy kontakt fizyczny z ojcem wiąże się z wyższą samooceną nastoletnich dziewcząt (Barber, Thomas 1986).
7.	Brak bliskiej relacji z ojcem stanowi jedną z najważniejszych przyczyn dezorientacji seksualnej chłopców, co prowadzi do zaburzeń tożsamości płciowej i zwiększa prawdopodobieństwo rozwijania się skłonności homoseksualnych (Nicolosi, J., Nicolosi, L., 2002; Nicolosi J., 2009).
8.	Zaburzenia osobowości i zaburzenia jedzenia zdarzają się częściej wśród kobiet, które czuły się odrzucane przez ojców (Dominy i in.2000; Rohner, Brothers, 1999).
9.	Silne ukształtowanie męskiej tożsamości nie zależy od jaskrawości męskich cech ojca, ale od tego, czy ojciec jest bliski i kochający (Lamb 1997, 2000).

- | | |
|------------|---|
| 10. | Ojcowie są bardziej gotowi do zaangażowania w wychowanie, jeśli wiedzą, że może to mieć istotne znaczenie w życiu ich dzieci (Simons i in. 1990). |
|------------|---|

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Opinie i Ekspertyzy 211 (2013) Rola ojca i postawy Polaków wobec ojcostwa w świetle badań społecznych. Biuro Analiz i Dokumentacji., Kancelaria Senatu, s. 5.

Podsumowując, dobra relacja z rodzicami jest najsilniejszym czynnikiem chroniącym młodzież przed popadaniem w zachowania ryzykowne. Co pocieszające, wykorzystując ten jeden czynnik, można przeciwdziałać zachowaniom, które ze sobą współwystępują. Jak tę wiedzę o młodzieży wykorzystać w projekcie badawczym MłodeTalenty.online? Pomysł jest taki, aby mówić o wartości, jaką jest rodzina i szerzej – relacja z drugim człowiekiem. Pokazywać przykłady ojców i matek, które spełniają swoją misję wobec dzieci i tym samym promują przyjęcie postawy, aby wykorzystywać swoje predyspozycje ciała w służbie innym. Rodzi się w tym punkcie pytanie: jak przekaz o takiej treści mógłby dotrzeć do osób, które nie doświadczają miłości ze strony rodziców i nawet podkreślenie znaczenia rodziny nie pomoże im uznać ich za autorytet?

Okazuje się, że bazowanie na marzeniach i aspiracjach młodzieży należy do jednej z dźwigni skutecznej profilaktyki³ i to właśnie tę rekomendację można wykorzystać w takich przypadkach. To, że uczeń nie doświadczył pozytywnych wzorców w rodzinie, nie oznacza, że nie posiada marzeń o założeniu szczęśliwej rodziny. Badania (CBOS/KBPN 2014) jednoznacznie wskazują, że dla zdecydowanej większości nastolatków badanych na przełomie lat 1994-2013 grupą najczęściej wskazywanych marzeń były marzenia o miłości i przyjaźni, udanym życiu rodzinnym i zawodowym. Skoro to ważne dla młodzieży, należy przez pryzmat ich własnych dążeń argumentować, że popadanie w zachowania ryzykowne nie sprzyja osiągnięciu zamierzonych celów. Dedykowany uczniom przekaz medialny mógłby nieść treść, iż łatwiej nawiązać zdrową relację, gdy nie jest się uzależnionym i że łatwiej zbudować szczęśliwy związek, gdy do drugiej osoby podchodzi się z odpowiedzialnością i szacunkiem, uwzględniając pełnię jej człowieczeństwa.

Szeroki dostęp do nowych technologii zmienił sposoby komunikacji. W dzisiejszym społeczeństwie młodzież może być postrzegana jako „nasycona mediami”. Średnio amerykańska nastolatka korzysta z mediów przez ponad 7 godzin dziennie (Rideout, Foehr, Roberts 2010). W Polsce 13% uczniów deklaruje, że więcej czasu spędza w Internecie (w tym 4% znacznie więcej) niż na kontaktach na żywo ze znajomymi. Jak to na nich wpływa? „Osoby

³ Dźwignie skutecznej profilaktyki opisane są szerzej w rozdziale 1.4.

te słabiej radzą sobie w relacjach międzyludzkich – 17% z nich deklaruje, że nie ma w swojej klasie przyjaciół (8% wśród ogółu), a 36%, że żaden z nauczycieli nie stanowi dla nich autorytetu (23% wśród ogółu). Okazuje się ponadto, że unikanie towarzystwa rówieśników może niekiedy mieć związek z przemocą w szkole – jej postrzeganiem i doświadczaniem. Prawie co piąty uczeń zdecydowanie więcej czasu spędzający ze znajomymi w Internecie niż w realu (19%) uważa, iż przemoc jest poważnym problemem w jego szkole (wśród ogółu 11%). Uczniowie ci częściej niż przeciętnie deklarują, że byli ofiarą przemocy, a szczególnie, że doświadczali jej wielokrotnie. Ogółem 39% z nich doświadczyło odrzucenia, wykluczenia przez innych uczniów (24% wśród ogółu), w tym 12% wiele razy (3% wśród ogółu); 21% dostawało obraźliwe maile lub SMS-y (wśród ogółu 11%), w tym 6% wiele razy (2% wśród ogółu); 10% deklaruje, że było napastowanych seksualnie (3% wśród ogółu), w tym 5% wiele razy (1% wśród ogółu)” (Rogulska 2019, s. 28).

Te dane są ważne z dwóch powodów. Po pierwsze dlatego, że dostarczają wiedzę, w jaki sposób uczniowie spędzają wolny czas. Po drugie dlatego, że uwidaczniają problem niebezpieczeństwa czyhającego na nastolatków w sieci, ale też problem dotyczący przemocy bezpośrednio doświadczanej w grupie rówieśniczej. Projekt MłodeTalenty.online miał zapewnić bezpieczną przestrzeń na rozmowy między nastolatkami, na wymianę doświadczeń i dzielenie się tym, co dobre i motywujące do działania. Szczególnie jest to ważna misja w czasach epidemii COVID-19, gdy komunikacja drogą elektroniczną z drugim człowiekiem stała się koniecznością. Wymóg prowadzenia lekcji z wychowania fizycznego w warunkach domowych i za pośrednictwem komputera zwiększył szansę na wprowadzenie treści projektu MłodeTalenty.online na zajęciach wirtualnych. Żeby jednak do tego doszło, nauczyciel wychowania fizycznego musiałby się przekonać, że jego rola – poza rolą instruktora ćwiczeń cielesnych – sięga wartości wyższych i jeśli podejmie się tej roli, będzie w stanie pomóc podopiecznym w osiągnięciu pełni człowieczeństwa.

1.2. Wzory kultury fizycznej w formacji cielesnej uczniów

Tylko radykalna zmiana wizerunku nauczyciela - w kierunku przyjęcia na siebie roli przewodnika i tłumacza wartości naturalnych (...) może nadać szkolnej edukacji nowy wymiar, a świat jego ucznia uczynić sensownym. (...) Historyczna porażka, jaką on ponosi, wraz z uniwersyteckim metodykiem ćwiczeń cielesnych, jest poniekąd potwierdzeniem poglądu, że wychowania bez pedagogiki wartości ciała być nie może

Pawłucki 1996

Odpowiedziałam już sobie na pytanie, do kogo kierowany jest projekt MłodeTalenty.online. Pora przejść do kolejnego pytania ważnego pytania: *Dlaczego chcę dokonać zmiany w uczniu?* Zebrane badania na temat potrzeb, aspiracji życiowych i zachowań ryzykownych młodzieży dały wyraz temu, że w osiągnięciu życiowego spełnienia pomagają względy środowiskowe, a szerzej – kulturowe. Jednocześnie obserwuję w świecie konsekwencje rewolucji kulturowej, która doprowadziła do dekonstrukcji tradycyjnej antropologii filozoficznej (Peeters, 2010). Co to znaczy? „Zakwestionowano m.in. tożsamość kobiety i mężczyzny, status ontologiczny kobiety jako małżonki, matki i nauczycielki. Podważona została antropologiczna komplementarność mężczyzny i kobiety, ojcostwo, heteroseksualizm (prymat heteroseksualnej orientacji we wszystkich kulturach). Obecnie coraz częściej w Europie przyjmuje się, że małżeństwo i tradycyjna rodzina nie mogą istnieć same dla siebie, stanowić wartości samych w sobie, gdyż są one wytworami społecznymi - fenomenami socjologicznymi, rolami społecznymi wykształconymi na przestrzeni czasu, stereotypami wymagającymi dekonstrukcji poprzez edukację i kulturę, gdyż prowadzą do dyskryminacji i sprzeciwiają się idei równości” (Szczukiewicz, 2016, s.15). Jak to się ma do marzeń i aspiracji młodzieży? Nijak. Nowa rzeczywistość, w której muszą odnaleźć się nastolatki, sprzeciwia się jakiegokolwiek łaadowi, bo podkreślanie jakiegoś wzorca w tej narracji jest działaniem „opresyjnym” wobec innych wzorców zachowań. Zachowań, które często są już dewiacjami czy zaburzeniami, ale w przestrzeni publicznej zabrania się takiego nazewnictwa.

Działania w społeczności ludzkiej są uwarunkowane kulturą, w jakiej żyjemy. W jednej z definicji kulturę definiuje się jako „kolektywny zespół umiejętności i dzieło intelektualne każdego społeczeństwa oraz całościowy sposób życia ludzi” (Jenks 1999, s. 16). W definicjach o kulturze zwraca uwagę jej relacyjny charakter, to znaczy, że kultury nie tworzy się samodzielnie i dla siebie, ale jest ona wspólna dla pewnej zbiorowości (Kłoskowska 2007). Etymologia wyrazu kultura (łac. colere – uprawiać rolę) wskazuje, że kultura nie jest czymś wrodzonym, ale nabytym. Czymś, nad czym się pracuje, co można wytworzyć w

społecznościach ludzkich w odróżnieniu od środowiska zwierząt. Długi czas kultura fizyczna nie wpisywała się w kulturę ogólną, ponieważ była postrzegana jako „historyczny proces dostosowywania motoryczności do potrzeb zmieniającego się świata, harmonizowania jej z całością kultury materialnej i duchowej” (Demel 1998, s. 10). Jednym z pierwszych głosów, aby nie odżegnywać się od tego, że kultura fizyczna wpisuje się w kulturę ogólniej, był głos Znanięckiego: „wartość ciała jest dla podmiotu działającego przedmiotem jego zmiany, a owa wartość wchodzi do jego doświadczenia jako fakt kulturowy” (Znanięcki 1992, s. 302.). O zasadności wprowadzenia nauk o kulturze fizycznej do dziedziny nauk o kulturze mówiło tak wielu (Krawczyk 2005, Mosz 2010, Gras 1981, Pawłucki 2013), że dziś to włączenie stało się niedyskutowanym faktem. Skoro zaś przyswajanie wzorów kultury prowadzi do zmian w obrębie podmiotu przyswajającego dany wzór, oczywistością jest, że nauka wzorów kultury fizycznej może mieć charakter edukacyjny.

Powracając do zadanego w pierwszym akapicie pytania, chcę zmieniać postawy uczniów dlatego, aby działali oni w kierunku swojego prywatnego dobra i rozwoju z nastawieniem na to, że dzięki dbałości o swoje ciało, będą mogli czynić więcej dobra dla drugiego człowieka. O tym, że kultura wychowuje do wartości i do przyjmowania określonych postaw, świadczy chociażby historia przyjmowania różnych wzorów kultury fizycznej na tle historycznym. Jak rola nauczyciela wychowania fizycznego zmieniała się wraz z upływem czasu i jak dziś powinniśmy wykorzystać dobrodziejstwo kultury w odniesieniu do potrzeb samych wychowanków?

Jeszcze w ubiegłym stuleciu wizerunek nauczyciela wychowania fizycznego trafnie obrazowały słowa Osmolskiego: ideałem wychowawcy fizycznego byłby co prawda *inteligentny gimnastyk*, ale z powodu trudności w znalezieniu stosownej liczby takowych – można dawać pierwszeństwo *typowi sprawnościowemu* (Osmolski 1927). Celem nadrzędnym było wzmocnienie tężyzny ciała. Nikt nie rozważał, po co i dlaczego ma wykonywać ćwiczenia fizyczne według instrukcji. Najważniejszy był stopień uzyskiwany podczas prób wysiłkowych i innych sportowych wyzwań. Stosowanie ćwiczeń przygotowujących do wysiłku rzadko kiedy z własnej woli było podtrzymywane po zakończeniu edukacji szkolnej, chyba że aktywność fizyczna była wpisana w charakter pracy zawodowej (Pawłucki 1992). Ocenianie na zajęciach z wychowania fizycznego utwierdzało uczniów w przekonaniu, że aktywność fizyczna jest dla sportowców, ponieważ kto skoczył najdalej i pobiegł najszybciej, otrzymywał najwyższe noty. Wobec tego nie istniał żaden przedstawiony uczniom powód, dla którego mieliby samodzielnie podejmować się aktywności fizycznej na rzecz swojego zdrowia. Dopiero narastający kryzys

zdrowotny społeczeństwa zmusił reformatorów oświaty do zmiany treści programowych kultury fizycznej⁴.

Odtąd kultura sportowa przestała stanowić fundament wychowania fizycznego. Elementy rywalizacji sportowej nadal co prawda pomagają osiągać cele wychowania fizycznego, natomiast pierwszeństwo nad nimi uzyskały działania prozdrowotne. Dowodem tego, iż w Polsce doszło do zmian oświatowych na tym tle jest umieszczenie wymagań dotyczących edukacji zdrowotnej w *Podstawie programowej kształcenia ogólnego* (MEN 2012). Redefinicja pojęcia *wychowanie fizyczne* uwzględnia starania nauczyciela o to, by uczeń po zakończeniu edukacji szkolnej był przygotowany do podejmowania całonocnej aktywności fizycznej. Akcent pada tutaj na świadome działanie ucznia ukierunkowane na kształtowanie postaw (tj. stosunku do ciała i fizycznego funkcjonowania) oraz postaw prospołecznych (tj. stosunku do życia i innych ludzi, przekonań i wartości moralnych), a równocześnie nastawione na wspieranie rozwoju fizycznego i zdrowia oraz kształtowanie trwałego obyczaju aktywności fizycznej i troski o wydolność fizyczną, sprawność motoryczną i prawidłową postawę ciała (Osiński 2011). W obliczu tak zmienionego celu wychowania fizycznego, wizerunek i rola samego nauczyciela wychowania fizycznego również musiała ulec modyfikacji. Obecnie postulowane są argumenty, aby nauczyciele wychowania fizycznego stawali się przewodnikami po różnych dziedzinach kultury fizycznej, zgodnie z przyswojoną na studiach wiedzą o wzorach kultury fizycznej i przypisanych im wartościach.

O mechanizmie powstawania wzorów kulturowych pisał Sztompka. Definiował on wzory kulturowe jako pewne scenariusze zachowań, akceptowane przez zbiorowość schematy postępowania (Sztompka 2003). Jeśli chodzi o wzory kultury fizycznej to jako jeden z pierwszych w Polsce swoją typologię wzorów kultury fizycznej wprowadził Znaniecki, który wyróżnił i opisał sześć typów fizycznych: geneonomiczny, higieniczny, utylitarno-fizyczny, hedonistyczny, obyczajowo-estetyczny i sportowy (Znaniecki, 1973). Dla wielu typologia Znanieckiego stała się punktem wyjścia do badań nad wzorami kultury fizycznej. Rozwinął tę typologię Pawłucki, według którego *wychowanie do wartości ciała* to przekazywanie z pokolenia na pokolenie kulturowych wzorów w aspekcie cielesności, czyli wzorów kultury fizycznej (Pawłucki, 1994). Dokonał on podziału na:

⁴ Na przykładzie reformy szwedzkiej i wprowadzenia przedmiotu *Idrott och Hals*a wyróżniającego się ukierunkowaniem działań nauczyciela na zdrowie wychowanka (za: Pawłucki 1996).

- a) wzory egzystencjalne formacji cielesnej z przyporządkowanymi biotycznymi, witalnymi i utylitarnymi znaczeniami wartości ciała,
- b) wzory symboliczne formacji cielesnej z przyporządkowanymi agonistycznymi, perfekcjonistycznymi, estetyczno-artystycznymi i mistycznymi znaczeniami wartości ciała,
- c) wzory społeczne formacji cielesnej z przyporządkowanymi obyczajowo-estetycznymi, hedonistycznymi i oblubieńczymi znaczeniami wartości ciała (Pawłucki, 2013).

Stało się jasne, że nauczyciel wychowania fizycznego powinien obrać sobie cel, jaki chce osiągnąć, zanim przystąpi do kontaktu z uczniem. Jeśli bowiem nie on sam wyznacza cel, robi to ideolog lub polityk, a nauczyciel doprowadza do zmian społecznych w ślad za nim. W historii polskiej edukacji znajdziemy przykłady, które obrazują te sytuacje, a zostały one opisane przez Pawłuckiego (Pawłucki 2019).

Sposób formacji cielesnej ucznia zmieniał się przez pryzmat aktualnych potrzeb i sytuacji w kraju. Gdy potrzebna dla rozwoju Polski była siła robocza, Piramowicz opowiadał się za wprowadzeniem do edukacji fizycznej wzoru zdrowotnego i użytkowego kultury cielesnej, jako że potrzebni do uprawy ziemi byli uczniowie chłopskiego stanu. Ich godność miała być mierzona otrzymaniem prawa do dziedziczenia uprawianej ziemi (Piramowicz 1988). Następnie społeczeństwu polskiemu był potrzebny bojownik - nieugięty patriota, mocny duchem i ciałem; zdolny do walki o niepodległość (Theiss 2001), zatem dążono do uprawy ciała ucznia przez wzgląd na jego militarne powołanie. Jednocześnie idea dobra zdrowotnego zaczęła coraz głębiej zakorzeniać się w formule ćwiczeń cielesnych, gdyż ciało sprawne uznano za przydatne w codziennym trudzie życia. Zdrowie jednostki stanowiło przecież dobro narodowe, a formacja cielesna ucznia w szkole miała charakter patriotyczny. To podejście zmieniło się poprzez wprowadzenie ideologii demokracji liberalnej. Uznano, że człowiek powinien w wolności swojej przyjąć odpowiedzialność za kondycję fizyczną, w oderwaniu od politycznych nakazów, które dotychczas wyznaczały ramy obchodzenia się z ciałem. Wymagano bowiem od mężczyzn wyrobienia siły fizycznej w celu obrony państwa, od kobiet wypełniania roli matki w celach demograficznych, a bez podziału na płeć nakazywano społeczeństwu dbałość o higienę. W czasach demokracji liberalnej tych wymagań się pozbyto, a dobro zdrowotne ludzi zostało powierzone im samym.

Kiedy zaś ciało staje się wartością dla siebie na wyłączność, człowiek zaprzecza sobie godnościowo, przestaje być osobą. Przekreśla siebie jako przedmiot istniejący w aktach społecznych ku osobie drugiego, jako osoba dla osoby (Pawłucki 1992,2007c) (za: Pawłucki 2013, s.18)

Ciało tym samym stało się narzędziem do spełniania potrzeb jego właściciela, zgodnie z rozwijającym się nurtem egocentryzmu. Nawoływanie do traktowania ciała w duchu konsumpcji hedonistycznej (Byłok 2016) przyniosło zgubę tym, dla których celem życia stało się dążenie do czerpania przyjemności, nieraz bardzo krótkotrwałej, ale bolesnej w skutkach. Obranie takiego priorytetu jest konsekwencją odrzucenia systemów wartości, które w świecie ponowoczesnym treściowo nie są ze sobą zgodne, a wręcz stoją w opozycji. Młody człowiek nie przyjmuje wobec tego żadnego systemu wartości jako własnego (Matysek 2007). A przecież jednym z zadań rozwojowych (Havighurst, 1981, Oleszkowicz 1995) przypadających na okres dojrzewania jest ukształtowanie własnego stosunku do świata, systemu wartości oraz opanowanie umiejętności funkcjonowania w życiu społecznym – zadania te nie mają już tylko charakteru odtwórczego, jak w przypadku socjalizacji pierwotnej, ale skupiają się również na krytycznym rozumieniu zachodzących sytuacji (Myszka 2014, s. 154) Jak uczeń ma kierować swoim ciałem ku jego wartości, jeśli nikt mu nie wyjaśni przyczyn ani nie naświetli konsekwencji różnych sposobów rozporządzania ciałem?

Zwrócenie uwagi na cel formacji cielesnej jest więc koniecznością, bo „rzeczywistość kultury fizycznej zawsze do kogoś należy i komuś służy” (Pawłucki 2013, s. 16). To do nauczycieli wychowania fizycznego i pedagogów należy propagowanie takiego systemu wartości, który kierowałby ucznia do formacji cielesnej w najlepszy możliwy sposób i w najlepszym możliwym celu. Pytanie: jaką pedagogikę wybrać, skoro tamte okazały się nietrafione? Czy i teraz padniemy ofiarą ideologizacji uczniów przynoszącej w ostatecznym rozrachunku szkodę?

Proponuję zmienić taktykę i przyjrzeć się zachowaniom ryzykownym podejmowanym przez uczniów względem ciała, aby skonkretyzować, co przynosi im szkodę, a następnie podać przykłady działań profilaktycznych i wychowawczych, które wywarły pozytywną zmianę w tym obszarze. Dopiero ta kolejność pomoże rozeznaczyć, czy działania, które powinien podjąć nauczyciel wychowania fizycznego dla dobra ucznia są już ujęte w ramach jakiejś pedagogiki.

1.3. Zachowania ryzykowne młodzieży

Problematyka zachowań młodzieży jest poszerzana o coraz to nowe badania. Najwięcej w Polsce mówi się o niedostosowaniu społecznym i zachowaniach dewiacyjnych (Pytka 2001, Urban 2000), natomiast istnieje grupa zachowań młodzieży, której szczególnie chciałabym się przyjrzeć w kontekście wychowania fizycznego. Aby ją wyszczególnić, przedstawię współczesną typologię problemów wieku dojrzewania (Ostaszewski 2014).

- Zachowania problemowe

Na gruncie teorii zachowań problemowych (TZP) (Jessor, Jessor, Finney 1973; Jessor, Jessor, 1977) powstała definicja zachowań problemowych jako tych, które młodzież podejmuje w oderwaniu od norm życia społecznego nastolatków, czyli będących pogwałceniem reguł ustalonych konkretnie dla tego wieku, np. zakaz spożywania przez nieletnich alkoholu, nakaz słuchania się rodziców czy brak aprobaty dla rozpoczęcia współżycia seksualnego przed osiągnięciem psychospołecznej dojrzałości. Często zachowanie problemowe według tej definicji przestawało być problemem, gdy uczeń przekraczał granicę osiemnastu lat życia, ponieważ uzyskiwał wówczas oficjalną zgodę na robienie rzeczy, które dotychczas były zabronione.

TZP precyzuje, jakie elementy składają się na skłonność młodego człowieka do podejmowania zachowań problemowych. Obejmują one: (1) strukturę przekonań, wartości, postawy i procesy motywacyjne nastolatka (system osobowości), (2) wzory postrzegania środowiska rodzinnego i rówieśniczego (system postrzegania środowiska) oraz (3) wzory zachowań, jakie wybiera nastolatek w sytuacji napięć i problemów wieku dojrzewania (system zachowań). To podejście do wyjaśniania i opisywania fenomenu zachowań problemowych młodzieży było w dużym stopniu inspirowane przez teorię pola Kurta Lewina (1951), teorię społecznego uczenia się Juliana Rottera (1982) i koncepcję wyjaśniania zachowań dewiacyjnych Roberta Mertona (1957).

(za: Ostaszewski 2014, s. 21)

Zachowania problemowe często są powodowane chęcią bycia zaakceptowanym w grupie rówieśniczej i potrzebą zyskania szacunku w ich oczach. Młodzi ludzie podkreślają przez to swoją niezależność w relacjach z rodzicami i może to być zarówno wyraz niezadowolenia z norm i wartości egzekwowanych przez szkolne władze. Zachowania problemowe pojawiają się też wtedy, gdy uczniowie nie radzą sobie z frustracją, lękiem, niepowodzeniami. Do ostatniej z wymienionych przyczyn takich zachowań należy pokoleniowa solidarność z młodzieżową subkulturą i jej przejawami (Jessor, Jessor, Finney, 1973; Jessor, 1987, 1991). Z tej perspektywy zachowania problemowe pełnią funkcję

“komunikatu” dla dorosłych o psychospołecznym rozwijaniu się dziecka w okresie dojrzewania. Według teorii zachowań problemowych jest to zjawisko normatywne, dotyczące większości populacji młodzieży, a nie tylko najbardziej zagrożonej jej części (Ostaszewski 2014).

Inne przyczyny i uwarunkowania zachowań problemowych wykazywane są w modelu rozwoju zachowań problemowych młodzieży (Ary i wsp., 1999). Badacze z Oregon Research Institute w USA źródeł zachowań problemowych doszukali się w konfliktowym klimacie rodziny, ponieważ okazało się, że agresja i wybuchy złości rodziców mają związek z pojawiającymi się zachowaniami problemowymi. Wkrótce odkryto zjawisko współwystępowania zachowań problemowych młodzieży, a także ustalono, że często mają one wspólną przyczynę. To ukształtowało współczesne myślenie o profilaktyce zintegrowanej (Grzelak 2011).

- Zachowania ryzykowne

Specjaliści są zgodni, że wyższa niż w okresie dzieciństwa i dorosłości skłonność do podejmowania ryzyka jest normatywną cechą okresu dojrzewania (Sęk, 2001; Kelley, Schochet, Landry, 2004; Steinberg, 2004; Szafraniec, 2011). Jessor zmodyfikował koncepcję TZP w latach 90. XX wieku na skutek rosnącej świadomości szkód zdrowotnych i rozwojowych, jakie stały się udziałem młodzieży we współczesnych demokracjach (Jessor 1991). Zagrożające zdrowiu zachowania młodzieży, mające nieraz swoje źródło w zachowaniach problemowych, zyskało nową nazwę: zachowania ryzykowne (Ostaszewski 2014). Przykładem takiego zachowania może być ryzykowna forma współżycia seksualnego (Woynarowska, Tabak, 2008), której konsekwencją mogłoby się stać zachorowanie na jedną z chorób wenerycznych. Niewłaściwe nawyki żywieniowe, używanie narkotyków i brak higieny również może skutkować pogorszeniem zdrowia ucznia bądź całkowitą jego utratą, dlatego te przykłady również należą do grupy zachowań ryzykownych.

Do negatywnych konsekwencji zachowań ryzykownych młodzieży zalicza się:

- a) zagrożenia dla zdrowia i bezpieczeństwa (wypadki, zatrucia),
- b) trudności w prawidłowym funkcjonowaniu w rolach społecznych właściwych dla wieku (konflikty z prawem, zawieszenie obowiązków ucznia, wykluczenie społeczne),
- c) zakłócenia w rozwoju osobistym, brak akceptacji samego siebie (zaburzenia nastroju, depresyjność, myśli i próby samobójcze),

d) trudności w nabywaniu umiejętności potrzebnych w dorosłym życiu (zdobyć odpowiedniego wykształcenia i umiejętności zawodowych).

To ujęcie poszerzyło wcześniejszą teorię zachowań problemowych (Ostaszewski 2014) o jeszcze jeden bardzo ważny element: obok czynników ryzyka pojawiły się czynniki chroniące, odpowiadające za odporność młodzieży, na przykład wysoka jakość edukacji szkolnej, indywidualna i środowiskowa nietolerancja dla łamania norm społecznych, wysoka wartość osiągnięć szkolnych, działalność prospołeczna, życie religijne. Owa zmiana dokonała się pod wpływem koncepcji „resilience”, społeczno-poznawczej teorii osobowości, koncepcji socjoekologicznych oraz epidemiologii problemów zdrowotnych i społecznych (Jessor 1991, Garmezy 1985, Rutter 1987).

Takie spojrzenie otworzyło nową perspektywę w profilaktyce problemów młodzieży. Stworzyło przesłankę do integrowania profilaktyki zachowań problemowych młodzieży z rozwijającym się dynamicznie nurtem promocji zdrowia (Woynarowska 2010). Łączenie obszaru zdrowia, rozwoju i edukacji to krok w pożądanym kierunku, czyli w stronę holistycznego podejścia do człowieka (Ostaszewski 2014).

- Zachowania antyspołeczne

Przedmiotem badań, obok klasycznych zachowań problemowych, stały się również zachowania antyzdrowotne młodzieży, rozumiane jako łamanie norm życia społecznego lub/i łamanie praw innych osób (Kazdin 1987, Mayer 2001). Do przykładów takich zachowań należą przestępstwa typu: napaść na tle seksualnym, kradzież, morderstwo i wszelkie formy przemocy fizycznej. Badania kliniczne dowodzą, iż przyczyny i konsekwencje zachowań antyspołecznych mają miejsce na przestrzeni całego życia wychowanka, a nie jedynie w okresie dojrzewania (Ostaszewski 2014). Mimo braku bezpośredniego związku statusu ucznia z zachowaniami antyspołecznymi, placówki oświaty nie są zwolnione z odpowiedzialności za przyswojenie norm społecznych przez młodego człowieka. Z teorii kontroli (Hirschi 1969) wynika, iż warunkiem przyjęcia tych norm jest kształtowanie pozytywnych więzi społecznych (ang. social bond) w takim środowisku jak: rodzina, szkoła i grupa rówieśnicza. Zgodnie z tym modelem budowanie dobrych relacji w najbliższym otoczeniu eliminuje zachowania antyspołeczne.

- Zachowania eksternalizacyjne i internalizacyjne

Pozostała jeszcze grupa zachowań młodzieży związana ze zdrowiem psychicznym człowieka. Rozróżnienia na te dwa typy zachowań dokonał Achenbach (Achenbach 1966). Według jego definicji problemy eksternalizacyjne to takie, które polegają na jakiejś dysfunkcji

w kontakcie pomiędzy jednostką a grupą społeczną. Przykładem są zachowania agresywne i antyspołeczne, mające źródło w zaburzeniach psychicznych młodzieży. Zachowania zaś internalizacyjne odnoszą się do wewnętrznych problemów człowieka z samym sobą, przykładowo: zaburzenia lękowe, objawy depresji i zaburzenia nastroju, wycofanie, a nawet objawy somatyczne bez wyraźnej medycznej przyczyny (Wolańczyk 2002). Poza przyporządkowaniem do tych grup zaburzeń występują jeszcze ADHD, zaburzenia psychotyczne oraz zaburzenia obsesyjno-kompulsywne.

Najważniejszym wnioskiem, jaki płynie z badań (HBSC 2010, Ostaszewski i in. 2013, Sierosławski 2011) jest współwystępowanie zachowań niepożądanych wśród młodzieży i wspólne przyczyny ich pojawiania się (Ostaszewski 2014). Dzięki temu odkryciu dowiedziano się, że skuteczna profilaktyka musi być zintegrowana, a doprowadzać do zmian różnych zachowań można tymi samymi środkami, ograniczając przy tym koszty.

Tak powstało siedem kluczowych rekomendacji, inaczej ujmując dźwigni skutecznej profilaktyki problemów młodzieży. Opisanie ich jest działaniem koniecznym w kontekście tej pracy naukowej, bowiem uzasadnia wybór pedagogiki wartości ciała jako tej, która odpowiada na potrzeby młodzieży i zmniejsza ryzyko popadania w zachowania ryzykowne.

1.4. Profilaktyka problemów młodzieży

Termin „profilaktyka problemów młodzieży” jest coraz częściej stosowany w badaniach naukowych odnoszących się do zintegrowanej polityki młodzieżowej (Fundacja Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej 2018). Nawiązuje on do teorii, iż wiele różnych zachowań ryzykownych młodzieży ma wspólną przyczynę, a w związku z tym jedna obrona strategia profilaktyczna lub czynnik mogą chronić nie przed jednym, ale przed kilkoma zagrożeniami naraz. To daje nowe możliwości zapobiegania problemom młodzieży.

Amerykańska agencja Center for Disease Prevention and Control (Kelley, Schochet, Landry 2004) szacuje, że trzy czwarte przedwczesnych zgonów wśród nastolatków miało przyczynę, którym można było zapobiec. W dużym stopniu dotyczy to również innych negatywnych konsekwencji zachowań ryzykownych, takich jak: uzależnienia, niechciane ciążę, konflikty z prawem, groźne infekcje, urazy itd. Skuteczność profilaktyki zależy jednak w znacznej mierze od wykorzystania w praktyce wiedzy naukowej. Bardzo ważną jej częścią jest dobre zrozumienie specyfiki i przyczyn zachowań problemowych/ryzykownych okresu

dojrzewania. Zastosowanie tej wiedzy do konstrukcji programów profilaktycznych może przynieść młodemu pokoleniu wymierne korzyści zdrowotne i społeczne (Ostaszewski 2014).

Rekomendacje działań profilaktycznych, których skuteczność wykazano w badaniach naukowych, zawierają się w siedmiu punktach (Grzelak i in. 2015):

1. Kieruj uwagę na to, co dobre (wtedy znajdziesz lepsze rozwiązania problemów).
2. O zachowaniach problemowych i profilaktyce myśl w sposób zintegrowany (wtedy rozwiązania będą całościowe, a nakłady ekonomiczne).
3. Bazuj na zasobach społeczności lokalnej (szanując je, zyskujesz potężnych sojuszników).
4. Buduj na wartościach i marzeniach młodzieży (wtedy przyjmą zdrowy styl życia jako środek do ważnych dla nich celów).
5. Walcz o to, by wychowanie i profilaktyka były priorytetem rozwojowym (ludzi, którzy myślą podobnie, jest więcej niż myślisz).
6. Tworząc strategię, szukaj maksymalnych efektów przy optymalnych kosztach (wtedy włożony wysiłek ma największy sens).
7. Angażuj we współpracę ludzi z pasją i zamiłowaniem do młodzieży (zespół ludzi z pasją osiąga wielkie cele i się nie wypala).

Te rekomendacje nazywane są dźwigniami skutecznej profilaktyki, co ma nawiązywać w sposób metaforyczny do sposobu działania dźwigni. Wedle jej działania to od położenia punktu podparcia zależy, czy mniejszy ciężar przeważa większy. W kontekście profilaktyki pracownikom samorządów i pracownikom placówek oświatowych zależy na tym, by osiągnąć jak największe rezultaty działań przy użyciu niskich kosztów, dlatego dźwignia mająca pomóc zrealizować te potrzeby jest niezwykle pożądanym narzędziem.

- Pierwsza dźwignia: *Kieruj uwagę na to, co dobre*

Okazuje się, że pierwszy punkt rekomendacji zawiera wskazówkę do zmiany myślenia o odbiorcach działań profilaktycznych. Obraz młodzieży często kształtowany jest podstawie komunikatów medialnych. Donosy o niebezpiecznych zachowaniach osób nieletnich, o coraz to nowych zagrożeniach, które czyhają na młodzież są formą sensacji medialnej, przyciągającej odbiorcę przed telewizor. Negatywny obraz młodzieży nie sprzyja ich harmonijnemu rozwojowi, jako że uczniowi nakłada się etykietę. Z teorii etykietowania wynika, że etykieta raz nałożona, bywa zachętą dla młodych, aby właśnie postępować w ten sposób, jaki oczekuje

od niego otoczenie. Udokumentowano tę zależność w badaniu na temat prześladowań rówieśniczych (Wójcik, Mondry 2020). Okazało się, że osoby, które zostały uznane za odmienne w klasie i nikt nie odważył się ich bronić, zyskały status ofiary na stałe, a koleżanki i koledzy, którym po czasie nie podobało się gnębienie ofiary, tak czy siak nie zmienili frontu. Bali się, że ich zmiana reakcji pociągnie za sobą konsekwencje dołączenia do osoby prześladowanej. Na tym polega niebezpieczeństwo etykietowania, o czym dowiadują się uczestnicy kursów psychologiczno-pedagogicznych, przygotowujących do roli nauczyciela. Niestety w mediach panują inne prawa: nagłaśnianie sensacyjnych wydarzeń z życia problemowych nastolatków ma wartość biznesową, bo zwiększa oglądalność przekazu medialnego. Profilaktycy jako rozwiązanie tego problemu wskazują działanie odwrotne: skupienie się na pozytywnym potencjale młodzieży. Co się stanie, jeśli będzie on nagłaśniany i promowany? Badania dowodzą, że *młodzież prowadząca zdrowy styl życia nie zdaje sobie sprawy ani ze swojej liczebności, ani z siły wpływu, jaki może wyrzucić na postawy rówieśników (...)* Ważnym zadaniem profilaktyki jest *wzmacnianie pozytywnej tożsamości tej części młodzieży i traktowanie jej jako potencjalnych liderów zmiany w całej populacji młodzieży* (Grzelak i in. 2015). Przekaz jest następujący: koncentracja na pozytywnym potencjale wspomaga rozwój młodzieży.

- Dźwignia *Kieruj uwagę na to, co dobre* w projekcie MłodeTalenty.online

Promowanie uczniów zdolnych i dążących do rozwoju sprawia, że pozytywne zachowania należą do tych, które grupa rówieśnicza chce powielać, bo to przecież większość wskazuje kierunek. Ta dźwignia skutecznej profilaktyki staje na podwalinach projektu badawczego MłodeTalenty.online, w którym uczniowie chcący pokazać swój talent lub jakąś rozwijającą pasję, są doceniani w mediach społecznościowych. Poprzez portal Facebook oraz bezpośrednie kontakty z nauczycielami uczniowie są zachęceni do pokazania swojego talentu lub opowiedzenia o swojej pasji na krótkometrażowym filmiku. Ten materiał wideo później jest udostępniany na fanpage'u MłodeTalenty.online, na stronie głównej www.mlodetalenty.online, jak i na kanale Youtube. Wybrane filmiki służą także jako materiał dodatkowy w newsletterach dla uczniów, którzy wzięli udział w badaniu naukowym na portalu. Poprzez wskazywanie uczniom przykładów rówieśników, którzy owocnie spędzają swój czas wolny, inicjowana jest zmiana myślenia o prestiżu wśród młodzieży. Co to oznacza w praktyce? Dążenie do tego, aby to zachowania pozytywne i osiągnięcia ucznia dowodziły o prestiżu w grupie szkolnej, w przeciwieństwie do zachowań ryzykownych.

- Druga dźwignia: *O zachowaniach problemowych i profilaktyce myśl w sposób zintegrowany*

Druga dźwignia nawiązuje do tego, że wzmacnianie czynników chroniących osłabia czynniki ryzyka, które są ze sobą powiązane. Można ten wniosek z badań wytłumaczyć chociażby jednym przykładem: okazuje się, że osoby mające za przewodników życiowych i matkę, i ojca, rzadziej popadają w zachowania agresywne, związane ze sferą seksualną, kontekstem ról społecznych i całą gamą innych zachowań. Z tego wynika, że jeśli wzmocnimy relacje z rodziną, mniejszy odsetek młodzieży będzie podejmował zachowania ryzykowne.

- Dźwignia *O zachowaniach problemowych i profilaktyce myśl w sposób zintegrowany* w projekcie MłodeTalenty.online

W projekcie MłodeTalenty.online to zintegrowane podejście uwidacznia się w holistycznym ujęciu człowieka w jego biopsychoduchowej strukturze. Już w logo projektu pojawiają się symbole ciała, umysłu i duszy, które są ze sobą połączone. Przykładem tego, że w projekcie pracujemy nad predyspozycjami cielesnymi, umysłowymi i duchowymi ucznia jest cykl odcinków



Rysunek 1: Logo projektu MłodeTalenty.online

„Na ratunek Ikarowi”, którego bohaterami są wybitni sportowcy, ale opowieść o ich sukcesie nie jest opowieścią wyłącznie o kształtowaniu ciała w treningu sportowym, ale dotyka także czynników psychologicznych i duchowych, dzięki którym zachowują życiową równowagę. W projekcie wartościowane dodatkowo stają się takie przymioty jak pokora, wytrwałość i wola walki sportowców, z kolei piętnowana jest próżność i sprzeciwianie się zasadom „fair play”. Przedstawianie doświadczeń młodych adeptów aktywności fizycznej sprzyja temu, by wśród odbiorców projektu „odczłowieczone” myślenie o aktywności sportowej nie występowało. Przykład takiego działania to chociażby analiza gry sportowej zawodniczek klubu sportowego AZS - AWF Wrocław, która prócz technicznych wskazówek zawiera pochwałę dla jedności zespołu i wytrwałości w dążeniu do celu.

- Trzecia dźwignia: *Bazuj na zasobach społeczności lokalnej*

Według badań IPZIN relacje z rodzicami, religijność i dobra atmosfera w szkole i klasie są udowodnionymi czynnikami chroniącymi, które zapobiegają wielu zagrożeniom i zachowaniom ryzykownym jednocześnie (Grzelak i in. 2015), w związku z tym największe rezultaty w profilaktyce osiąga się wówczas, gdy te instytucje wpływu wychowawczego łączą się w swojej misji i obierają ten sam kierunek. Zasobami każdej społeczności lokalnej są przecież rodziny, szkoły i kościoły, w których to młodzież otrzymuje wychowanie. Działają one w głównej mierze bez nakładów finansowych ze strony samorządu, a więc wykorzystywanie zasobów społeczności lokalnej należy do bardzo ekonomicznych rozwiązań profilaktycznych.

- Dźwignia *Bazuj na zasobach społeczności lokalnej* w projekcie MłodeTalenty.online

W odcinkach specjalnych na portalu MłodeTalenty.online angażujemy osoby dorosłe, będące rodzicami, do dzielenia się swoją wiedzą i przyjętym systemem wartości. W cyklu “Co mi w duszy gra?” o ludzkim rozwoju wypowiadają się również liderzy społeczności religijnych czy psychologowie i pedagodzy. Wspólne działania, zrzeszające grono osób często podejmujących wysiłek wychowawczy bez żadnych bonifikat finansowych, dają nadzieję na wzmocnienie efektu, jakim jest między innymi redukcja zachowań ryzykownych wśród młodzieży. Pozytywnym zjawiskiem w przestrzeni medialnej jest networking, czyli wymiana zasobów pomiędzy organizacjami tak, aby wspólnie osiągnąć więcej i korzystać z doświadczenia osób, które już mierzyły się z podobnymi problemami. To właśnie dzięki sieci wzajemnych kontaktów projekt MłodeTalenty.online zyskał Partnerów w działaniu: a) portal 2ryby.pl, b) kuna.online, c) zawodojciec.pl, pomiędzy którymi wymieniamy się treściami.

- Czwarta dźwignia: *Buduj na wartościach i marzeniach młodzieży*

Badania CBOS przeprowadzone w latach 1994-2018 wykazują, że dążenia młodzieży od wielu lat pozostają podobne. Według najświeższych danych dla 52% młodzieży najważniejsze są miłość i przyjaźń, a także udane życie rodzinne (42%). Na dalszych miejscach znajdują się dążenia do zdobycia zgodnej z pasjami pracy zawodowej (40%), a 33% badanych dąży do osiągnięcia wysokiej pozycji zawodowej. Na tym samym pułapie procentowym - 33% - znalazły się aspiracje do osiągnięcia dobrobytu finansowego (CBOS 2018).

Na podstawie tych badań oraz badań Krajowego Biura do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii naukowcy IPZIN doszli do wniosku, że można i trzeba wykorzystać wiedzę o najgłębszych pragnieniach młodzieży do wzbudzenia w nich motywacji do pracy, aby te pragnienia mogły się urzeczywistnić.

Ten "zestaw" marzeń doskonale nadaje się do wykorzystania jako źródło motywacji w pracy profilaktycznej, jako racjonalny powód, ze względu na który warto mądrze, dobrze i zdrowo żyć. Bo nawet jeśli taki styl życia jest trudny i wymaga wysiłku, to w imię najgłębszych marzeń warto się starać. Dotknięcie poziomu marzeń stawia młodego człowieka po tej samej stronie, co nauczyciel, wychowawca lub trener prowadzący oddziaływanie profilaktyczne. Dorosłemu profesjonalistce zależy na wsparciu rozwoju nastolatka, a młodemu człowiekowi na realizacji marzeń i jego własnym szczęściu

Grzelak i in. 2015, s. 166

Rzeczywiście, nawiązywanie do aspiracji życiowych przypomina młodzieży o tym, że powinni trzymać się z dala od zachowań ryzykownych dla swojego własnego szczęścia. Dzięki takiej profilaktyce wzrasta motywacja wewnętrzna ucznia i poczucie sensu życia, a także poczucie własnej sprawczości.

- Dźwignia *Buduj na wartościach i marzeniach młodzieży* w projekcie MłodeTalenty.online

Skoro w marzeniach młodzieży na plan pierwszy wysuwają się te o tworzeniu pięknych więzi z innymi, w przekazie medialnym nie może zabraknąć treści, które uczą człowieka, jak takie relacje budować, aby były zdrowe, trwałe i przynosiły szczęście obu stronom. W projekcie MłodeTalenty.online ma miejsce promowanie idei, że ciało jest narzędziem czynienia dobra względem drugiej osoby. Miłość jest daniem, parafrazując słowa niemieckiego noblisty – „Jedynie miłość nadaje sens życiu. Dlatego im bardziej zdolni będziemy do miłości i dawania siebie innym, tym bardziej sensowne będzie nasze życie” (Hesse).

Te wartości na portalu szerzymy poprzez umieszczanie tematycznych filmików w cyklu „Co mi w duszy gra?”. Poza tym na portalu publikowana jest powieść „Odcinki z życia licealisty”, której głównym bohaterem jest Janek - postać uosabiająca dobro, zrozumienie i miłość do drugiego człowieka. Jego klasowi koledzy i koleżanki odkrywają w nim przyjaciela i doświadczają, co jest naprawdę w życiu ważne i że oni sami są wartościowi w jego oczach. Historia pięknej, bezinteresownej miłości nastolatków ma za zadanie wzbudzenie w młodzieży marzenia o takim uczuciu i pragnienia dążenia do niego - trochę na przekór temu, co kreowane jest dziś w serialach dla młodzieży.

- Piąta dźwignia: *Walcz o to, by wychowanie i profilaktyka były priorytetem rozwojowym*

Badacze Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej uzasadniają, że priorytetowe podejście do wychowania i rozwoju młodzieży powinno znaleźć się w strategii gmin i strategii rozwoju całego kraju. W celu uzmysłowienia, jakie to ważne obszary w życiu człowieka i jak rzutują one na przyszłości narodu, profilaktycy z IPZIN organizują konferencje naukowe, na które zapraszają nie tylko praktyków, ale i polityków sprawujących najważniejsze stanowiska w Ministerstwie Edukacji. Dbałość o stawianie rozwoju i profilaktyki na pierwszym miejscu, mówienie o konsekwencjach podejmowania działań na rzecz młodzieży wpływa na jakość i ilość otrzymywanej pomocy z samorządów - mowa tutaj również o środkach finansowych. Dla wszystkich profilaktyków ta dźwignia jest oczywista: im więcej publicznie kładziemy nacisk na rozwój i profilaktykę młodzieży i potrafimy to naukowo argumentować, tym większe są szanse na realną zmianę w zachowaniach młodzieży i kształtowaniu ich systemu wartości.

- Dźwignia *Walcz o to, by wychowanie i profilaktyka były priorytetem rozwojowym* w projekcie MłodeTalenty.online

Projekt MłodeTalenty.online jest wynikiem działalności naukowej i wielokrotnie w opisie całego przedsięwzięcia, przywoływane są słowa socjologa Znanieckiego, który przyczynił się do poszerzenia horyzontu myślenia o wychowaniu fizycznym. Tak istotne dla koncepcji projektu zdanie powtórzę i w tym miejscu: *Najwyższym dobrem jest najwyższy możliwy rozwój jednostki* (Znaniecki 1930), jako że jednoznacznie rozwiewa ona wątpliwość, czy aby na pewno projekt MłodeTalenty.online wykorzystuje piątą dźwignię skutecznej profilaktyki. W projekcie priorytetem jest rozwój młodego człowieka w trzech obszarach: cielesnym, umysłowym i duchowym i troska o to, by ten rozwój był komplementarny, czyli, aby żadna ze sfer nie została pominięta.

Świadectwem zastosowania piątej dźwigni skutecznej profilaktyki w koncepcji projektu MłodeTalenty.online jest fragment vloga o projekcie, pod linkiem https://www.youtube.com/watch?v=hTbGPb_OEuw (4:50-5:10).

- Szósta dźwignia: *Tworząc strategię, szukaj maksymalnych efektów przy optymalnych kosztach*

Autorzy szóstej dźwigni wyjaśniają, że nie chodzi o to, by neutralizować koszty ponad wszystko, ale o to, by uzyskać maksymalne efekty w najtańszy możliwy sposób. Jest to

możliwe do osiągnięcia dzięki zastosowaniu zasady ekonomii profilaktyki, czyli połączeniu kompleksowej skuteczności działań i ich szerokiej implementacji. Stosując tę dźwignię, trzeba sobie zadać dwa pytania praktyczne; jak stworzyć strategię o kompleksowej skuteczności oraz jak ją wdrożyć na szeroką skalę w sposób najbardziej ekonomiczny (Grzelak i wsp. 2015).

- Dźwignia *Tworząc strategię, szukaj maksymalnych efektów przy optymalnych kosztach* w projekcie MłodeTalenty.online

Aby w projekcie MłodeTalenty.online działać kompleksowo, do realizacji celów projektowych zostali zaproszeni specjaliści z różnych dziedzin nauki. Pracownicy naukowo-dydaktyczni z AWF we Wrocławiu zdecydowali się pomóc w przedsięwzięciu badawczym bezinteresownie i z pasją, co wiąże się bezpośrednio z ostatnią dźwignią skutecznej profilaktyki. Zaproszeni do udzielenia głosu, wypowiedzieli się wyłącznie na te tematy, które zgłębiali przez większość swojego życia zawodowego. Kompleksowość projektu polega więc na tym, że każdy członek zespołu MłodeTalenty.online specjalizuje się w innym obszarze rozwoju i wnosi nową jakość. Dr Marcin Ściślak przeanalizował wygrany mecz siatkówki zawodniczek KS AZS-AWF Wrocław, uwzględniając elementy taktyczne i umiejętności, które doprowadziły do sukcesu dziewczyn. Dr hab. Jan Kosendiak z perspektywy trenera lekkoatletyki i wykładowcy przedmiotu “Propedeutyka olimpizmu” opowiedział o biografiiach sportowców, którzy zrobili na nim wrażenie i przekazał, czego można się uczyć z ich doświadczenia. Z kolei niezwiązana z uczelnią dietetyk i psychodietetyk kliniczna Joanna Rumińska wcieliła się w rolę Specjalistki do spraw zdrowego odżywiania na portalu MłodeTalenty.online, ponieważ poza aktywnością sportową, prawidłowa dieta jest warunkiem dobrego rozporządzania ciałem. Jej zaangażowanie w cały cykl odcinków na YT jest wynikiem zastosowania szóstej dźwigni, a konkretnie *networkingu*. To zjawisko polega na wymianie dóbr pomiędzy osobami, wzajemnych rekomendacjach i budowaniu długotrwałej relacji biznesowej.

Wymienione powyżej działania przeprowadziliśmy w projekcie bez ponoszenia żadnych kosztów. Te opłaty, które stanowiły konieczność dla powstania projektu, czyli montaż filmików oraz recenzje prac konkursowych, zostały uiszczone dzięki finansowaniu crowdfundingowemu, czyli dzięki utworzeniu zbiórki za pośrednictwem strony polakpotrafi.pl.

- Siódma dźwignia: *Angażuj we współpracę ludzi z pasją i zamilowaniem do młodzieży*

Górnolotne hasło, aby robić to, co się kocha, przybiera tutaj postać nie naiwnej mrzonki, ale celu, do którego się dąży. Argumentacja dla takiego doboru osób tworzących programy

profilaktyczne jest taka, iż osoby z powołania wypełniające swoje zadania, charakteryzują się wytrwałością, mają zapał do pracy, a ich działania przebiegają w atmosferze życzliwości, co ma znaczenie podczas kontaktów z młodzieżą. Takie osoby szybciej obdarzane są zaufaniem odbiorców, ponieważ szczerść i pasja, z jaką podchodzą do tematu, zachęcają innych do dostrzeżenia w tym wartości i zaangażowania się.

- Dźwignia: *Angażuj we współpracę ludzi z pasją i zamiłowaniem do młodzieży w projekcie MłodeTalenty.online*

Jako pomysłodawczyni projektu MłodeTalenty.online wpisuję się w charakterystykę osób *z pasją i zamiłowaniem do młodzieży*. Świadczy o tym chociażby fakt, że czas i wysiłek włożony w projekt badawczy nie przynosi żadnych korzyści finansowych, a jedynie satysfakcję z wykonywanej pracy. Podobnie jest z innymi członkami zespołu MłodeTalenty.online, dla których udział w projekcie stanowi tylko drobną część tego, czym i tak się zajmują na co dzień i czym się interesują. Dobór osób do zespołu dokonał się również na podstawie osobistego doświadczenia. Byłam uczestniczką zajęć u dr Aldony Senczkowskiej-Soroki, studiując filologię polską na UW i wspomnienie tych zajęć dało mi obraz tej osoby jako takiej, która doskonale sprawdzi się w roli przewidzianej na portalu - Specjalistki do spraw języka i stylu. Taka sama sytuacja miała miejsce na AWF, gdy byłam uczestniczką zajęć dodatkowych u dra hab. Jana Kosendiaka. Historie, które wówczas opowiadał, bardzo mnie ciekawiły i to dlatego uznałam, że warto, aby też inni mogli posłuchać takich wartościowych treści. W projekcie MłodeTalenty.online staramy się skupiać osoby reprezentujące wartości, o których mówią, dlatego skład zespołu nie mógł być inny.

1.5. Pedagogika wartości ciała jako odpowiedź na potrzeby młodzieży

Rekomendacje skutecznej profilaktyki zachowań ryzykownych wśród młodzieży jednoznacznie wskazują kierunek: wzmacniać pozytywny potencjał młodzieży i kształtować postawy uczniów, prowadzące do wprowadzania w życie wartości, które sami respektują i uczyć młodzież najdoskonalszych dróg do spełniania założonych celów i marzeń. Wybór pedagogiki, na podstawie której powstał przekaz medialny dla uczniów, padł na pedagogikę wartości ciała, gdyż to ona w całej swej okazałości:

- 1) odpowiada na potrzeby sygnalizowane przez młodzież (co udokumentowałam, przedstawiając raporty z badań nad młodzieżą w rozdziale 1.2.),
- 2) wynika z troski o dobro jednostki i społeczeństwa, a nie interesu państwa czy ideologii prowadzących do destrukcji bądź dekonstrukcji człowieka jako osoby (co zostało przedstawione w rozdziale 1.3. o wzorach kultury fizycznej i ich wykorzystaniu w oderwaniu od dobra jednostki),
- 3) przeciwdziała zachowaniom ryzykownym młodzieży (opisanym w rozdziale 1.4.), promując zachowania zdrowotne i kształtując takie postawy względem ciała, mające na celu przyczynić się do całozyciowej aktywności fizycznej i wzmocnienia poczucia sensowności ciała,
- 4) zgadza się z rekomendacjami profilaktyków (opisanymi w rozdziale 1.5.), szczególnie zaś treściowo dotyczącymi pierwszej oraz czwartej dźwigni skutecznej profilaktyki.

Dowodzenie o trafności wyboru tej pedagogiki poszerzę teraz o szczegółowy opis jej definicji, założeń i celów, by następnie przejść do opisu treści programowych projektu MłodeTalenty.online powstałych właśnie na gruncie tej dziedziny nauki. Związki pedagogiki kultury z pedagogiką kultury fizycznej są dziś dla socjologów oczywiste. Mówiąc o pedagogice, wiąże się ją z kilkoma innymi wyrazami jak: edukacja, kształcenie. Sama nazwa przedmiotu szkolnego zawiera słowo *wychowanie*, a więc ćwiczenia ciała bez równoczesnego przekazu treści wychowawczych nie zasługiwałyby na to miano. Pytanie: do czego chcą wychowywać pedagogicy kultury fizycznej?

Rycina 2. Definicje pedagogiki kultury i pedagogiki kultury fizycznej

Pedagogika kultury	Pedagogika kultury fizycznej
<p>„W pedagogice kultury obok wzbogacania sił duchowych oraz tworzenia nowych wartości, bardzo ważny jest – podkreśla Gajda (2006, s. 17) – „... proces kształcenia oparty na spotkaniu jednostki ludzkiej z dobrami kultury, co prowadzi do interioryzacji prezentowanych w nich wartości. Proces kształcenia w pedagogice kultury jest znacznie szerzej pojmowany niż w tradycyjnej pedagogice ogólnej, a</p>	<p>„Pedagogika kultury fizycznej kreuje określone wartości społeczne, osobowościowe, kulturowe kojarzone głównie z troską o wielostronny rozwój jednostki, zwłaszcza w sferze troski o własne zdrowie, ciało i jego higienę, rozwój i utrzymanie sprawności fizycznej. Podmiotem pedagogiki kultury fizycznej jest człowiek pojmowany holistycznie. Oznacza to, że wychowanek w procesie dydaktyczno-wychowawczym powinien mieć zapewniony wszechstronny rozwój osobowości w sferze somatycznej: w zakresie rozwoju fizycznego, wzbogacania zdrowia, sprawności fizycznej, odporności immunologicznej itp., w sferze emocjonalnej; w zakresie wrażliwości na piękno, rozwój uczuć wyższych oraz umiejętności przewycięzania gniewu, zazdrości, nienawiści, lęków, depresji w wyniku opanowania umiejętności samokontroli, w sferze intelektualnej; w zakresie umiejętności racjonalnego przyswajania</p>

zwłaszcza w dydaktyce (teorii nauczania). Przygotowuje jednostkę, a także zbiorowości do aktywnego i twórczego udziału w życiu kulturalnym. Wprowadza ludzi w świat wartości, wzbogaca i wspiera w rozwoju, sprzyja również umacnianiu ich sił duchowych” (Nowocien 2013, s. 15)	wiedzy, zdolności krytycznego myślenia, prowadzenia dyskusji i polemiki, sfery wolicjonalnej; w zakresie rozwijania siły woli, umiejętności pokonywania trudności, niepoddawania się zniechęceniu i frustracji, w sferze społeczno-moralnej; w zakresie refleksyjnego stosunku do wartości, praw człowieka oraz do idei najwyższych: prawdy, dobra, honoru i godności. Holistyczne traktowanie wychowanka chroni go – podkreśla Szyszko-Bohusz (2002, 2003) – przed silnie zakorzenioną w niektórych kręgach kulturowych, tendencją do odrębnego traktowania ciała i sfery psychicznej człowieka” (Nowocien 2013, s. 15)
--	--

Źródło: Nowocien 2013.

W definicjach widać zbieżność w postaci skoncentrowania na wartościach. W pedagogice kultury jest to ujęte bardzo ogólnie, natomiast w definicji pedagogiki kultury fizycznej poznajemy konkretne wartości, z którymi ta dziedzina nauki się wiąże. Okazuje się, że prócz wartości naturalnie kojarzonych z kulturą fizyczną: a więc wartości symbolicznych związanych z kulturą sportową, baletową czy taneczną i wartości egzystencjalnych związanych z kulturą medyczną i higieną osobistą, pedagogika kultury fizycznej zajmuje się wartościami ze sfery emocjonalnej, intelektualnej oraz społeczno-moralnej. Aby usystematyzować świat wartości nauczyciela wychowania fizycznego (Bartoszewicz, Gandziarski, Krawczyk 2017) przyjmującego rolę aksjonauzyciela, przedstawię znaczenia wartości ciała wraz z przypisanymi im dziedzinami pedagogiki.

Rycina 3. Kierunki wychowania do kultury fizycznej i dziedziny pedagogiki wartości ciała wraz z propozycją rozszerzenia społecznych powodów zmian ciała

Znaczenie wartości ciała	Wychowanie do kultury wartości ciała	Rola nauczyciela wartości ciała	Dziedzina pedagogiki wartości ciała
„Dlaczego człowiek dokonuje zmian ciała?”	Poddziedziny wychowania do wartości ciała	„Kim jest aksjonauzyciel?”	„Jakiej wiedzy pedagogicznej potrzebuje aksjonauzyciel?”
1. SYMBOLICZNE powody zmiany ciała			
a) agonistyczne	Wychowanie do kultury sportowej	Nauczyciel kultury sportowej	Pedagogika kultury sportowej

b) perfekcjonistyczne	Wychowanie do kultury cyrkowej	Nauczyciel kultury cyrkowej	Pedagogika kultury cyrkowej
c) estetyczno-artystyczne	Wychowanie kultury baletowej i tanecznej	Nauczyciel kultury baletowej i tanecznej	Pedagogika kultury baletowej i tanecznej
2. EGZYSTENCJALNE powody zmiany ciała			
a) witalne	Wychowanie do kultury medycznej, higienicznej, zdrowotnej i ekologicznej	Nauczyciel kultury medycznej, higienicznej, zdrowotnej i ekologicznej	Pedagogika wartości witalnych
b) utylitarne	Wychowanie do rekreacji i pracy podmiotowej	Nauczyciel kultury rekreacji i pracy	Pedagogika kultury rekreacji i pracy
3. SPOŁECZNE powody zmiany ciała			
a) obyczajowo-estetyczne i hedonistyczne	Wychowanie do kultury kostiumowej	Nauczyciel kultury kostiumowej	Pedagogika kultury kostiumowej
b) prokreacyjne*	Wychowanie do kultury prorodzinnej	Nauczyciel kultury prorodzinnej	Pedagogika kultury prorodzinnej

* autorska propozycja rozszerzenia dziedzin pedagogiki wartości ciała

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: Pawłucki 1996, s. 89.

Analizując tabelę (Pawłucki 1996) i spoglądając na definicję pedagogiki kultury fizycznej (Nowocien 2013) można odnieść wrażenie, że dane w tabeli zawierają niepełny obraz tego, do czego pedagogika kultury fizycznej nawołuje. Nie znajdziemy w tabeli dziedziny dotyczącej rozwoju intelektualnego czy emocjonalnego, które dość szeroko opisane są w definicji Nowocienia. Jednocześnie w wielu miejscach swojej pracy Pawłucki (Pawłucki 1996, s. 88) podziela pogląd, że ciało powinniśmy wykorzystywać w służbie innym, gdyż wtedy umacnia się nasze człowieczeństwo, a mówiąc inaczej odkrywamy głębszy sens tego, że istniejemy właśnie w takiej fizycznej postaci. Taki system wartości mieści się w sferze społeczno-moralnej, o której pisze Nowocien. Mimo spójności w tym przekazie, w przedstawionej powyżej tabeli brakuje ogromnie ważnego ogniwa – ważnego z perspektywy dążeń i celów młodzieży.

W społecznych powodach zmiany ciała ujęto tylko jedną pedagogikę – pedagogikę kultury kostiumowej. I choć w późniejszych swoich dziełach Pawłucki szerzej opisuje hedonistyczne i obłubieńcze znaczenia wartości ciała, brakuje spojrzenia na ciało pod kątem

jego funkcji w relacjach międzyludzkich, ale bez wydźwięku teologicznego. Nie wszystkich musi przekonywać oblubieńcza wizja ciała i jego przeznaczenia, gdyż do przyjęcia jej potrzebna jest wolna wola. Czasem do tego samego celu można dojść dwiema drogami i właśnie dlatego wnioskuję o alternatywny wzór społeczny kultury fizycznej, który będzie uniwersalny i niosący dobro. Zważywszy na udokumentowane w badaniach dążenia młodzieży, od lat jednym z najważniejszych celów życiowych jest pragnienie posiadania potomstwa. Stanowi ono najbardziej powszechną pobudkę do zmiany ciała w sferze społeczno-moralnej. Ten moralny aspekt powinien wiązać się z odpowiedzialnością stojącą za decyzją o współżyciu. W tym wzorze kultury fizycznej, który proponuję, wartościowane dodatkowo byłoby poświęcanie swojego ciała na rzecz drugiej osoby. Co mam tutaj na myśli? Nowonarodzone dziecko nie jest w stanie samodzielnie zadbać o przetrwanie. Pozostawione same sobie, bez niczyjej pomocy, umiera. W tym kontekście ciało staje się darem dla kogoś, kto w danym momencie bardziej tego ciała potrzebuje niż sam jego właściciel. Dopiero rodzic bądź osoba pełniąca tę funkcję, czynami dokonującymi się poprzez ciało – karmi, przewija i daje poczucie bezpieczeństwa poprzez swą obecność i dotyk. Potrzeby rodzica w obliczu potrzeb dziecka w sposób naturalny schodzą na plan drugi, ponieważ spełnienie podstawowych potrzeb dziecka jest niezbędne w jego prawidłowym rozwoju, a osoba dorosła potrafi zadbać o siebie sama. Choć tutaj, aby mieć możliwość spełniania potrzeb wyższego rzędu, potrzebna jest pomoc w opiece nad dzieckiem. Mądrość można wyciągnąć z natury naszego człowieczeństwa. Życie dziecka poczyna się przy udziale dwóch osób, a najlepszy jego rozwój zachodzi w pełnej rodzinie, w której panują zdrowe relacje. Rola ojca jest tutaj nie do przecenienia. W kochającej się rodzinie, w której dziecko przyjmowane jest jako dar i jest ono owocem miłości rodziców, o wiele łatwiej przyjąć na siebie odpowiedzialność za nowe życie. Uciążliwości związane z trudem rodzicielstwa błędą w obliczu poczucia szczęścia i życiowego spełnienia.

Dlatego tak ważna jest świadomość tego, że dla obu stron niekorzystnym jest stawianie się rodzicem w sytuacji, gdy nie jest to wynik dojrzałej decyzji dwojga kochających się ludzi. Dramat rozgrywający się w sercu dziecka, które rodzi się na świat niechciane i dramat rodziców, którzy nieprzygotowani do ogromnej roli, jaką mają odegrać, albo próbują „usunąć” skutek swojego nieprzemyślanego szafowania ciałem, albo przyjmują na siebie tę rolę, często niedopasowani do siebie, stanowiąc antywzór zdrowego związku. Czy pełnienie roli rodzica w takiej sytuacji jest tym, do czego dąży młodzież? Marzenie o posiadaniu szczęśliwej rodziny nie zostanie spełnione, jeśli uczniowie nie zdobędą konkretnej wiedzy, jakie są podstawy trwałego związku opartego na wzajemnej miłości, szacunku, troski o siebie nawzajem. Kto ma

im pokazać, że w dzisiejszym świecie marzenie o szczęśliwej rodzinie to nie mrzonka? Powinien to zrobić pedagog wartości ciała, nim te marzenia zostaną zrujnowane przez niedojrzałe decyzje i brak prawidłowego wzorca. Skoro więc dążymy do tego, aby każda pożyteczną dla człowieka aktywność fizyczną móc ujmować w ramach jakiejś pedagogiki wartości ciała, postuluję o rozszerzenie tabeli o pedagogikę kultury prorodzinnej, ponieważ w jej obszarze nauczyciel wychowania fizycznego ma i powinien mieć coraz więcej do powiedzenia.

Poza krzewieniem wartości i nauką przyjmowania na siebie odpowiedzialności w obszarze prokreacji, nauczyciel kultury prorodzinnej może dziś pełnić rolę pomocnika w utrzymaniu sprawności fizycznej przed i po rozwiązaniu, czyli po urodzeniu dziecka. Dzięki rozwojowi nauki, a w szczególności fizjoterapii powstały nowe formy aktywności dla mam – ćwiczenia przygotowujące do porodu i wzmacniające mięśnie, które podczas ciąży ulegają osłabieniu. Pod przeróżnymi nazwami zajęć, przykładowo „Aktywna mama”, „Mama i bobas”, „Aktywne dziewięć miesięcy” kryją się właśnie ćwiczenia cielesne pomagające matkom w utrzymaniu dobrostanu fizycznego i przeciwdziałające bólom w odcinku lędźwiowym kręgosłupa. Ćwiczenia wzmacniające mięśnie dna miednicy są również obowiązkowym ćwiczeniem dla kobiet, ponieważ, dobrze przeprowadzane, niwelują ryzyko pojawienia się problemów z nietrzymaniem moczu, ale też wytrenowanie tych mięśni poprawia jakość współżycia seksualnego. Korzyści z ćwiczeń dla zdrowia kobiety można mnożyć, bo po pierwsze – dobre samopoczucie matki wpływa na samopoczucie dziecka, a po drugie – oprócz poprawy zdrowia fizycznego, korzystanie z nowoczesnych form aktywności dla matek działa pozytywnie na zdrowie psychiczne kobiety. Dzięki styczności z innymi osobami w podobnej sytuacji życiowej ma większe szanse na wypowiedzenie swoich obaw i bycie zrozumianą, wysłuchaną, a także wspartą. Kontakty zawarte podczas ćwiczeń często są kontynuowane nawet po porodzie, ponieważ dają możliwość na wspólne spacerowanie i to w czasie, gdy pracujący znajomi nie są w stanie zapewnić towarzystwa.

Kolejną formą aktywności dla mam są zajęcia „BuggyGym”, czyli fitness dla mam z dzieckiem w wózku, organizowane na świeżym powietrzu przy okazji spaceru z pocięchą. Wiele matek boryka się z nadmierną ilością kilogramów po rozwiązaniu, zajęcia sprzyjają więc powrotowi do sylwetki sprzed ciąży, ale odciążają też kręgosłup i rozciągają mięśnie piersiowe.

Wprowadzam tę dygresję o ćwiczeniach dla mam przed i po rozwiązaniu z jednego prostego powodu – chęć posiadania potomstwa jest społecznym powodem zmiany ciała i te zmiany, jakie zachodzą w organizmie kobiety powinny być nadzorowane przez wyszkolonego

w tym obszarze nauczyciela kultury fizycznej. Troska o swój dobrostan fizyczny ze względu na plany związane z rodzicielstwem powinna przyświecać tej części młodzieży, która marzy o udanym życiu rodzinnym w przyszłości. W tym kontekście znowu potwierdza się teza, że unikanie zachowań ryzykownych sprzyja realizacji celów i dążeń młodzieży, tym razem ze szczególnym uwzględnieniem sfery seksualnej młodego człowieka i odpowiedzialności kryjącej się za decyzją o współżyciu.

Pedagogika wartości ciała każe rozpatrywać postępowanie względem ciała przez pryzmat celu, jaki chcemy poprzez to ciało osiągnąć. Czy cel jakiegoś działania względem ciała jest dobry czy zły? Świadczą o tym chociażby skutki zachowań: konsekwencje zachowań ryzykownych są przeciwieństwem konsekwencji zachowań zdrowotnych. W myśl personalizmu systemowego⁵ treści proponowanego przekazu medialnego MłodeTalenty.online krzewią wartość i godność człowieka jako osoby. O wadze tego wyzwania edukacyjnego mowa we fragmencie: „wielką sprawą jest właściwa koncepcja człowieka, przyjęta dla edukacji i kształtu człowieczeństwa i społeczeństwa. Taką koncepcją (...) jest personalizm systemowy, który pragnie promować osobę w wymiarze indywidualnym i wspólnotowym i jest najlepszą odpowiedzią na wołanie chwili o człowieka, który poradzi sobie z nadmiarem informacji, mediów, technologii i zagubieniem” (Miąso 2016, s. 200). Profesorowie Small i Vorgan w swojej książce *iMózg, Jak przetrwać technologiczną przemianę współczesnej umysłowości* (Small, Vorgan, 2011) również nawołują do dbania o kształt człowieka jako osoby. Zajmując się ciałem wychowanka, nie możemy pomijać, iż stan psychiczny bądź duchowy jednostki również wpływa na sposób zarządzania swoją fizycznością. Kompleksowe podejście do człowieka wiąże się z przyjętym systemem wartości, w zasadzie podobnym do greckiego kanonu etycznego, uwzględniającego jako najwyższe wartości dobro, piękno i prawdę. I choć proponowany system wartości sięga czasów Platona, antyczne ideały nie tracą na znaczeniu w czasach współczesnych. Świadomie bądź podświadomie człowiek podąża za tymi wartościami, wiedząc, że dzięki nim osiągnie szczęście. Eksperyment pedagogiczny, o którym szczegółowo

⁵ „Personalizm systemowy (...) to cały nowy potężny system i kierunek, który traktuje o rzeczywistości przez pryzmat fenomenu osoby ludzkiej, biorąc osobę za punkt oparcia, wyjścia, pewnik i metodę myśli, chodzi więc o koncepcję bytu na zasadzie osoby. Człowiek bowiem to „ktoś”, kto stanowi samego siebie, kto powstał jako świat świata, jako mały świat sam w sobie, jako nowy świat nad tym światem i zarazem jako świat najgłębszej tajemnicy bytu. Jest on złożony w przedziwną jedność ciała i duszy, z ziemi i nieba, z przeszłości i przyszłości, ze światła i ciemności, z daru otrzymanego i z pracy dawanej, z przypadku i mądrości planującej” (Bartnik, 2008)

napiszę w rozdziale drugim, ma na celu pomóc uczestnikowi projektu poruszać się w świecie wartości z pełną świadomością tego, co jest dla niego dobre, piękne i prawdziwe.

2. Założenia metodologiczne

2.1. Przedmiot i cel badań

Celem naukowym zadania badawczego było wyjaśnienie zależności między sposobem przekazywania wzorów kultury cielesnej a poczuciem sensowności ciała uczniów szkół ponadpodstawowych we Wrocławiu.

Przedmiot badania stanowiło poczucie sensowności ciała ucznia (zmienna zależna) doświadczającego znakowych i działaniowych wzorów kultury fizycznej (zmienna niezależna). O zmiennej niezależnej decydowało korzystanie z czynnika intencjonalnie warunkującego poczucie sensowności ciała u uczniów - projektu edukacyjnego MłodeTalenty.online. A zatem wyjaśnienie zależności między sposobem przekazywania wzorów kultury cielesnej a poczuciem sensowności ciała uczniów szkół ponadpodstawowych we Wrocławiu to cel naukowy badania. Jako cel aplikacyjny wskazałam możliwość wykorzystania zastosowanych w projekcie rozwiązań edukacyjnych w szkolnictwie.

Zastosowałam ewaluacyjny typ badań, co znaczy, że poddałam ocenie efektywność dydaktyczną autorskiego projektu MłodeTalenty.online. Chcąc sprawdzić, czy treść przekazu medialnego warunkuje pożądane zmiany u ucznia, sformułowałam następujące pytanie badawcze: Czy uczestnictwo uczniów szkoły ponadpodstawowej w projekcie MłodeTalenty.online przyczynia się do zmian w postawach i działaniach uczniów względem ciała? Szczegółowymi zadaniami badawczymi kierowały następujące pytania.

- 1) Jaki jest profil zachowań zdrowotnych uczniów uczestniczących w zdalnym postępowaniu edukacyjnym?
- 2) Jakie są cele podejmowanej aktywności fizycznej uczniów uczestniczących w projekcie MłodeTalenty.online?
- 3) Jak jest poczucie koherencji uczniów uczestniczących w projekcie MłodeTalenty.online?
- 4) Czy zachodzi zależność poczucia zrozumiałości, zaradności i sensowności od podejmowanych przez uczniów aktywności z projektu MłodeTalenty.online?

- 5) Z jakim przekazem medialnym dotyczącym sensu ciała najczęściej uczniowie mają styczność w codzienności?
- 6) Jaka jest ich postawa względem poszczególnych sposobów rozporządzania ciałem?
- 7) Jakie treści projektu MłodeTalenty.online uczniowie postrzegają dla siebie jako pomocne w rozwoju? Co powinny zawierać medialne projekty edukacyjne, żeby zaskarbić sobie uwagę młodego odbiorcy?
- 8) Jaki kierunek badań nad edukacją wyznacza obserwacja na podstawie stworzonych teorii ugruntowanych?

2.2. Typ i schemat badań

W celu uzyskania spójnej i kompleksowej odpowiedzi na pytania badawcze, posłużyłam się metodami mieszanymi zgodnie z naukowym założeniem, iż „połączenie metod ilościowych z jakościowymi pozwoli wyeliminować błędy poszczególnych metod oraz dopełni wyniki uzyskane na poszczególnych etapach procesu badawczego” (Kawalec 2014). W pierwszej kolejności zbadaniu rzeczywistości empirycznej towarzyszyło poznanie dedukcyjne. Za punkt wyjścia posłużyła teoria, której przyświeca myśl, iż „każdy kontakt z mediami pozostawia jakiś "ślad" w psychice jednostki, w jakimś stopniu przyczynia się do utrwalenia lub zmiany jej nastroju, wiedzy, przekonań, sposobu zachowania, a nawet stylu życia” (Mrozowski 2001). Konfrontacja teorii z empirią miała w finalnym etapie pracy przyczynić się do skonstruowania logicznego wyjaśnienia nomotetycznego⁶. Dzięki strategii badań ilościowych poznałam prawidłowości regulujące procesy edukacyjne w skali makro.

Czemu miała służyć, ujęta jako druga w harmonogramie badań, strategia jakościowa? Jest ona zewnętrznym kryterium trafności badania ilościowego. Metoda teorii ugruntowanej pozwoliła na dogłębne zbadanie zależności pomiędzy zmiennymi, ale też – co nawet ważniejsze – doprowadziła do wyodrębnienia wcześniej nie wyznaczonych zmiennych. Dzięki obserwacji rzeczywistości empirycznej zostały zbudowane pojęcia i własności pojęć, które utworzyły teorie odnoszące się do konkretnych jednostek. Rozmowy z osobami badanymi przeprowadzane w formie wywiadu częściowo kierowanego miały na celu zbadanie, czy nie

⁶ „Wyjaśnienie nomotetyczne ujawniają porządek statystyczny, charakteryzujący badaną populację. Wyjaśnienia idiograficzne ujawniają porządek jednostkowy, charakteryzujący badane miejsce w ściśle określonym czasie” (Rubacha 2008).

wystąpiły zmienne zakłócające podczas badania, a także dały przestrzeń do głębszego przyjrzenia się zagadnieniu, czy umiejętnie dedykowana uczniowi treść przekazu medialnego zmienia poczucie sensowności w kontekście ciała.

2.3. Narzędzia badawcze

W badaniu ilościowym wykorzystałam narzędzia: *Inwentarz Zachowań Zdrowotnych* Z. Juczyńskiego (IZZ), *Kwestionariusz Celów Aktywności Fizycznej* M. Lipowskiego i Z. Zaleskiego, *Kwestionariusz orientacji życiowych (SoC29)* A. Antonovsky'ego.

Przygotowana z trzech narzędzi ankieta zaczynała się pytaniami z IZZ wykorzystującego definicję zachowań zdrowotnych Grochmanna. Badacz uwzględnił następujące typy:

- zachowania, o których wiadomo, że obniżają lub podwyższają ryzyko zachorowania;
- zachowania podejmowane w przekonaniu, że przyczyniają się do utrzymania zdrowia lub zredukowania zagrożenia chorobą;
- zachowania związane z przestrzeganiem zaleceń lekarskich (Juczyński 2001).

Narzędzie zawiera 24 stwierdzenia, do których ankietowani mają się ustosunkować w skali 1-5, w której 1 oznacza „prawie nigdy”, a 5 „prawie zawsze”. Zgodność wewnętrzna IZZ, ustalona na podstawie *alfa* Cronbacha, wynosi 0,85 dla całego Inwentarza, a dla jego czterech podskal mieści się w granicach od 0,60 do 0,65 (Juczyński 2001). Zachowania zdrowotne dzielą się w tym narzędziu na typy: prawidłowe nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne, pozytywne nastawienia psychiczne i praktyki zdrowotne.

Wybór drugiego narzędzia badawczego padł na KCAF, jako że służy on do badania motywacyjnej funkcji celu aktywności fizycznej. W tym narzędziu znajdują się pytania, dzięki którym można kontrolować takie zmienne jak: różnorodność form, objętość, częstotliwość AF i zmienne socjodemograficzne. Badany odpowiada również na pytania dotyczące uprawiania przez niego sportu wyczynowego (zarówno aktualnie, jak i w przeszłości) oraz jego stosunku do biernego zaangażowania w sport (np. jako kibic). Przy 12. celach podana jest skala Likherta (1-5), a osoba badana proszona jest o to, by określiła w jakim stopniu poniższe cele uprawiania aktywności fizycznej są dla niej ważne. Kolejna część dotyczy motywacyjnej funkcji celu aktywności fizycznej, poziomu skoncentrowania na planowaniu, organizowaniu i podporządkowaniu czasu dla aktywności fizycznej, wytrwałości w działaniu, poziomu

sprzeczności celów aktywności fizycznej w porównaniu do innych celów i wielowymiarowości celów (Lipowski, Zaleski 2015).

Jako ostatnim narzędziem do badań ilościowych posłużyłam się *Kwestionariuszem orientacji życiowych (SoC29)*, zawierającym 29 stwierdzeń weryfikujących poziom koherencji i jego składowych: poczucia zrozumiałości, zaradności i sensowności. Antonovsky stworzył narzędzie na podstawie teorii salutogenezy. Wykazał on, że pomiędzy zdrowiem a chorobą istnieje kontinuum stanów, które należy rozumieć całościowo jako dynamiczny proces równoważenia wymagań i zasobów w toku konfrontacji ze stresem (Antonovsky 1979). Okazało się, że osoby o silnym poczuciu koherencji, czyli osoby, dla których zasady funkcjonowania świata są spójne i wytłumaczalne (poczucie zrozumiałości); które potrafią sprostać zadaniom (poczucie zaradności) i odnajdują sens w porażkach i wzlotach (poczucie sensowności), łatwiej wracają do stanu równowagi psychicznej i odzyskują zdrowie fizyczne niż osoby o niskim poczuciu koherencji. W przedstawianych badaniach nad młodzieżą to narzędzie musiało zostać wykorzystane, gdyż w projekcie MłodeTalenty.online chcemy uwrażliwiać na to, jaki jest sens istnienia człowieka w ciele, a więc dotykamy problematyki poczucia sensowności jako jednego z elementów poczucia koherencji.

Sam twórca SoC29 zdawał sobie sprawę, że jego propozycja narzędzia do badań nad poczuciem koherencji nie jest jedynym sposobem, w jaki badacz może dociekać prawdy na ten temat. Bardzo ucieszył mnie fragment jego wypowiedzi, który pozwolę sobie zacytować:

Od razu jednak muszę zaznaczyć, że istnieje wiele uprawnionych sposobów pomiaru poczucia koherencji i testowania modelu. „Przyjęta przez nas perspektywa stanowi zaledwie cząstkę niezliczonych sposobów postępowania w socjologii, a nie jedynie słuszny sposób”. Podział pracy w socjologii wymaga, byśmy przyjmowali wszelkie możliwe perspektywy, dobierając style teoretycznej i empirycznej prezentacji danych z badań. Na takim stanowisku stoi Glaser (1978, s.3), a także Strauss, który stworzył i rozwinął dobrze ugruntowaną teorię. Zgadzam się z nimi całkowicie. Wiele się nauczyłem z prac tych autorów i ich kolegów, szczególnie tych, które znajdują zastosowanie w badaniu zdrowia (patrz: Strauss 1975). Byłbym zachwycony, gdyby ich podejście i proponowane techniki zostały wykorzystane w badaniu problemu salutogenezy. Również „niczym nie skalany opis” etnometodologiczny ludzi o silnym i słabym poczuciu koherencji przyczyniłby się do głębszego rozumienia tego zjawiska (Antonovsky 1987, s.71)

Dlaczego podeszłam do fragmentu tej wypowiedzi z tak wielkim entuzjazmem? Metoda teorii ugruntowanej jest właśnie tą drugą techniką badawczą, którą sugeruje Antonovsky, aby pogłębić zagadnienie poczucia koherencji. Jest tą metodą, którą i ja wybrałam do badań nad młodzieżą w kontekście zmian, które mogą, ale wcale nie muszą, zajść przy pomocy przekazu

medialnego. Czym charakteryzuje się ta metoda? Należy do rodzaju badań jakościowych. Badacz, zamiast wysuwać swoje tezy i później szukać w swoich wynikach ich potwierdzenia, staje się obserwatorem badanego zjawiska, dając przestrzeń na to, by odkryć coś, czego zupełnie nie zakładał. Staje się jakby elementem eksperymentu. Podczas wywiadów z wybranymi osobami koduje dane i na podstawie zebranych informacji dopiero konstruuje teorie – osobne dla każdej jednostki, która bierze udział w badaniu. Do użycia tej metody potrzebny jest kwestionariusz wywiadu – narzędzie stosowane w badaniach jakościowych. W konstrukcji pytań z pewnością posłużą wyniki badań ilościowych, ale trzeba pamiętać, że w porównaniu do wywiadu, który może odkryć niezakładane wcześniej wnioski, wyniki badań ilościowych są jedynie tłem dla tego, co mówi i przekazuje o sobie i swoich odczuciach uczeń. Choć podstawowa baza pytań będzie uwzględniała aktywność uczestnika projektu i wcześniejsze odpowiedzi, w zamiarze wywiad ma otworzyć ucznia na wypowiedzenie nieoczywistości, prywatnych rozważań i sensów jego prywatnego świata, który dla mnie, badacza, jest w tej chwili terenem wciąż niezbadanym i tajemniczym.

W tym punkcie chciałabym odeprzeć możliwy zarzut o dokonanej przeglądzie literatury przed przystąpieniem do badań, co byłoby złamaniem zasady obowiązującej w obranej metodzie teorii ugruntowanej. Zdarza się, że badacze odpierają ten argument, mówiąc, że to właśnie podczas przeglądu literatury natknęli się na opis metody teorii ugruntowanej i dzięki temu zdecydowali się na jej użycie (Wiorogórska 2012). Mój przypadek do nich nie należy.

Przyznaję, że można ulec złudzeniu, iż przestudiowałam literaturę przed przystąpieniem do badań, ponieważ wskazuje na to pierwszy rozdział tej pracy. Niebezpieczeństwo pomyłki polega jednak na tym, że przegląd literatury odnosi się do wyboru medium. Bez uzasadnienia wyboru treści programowych przekazu medialnego, nie można byłoby pójść krok dalej. Rzecz polega na tym, że wybrałam nie tylko rolę badacza rzeczywistości zastanej, ale technologa, w którego wcieliłam się, tworząc projekt MłodeTalenty.online. Dzięki przedstawionym badaniom mogę być spokojna o to, że projekt został skonstruowany na solidnej, uzasadnionej podstawie. Z kolei jako badacz zagadnienia, czy przedstawiony znakowo wzór kultury fizycznej w jakimś stopniu kształtuje, umacnia poczucie sensowności w kontekście ciała uczniów, jestem wciąż na etapie zbierania danych. Dopiero po przeprowadzeniu niezależnej analizy dokonam właściwego przeglądu literatury. To rozmowy z uczniami pozwolą mi ustalić kierunek badawczych poszukiwań.

2.4. Metoda doboru osób do badań

Osoba badana musi spełniać podstawowe kryterium, a więc posiadać status ucznia szkoły ponadpodstawowej. Celowo grono uczestników projektu zawężono do uczniów mieszkających na terenie Dolnego Śląska. Uczeń mógł stać się uczestnikiem projektu, gdy dokonał rejestracji na portalu. Warunkiem rejestracji było bowiem uczestnictwo w badaniu początkowym. Tylko uczniowie, którzy wypełnili ankietę, zostali subskrybentami portalu i od momentu ruszenia newsletterów, co tydzień otrzymywali na skrzynkę mailową uporządkowane treści.

Informacja o projekcie i możliwości rejestracji przebiegła dwutorowo: poprzez napisany przeze mnie *List do Dyrekcji* i kontakt telefoniczny z wrocławskimi placówkami, ale także poprzez kontakt z nauczycielami wychowania fizycznego, którzy przekazali informacje swoim uczniom. Zaproszenie do udziału w projekcie miało charakter ogólny, ponieważ badanie ilościowe było przeprowadzane drogą elektroniczną. Wśród odbiorców znalazły się również takie osoby, które dowiedziały się o portalu inną drogą.

W badaniach jakościowych zastosowano metodę doboru celowego. Badania przeprowadzono w następujących terminach:

- styczeń 2020 – I badanie ilościowe,
- styczeń 2020 – listopad 2020 – tworzenie treści projektu MłodeTalenty.online i szukanie audytorium,
- listopad 2020 – czerwiec 2021 – wysyłanie treści projektu MłodeTalenty.online za pomocą newslettera,
- maj 2021 - II badanie ilościowe na tej samej grupie osób,
- czerwiec – lipiec 2021 – badanie jakościowe wybranych osób.

3. Przekaz medialny wzorów kultury fizycznej a poczucie sensowności uczniów w projekcie MłodeTalenty.online

3.1. Projekt MłodeTalenty.online jako autorski program wychowania fizycznego - pośredniego

Treści programowe projektu MłodeTalenty.online mają na celu propagowanie takich wzorów kultury fizycznej, które prowadzą do pozytywnych zmian w obszarze poczucia zrozumiałości, zaradności i sensowności w kontekście ciała ucznia. Wymienione składowe to komponenty poczucia koherencji, czyli takiej postawy życiowej, która wyraża się poprzez, po pierwsze: rozumienie tego, jak funkcjonuje świat; po drugie: poprzez umiejętność radzenia sobie z wyzwaniami; i po trzecie: poprzez odczuwanie głębszego sensu we wszystkim, co dzieje się dookoła (Antonovsky 1995). Definicja poczucia koherencji powstała na gruncie teorii salutogenezy, w której uzasadnia się, iż orientacja życiowa człowieka stanowi zasób odpornościowy człowieka. Od lat 90. do dziś przeprowadzono mnóstwo badań, które potwierdzają tę teorię. W moich badaniach postanowiłam zrobić krok dalej i wyprowadzić cele ukierunkowane na aspekt cielesności na podstawie definicji składowych poczucia koherencji. Forma celów została zaczerpnięta z *Podstawy programowej kształcenia ogólnego*, ponieważ przekaz medialny kierowany jest właśnie do uczniów i to w nich ma zajść potencjalna zmiana.

Rycina 4. Poczucie koherencji w kontekście ciała a cele przekazu medialnego projektu MłodeTalenty.online

Definicje składowych poczucia koherencji	Przełożenie definicji na działanie w obszarze ciała	Cel ukierunkowany na aspekt cielesności ucznia
Poczucie zrozumiałości występuje, gdy człowiek spostrzega napływające informacje jako uporządkowane, spójne i dające się zrozumieć (Heszen, Sęk 2007).	Poczucie zrozumiałości w obszarze ciała występuje, gdy człowiek spostrzega napływające informacje o swoim ciele jako uporządkowane, spójne i dające się zrozumieć.	Uczeń wie, czym jest ciało i co z tego wynika dla niego i dla jego otoczenia.
Poczucie zaradności określa stopień, w jakim człowiek postrzega dostępne mu zasoby jako wystarczające, aby sprostać stawianym wymaganiom (Heszen, Sęk 2007).	Poczucie zaradności w obszarze ciała określa stopień, w jakim człowiek postrzega dostępne mu zasoby cielesne jako wystarczające, aby sprostać stawianym wymaganiom.	Uczeń zna sposoby kształtowania ciała, doskonalni je, by sprostać stawianym przed nim zadaniom.
Poczucie sensowności określa, na ile człowiek czuje, że jego życie ma sens, że warto wkładać wysiłek i zaangażowanie, aby sprostać wymaganiom życia (Heszen, Sęk 2007)	Poczucie sensowności w obszarze ciała określa, na ile człowiek czuje, że jego ciało ma sens, że warto wkładać wysiłek i zaangażowanie, aby sprostać wymaganiom, jakie temu ciału się stawia.	Uczeń zna wartość i sens swojego ciała, traktuje je z godnością i wykorzystuje ciało jako narzędzie zgodnie z jego przeznaczeniem.

Źródło: Opracowanie własne.

Przedstawione cele są klarowne, ale nie odpowiadają na pytanie, jakie treści mają doprowadzić do realizacji tych celów. Uporządkuję te treści wraz z przykładami w kolejnych podrozdziałach.

Egzystencjalny wzór kultury fizycznej a poczucie zrozumiałości w kontekście ciała

Wzmiankowałam już o wzorach kultury fizycznej. O tym, że wzory kultury fizycznej zmieniały się przez lata ze względu na sytuację polityczną kraju, mentalność społeczeństwa i próby ideologizacji (rozdział 1.2.). Przedstawiłam dowody na to, że w świetle obecnych badań pedagogika wartości ciała wyznacza kierunek właściwy dla nauczycieli, chcących zadbać o realizację potrzeb i dążeń młodzieży. Myśląc zatem o propagowaniu jakiegoś konkretnego wzoru kultury fizycznej, brałam to pod uwagę wyłącznie z powodu potencjalnych korzyści dla ucznia mogących płynąć z przekazu medialnego.

Pierwszy wybór padł na egzystencjalny wzór kultury fizycznej z przypisanymi mu biotycznymi, witalnymi i utylitarnymi znaczeniami wartości ciała. Uosabiając taki wzór kultury fizycznej, człowiek żyje ze świadomością, że od jego cielesności zależy jego istnienie, od jego cielesności zależy też jakość życia. Człowiek uosabiający egzystencjalny wzór kultury fizycznej wie, że natura ciała warunkuje sposób jego funkcjonowania w świecie. Rozeznaje swoją płć i doksztalca się w temacie, czym się różni fizjologia i biologia jego ciała od płci przeciwnej. Wiedząc, że ciało jest mu potrzebne do realizacji własnych celów, staje się uczestnikiem kultury medycznej, higienicznej, zdrowotnej i ekologicznej. Dba o witalność swojego ciała, ponieważ jest świadomy jego użyteczności. Korzysta zatem z badań profilaktycznych, szuka też rozwiązań pomocnych nie tylko w utrzymaniu zdrowotności, ale też w pomnażaniu jej. Jego postawa względem ciała wynika z **poczucia zrozumiałości**, jak działa jego organizm oraz czym jest ciało. Taka osoba ma spójną i uporządkowaną wiedzę o świecie, co daje mu poczucie stabilności emocjonalnej.

- Propagowanie egzystencjalnego wzoru kultury fizycznej w przekazie medialnym projektu MłodeTalenty.online

Aby zrealizować cel ukierunkowany na aspekt cielesności (uczeń wie, czym jest ciało i co z tego wynika dla niego i dla jego otoczenia), postanowiłam wprowadzić tematykę zdrowia fizycznego i psychicznego do portalu MłodeTalenty.online. Powstał cykl odcinków o nazwie: *Fake news a nauka o zdrowym odżywianiu*, w którym dotychczas ukazały się filmiki o produktach powszechnego użytku: cukrze, soli i pszenicy. Uczniowie mogli się dowiedzieć, jakie dawki są wskazane dla osób zdrowych, jakie są skutki nieodpowiedniej diety oraz gdzie należy szukać naukowo potwierdzonych informacji. Dodatkowo w powieści na portalu jeden z odcinków dotyczył dziewczyny, która popadła w anoreksję. Przedstawiając ten problem z perspektywy nastolatka mam na celu przełamanie tabu zgodnie z ludowym porzekadłem: *Jeżeli o czymś mówimy, możemy sobie z tym poradzić*. Jednocześnie wskazujemy na to, jakie znaczenie dla zdrowia fizycznego ma nasza kondycja psychiczna.

W świecie, w którym wartości są negowane i występuje zjawisko anomii (Szczukiewicz 2016), należy wskazywać właściwy sposób obchodzenia się z ciałem, podając naukowe dowody na to, który ze sposobów działa korzystnie dla zdrowia naszego organizmu, a który niesie za sobą przykre konsekwencje. Oprócz porad dietetycznych, w projekcie MłodeTalenty.online uczniowie otrzymają dawkę wiedzy o negatywnych konsekwencjach nałogowego korzystania z pornografii. Wszystko, co dotyczy ciała, nie jest oderwane od osoby, dlatego w projekt ma zachęcać do wyrażania szacunku do własnego ciała i do ciała innych osób.

Posiadanie wysokiego poziomu poczucia zrozumiałości polega na tym, że obraz świata w oczach jednostki jest spójny, uporządkowany i dający się zrozumieć, dlatego w projekcie MłodeTalenty.online wiedza o ciele człowieka i jego społecznych funkcjach jest przedstawiona w pewnym porządku. Poza planowanymi odcinkami o biochemii i fizjologii człowieka, dotychczas na portalu ukazały się dwa odcinki specjalne z udziałem blogerów znanych z mediów społecznościowych. Wypowiedzieli się oni o swoim doświadczeniu: o tym, co dobrego wynika dla nich z powodu przynależności do danej płci. Poza eksponowaniem piękna obu płci, z przekazu medialnego wynikało, że co najmniej dla tych dwóch osób odmiennosc roli społecznej uwarunkowanej płcią jest zjawiskiem pożytecznym, ponieważ dzięki predyspozycjom kobiety i mężczyzny możemy się uzupełniać jako gatunek ludzki.

Powstał również cykl *Na ratunek Ikarowi*, w którym jeden z odcinków nawiązuje do egzystencjalnego wzoru kultury fizycznej. Zatytułowany „Czynnik czasu w sporcie”,

przedstawia podstawowe informacje o projektowaniu treningu sportowego i o tym, że znajdowanie czasu na odpoczynek jest tak samo ważne jak znajdowanie czasu na pracę. Dr hab. Jan Kosendiak mówi o tym z perspektywy doświadczonego trenera jak i naukowca. W planowanych na przyszłość odcinkach przewidywana jest publikacja treści dotyczącej tematów jak unikać kontuzji, jak przeprowadzić dobrą rozgrzewkę i jak przygotować się do wysiłku długotrwałego. Tymczasem reszta powstałych dotychczas odcinków z cyklu *Na ratunek Ikarowi* odwołuje się do kolejnego wzoru, jakim jest symboliczny wzór kultury fizycznej.

Symboliczny wzór kultury cielesnej a poczucie zaradności w kontekście ciała

Do tego wzoru przypisuje się agonistyczne, perfekcjonistyczne, estetyczno-artystyczne i mistyczne znaczenia wartości ciała. Będzie zatem tu mowa o kolejno: rywalizacji sportowej, kształtowaniu sprawności i ciała w kierunku osiągania maksymalnych efektów, wykorzystywaniu ciała w sztuce oraz duchowości wpływającej na rozporządzanie ciałem. Co łączy te dziedziny? Otóż to, że we wszystkich tych aktywnościach ciało występuje jako rekwizyt. W przypadku rywalizacji sportowej ciało staje się rekwizytem moralnego dobra uczciwości, co zostało wyjaśnione we fragmencie o sportowcu-neoolimpijczyku: „Symbolizował w ten sposób swoje aspiracje jako człowiek; przyzwał, aby jego ciało było żywą ikoną, dynamicznym obrazem ciała, symbolizującym dążenie człowieka do moralnego dobra uczciwości. *Taki jestem* jako człowiek, tym wyrażam się jako człowiek – mówił olimpijczyk, kiedy stawiał siebie do konkursu (wyzywał na pojedynek na niby drugiego olimpijczyka) używając własnego ciała jako rekwizytu tej symbolizacji” (Pawłucki 1996, s. 138). Rywalizacja sportowa w tej odsłonie ma na celu doprowadzić do symbolicznego zwycięstwa sprawiedliwości. Zwycięża bowiem ten, który mając równe szanse z innymi, okazał się lepszy. Kto nie szanuje zasady fair-play, sprzeciwia się idei sportu.

- Propagowanie symbolicznego wzoru kultury fizycznej w przekazie medialnym projektu MlodeTalenty.online

Nazwa cyklu *Na ratunek Ikarowi* nasuwa skojarzenia z greckim mitem o Dedalu i Ikarze. Celowo przypominamy historię młodzieńca, który mimo wysokich aspiracji (lotu w przestworza), zakończył żywot dotkliwą porażką. Brak pokory, odrzucenie autorytetu i sięganie

po odrealniony cel i to przy użyciu niewystarczających narzędzi – to wszystko sprowadziło na chłopca zgubę. Celem cyklu *Na ratunek Ikarowi* jest więc przeciwdziałać takiemu biegowi wydarzeń. Jeśli ktoś interesuje się sportem, niech sięga po historie osób, którym udało się osiągnąć sukces. Sięganie po autorytet niech będzie pierwszym działaniem mającym nadać kierunek działań. Pytania: „Dlaczego cenię tą osobę?”, „Dlaczego chciałbym to osiągnąć?” „W jaki sposób ta osoba osiągnęła sukces, o którym marzę?” mają stać się pomocą w ułożeniu sobie w głowie: celu, sposobu działania i poczucia sensu swojego działania. W tym celu zostały przybliżone sylwetki ikon sportu:

- a) boksera Mariana Kasprzyka, (<https://mlodetalenty.online/jak-marian-kasprzyk-odkryl-swoj-talent/>; <https://mlodetalenty.online/od-wiezienia-do-nawrocenia-wartosc-medalu-olimpijskiego-w-obliczu-wartosci-egzystencjalnych/>)
- b) koszykarki Małgorzaty Dydek, koszykarza Arvydasa Sabonisa, lekkoatlety Wilsona Kosgei Kipketera (<https://mlodetalenty.online/morfologia-genetyka-psychika-co-wplywa-na-talent-sportowy/>),
- c) lekkoatlety Józefa Szmidta (<https://mlodetalenty.online/kto-stoi-za-sukcesem-jozefa-szmidta/>)
- d) lekkoatlety Roberta Korzeniowski, szermierza Jerzego Pawłowskiego, boksera Zbigniewa Pietrzykowskiego, biegaczki narciarskiej Justyny Kowalczyk, a także skoczków narciarskich Adama Małysza i Kamila Stocha (<https://mlodetalenty.online/korzeniowski-malysz-szmidt-czyli-o-tym-jak-osobowosci-nadaja-sens-sportowi/>)
- e) trenera boksu Feliksa Stamma (<https://mlodetalenty.online/moj-trenerski-autorytet-feliks-stamm/>).

W projekcie są wyróżniane talenty i osiągnięcia wrocławskich uczniów szkół ponadpodstawowych. Video-analizy gry sportowej dokonał dr Marcin Ściślak, a analizował on zwycięski mecz siatkarski swojej drużyny KS AWF AZS Wrocław. Można odtworzyć krótki filmik na ten temat na portalu: <https://mlodetalenty.online/sukces-w-siatkowce-4-elementy-oceny-ksztaltujacej/>. W planach była także analiza gry w piłkę nożną, koszykową i ręczną, ale brak finansowania projektu i ograniczenia związane z pandemią COVID-19 sprawiły, że plany przesunęły się na bliżej nieznany termin. Najważniejsza wydaje się jednak sama koncepcja takiego przedsięwzięcia w projekcie. Po co wprowadzać video-analizę gry sportowej młodzieży? Warto wyróżniać osiągnięcia uczniów, aby stały się one prestiżowe. W ten sposób

przyglądamy się młodzieży od strony pozytywnego potencjału, nie przylepiając szkodliwej etykiety. Ponadto nasz Specjalista musiał się zmierzyć z konkretnym zadaniem: skonstruować swoją wypowiedź na podstawie pytań zaczerpniętych z metody oceniania kształtującego. Uczniowie mogli się dowiedzieć: (1) jakie ich działanie zasługuje na pochwałę, (2) co należy poprawić, (3) jak należy to poprawić oraz (4) w jakim kierunku powinni się dalej rozwijać.

Okazało się, że prócz merytorycznej przydatności, dr Marcin Ściślak wykorzystał później filmik w celu zmotywowania swojej drużyny podczas przerwy w trwającej już rozgrywce. Podniosło to morale zawodniczek i ich motywacja przyczyniła się do kolejnego sukcesu siatkarskiego.

W tym bloku tematycznym uczniowie otrzymywali w newsletterach zaproszenie do e-lekcji wychowania fizycznego, na których w krótkometrażowym filmiku nauczycielka za pośrednictwem aplikacji Youtube wykonywała instruktaż zajęć fitness w zaciszu domowym. Uczniowie byli zachęceni do ćwiczeń wraz z panią Moniką, jednakże to, czy wykonali ćwiczenia zgodnie z instrukcją i pokazem nauczycielki, zależało wyłącznie od ich decyzji i odpowiedzialności, ponieważ w żaden sposób aktywność ta nie była monitorowana.

Spoleczny wzór kultury cielesnej a poczucie sensowności w kontekście ciała

W rozdziale 1.5. odważyłam się wysunąć propozycję rozszerzenia dziedzin pedagogiki wartości ciała o jeszcze jedną: pedagogikę kultury prorodzinnej. Wpisuje się ona w społeczny wzór kultury fizycznej, do którego przypisane są również hedonistyczne, obyczajowo-estetyczne i oblubieńcze znaczenia wartości ciała. Teraz postaram się pokrótce wyjaśnić definicje wymienionych znaczeń.

Naturalnie ciało jest źródłem rozkoszy, ponieważ akt seksualny dokonujący się poprzez ciało przynosi cielesną przyjemność. Wydzielają się endorfiny, czyli hormony odpowiedzialne za dobre samopoczucie. Wzrost poziomu *hormonów szczęścia* może nastąpić także po spożyciu określonych produktów spożywczych. Przyjemność dostarczamy też organizmowi, korzystając z różnych rozrywek, dzięki którym wzrasta poziom adrenaliny (epinefryny). Pokonanie jakiegoś wyzwania wiąże się z osiągnięciem stanu euforii. Choć wszystkie wymienione sytuacje przynoszą przyjemność krótkotrwałą, istnieje grupa osób, dla których hedonizm (czyli uznawanie przyjemności za najwyższe dobro) pozwala wierzyć, że zażywanie rozkoszy jest

najważniejszym celem życia człowieka. Wśród typów hedonistycznych wyróżnia się także „ideał negatywno-hedonistyczny-algistyczny, który wiąże się z szukaniem bólu, cierpienia” (Syrek 2011, s. 385). Taka postawa stoi w sprzeczności do założeń pedagogiki wartości ciała, ponieważ nie uwzględnia dobra człowieka jako osoby i nie bierze pod uwagę drugiego człowieka jako podmiotu pełnego godności, ale zrównuje go do roli przedmiotu służącemu egoistycznym celom.

Obyczajowo-estetyczne znaczenia wartości ciała odnoszą się do ciała jako rekwizytu jakiejś wartości kulturowej. W kulturze kostiumowej nie tylko stroje ludowe, szkockie spódniczki, eleganckie garnitury czy inne części garderoby przedstawiają symboliczne znaczenie. W niektórych kulturach to zakładana biżuteria bądź ozdobne tatuaże stanowią element dekoracyjny danej grupy etnicznej czy zawodowej (Braun-Falco i in. 2004, s. 987, za: Lidia Pac). Jeśli ozdoby ciała nie szkodzą jego zdrowotności, a niosą z sobą wartościowy kulturowo przekaz, nie stoją one w sprzeczności do założeń pedagogiki wartości ciała. Wręcz przeciwnie, odpowiedni ubiór na rozmowę kwalifikacyjną czy randkę może stanowić wyraz szacunku do drugiej osoby.

Wyróżniamy także oblubieńcze znaczenie wartości ciała. Zostało ono opisane w teologii ciała Jana Pawła II odnoszącej się do „funkcji ciała ludzkiego w strukturze osoby, jak i w relacjach międzyosobowych. Jednak osi tych rozważań są pewne punkty teologiczne: (1) tajemnica stworzenia człowieka na obraz Boży, (2) pierwotna komunika kobiecy i mężczyzny jako obraz relacji w Bogu, (3) wielka godność ciała ludzkiego płynąca z faktu, że stało się ono narzędziem wcielenia i odkupienia w Chrystusie, a także (4) miłość małżeńska, która dzięki dziełu odkupienia staje się obrazem oblubieńczej miłości Chrystusa do swojego odkupionego Kościoła” (Pielorz 2014, s. 103). Przyjęcie takiego znaczenia wartości ciała posiada swoją mistyczną głębię i dobra wynikające z realizowania misji ciała według tego wzoru zasługują na pochwałę. Zważywszy na wolność religijną każdego człowieka, nie jest możliwe, aby pedagodzy wartości ciała, jakimi mają się stać nauczyciele wychowania fizycznego, uosabiali w większości opisane znaczenie wartości ciała. Nie oznacza to, że takie przekazywanie wartości nie może mieć jednostkowego charakteru w postaci autorytetu żyjącego wedle tego wzoru.

Prokreacyjne znaczenia wartości ciała ze względu na opisane w badaniach potrzeby młodzieży jawią się jako najpilniejszy przekaz wartości i to nim zajęłam się w projekcie *MłodeTalenty.online*.

- Propagowanie społecznego wzoru kultury fizycznej w przekazie medialnym projektu MłodeTalenty.online

Wyróżnienie poczucia sensowności w tytule rozprawy jako składowej poczucia koherencji w sposób celowy nawiązuje do charakteru przekazu medialnego projektu MłodeTalenty.online, w którym to czynnik aksjologiczny dominuje nad proceduralnym. Treści z poprzednich bloków przeplatałam w projekcie z uzasadnionym logicznie sensem podejmowanych wysiłków względem ciała. To, „dlaczego” zajmujemy się ciałem będzie zawsze poprzedzało zagadnienie, „jak” się z nim obchodzimy.

Pokazywanie prokreacyjnego znaczenia wartości ciała łączone jest w projekcie z refleksją filozoficzną dotyczącą sensu ludzkiego istnienia, ludzkiej różnorodności płciowej oraz postawy względem ciała. W newsletterach dotyczących poczucia sensowności i kultury prorodzinnej były zadawane pytania o tożsamość, rozumienie pojęcia *człowieczeństwo*, ale i była przekazywana konkretna wiedza o zagrożeniach dla zdrowej relacji między dwojgiem ludzi, jeśli jedna z osób uzależnia się od pornografii. W treści programowej znalazło się też miejsce na przykłady rodziców, którzy w swojej roli odnajdują spełnienie. Mówili oni z perspektywy przynależności do danej płci o tym, w jaki sposób wykorzystują swoje ciało jako narzędzie czynienia dobra. Ich zaangażowanie na portalu tłumaczy fakt, iż sami są blogerami zajmującymi się na co dzień tematami, o których zaledwie wspomnieli na krótkim filmiku dla uczestników projektu MłodeTalenty.online. Treść newsletterów wraz z ich wideo jest dostępna pod linkami: <https://mailchi.mp/5900c71752cf/meskiecialo-3595212>, <https://mailchi.mp/a4b735344187/bedzie-rel-3586932>.

W projekcie MłodeTalenty.online pojawiła się także przygotowująca do roli ascety żywotności i zdrowotności powieść w odcinkach „Obrazki z życia licealisty”. Pisana z perspektywy licealisty fabuła dotyka współczesnych bolączek nastoletniego wieku. Główny bohater uosabia wartości ciała i wartości człowieka w jego personalistycznej odsłonie. Konstrukcja tej postaci została zaczerpnięta z powieści „Idiota” Fiodora Dostojewskiego. Na wzór księcia Myszkina, licealista Jaś Jowialny z dobroci serca stara się pomóc każdej osobie w społeczności klasowej. Dzięki jego wrażliwości, dobroci i umiejętności rozumienia motywów czyjegoś postępowania przez pryzmat jego doświadczeń życiowych, szybko zdobywa przychylność klasy, a kilka dziewczyn równolegle zakochuje się w nieświadomym swojego uroku i w ludzkim rozumieniu naiwnym autsajderze. Powieść delikatnie naświetla problem zaburzeń odżywiania, braku wzorca szczęśliwego małżeństwa rodziców, uzależnienia od pornografii i wykorzystania seksualnego. Czemu historia Jasia Jowialnego i jego






kolegów/koleżanek ma służyć? Być może młody czytelnik utożsami się z jedną z postaci wykreowanych w powieści, a postać Janka pomoże mu odzyskać nadzieję na rozwiązanie problemu. Fabuła ma w założeniu prowokować pytania o sens ludzkiego życia i w podsumowaniu przedstawić tezę, iż nie ma niczego bardziej pociągającego od człowieka, który czuje w sobie głęboką misję, realizuje ją w odniesieniu do drugiej osoby i pomaga jej uwierzyć, że życie jest warte największych starań, aby uczynić je szczęśliwym, pięknym i dobrym. Co to ma wspólnego z pedagogiką wartości ciała? Postać Jasia w sposób obrazowy demonstruje, ile dobrego można zdziałać poprzez ciało, co ma na celu pokazać moralno-społeczny aspekt życia człowieka i ukazać wartość takiej egzystencji.

3.2. Treści i cele newsletterów w projekcie MłodeTalenty.online






Wyróżnienie poczucia sensowności w tytule rozprawy jako składowej poczucia koherencji w sposób celowy nawiązuje do charakteru przekazu medialnego projektu, w którym to czynnik aksjologiczny dominuje nad proceduralnym. Oznacza to, że każdy temat, choć mający za podstawę wykładnię innej dziedziny pedagogiki, rozpatrywano w projekcie przez pryzmat celu i sensu działań człowieka jako osoby. W tym kontekście treści programowe charakteryzowała spójność celów i bogactwo tematyczne, co zostanie zaprezentowane w poniższej rycinie.

Rycina 5. Treści i cele newsletterów w projekcie MłodeTalenty.online


Temat	Treść*	Link	Cel	Pedagogika	Znaczenie wartości ciała
1. Pierwszy Krok Eksperymentu Za Tobą! 🖐️ Co Dalej?	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka "Jak Marian Kasprzyk odkrył swój talent?", arkusz odpowiedzi uczniów	https://mailchi.mp/6e6c4e372494/pierwszy-krok-eksperymentu-za-tob-co-dalej-3569520	uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa	kultury rekreacji i pracy	egzystencjalne (użyteczne)

<p>2. Który z tych talentów najbardziej opisuje Ciebie?  Sprawdź!</p>	<p>Materiał filmowy przedstawiający talent jednej z uczestników projektu, wywiad z Dominiką Łysio, właścicielką marki <i>Tropiciele talentów</i> o talentach neuronalnych wraz z komentarzem do talentu uczestniczki projektu, link do słownika talentów</p>	<p>https://mailchi.mp/c73f170a5343/ktry-z-tych-talentw-najlepiej-opisuje-ciebie-3578472</p>	<p>uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa</p>	<p>kultury rekreacji i pracy</p>	<p>egzystencjalne (użytkowe)</p>
<p>3. Odkryliśmy już talenty, teraz ODKRYJEMY CIAŁO! </p>	<p>Materiał filmowy o definicji ciała w projekcie i materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka "Dobre czy złe oblicze sportu", arkusz odpowiedzi uczniów</p>	<p>https://mailchi.mp/0d6b8717ba89/odkryjemycialo</p>	<p>uczeń zna wartość uczciwości jako moralnego dobra (sport jako metafora uczciwego życia)</p>	<p>kultury sportowej</p>	<p>symboliczne (agonistyczne)</p>
<p>4. Uniknij FAKE NEWSÓW, korzystając z tego źródła </p>	<p>Materiał filmowy Specjalistki ds. zdrowego odżywiania się Joanny Rumińskiej, e-lekcja wychowania fizycznego z youtuberką Moniką</p>	<p>https://mailchi.mp/f59218fc516c/uniknij_fake-news-3586936</p>	<p>uczeń wie, jak dbać o zdrowie swojego ciała</p>	<p>wartości witalnych</p>	<p>egzystencjalne (witalne)</p>
<p>5. 4 minuty o MĘSKIM CIELE: O jednej roli mężczyzny, której  przejąć nie mogą.</p>	<p>Materiał filmowy blogera Mikołaja Foksa o trzech podstawowych rolach męskiego ciała</p>	<p>https://mailchi.mp/5900c71752cf/meskieci-3595212</p>	<p>uczeń rozumie wartość swojego ciała i poznaje cel swojej płciowości; traktuje ciało z godnością</p>	<p>wartości ciała</p>	<p>społeczne (prokreacyjne)</p>
<p>6. Będzie REL? </p>	<p>Materiał filmowy blogerki Angeliki</p>	<p>https://mailchi.mp/a4b73534</p>	<p>uczeń rozumie wartość swojego ciała i poznaje</p>	<p>wartości ciała</p>	<p>społeczne (prokreacyjne)</p>

	Kuny o swoim doświadczeniu wykorzystywania kobiecego ciała w służbie dla innych i arkusz odpowiedzi uczniów	4187/bedzie-rel-3586932	cel swojej płciowości; traktuje ciało z godnością		
7. 2 historie z życia licealistów: O zmarnowanym ☺ i wykorzystanym TALENCIE ☺	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka "Historia zmarnowanego talentu" + Materiał filmowy o talencie jednego z uczestników projektu MłodeTalenty.online	https://mailchi.mp/1acdd1946629/zmarnowaniwykorzystanytalent-3591176	uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa	kultury rekreacji i pracy	egzystencjalne (użytkowe)
8. Życzenia specjalnie dla Ciebie	Przerwa świąteczna od treści projektu	https://mailchi.mp/e38eba4d0cb9/zyczenia-bozonarodzeniowe	-	-	-
9. Czas roku 2020 minął! Jaka jest rola CZASU w ...?	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka "Czynnik czasu w sporcie"	https://mailchi.mp/8f6acdd73c9b/czynnik-czasu	uczeń zna sposoby bezpiecznego uprawiania sportu, przestrzega zasady treningu sportowego	kultury sportowej	symboliczne (agonistyczne)
10. Chcę zrobić z życia ARCYDZIEŁO! Tak zacznij...	Materiał filmowy Specjalistki ds. zdrowego odżywiania się Joanny Rumińskiej o spożywaniu soli + e-lekcja wychowania fizycznego z youtuberką Moniką	https://mailchi.mp/70ac1731ad87/zrobzzyciaarcydzio	uczeń wie, jak dbać o zdrowie swojego ciała	wartości witalnych	egzystencjalne (witalne)
11. TO jest gorsze od	Materiał filmowy <i>Family Watch International</i> o	https://mailchi.mp/91cee955	uczeń rozumie zagrożenia płynące z uzależnienia od	wartości ciała	społeczne

pandemii COVID-19	pornografii + fragment powieści <i>Obrazki z życia licealisty</i>	7971/gorszeod covida	pornografii; traktuje swoje ciało i ciało drugiej osoby z poszanowaniem		
12. DOPING przekreśla ideę sportu. Zwycięstwo człowieka czy kogoś spreparowanego?	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka "Sport a uczciwość"	https://mailchi.mp/10a56a605a08/nieuczciwoscwsporcie-3749916	uczeń zna wartość uczciwości jako moralnego dobra (sport jako metafora uczciwego życia)	kultury sportowej	symboliczne (agonistyczne)
13. Chcesz być młody duchem?  Pozbądź się ZGORZKNIAŁE GO STARCA 	Materiał filmowy filologa Leszka Giemzy o "Odzie do młodości" w nawiązaniu do potencjału młodzieży	https://mailchi.mp/b85687b00218/pozbadz siezgorzknialego-3601840	uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa	kultury rekreacji i pracy	egzystencjalne (użytkowe)
14. Medal olimpijski  a poczucie życiowego spełnienia? Poznaj historię nawróconego więźnia 	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka o historii życia Mariana Kasprzyka, z uwzględnieniem jego hulaszczego życia i późniejszej przemiany	https://mailchi.mp/b276445cf8f6/medalolimpijski-3659912	uczeń zna zagrożenia dla ciała i umysłu człowieka i rozumie konsekwencje zachowań wobec ciała swojego i innych	wartości ciała	społeczne (obyczajowe)
15. Cukier? Nie demonizuj go! 	Materiał filmowy Specjalistki ds. zdrowego odżywiania się Joanny Rumińskiej o spożywaniu cukru	https://mailchi.mp/f2a70d43a306/medalolimpijski-3741112	uczeń zna wartość uczciwości jako moralnego dobra (sport jako metafora uczciwego życia)	kultury sportowej	symboliczne (agonistyczne)
16. "Zaprzyjaźnij się z SAMODYSCYP	Materiał filmowy o samodyscyplinie doradcy finansowego Fryderyka Karzełka	https://mailchi.mp/732dc6ed8ee0/samodysciplina	uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i	kultury rekreacji i pracy	egzystencjalne (użytkowe)

LINA" - mówią, ale PO CO?			żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa		
17. To, JAKI jesteś ma większą wartość od tego, CO ROBISZ 🤖	Materiał filmowy dra hab. Jana Kosendiaka o osobowościach nadających sens sportowi	https://mailchi.mp/736bada61e86/osobowosciwsporcie	uczeń zna wartość uczciwości jako moralnego dobra (sport jako metafora uczciwego życia)	kultury sportowej	symboliczne (agonistyczne)
18. Zastąp TYM pszenicę w diecie! + ćwiczenia ze skarpetkami	Materiał filmowy Specjalistki ds. zdrowego odżywiania się Joanny Rumińskiej o spożywaniu pszenicy + e-lekcja WF z youtuberką Moniką	https://mailchi.mp/4a72c151172f/pszenica	uczeń wie, jak dbać o zdrowie swojego ciała	wartości witalnych	egzystencjalne (witalne)
19. Co odbiera nam szczęście? Wyznania 🤖 na łożu śmierci	Materiał filmowy z portalu 2ryby.pl o pozytywnym nastawieniu psychicznym	https://mailchi.mp/96e653484659/coodbieraszczenie	uczeń przyswaja wartość pozytywnego nastawienia psychicznego; dba o swoje zdrowie psychiczne	wartości witalnych	egzystencjalne (witalne)
20. 3 minuty o człowieczeństwie 🤖 Jakie wartości reprezentujesz?	Materiał filmowy youtuberki Aliny Kaźmierczak o wartości człowieczeństwa, arkusz odpowiedzi uczniów	https://mailchi.mp/2b2a8715221a/czlowieczestwo	uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa	kultura rekreacji i pracy	egzystencjalne (użytkowe)
21. KONIEC eksperymentu. TO najważniejszy mail, otwórz 📧	Badanie końcowe przy użyciu IZZ, SoC-29, KCAF	https://mailchi.mp/9274e0667a32/badaniekoncowe	uczeń sprawdza swój poziom zachowań zdrowotnych, weryfikuje, czy cel jego aktywności fizycznej motywuje go do	wartości witalnych i inne	egzystencjalne (witalne) i inne

			działania i bada swój poziom poczucia koherencji		
22. Albercie, sprawdź swoje WYNIKI! 	Szczegółowe wyniki badań wraz z ich interpretacją i wskazówką do rozwoju	https://mailchi .mp/d4849c39 c3eb/wyniki- 4785752	wszystkie powyższe	wszystkie powyższe	wszystkie powyższe

*Z treścią newsletterów w oryginalnej formie można zapoznać się, korzystając z załączników.

Źródło: Opracowanie własne.

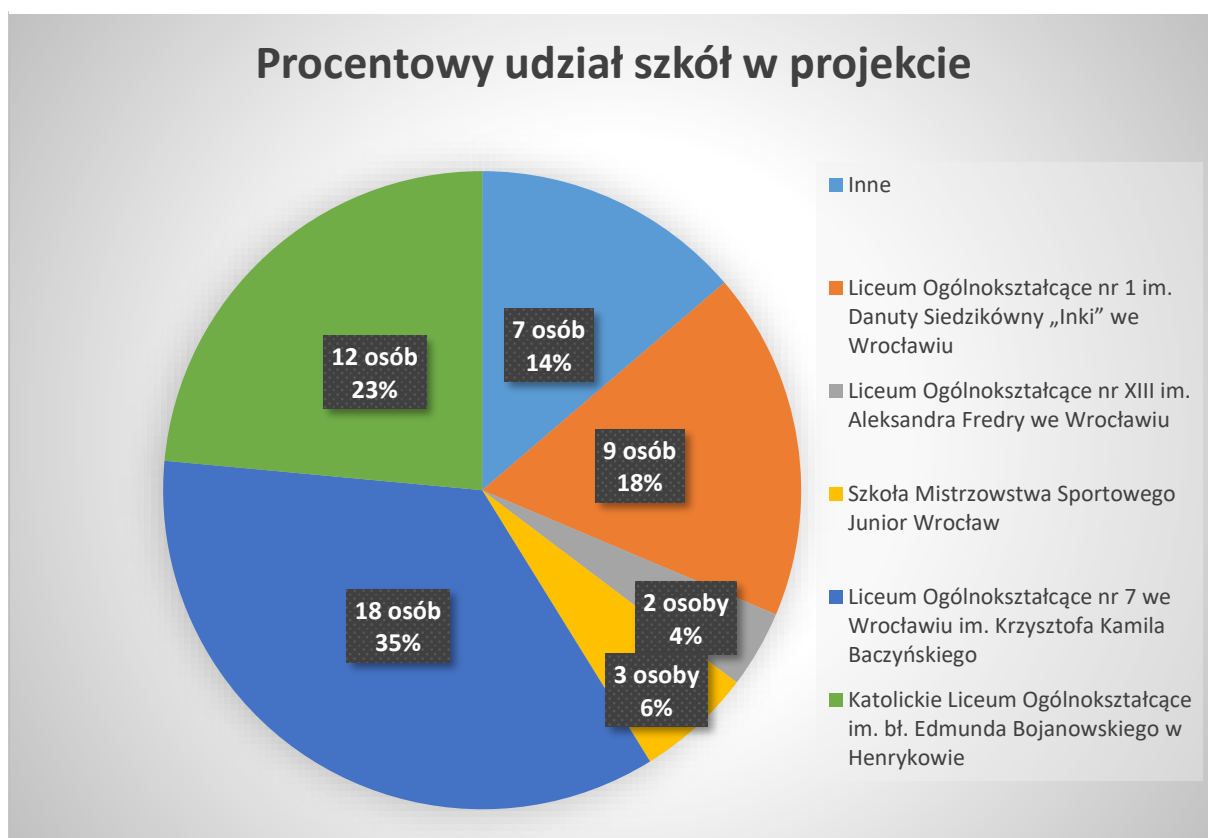
Należy tutaj podkreślić, że wysyłana poprzez newsletter treść projektu każdorazowo zawierała w sobie refleksję redaktorską, opis i w zależności od potrzeby wyjaśnienie prezentowanego zagadnienia. Czasami uczniowie byli również zachęceni do odpowiedzi na pytania dotyczące bieżącego tematu. Miało to na celu sprawdzenie, czy uczniowie rozumieją treść przekazu i czy się z nim zgadzają. W pojedynczych przypadkach odpowiedzi uczniów były brane pod uwagę przy konstrukcji kolejnego przekazu, aby dać wyraz temu, że uczniowie współtworzą projekt MłodeTalenty.online i że ich postrzeżenie świata jest dla mnie jako pomysłodawcy projektu ogromnie ważne.

Archiwalne newslettery umieściłam w załącznikach na końcu dysertacji, aby przybliżyć czytelnikom formę przekazu projektu dla młodzieży. Dodam, że przyciski w newsletterach służyły jako hiperłącze, czego nie można odtworzyć w wersji drukowanej pracy doktorskiej, dlatego osoby żywo zainteresowane całością przekazu medialnego zapraszam do skorzystania z linku wybranego newslettera (Rycina 5) na swoim urządzeniu mobilnym.

4. Wyniki badań ilościowych

Okres dojrzewania to ten etap ontogenezy, który nie przestaje być ciekawy, a to z powodu swojej dynamiczności i zmienności. Wskutek reformy oświatowej (Dz.U. z 2017 r. poz. 60, ze zm.) termin *szkoła ponadgimnazjalna* nie ma odzwierciedlenia w rzeczywistości

Wykres 4. Udział szkół w projekcie *MłodeTalenty.online*



*Inne: Liceum Ogólnokształcące nr IX im. Juliusza Słowackiego we Wrocławiu, 1 LO im. C.K. Norwida w Wyszowie, Niepubliczne Liceum Sollers we Wrocławiu, Liceum Ogólnokształcące nr VI im. Bolesława Prusa we Wrocławiu, Autorskie Licea Artystyczne i Akademickie, Liceum im. Tadeusza Kościuszki, IV Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Stanisława Staszica we Wrocławiu.

Źródło: Opracowanie własne.

szkolnej, gdyż nauka w szkole podstawowej wydłużyła się o 2 lata, a w szkole ponadpodstawowej o 1 rok, dzięki czemu gimnazja uległy likwidacji. Dzisiejsi uczniowie szkół ponadpodstawowych to osoby w przedziale wiekowym 15-19 lat, a więc młodzi ludzie u progu dorosłości, dla których główną cechą jest zainteresowanie na przyszłość (Szczepański, 1992). To właśnie oni stanowią interesującą mnie grupę badawczą.

Na zaproszenie do udziału w projekcie w największym stopniu odpowiedzieli uczniowie Liceum Ogólnokształcącego nr 7 we Wrocławiu, ponieważ 35% badanych uczęszczała właśnie do tej placówki oświatowej. Na wykresie (Wykres 4) można prześledzić procentowy udział wszystkich szkół w badaniu, ale można też dostrzec różnorodny kierunek działalności szkół. W przeważającej ilości w projekcie MłodeTalenty.online wzięli udział uczniowie z liceów ogólnokształcących, a dalej: ze szkół sportowych, szkół o profilu katolickim, szkół o profilu artystycznym lub dwujęzycznym.

Rozkład płci w badaniu to 21 osób płci męskiej, 30 osób płci żeńskiej.

4.1. Zachowania zdrowotne badanych uczniów

Stan zachowań zdrowotnych uczestników projektu MłodeTalenty.online, z uwagi na zastosowane narzędzie, scharakteryzowany jest w sposób ogólny za pomocą ogólnego wskaźnika zachowań zdrowotnych (ZZ) oraz stenowego wskaźnika (S). Jego strukturę wewnętrzną określają wartości wskaźników czterech kategorii zachowań zdrowotnych: prawidłowych nawyków żywieniowych (PNŻ), zachowań profilaktycznych (ZPR), pozytywnych nastawień psychicznych (PNP) oraz praktyk zdrowotnych (PZ) (Juczyński 2012).

Tabela 1. Struktura zachowań zdrowotnych badanych osób - badanie początkowe.

	ZZ	S	PNŻ	ZPR	PNP	PZ
AVG	83	6	20	21	20	21
SD	15	2	5	5	5	5
MIN	45	1	8	10	7	12
MAX	116	10	30	30	30	30

AVG – wskaźnik średniej; SD – odchylenie standardowe; MIN – wartość minimalna; MAX – wartość maksymalna.

Źródło: Opracowanie własne.

Wartości poszczególnych wskaźników zarejestrowane dla całej badanej grupy obrazuje powyższa tabela (Tabela 1). Ogólny średni wskaźnik zachowań zdrowotnych ma wartość 83 punktów, co w skali stanowej dało wartość 6 stena. Przy maksymalnej możliwej wartości wskaźnika ZZ (120) nasilenie zachowań zdrowotnych wyniosło 69, 17 %. Jest to poziom, który

można uznać za dobry. Wartość wskaźnika odchylenia standardowego SD w stosunku do wartości wskaźnika średniej AVG generuje współczynnik zmienności CV o wartości 18,07%, co świadczy o małej zmienności zachowań zdrowotnych w grupie.

Poszczególne składowe stanowiące szczegółowe kryteria reprezentowanych zachowań zdrowotnych uczestników projektu MłodeTalenty.online wypełniają je w następującym zakresie:

- prawidłowe nawyki żywieniowe – 24,39%,
- zachowania profilaktyczne – 25,61%,
- pozytywne nastawienia psychiczne – 24,39%,
- praktyki zdrowotne – 25,61%.

Tym samym, struktura wewnętrzna zachowań zdrowotnych badanych może być uznana za równomierną. Delikatna przewaga po stronie zachowań profilaktycznych nie jest istotna statystycznie, ale biorąc pod uwagę sytuację w kraju i na świecie związaną z wybuchem COVID-19, nacisk na profilaktykę wydaje się uzasadniony.

Jak przedstawiały się wyniki uczniów w badaniu końcowym? Dane zawarłam w poniższej tabeli (Tabela 2).

	ZZ	S	PNŻ	ZPR	PNP	PZ
AVG	84	6	21	22	21	20
SD	12	2	5	4	5	4
MIN	59	2	10	13	13	12
MAX	103	8	30	29	29	27

Tabela 2. Struktura zachowań zdrowotnych badanych osób - badanie końcowe.

Źródło: Opracowanie własne.

Porównując wyniki tych samych osób w grupie w powtórzonym badaniu po zakończeniu eksperymentu, zaobserwowałam, że wskaźnik zachowań zdrowotnych i wszystkie elementy,

które się na niego składają (prawidłowe nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne, pozytywne nastawienie psychiczne, praktyki zdrowotne) utrzymywał się na podobnym poziomie w badaniu początkowym jak i końcowym. Zarysowana delikatnie poprawa nie jest istotna statystycznie.

Wewnętrzna struktura zachowań zdrowotnych uczniów w badaniu końcowym jest zbliżona do struktury zarejestrowanej w badaniu początkowym i w odniesieniu do poszczególnych składowych wynosi:

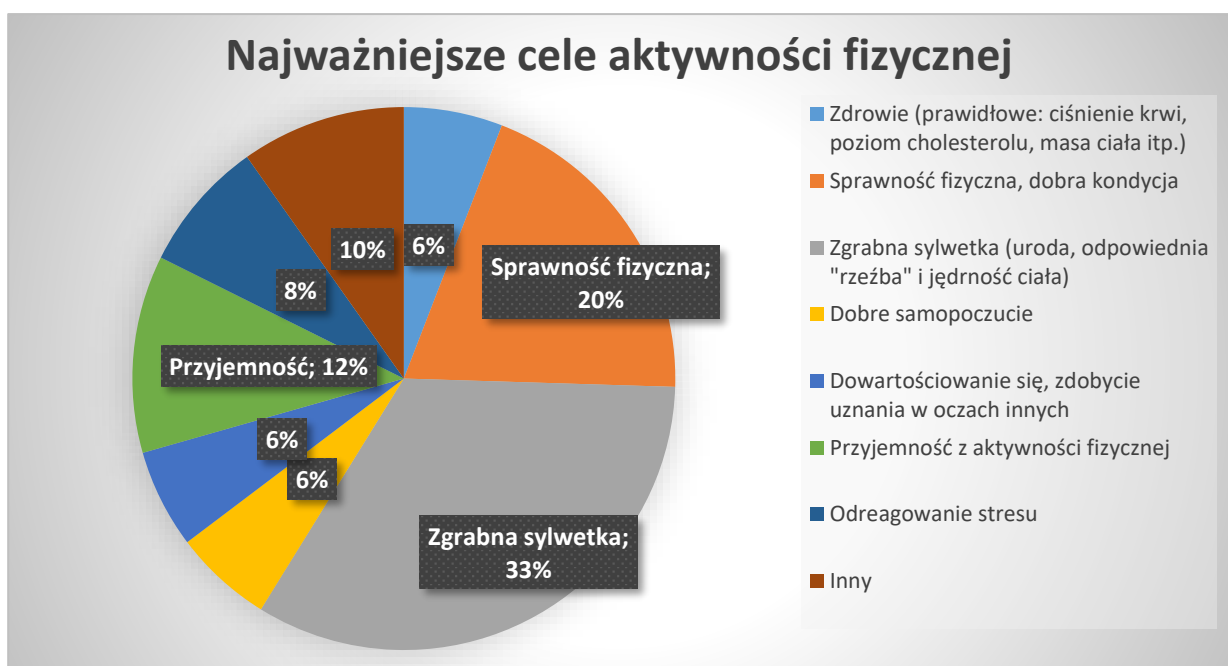
- prawidłowe nawyki żywieniowe – 25,00%,
- zachowania profilaktyczne – 26,19%,
- pozytywne nastawienia psychiczne – 25,00%,
- praktyki zdrowotne – 23,81%.

W grupie respondentów wzrosła wartość procentowa stanu zachowań profilaktycznych na tle innych zachowań zdrowotnych.

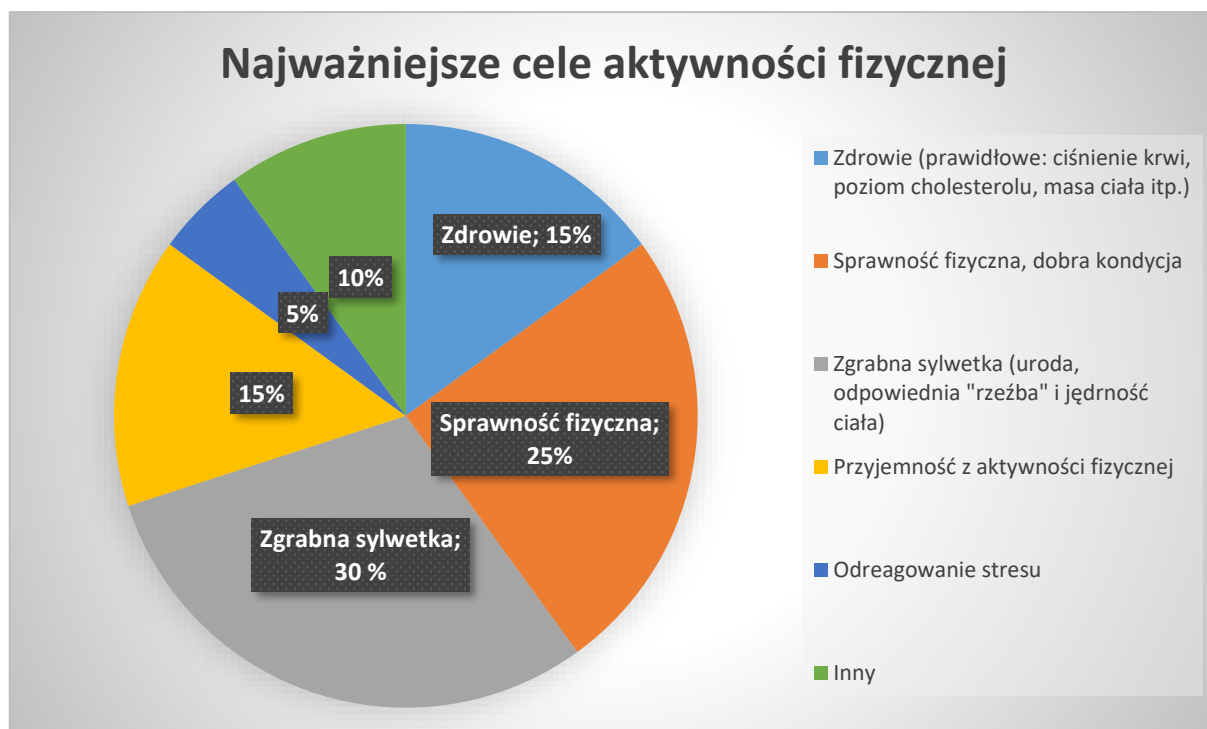
4.2. Cele aktywności fizycznej badanych uczniów

W tym badaniu najciekawsze wyniki dotyczyły celu, w jakim uczniowie podejmują się aktywności fizycznej. Z badań wynika, że największą motywacją jest dla młodzieży uzyskanie bądź utrzymanie zgrabnej sylwetki. Widać tu pierwszeństwo wzoru symbolicznego kultury cielesnej przed egzystencjalnym, choć delikatnie w drugim badaniu zmniejszają się te proporcje w kierunku wartości witalnych.

Wykres 5. Najważniejsze cele aktywności fizycznej - badanie początkowe.



Wykres 6. Najważniejsze cele aktywności fizycznej – badanie końcowe.



Źródło: Opracowanie własne.

Okazało się, że po roku trwania eksperymentu wartość motywacyjna celu aktywności fizycznej, organizacja czasu i konflikt motywacyjny utrzymały się na tym samym poziomie. Wytrwałość w działaniu minimalnie spadła, ale wzrosła wartość stenowa dotycząca wielowymiarowości celów. Różnice nie są istotnie statystycznie. Ani czas, ani treść portalu, ani inne czynniki nie spowodowały zauważalnych zmian w uczniach.

Tabela 3. Struktura wartości celów aktywności fizycznej – badanie początkowe

	Wartość motywacyjna	Organizacja czasu	Wytrwałość w działaniu	Konflikt motywacyjny	Wielowymiarowość celów
AVG	31,41	14,43	9,78	7,37	45,19
SD	7,28	4,63	3,24	2,54	8,10
MIN	8	5	3	2	24
MAX	40	23	15	10	57

Źródło: Opracowanie własne.

Tabela 4. Struktura wartości celów aktywności fizycznej – badanie końcowe.

	Wartość motywacyjna	Organizacja czasu	Wytrwałość w działaniu	Konflikt motywacyjny	Wielowymiarowość celów
AVG	32,45	14	9,65	6,9	45,85
SD	5,55	3,79	2,54	2,36	7,51
MIN	21	9	4	2	32
MAX	39	23	14	10	59

Źródło: Opracowanie własne.

4.3. Poczucie koherencji badanych uczniów

Z wyników uzyskanych na podstawie *Kwestionariusza orientacji życiowych (SoC29) A. Antonovsky’ego* wynika, że nie zaszły istotne zmiany w poczuciu zrozumiałości (ZRO), zaradności (ZAR) i sensowności (SEN) uczniów, a w związku z tym wskaźnik poczucia koherencji (SOC) również utrzymał się na podobnym poziomie.

Tabela 5. Struktura poczucia koherencji badanych osób – badanie początkowe.

	ZRO	ZAR	SEN	SOC
AVG	42,67	46,45	39,67	128,78
SD	10,01	11,27	8,40	25,88
MIN	21	17	16	61
MAX	61	66	53	175

Źródło: Opracowanie własne.

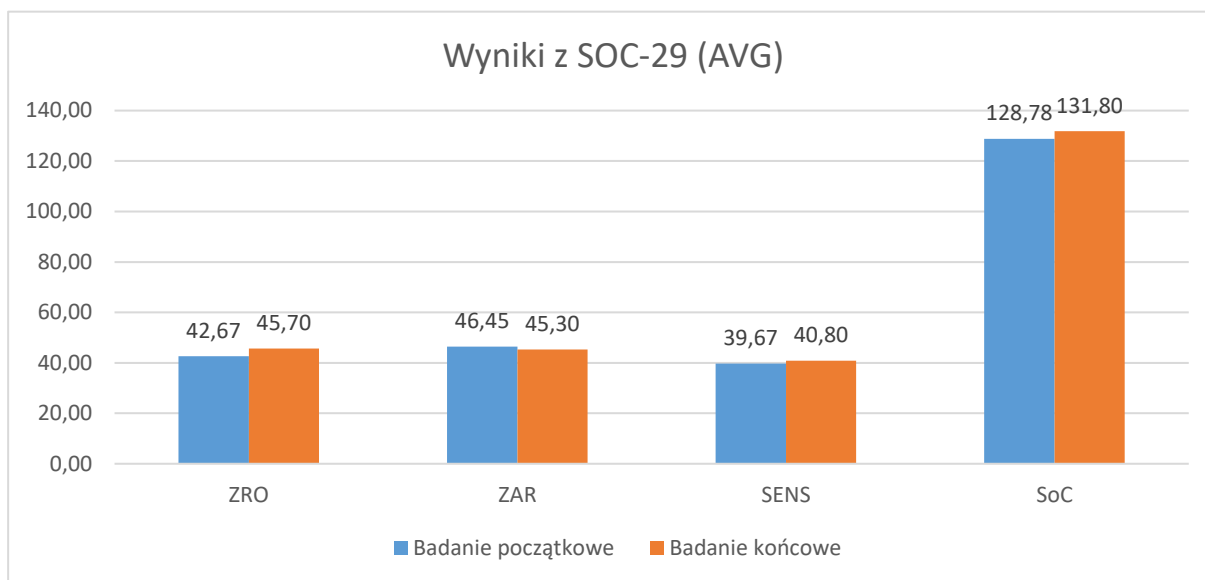
Tabela 6. Struktura poczucia koherencji badanych osób – badanie końcowe.

	ZRO	ZAR	SEN	SOC
AVG	45,70	45,30	40,80	131,80
SD	8,64	10,36	7,66	23,65
MIN	29	20	28	82
MAX	60	61	55	173

Źródło: Opracowanie własne.

Średnia wartość ogólnego wskaźnika poczucia koherencji uczestników badania zwiększyła się w badaniu końcowym. We wszystkich składowych poczucia koherencji odnotowano wzrost, prócz poziomu poczucia zaradności. Najwyraźniej zobrazuje to wykres słupkowy (Wykres 7).

Wykres 7. SOC-29. Porównanie wyników badania początkowego z końcowym



Źródło: Opracowanie własne.

Jak interpretować wyniki, które nie wykazują istotnej zmiany? Brak danych istotnych statystycznie jest ważną informacją o tym, że badana zależność nie wystąpiła. W badaniu nie uzyskano danych potwierdzających skuteczność przekazu medialnego w kontekście zmian w postawach uczniów względem ciała. Należy w tym miejscu podkreślić, że badanie dotyczyło tego konkretnego, stworzonego na podstawie pedagogiki wartości ciała przekazu medialnego (projektu MłodeTalenty.online). Gdybyśmy zatrzymali się w tym punkcie badań, te najważniejsze kwestie pozostałyby wciąż zagadką:

- Czy skuteczność przekazu medialnego zależy od treści przekazu?
- Czy skuteczność przekazu medialnego zależy od formy przekazu?
- Czy istnieją czynniki, które mają większy wpływ na postawy uczniów względem ciała niż przekaz medialny?

Badanie ilościowe było zaledwie wstępem do badań jakościowych, które służyło bardziej jako „rozpoznanie badanego terenu”, jako „punkt wyjścia”. Dzięki uzyskanym

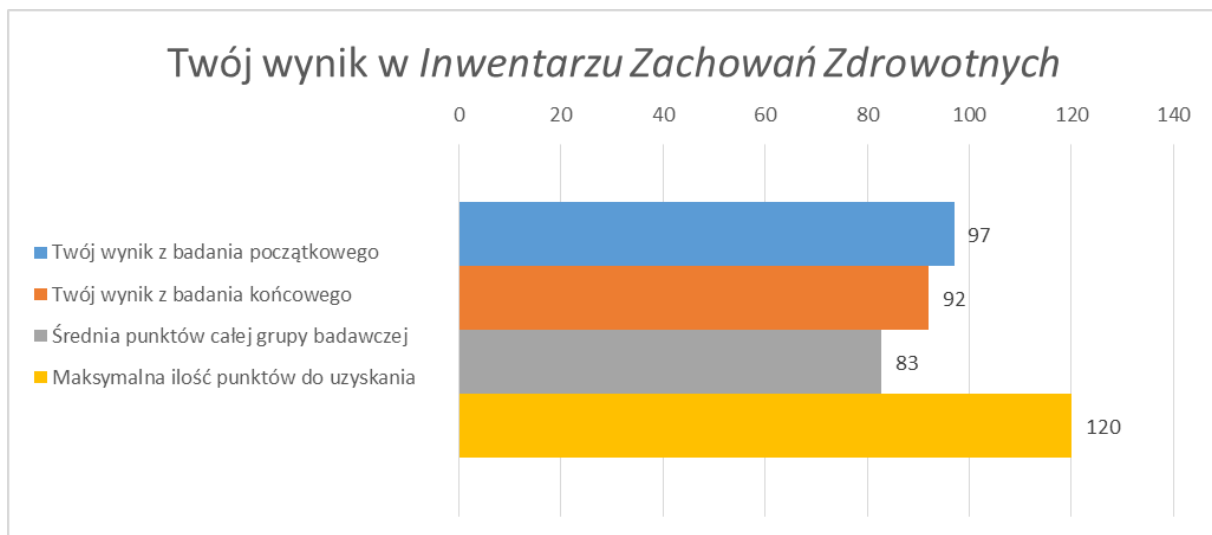
wynikom, mogłam poznać bliżej uczestników badań i dokonać porównania, czy w tych konkretnych obszarach różnią się oni od swoich rówieśników. Mogłam, w nieco zmienionej formie, zadać powyższe pytania i uzyskać szerszą perspektywę. Swobodna rozmowa podczas wywiadów odsłoniła wiele ciekawych zagadnień i rzuciła nowe światło na problematykę badawczą. Zanim przejdę do opisu badań jakościowych metodą teorii ugruntowanej, przedstawię bliżej sylwetki osób uczestniczących w wywiadach.

4.4. Szczegółowe wyniki uczestników wywiadów

Każdy uczeń po zakończeniu eksperymentu otrzymał do wglądu wyniki z badania początkowego i końcowego, a także ich interpretację. Dla przykładu zamieszczam fragmenty newslettera z wynikami osób, z którymi przeprowadziłam wywiady.

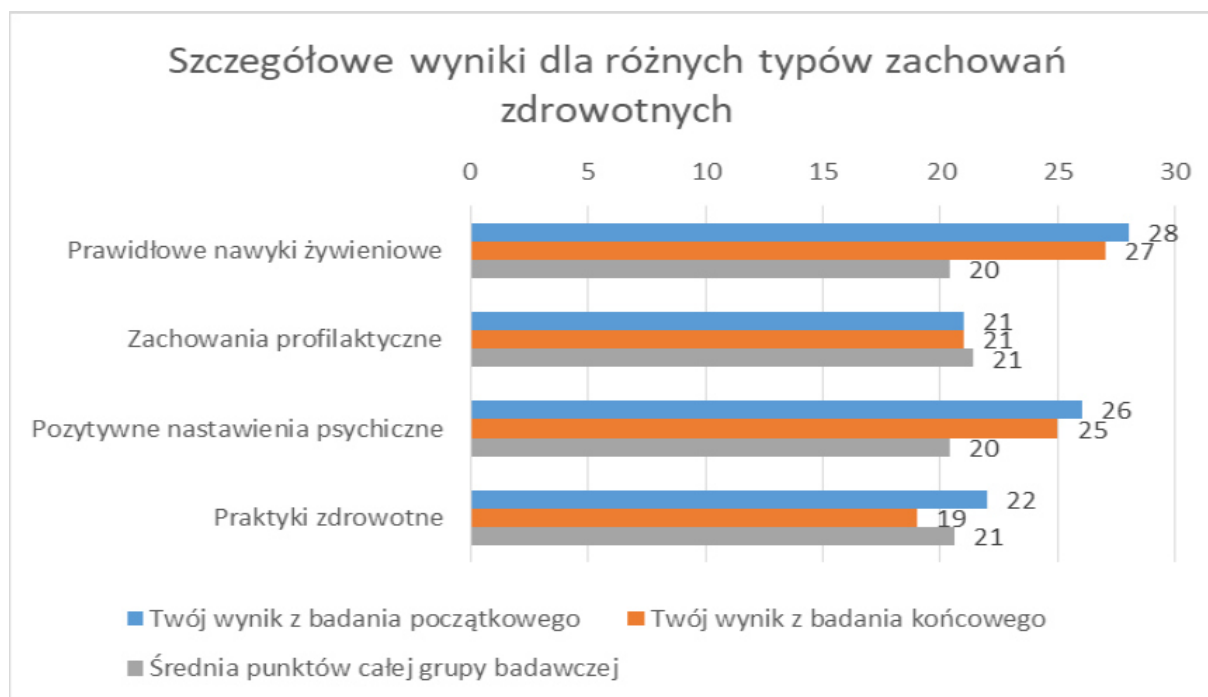
Zachowania zdrowotne Weroniki na tle grupy badawczej

Wykres 8. Wskaźnik zachowań zdrowotnych Weroniki



Źródło: Opracowanie własne.

Wykres 9. Zachowania zdrowotne Weroniki na tle grupy



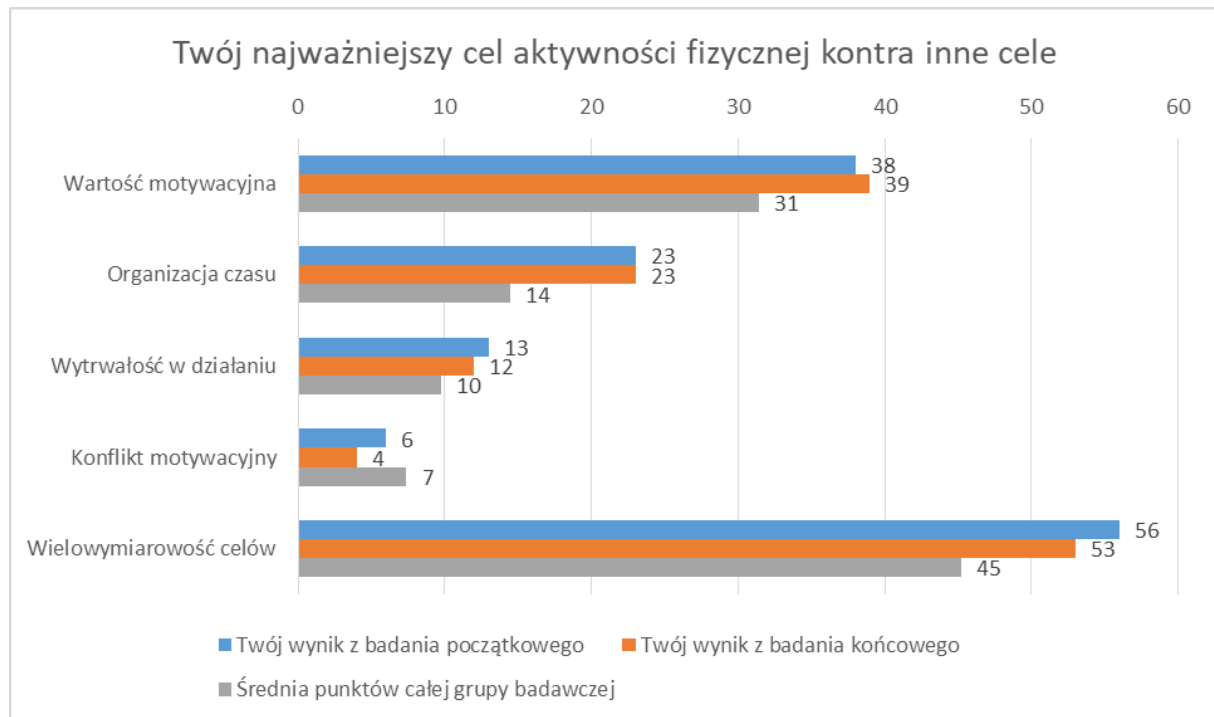
Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Brawo! Twój wskaźnik zachowań zdrowotnych w obu badaniach wyszedł wyższy od średniej w grupie badawczej. Widać lekkie pogorszenie wyników w drugim badaniu, choć i tak w prawidłowych nawykach żywieniowych i pozytywnym nastawieniu psychicznym przewyższasz większość Twoich rówieśników”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Gratuluję zdrowego odżywiania się, bo to najbardziej się wyróżniło w tym badaniu. Poniżej średniej w grupie znajduje się Twój wynik z praktyk zdrowotnych. Kryją się pod tym codzienne nawyki dotyczące snu, rekreacji i aktywności fizycznej. Proponuję zatem zastanowić się, czy zachowujesz odpowiednie proporcje pomiędzy wysiłkiem fizycznym a regeneracją. Umiar i równowaga we wszystkim to podstawa. Jeśli w czymś przesadzasz kosztem innej rzeczy, popracuj nad tym :)”.

Cele aktywności fizycznej Weroniki na tle grupy badawczej

Wykres 10. Skale zachowań i motywacji zorientowanych na główny cel aktywności fizycznej – wyniki Weroniki



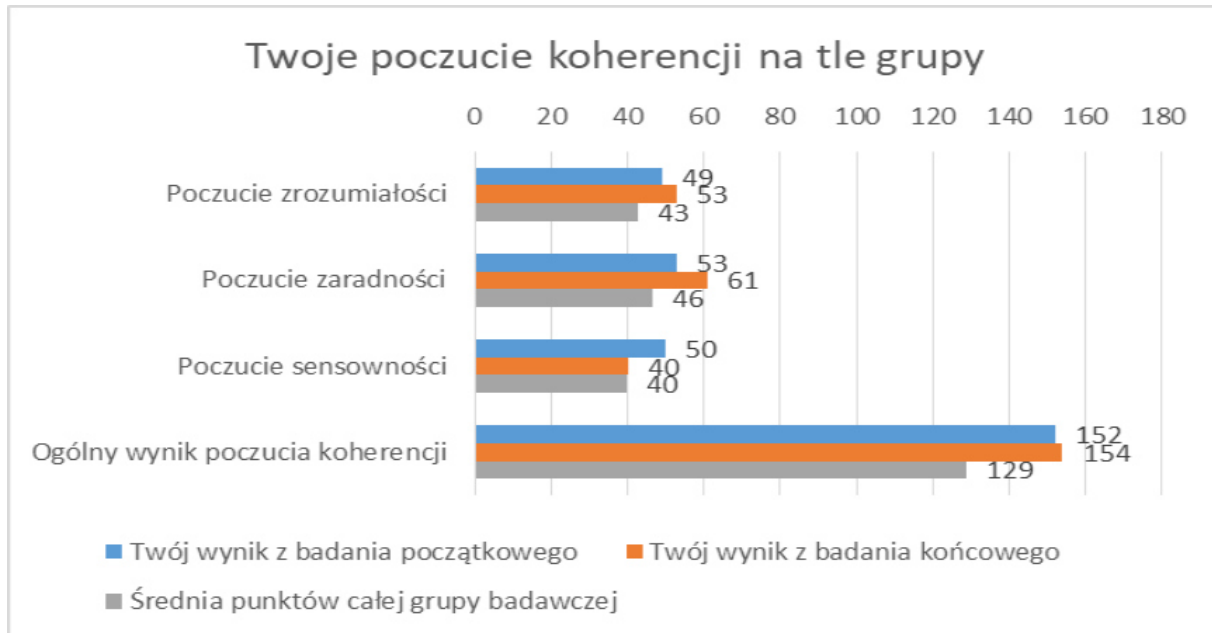
Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „W badaniu początkowym wskazałaś, że to sprawność fizyczna i dobra kondycja są Twoim celem nadrzędnym uprawiania aktywności fizycznej. W badaniu końcowym ten cel się zmienił na utrzymanie zgrabnej sylwetki. Okazuje się, że te cele w dużym stopniu motywują Cię do aktywności fizycznej. Utrzymuj tę motywację! Jeśli chodzi o organizację czasu, Twój wynik jest bez zmian i wciąż zasługuje na pochwałę względem grupy. Jesteś wytrwała i dążysz też do innych celów, ale one nie stoją w opozycji do celu aktywności fizycznej, więc nie przeszkadzają Ci w działaniu”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Twoje wyniki w tym badaniu wyszły bardzo dobrze, być może dlatego, że jesteś siatkarką i dbasz o swój rozwój osobisty :) Mogę jedynie utwierdzić Cię w tym, abys tą drogą szła dalej i mimo całkiem dobrych wyników, starała się jeszcze bardziej doskonalić, ale tak, by innych obszarów życia również nie zaniedbywać”.

Poziom koherencji Weroniki na tle grupy badawczej

Wykres 11. Poziom poczucia koherencji Weroniki na tle grupy



Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Twój wskaźnik poczucia koherencji delikatnie się poprawił, ponieważ w poczuciu zrozumiałości i zaradności zaszła pozytywna, choć drobna zmiana. Z badania wynika, że jesteś osobą, która potrafi sobie poradzić w sytuacjach, które Ci się przydarzają. Znasz sposoby na to, by pokonać codzienne trudy. Wiesz, co robić i to dodaje Ci pewności siebie. Lekko obniżył się poziom Twojego poczucia sensowności”.

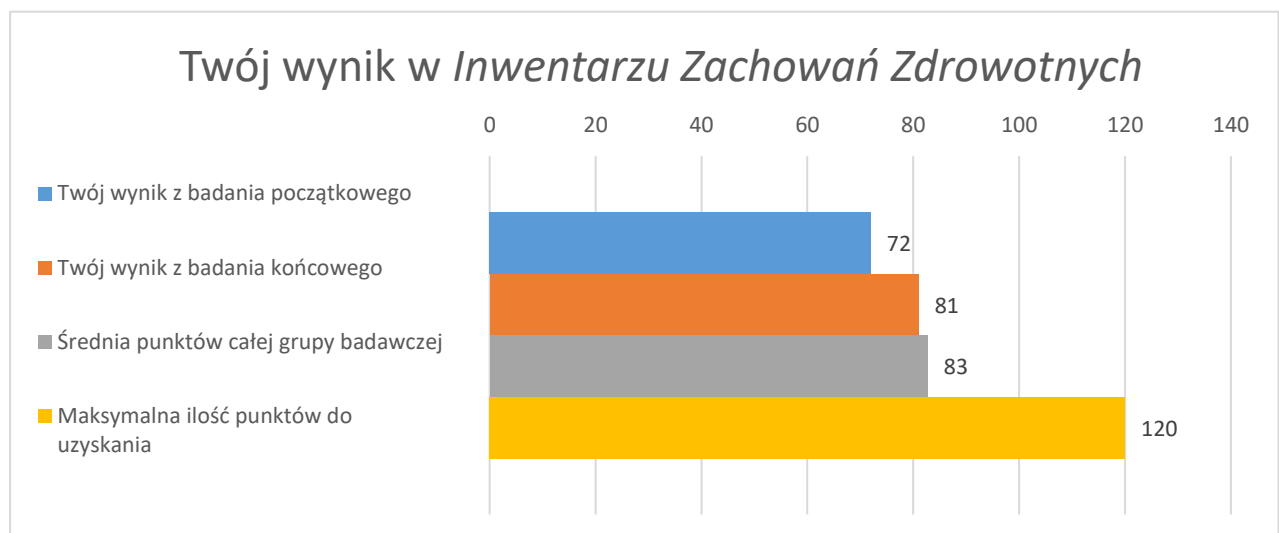
Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Skoro wszystko uległo poprawie prócz poczucia sensowności, warto przemyśleć, czy w Twoim życiu wydarzyło się ostatnio coś, w czym nie do końca potrafisz dostrzec większy sens. Jestem ciekawa Twojej odpowiedzi. Czy to właściwy trop? :)”.

Odpowiedź zwrotna Weroniki w nawiązaniu do wyników (udzielona pisemnie na Facebook’u): „Przejrzałam swoje wyniki i chyba nie jest aż tak źle, ale fakt, jestem osobą, która chyba największy nacisk kładzie na samorozwój i przez to mogę zaniedbywać inne wartości w życiu. Ale myślę że może po prostu jestem na takim etapie, gdzie najważniejszy jest dla mnie

samorozwój (treningi, książki itp), nauka i rodzina. Zauważyłam że jestem indywidualistką, choć bez obecności rodzinki byłoby mi ciężko. Co do sensu, miesiąc temu miałam „przełomowy” dzień który odwrócił moje życie do góry nogami i do dzisiaj się próbuję „przekręcić” myślę że może też dlatego mój „sens życia” mógł zmienić swoją wartość i ponowne nastawienie go wymaga czasu. Ta sytuacja też pokazała mi że czytanie książek np o świadomości, ego itp to tylko sucha teoria. Najtrudniejsze jest chyba kierować się tymi informacjami z książki w praktyce podczas jakiegoś doświadczenia (niekoniecznie musi być to nieprzyjemne doświadczenie ale wtedy jest najtrudniej wcielić wiedzę w życie) ja chyba sobie poradziłam, ale i tak przyznaję że były momenty, w których sie chciałam poddać, chociaż przeczytałam chyba milion cytatów o tym że nie można sie poddawać ale i tak się ciesze że doświadczyłam takiej sytuacji w zyciu, bo ona mi tylko pokazała że to nie jest takie łatwe-przeczytać i od razu praktykować. Trzeba też być mega upartym żeby w trudnych momentach wcielić teorię w praktykę. No i też takie sytuacje uczą, bardzo dużo uczą. Zostaje po nich jakiś zły ślad w głowie ale nic poza tym. Myślę że różnego rodzaju trudne sytuacje uczą nas odwagi, działania, radzenia sobie z ego”.

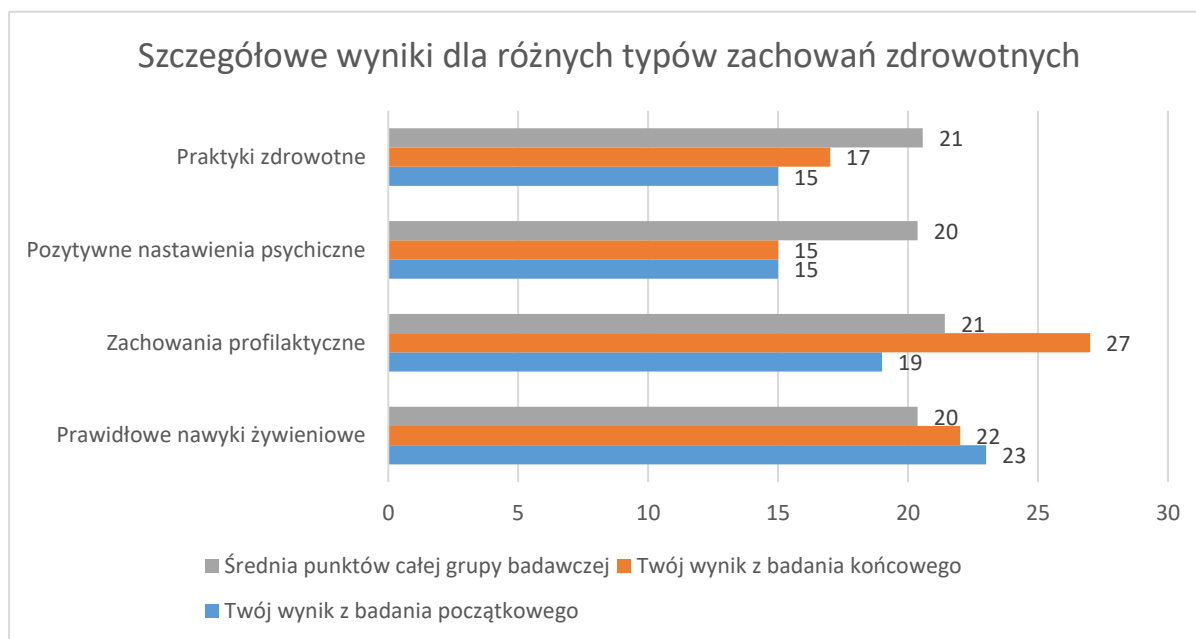
Zachowania zdrowotne Oliwii na tle grupy badawczej

Wykres 12. Wskaźnik zachowań zdrowotnych Oliwii na tle grupy badawczej



Źródło: Opracowanie własne.

Wykres 13. Zachowania zdrowotne Oliwii na tle grupy



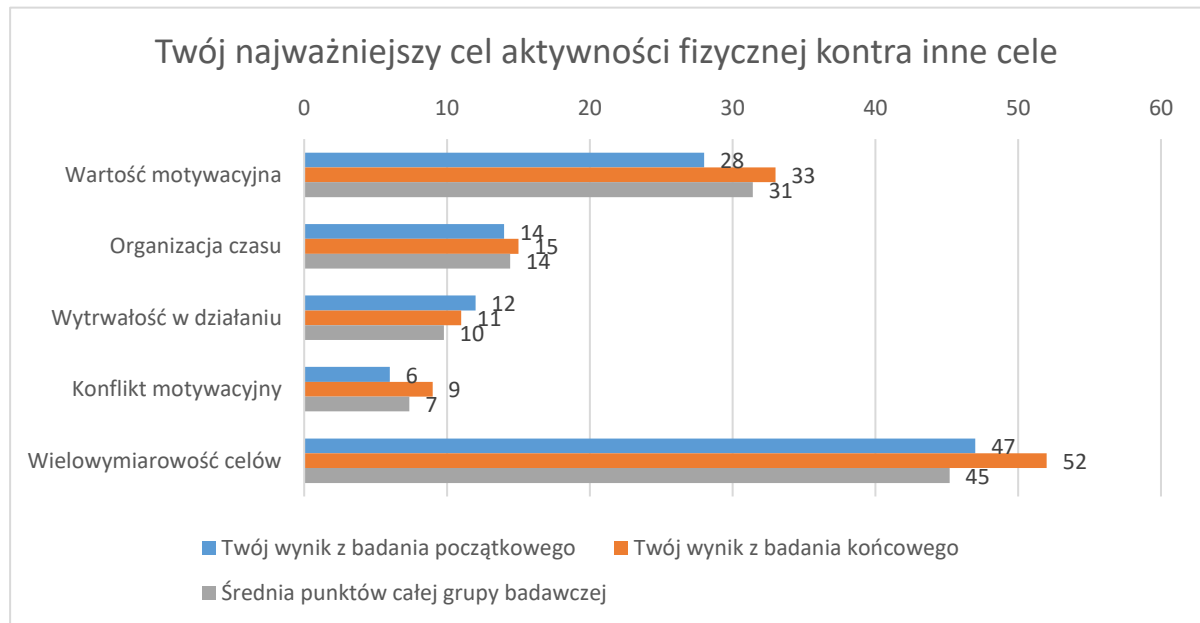
Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Z badań wynika, iż największą wagę przywiązujesz do prawidłowych nawyków żywieniowych, na drugim miejscu do zachowań profilaktycznych, natomiast pozytywne nastawienia psychiczne i praktyki zdrowotne są na tym samym poziomie. Na tle grupy Twój wynik z badania dnia 3.11.2020 roku (72 pkt na 120 pkt) był niski, ale badanie 7.04.2021 wykazało poprawę do tego stopnia, że uzyskałaś poziom średni wskaźnika zachowań zdrowotnych, ponieważ uzyskałaś 81 punktów. Największa zmiana zaszła w Twoich zachowaniach profilaktycznych, czyli w przestrzeganiu zaleceń zdrowotnych i uzyskiwania informacji na temat zdrowia i choroby. Niewielka, ale pozytywna zmiana zaszła także w praktykach zdrowotnych, obejmujących prawidłowy sen, rekreację i aktywność fizyczną”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Zastanów się, z czego wynika Twoje nastawienie psychiczne do aktywności fizycznej. Czy masz z nią dobre czy złe skojarzenia? Włącz pozytywne myślenie o sobie i świecie! Jesteś warta tego, by o siebie zadbać! Pamiętaj, że zdrowie psychiczne ma wpływ na to, jak czuje się nasze ciało, dlatego unikaj przygnębienia i wyszukuj okazji, by się chwilę pośmiać i poprzybywać z ludźmi, z którymi dobrze się czujesz. A jeśli masz jakiś większy problem - nie wahaj się szukać sposobów, by jak najszybciej go rozwiązać. Jeśli Twoje pozytywne nastawienie psychiczne się zwiększy, zwiększy się także wskaźnik zachowań zdrowotnych. Powodzenia!”.

Cele aktywności fizycznej Oliwii na tle grupy badawczej

Wykres 14. Skale zachowań i motywacji zorientowanych na główny cel aktywności fizycznej – wyniki Oliwii



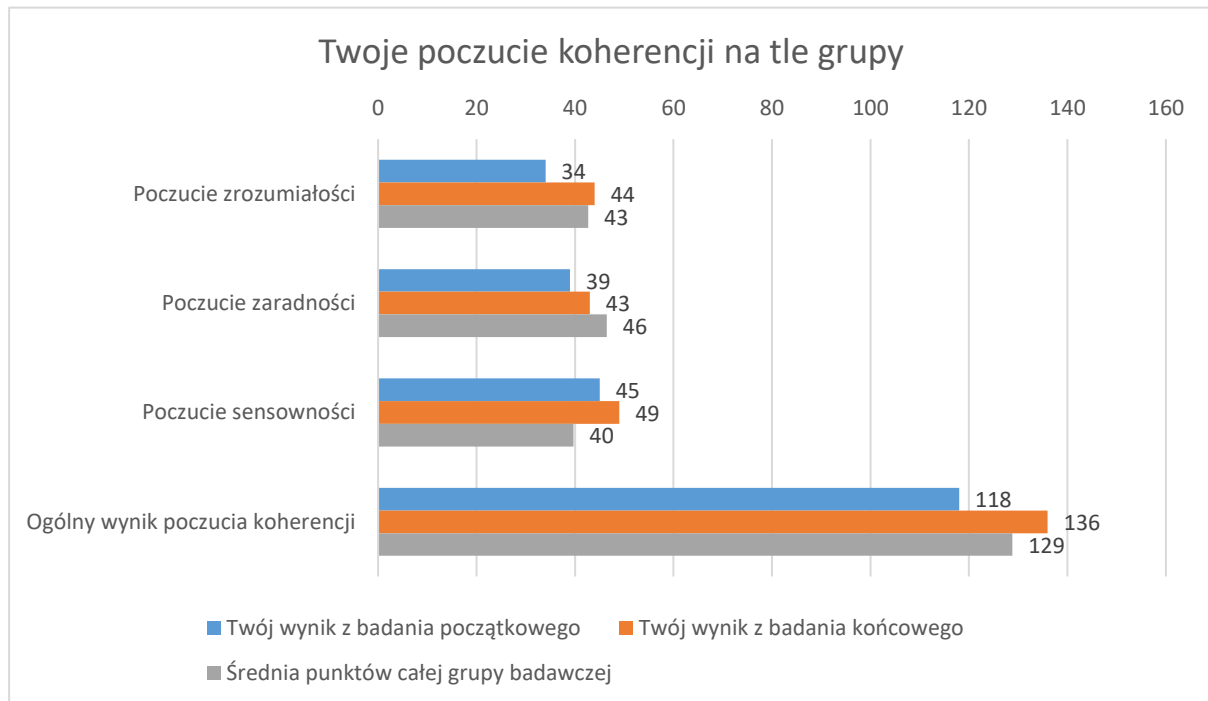
Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „To badanie sprawdza, czy Twoje cele aktywności fizycznej motywują Cię do działania w tym kierunku. Jako najważniejszy cel aktywności fizycznej podałaś odreagowanie stresu i to się nie zmieniło od 3.11.2020 roku do dnia 7.04.2021 roku. Wyniki pokazały, że ten cel średnio motywuje Cię do działania w tym kierunku, być może dlatego że masz w życiu cele, które stawiasz wyżej. Delikatnie, bo o trzy punkty zwiększył się Twój poziom skoncentrowania na planowaniu, organizowaniu i podporządkowywaniu czasu dla aktywności fizycznej, ale za to wartość motywacyjna celu utrzymuje się na poziomie przeciętnym”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Gdybyś wzbudziła w sobie inny cel aktywności fizycznej niż odreagowanie stresu, Twoja motywacja prawdopodobnie by się zwiększyła. Dlaczego? Okazuje się, że większą motywację do ćwiczeń mają osoby, które wskazały, że to zdrowie jest ich celem nadrzędnym. Nie czekaj zatem na pogorszenie zdrowia, by dostrzec w zdrowiu ogromną wartość – taką, o którą się zabiega i troszczy. Postaw to sobie za cel nadrzędny, a wówczas aktywność fizyczna będzie wskazana nawet wówczas, gdy nie posiadasz żadnych stresów do odreagowania”.

Poziom koherencji Oliwii na tle grupy badawczej

Wykres 15. Poziom poczucia koherencji Oliwii na tle grupy



Źródło: Opracowanie własne.

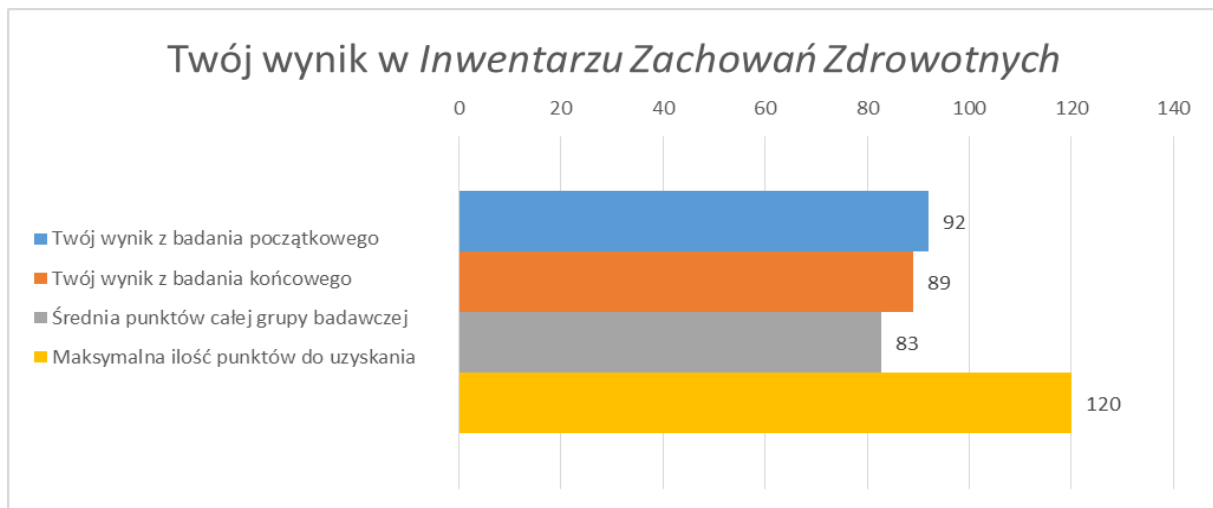
Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Z Twoich odpowiedzi wynika, że polepszyło się Twoje poczucie zrozumiałości i zaradności, a w poczuciu sensowności zaszła największa zmiana, ponieważ względem wyników uczestników projektu MłodeTalenty.online Twój wynik jawi się jako WYSOKI. Gratulacje!”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „To, że odczuwasz sens w tym, co robisz, jest kluczowe. Dzięki takiej postawie życiowej możesz uzbroić się w siłę do działania w tym, w czym upatrujesz wartość. Osoby o silnym poczuciu koherencji łatwiej radzą sobie ze stresem i szybciej wracają do siebie po traumatycznych wydarzeniach, ponieważ cokolwiek się nie dzieje, odczuwają głęboki sens życia i potrafią czynić go wartościowym w różnych warunkach. Wskazówką dla Ciebie jest pielęgnowanie poczucia misji, jaką jest Twoje życie i połączenie takiego sposobu myślenia z KONKRETNYM DZIAŁANIEM. Ustal sobie cel, który jest dla Ciebie sensowny i niech ten sens motywuje Cię do kroków w tym kierunku.

Odpowiedź zwrotna Oliwii w nawiązaniu do wyników (udzielona podczas wywiadu): „Ja to sprawdzałam, co to oznacza, ale już nie pamiętam”.

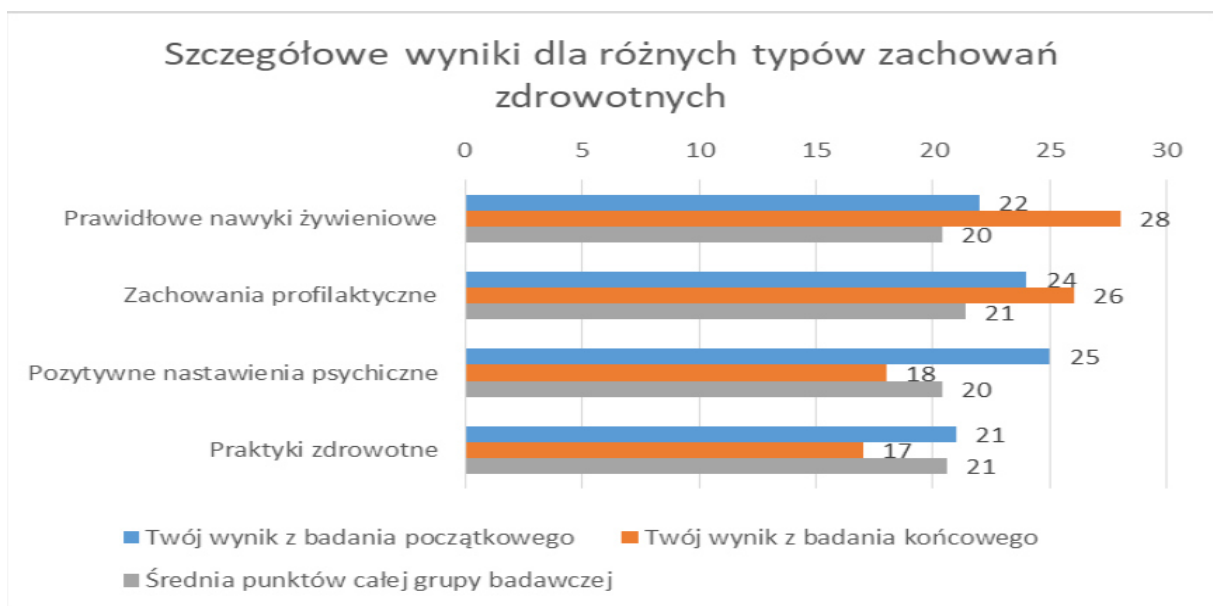
Zachowania zdrowotne Piotra na tle grupy badawczej

Wykres 16. Wskaźnik zachowań zdrowotnych Piotra na tle grupy badawczej



Źródło: Opracowanie własne.

Wykres 17. Zachowania zdrowotne Piotra na tle grupy badawczej



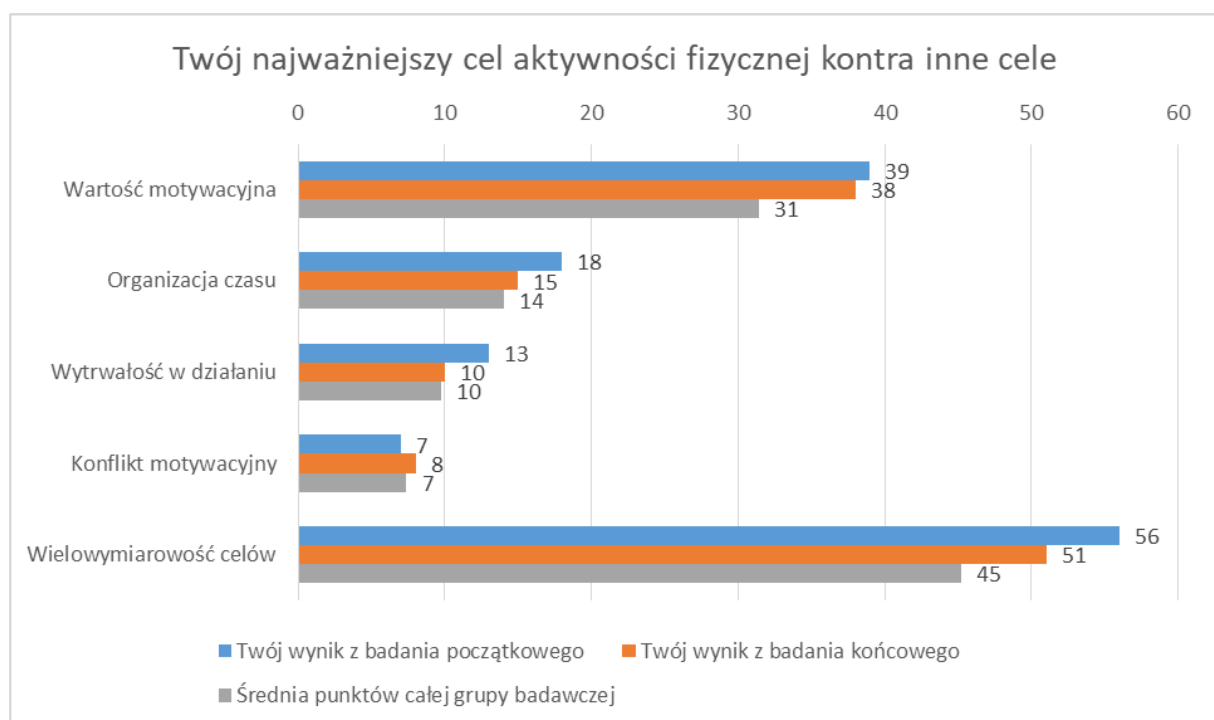
Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Twój wskaźnik zachowań zdrowotnych z badania początkowego ciut się pogorszył w porównaniu do końcowego, ale zauważ, że wciąż jest wyższy niż średnia w grupie. Gratulacje! W dwóch typach zachowań zdrowotnych odnotowaliśmy poprawę: większe nasilenie prawidłowych nawyków żywieniowych i zwiększenie poziomu zachowań profilaktycznych. Największy spadek widać w pozytywnym nastawieniu psychicznym”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Z wiadomości mailowych wynika, że to nie treści portalu wywołały zmianę, lecz musiał to być inny czynnik. Jaki? Czy może wpływ na obniżenie nastroju miała pandemia? Tylko Ty znasz odpowiedzi na te pytania, ale jeśli znajdziesz przyczyny, będziesz mógł im przeciwdziałać i unikać przygnębienia”.

Cele aktywności fizycznej Piotra na tle grupy badawczej

Wykres 18. Skale zachowań i motywacji zorientowanych na główny cel aktywności fizycznej – wyniki Piotra



Źródło: Opracowanie własne.

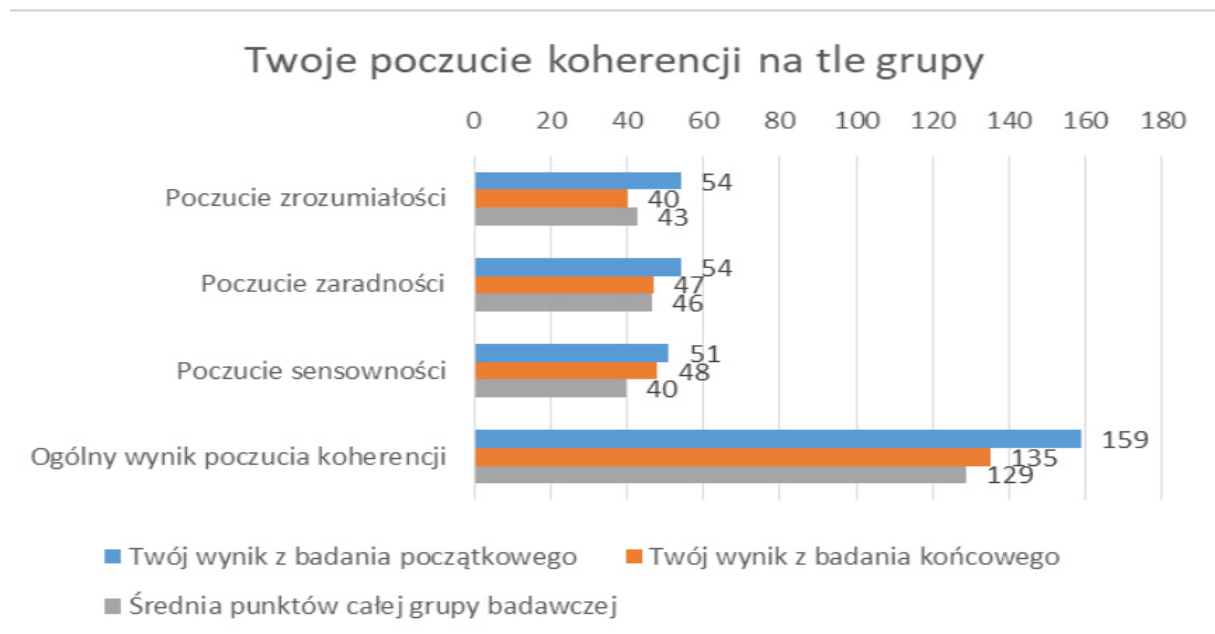
Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „To badanie sprawdza, czy Twoje cele aktywności fizycznej motywują Cię do działania w tym kierunku. Jako najważniejszy cel Twojej aktywności fizycznej podałeś w badaniu początkowym zgrabną sylwetkę, a w

końcowym nieco bardziej tajemniczo wskazałeś, że kierujesz się innym niż podane do wyboru cele. Nie zmienia to faktu, że cele, które obrałeś, motywują Cię bardzo mocno do podejmowania aktywności fizycznej, bo uzyskałeś wynik ponad średnią grupy w obu badaniach. Twoje cele nie stoją do siebie w dużej opozycji, na co wskazuje wynik konfliktu motywacyjnego. Wytrwałość w działaniu wykazujesz ponad przeciętną. Jedyne, nad czym warto popracować to organizacja czasu.”.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Aby być lepiej zorganizowaną osobą, dobrze jest rozpisywać swoje zadania, czy to na papierze czy w pomocnych do tego aplikacjach, które dodatkowo mają opcję przypominajek. Ja z kolei jestem antytechniczna i wolę rozpiszkę na papierze. Jeśli zrobię sobie listę zadań, rzeczywiście je realizuję. Jeśli nie zrobię, odkładam te zadania na później. Polecam spróbować. Poza tym proponuję poszukać grup w mediach społecznościowych, które wspierają się w pracy nad sobą. Pierwszym przykładem z brzegu jest Klub 555, który już wielu osobom pomógł wprowadzić pozytywne nawyki w ich codzienność”.

Poziom koherencji Piotra na tle grupy badawczej

Wykres.19. Poczucie koherencji Piotra na tle grupy



Źródło: Opracowanie własne.

Interpretacja zawarta w newsletterze z wynikami: „Gratulacje! Na tle grupy Twoje poczucie koherencji jest wysokie, jednak we wszystkich jego składowych w badaniu końcowym wyniki lekko się pogorszyły.

Wskazówka zawarta w newsletterze z wynikami: „Być może jest to powiązane ze spadkiem pozytywnego nastawienia psychicznego, który został wykazany w pierwszym badaniu. Czasami tak jest, że nasze poczucie koherencji zmienia się delikatnie przy sytuacjach losowych, przykładowo przy utracie bliskiej osoby itp. Jednakże osoby o silnym poczuciu koherencji prędzej czy później wracają do stabilizacji, robią to znacznie szybciej niż inni. Z badania wynika, że należysz do takich osób. Gratuluję i tak trzymaj! Taka postawa życiowa może Ci pomóc przetrwać każdą burzę, a wiadomo, cytując słowa piosenki: "A po nocy przychodzi dzień, a po burzy spokój...". Życzę zatem dużo spokoju i odważnego podążania za swoimi celami”.

Odpowiedź zwrotna Piotra w nawiązaniu do wyników (udzielona podczas wywiadu): „Trochę zastanawiało mnie, nawet do tej pory też nie rozumiem po Pani wiadomości, co to jest ten wskaźnik koherencji, ale powiem tak: wskazówki analizowałem. Procentowo trafne w około 70-80, są zrozumiałe. Te wskazówki są dobre, ale mogłyby być trochę w luźniejszym języku napisane, a nie takim oficjalnym”.

5. Wyniki badań jakościowych

5.1 Noty badawcze

Nota 1: Skuteczność przekazu medialnego jako wynik interakcji

W projekcie MłodeTalenty.online uczniowie przez pół roku otrzymywali cotygodniowe newslettery z treściami dotyczącymi pedagogiki wartości ciała. Jedna z osób zaangażowała się mocniej niż pozostałe. Oliwia (17 lat) była pierwszą i jedyną z osób, która zgłosiła wystąpienie błędu w linku. Dzięki jej czujności szybko udało się naprawić ten błąd i uczniowie mogli korzystać z materiału. Tak brzmi informacja bez pogłębionej refleksji. Co zaobserwowałam przy okazji tego zdarzenia?

Po pierwsze Oliwia zauważyła, że przekaz medialny, który otrzymała, jest efektem pracy konkretnej osoby i postanowiła nawiązać kontakt w celu udzielenia informacji zwrotnej, że coś nie działa. Nawiązanie kontaktu, choćby wynikające wyłącznie z ludzkiej uprzejmości, odniosło skutek w postaci tego, że miałyśmy już pierwszą interakcję za sobą. Nawiązała się relacja oparta na wdzięczności i szacunku. Oliwia po wprowadzeniu przeze mnie zmiany mogła poczuć, że jej głos ma znaczenie, że ma wpływ na kształt projektu. Wymienienie ze sobą kilku grzecznościowych maili zmieniło charakter udziału Oliwii w projekcie. Dla mnie jako autorki projektu przestała być anonimowa, była „tą uczennicą, która mi pomogła”, a ja dla niej „tą panią, która przeprowadza badania nad młodzieżą”. To zbliżyło naszą relację nauczyciel-uczeń, ponieważ wiedziałam, że mam pierwszą osobę do kontaktu, że w razie czego mogę zapytać tę dziewczynę o zdanie, a ona bez problemu mi odpowie. Być może to stanowiło podwaliny jej późniejszego zaangażowania w treści projektu.

Przystąpiła do udziału w eksperymencie odpowiedzialnie i otworzyła wszystkie maile z treściami projektu (open rate: 100%) i prawie wszystkie materiały audiowizualne dołączone do newsletterów (click rate: 90,9%), co wyróżnia ją spośród uczestników badania. W sposób sumienny przystąpiła do eksperymentu, mimo że miała świadomość, że inne osoby z klasy lekceważą otrzymane treści, bo „nic z tego nie miały”. Starła się wyciągać jak najwięcej rozwijających treści z przesyłanych newsletterów i korzystała z propozycji rozwoju, np. poświęciła czas na przestudiowanie słownika talentów i wysłała wiadomość zwrotną o odkrytych talentach Gallupa:

Oliwia: Samej sobie ciężko mi powiedzieć czy mam jakieś talenty ale gdy zaczęłam czytać słownik talentów zauważyłam, że jednak trochę ich jest mimo, że na pierwszy rzut oka nie zauważam niektórych. Moje talenty to: analityk, bezstronność, bliskość, dowodzenie, dyscyplina, empatia, integrator, odpowiedzialność, organizator, pryncypialność, rozważa, współzależność. Może jakieś jeszcze są, może któryś nie, a ktoś może stwierdzić, że po co je wypisałam aż w takiej ilości, myślę, że to podbudowało też mnie i uświadomiło mi wiele rzeczy.

Warto dodać, że Oliwia była jedyną osobą, która po przeczytaniu słownika talentów podzieliła się ze mną swoimi odkryciami. Jej wypowiedź, jeszcze w trakcie trwania eksperymentu, jest dowodem, że cel zawarty w przekazie medialnym newslettera (<https://mailchi.mp/c73f170a5343/ktry-z-tych-talentw-najlepiej-opisuje-ciebie-3578472ie-3578472>) został osiągnięty. Poprzez przyswojenie wiedzy o talentach Gallupa i odkryciu swojego naturalnego potencjału, Oliwia otrzymała potwierdzenie tego, że ma predyspozycje w określonym kierunku. Te cechy, które są w niej wyraziste, może wykorzystać w przyszłej pracy

zawodowej, a po zrobieniu testu Gallupa warto umieścić listę talentów dominujących w CV. To wszystko przybliży ją do jednego z podstawowych celów obranych w projekcie MłodeTalenty.online: uczeń dąży do tego, aby wybór drogi zawodowej był zbieżny z jego naturalnym potencjałem i żeby podejmowany wysiłek pracy był dla niego dziedziną kreowania w sobie człowieczeństwa (Rycina 5).

Należy dodać, że zaangażowanie Oliwii w projekt wynika nie tyle z atrakcyjności przekazu medialnego, co z jej postawy życiowej, którą jasno określiła w wywiadzie: *Nie lubię też siedzieć z boku. Wolę coś pomóc, żeby coś zorganizować niż siedzieć z boku i czuć, że nie przyłożyłam do tego ręki.* Wypowiedź ta padła w kontekście odbioru nauczycieli podczas nauczania zdalnego. Z powodu swojej empatii Oliwia często współczuła nauczycielom, że uczniowie nie chcą się angażować, odpowiadać na pytania i dlatego ona brała to na siebie, choć zaznaczyła, że są przedmioty, na których po prostu się nie udziela.

Ta jednostkowa obserwacja efektu newslettera daje wyraz temu, że materiały projektu MłodeTalenty.online mogą spełniać swoją funkcję, jeśli ktoś sumiennie przystępuje do korzystania z nich. Elementem ułatwiającym decyzję o zaangażowaniu jest nawiązanie kontaktu pomiędzy nadawcą a odbiorcą komunikatu. Również ambicja i perfekcjonizm uczestników projektu są czynnikami wspomagającymi proces zaangażowania się w przekaz medialny i mają one przełożenie na skuteczność przekazu medialnego.

Wnioski? Jeśli uczniowie osobiście znają osoby wysyłające do nich treści medialne, są bardziej zachęceni do interakcji, bardziej się identyfikują z przekazem i chcą w nim uczestniczyć. Treści anonimowe mogą być traktowane jako SPAM. Osobiste nawiązanie relacji ma bardzo duże znaczenie dla skuteczności przekazu, jak i wpływ na to mają cechy osobowościowe uczniów, takie jak: perfekcjonizm, empatia.

Nota 2: Media jako odpowiedź na potrzeby nowoczesnego człowieka

W roku szkolnym 2020/2021 polscy uczniowie zmierzali się ze zmianą dotychczasowego trybu nauczania: ze stacjonarnego na zdalny, co jeszcze bardziej zwiększyło zakres korzystania z mediów i pomnożyło czas spędzany przed ekranem laptopa bądź smartfona. Jako najczęściej używany portal społecznościowy uczestnicy wywiadów wskazali facebooka, z kolei do najchętniej używanych aplikacji należy messenger, instagram, snapchat, whats'app, telegram. Śledząc wypowiedzi respondentów na temat udziału mediów w ich życiu,

można wyszczególnić, jakie cele korzystania z mediów powtarzają się, a jakie dominują u każdej z osób.

Piotrek: Powiem tak, oczywiście korzystam. Messenger, whatsapp, telegram – zależy kto się ze mną komunikuje. Z rodziną mam kontakt głównie właśnie przez te komunikatory. Z rówieśnikami to głównie snapchat. Priorytetowo, bo wszyscy mnie nazywają fotogenicznym dzieckiem, to instagram, później mamy tak: snapchat, Messenger, whatsapp, telegram. Wszystko na tym się kończy. No Messenger komunikacja z rówieśnikami po całej Europie, całym świecie, bo tu mam znajomych np. Afryka, Ameryka Północna i Południowa, Australia no to rodzina, Niemcy to mam znajomych bo akurat się przeprowadził tam dwie rodziny znajomych i z nimi mam kontakt. Snapchat to w sumie łatwiejszy komunikat, bo tam się robi zdjęcia, nagrywa się. Jeśli ktoś się mnie pyta, co robię to jest to szybsza komunikacja, bo od razu nagrywam i wysyłam. Snapchat wygrywa. (...) Można powiedzieć, że instagram służy mi do nabierania nowych jakby doświadczeń, co mógłbym przenieść ze zdjęcia w telefonie w prawdziwe życie, żeby móc zrobić jeszcze ładniejsze zdjęcie niż przed chwilą widziałem. W sumie telegram, whatsapp to do komunikacji z moimi szefami, rodziną. Jeszcze jedynie co to spędzam czas jak znajdę interesujący program lub film to korzystam z netflixa. To jest tylko tyle, co mogę powiedzieć o korzystaniu z telefonu, bo też nie lubię spędzać czasu w internecie, bo to jest dla mnie... no jak ktoś ma jakiś powód to spoko, ale bez sensu to też jest strata czasu.

Oliwia: Sprawdzam pocztę. Lubię też oglądać filmy jak skończę swoje obowiązki. Wchodzę też na strony z biżuterią i lubię sobie coś zamówić. No i w sumie to nie jest tak, że jakaś konkretna strona przychodzi mi do głowy. Wolę seriale niż filmy, nie jestem fanką animy, lubię kryminalne filmy, thrillery. Nie przepadam za komediami, filmy romantyczne też tak sobie. Raczej mi nic nie przychodzi do głowy. Robię sobie listy filmów, które obejrzałam. (...) Mam fejsbuka i instagrama. Fejsbuka mam, bo większość osób ma i używam do kontaktu. Korzystam z Messengera, to dlatego, ale raczej nie zamieszczam codziennie postów żadnych i wszyscy o mnie wszystko wiedzą. Instagrama też mam, czasem raz na rok, raz na pół roku wrzucę jakieś zdjęcie. Bardziej sporadycznie, ale to są zdjęcia takiej prawdziwej mnie, nie żadne oszukane czy jakieś takie. Znane osoby też obserwuję, ale to jest tak, że dużo dziewczyn, które biegają obserwuję, bo mnie to interesuje. Stron z gotowaniem, bo lubię gotować, ale też niektóre takie znane osoby, ciężko mi teraz wymienić, ale jak ktoś gdzieś wyglądał, gdzie podróżuje, to jest dla mnie ciekawe, żeby zobaczyć jak inni żyją. Niezależnie, czy to jest znana, czy mniej znana osoba.

Weronika: No to ja głównie na Instagramie, na niczym innym w zasadzie nie siedzę. Czasem Messenger, ale to do pisania z ludźmi. Na IG siedzę i obserwuję dziewczyny, które chodzą na siłownię, obserwuję też trenerów. Obserwuję takie konta, które mówią o zdrowiu, na przykład jakiś artykuł o witaminie B. I też próbuję swoje konto tak rozwijać. Chciałabym ludziom na tym konczie pokazać, jak siłownia może być fajna. Chciałabym na tym konczie pokazać, jak na przestrzeni lat, kiedy się nie poddawałam, zmieniłam swoją sylwetkę. Chcę pokazać ludziom, że się da. To nie jest tak, że się pstryknie palcem. Chcę pokazać ludziom, żeby się nie zniechęcili i żeby po prostu ich zachęcić do tego (...) Tam zdjęcia dodaję. Raz na pięć dni staram się dodać i próbuję ciągle coś wrzucać na

instastory, taka codzienna relacja, żeby ludzie widzieli, że jestem aktywna. Dopiero jak się wybije na IG to planuję otworzyć konto na youtube, zdobędę grono obserwujących to może rozszerzę te media społecznościowe. (...) Jak mi się nie chce pójść na siłownię, to mi pomaga właśnie odpalenie sobie IG i oglądanie sobie postów innych dziewczyn. One ciężko pracują to czemu ja nie mam ciężko pracować. Ja wtedy widzę, że cały świat ciężko pracuje, a ja nagle mam jakiegoś dołka. I po prostu idę i jestem bardziej zmotywowana, bo po prostu idę i jak widzę, że inne ciężko pracują to ja muszę iść tak jakby z nimi. No ale każdego tak naprawdę co innego motywuje. Niektórzy potrzebują tygodnia przerwy, niektórzy odpalają sobie jakiś serial na netflixie. Każdego coś innego motywuje. (...) Ja aktualnie teraz bardzo dużo filmików szukam, które pokazują technikę różnych rzeczy, bo mi to jest przydatne. Ja na przykład obserwuję taką mirandę [uczennica pokazuje profile na IG], ona tutaj pokazuje swoją figurę, ale ona ma takie filmiki i ona ma na przykład cały zestaw ćwiczeń, jak ona górę robi. Tutaj widać technikę. Ona to sobie wszystko nagrywa. Podobają mi się też te konta, tak jak mówiłam pani o Wiktorii Tokarskiej. Ona głównie dodaje swoje zdjęcia, parę z treningu rzeczy, ale ma takie posty fajne. Tu pisze o tym, że ludzie często dodają jakiś fajny makijaż, ale tak nie wyglądają normalnie i tu dodała zdjęcie, że bez makijażu jest po prostu. Takie bardzo lubię konta. Tutaj jest trenerka pozowania i też osiągnęła dużo w bikini fitness, została mistrzynią świata. Tutaj jest porównanie, co jej treningi dały. Ma takie tutaj treningi aktywacji nóg. I też mam tutaj #dietanienazarty, na których są takie ciekawostki, które czegoś uczą. Tutaj też jest dziewczyna, która napisała swojego ebooka żywieniowego. Dużo też dziewczyn obserwuję, które się dopiero przygotowują do zawodów, bo jestem ciekawa jak im pójdzie jak będą je oglądać. Na IG też się tak bardzo poznaje ludzi.

Piotrek najszerzej opisał komunikacyjną funkcję mediów, ale podkreślił też rolę instagrama jako narzędzia do rozwijania swojej pasji, jaką jest fotografowanie. Oliwia w pierwszej kolejności wymieniła pocztę mailową, dzięki której wypełnia swoje obowiązki względem szkoły. Dopiero po odrobieniu wszystkich zadań, pozwala sobie na filmową rozrywkę. Natomiast Weronika z powodu rozpoczęcia przygody z treningiem siłowym, większość czasu poświęca na wyszukiwanie treści w tematyce dbałości o ciało. Jest aktywnym twórcą mediów, ponieważ rozbudowuje konto na IG i codziennie tworzy relacje. Obserwuje osoby, które zajmują się tym samym i osiągnęły poziom mistrzowski – to motywuje ją do działania i pracy na siłowni. Plany dotyczące utworzenia swojego kanału na youtube wiążą się z silnie odczuwaną potrzebą inspirowania innych. Rozbieżność w stopniu zaangażowania i sposobach korzystania z mediów świadczy o tym, że każdy może znaleźć w internecie coś dla siebie, coś dopasowanego do swoich potrzeb.

Nota 3: Odwrócona rzeczywistość w mediach

To, co łączy wypowiedzi respondentów na temat o mediów to zadziwiająca mimo młodego wieku świadomość, że świat pokazywany w mediach jest zafalszowany. Młodzież nie

ufa komunikatom medialnym na serwisach informacyjnych. Jeśli badani mówili o funkcji informacyjnej mediów to właśnie z zamiarem podkreślenia subiektywizmu, jaki w tych przekazach dostrzegają. Podchodzą zatem z dystansem do wiadomości przekazywanych na kanałach telewizyjnych i portalach społecznościowych. Swoje poglądy kształtują w inny sposób.

Piotrek: Facebook to głównie przeglądanie informacji, choć nie wyrabiam sobie opinii na tej podstawie, to co ja mówiłem, bo mam dwa skrajne środowiska, w których przebywam, więc na przykład z jednej strony wyświetla mi się „stop homofobii, bijmy czarnoskórych” a z drugiej strony znajomi, którzy chwala się, że kupili nowego iphona. Też tutaj nie widzę tego sensu, żeby się kształtować na portalach społecznościowych, bo tutaj może inne osoby może kształtować, mnie nie kształtuje.

Oliwia: I tu i tu się staram dowiadywać, ale to jest raczej tak z telewizją, że każdy program mówi coś innego i tutaj nie wnikając w moje poglądy myślę, że przedstawimy ze sobą trzy osoby, które każda ogląda coś innego to jednak inaczej przekaże informacje. To samo w internecie, choć wydaje mi się, jest trochę bardziej bezstronny niż konkretna telewizja. Myślę, że człowiek sobie wyrabia własną opinię na podstawie tego, co przeżył, trochę przez to, co mu rodzice mówią, co znajomi, ale też głównie przez to, co on sam przeżył. Mi na przykład, moja opinia, korzystając z przykładu „Strajku kobiet”, nie zmieniła się i ciągle była taka sama przed i po.

Weronika: Mój tata generalnie jest wielkim przeciwnikiem PiS-u i on porusza te tematy na głos w domu. Mówi mi o tym, co się dzieje w tych wiadomościach, bo ja tego nie oglądam. Dla mnie to jest strata czasu, bo to jest takie subiektywne i widać dużo takich negatywnych rzeczy i on mi mówi o tym... rozmawiamy o tym. To nie jest żaden temat taki zły dla nas, tylko on jest właśnie taki subiektywny. On zawsze mówi dobrze o tym, co on uważa, a źle mówi o tym, co on też uważa. Gdybym ja się z nim nie zgodziła to pewnie też by się to przerodziło w kłótnię, bo on też jest taki twardy charakter, ale rozmawiamy o tym normalnie. (...) Podzielałam te poglądy, ale mnie drażni to, że tata się tak wczuwa w tę politykę. Ja jestem taka, że mam swoje zdanie. Mam takie zdanie jak tata. Ja to wszystko rozumiem, ale dla mnie to są niepotrzebne nerwy. Tata nic nie zmieni, więc po co on ma się tym denerwować. Przez to dużo jest kłótni u nas w rodzinie, bo my mamy... nasza rodzina jest bardzo podzielona na ludzi, którzy są za TVN-em i ludzi, którzy są za TVP. I na spotkaniach rodzinnych zawsze jest ten temat poruszany. U nas jest tak, że każdy ma twardy charakter i nieraz było tak, że po godzinie wszyscy się rozeszli, a to była na przykład czterdziestka, czyli taka mocna impreza. Dlatego ja nie lubię o tych tematach rozmawiać, tata mi tam gada, a ja się śmieję, żeby już przestał, bo ja go nie słucham po prostu. (...) Głównie [informacje ze świata docierają] stąd, że ludzie o tym rozmawiają. Jestem z koleżankami w klasie, jak jest coś grubego po prostu to wszyscy o tym rozmawiają i nie da się tego nie wiedzieć.

Uczestnicy wywiadów byli ze sobą zgodni: nie ma sensu wyrabiać sobie poglądów o świecie na podstawie tego, co widzi i słyszy się w mediach. Młodzież bardziej ufa przekazom

ustnym kogoś, do kogo ma zaufanie i szacunek. Podkreśla też wagę doświadczenia w danym temacie, ponieważ, obiektywnie rzecz biorąc, można mieć o czymś zdanie dopiero, gdy się czegoś osobiście doświadczy. Prócz obserwacji dotyczącej manipulacji w mediach telewizyjnych, respondenci są też świadomi fałszu na Instagramie: ludzie pokazują się z najlepszej strony, która często jest wyidealizowanym portretem danej osoby i należy o tym pamiętać, aby nie ulec złudzeniu, że *wszyscy są piękni, bogaci i spełnieni, tylko nie ja*.

Weronika (fragment o Wiktorii Tokarskiej): I ona sama pokazuje, że ona na tych zdjęciach pozuje i to nie jest jej taka prawdziwa figura i też porównuje to z innymi zdjęciami, w których wygląda tak normalnie, jak normalny człowiek. I też pisze o tym, żeby ludzie się tym nie sugerowali, bo też wiele dziewczyn popada w takie skrajności, że one chcą być piękne, że one nie są zbyt ładne, że w Internecie jest wiele pięknych dziewczyn, a one wcale takie nie są, a tu się jednak okazuje, że jednak te dziewczyny z Internetu też wcale takie ładne nie są. To jest pozowanie. To jest Photoshop. To jest dużo różnych rzeczy po prostu. (...) No, ale tak jest, bo w mediach jest przerysowane wszystko, ale już się zrobiła nawet moda, że instagramerki takie popularne pokazują, że w mediach jest zupełnie inny świat niż ich prawdziwe życie i dzięki temu też zdobywają obserwujących. To jest takie koło. To się tak kręci. Trzeba sobie ciągle znajdować jakiegoś newsa, coś nowego w internecie, żeby się tym inni zainteresowali. Teraz właśnie dużo ludzi mówi o tym, że to jest zupełnie inny świat i to już też za dużo ludzi o tym mówi.

Oliwia (w odpowiedzi na pytanie „Czy te osoby, które obserwujesz w mediach, to są twoje autorytety?”) W dziedzinie sportu raczej tak. Fajnie to się ogląda. Dążysz do tego, że tak jak jakaś dziewczyna tak tempowo biega. A jeśli chodzi o celebrytów to nie są moje autorytety. To nie jest tak, że dążę do tego, co oni mają. Gdzieś tam miałam swoje cele, do których dążę, ale to nie są ich i tutaj nie jestem zafiksowana na tym, jakie oni mają życie, bo to jest też takie ukolorowane trochę.

Niepokojące jest to, że mimo świadomości tego, że świat pokazywany w mediach jest przerysowany, wiele osób zamyka się w tym świecie i ulega negatywnym skutkom korzystania z mediów społecznościowych.

Weronika: Jak byłam we Wrocławiu to zauważyłam, że my jako siatkarki... dużo moich przyjaciółek się martwiło tym, jak wygląda. Narzekały, że są grube, że dużo jedzą, że źle wyglądają, a dla mnie one wyglądały naprawdę bardzo fajnie i porównywałam je do siebie i według mnie ja wyglądałam gorzej od nich. Ale to też są już takie... w głowie to siedzi, że nie jest się wystarczająco dobrym. Jak poszłam teraz do normalnej szkoły to tam mam takich ludzi, którzy... ludzie tak za bardzo nie mówią o sobie i mi się wydaje, że to przez to, że **każdy się siebie wstydzi** i to jest... mi się tak wydaje, że ludzie nie chcą o sobie mówić za bardzo. Każdy patrzy się w Internet. Ja na przykład mam swojego Instagrama i wtedy mało osób się do mnie odzywało w klasie. I tak niby się nie znaliśmy, niby mi cześć nawet nie mówili, a jak się patrzyłam na swoje konto to zaczęli mnie obserwować, zaczęli mi

lajkować zdjęcia i to było dla mnie dziwne, że tutaj głupiego „hej” mi powiedzą na korytarzu, a tu się tak udzielają, że lajkują mi zdjęcia i że obserwują mnie. Chyba tacy są właśnie ludzie, albo... To mi się wydaje, że to internet tak robi, że tacy są ludzie. Mi się wydaje, że ludzie za dużo siedzą w Internecie, a za mało żyją. Można to tak powiedzieć. **Za dużo czytają o innych, o innych pasjach, a za mało swoje pasje spełniają. Interesują się innych życiem, zamiast się zainteresować swoim i swoje marzenia spełniać. Tak naprawdę nikt za nich życia nie przeżyje.**

Oliwia (w kontekście nauki zdalnej): Dużo osób tak ma, ja też, że wpadam w rutynę i dla mnie plusem było to, że miałam dużo więcej czasu. Mogłam więcej czasu poświęcić ćwiczeniom, nie musiałam dojeżdżać do szkoły, mogłam sobie obejrzeć jakiś film. Tak samo zajęcia, które mnie mniej interesowały to mogłam już skupić się na tych ważniejszych. Z racji pandemii ograniczałam kontakt z ludźmi, szczególnie z powodu troski o moich dziadków i też ogólnie, że tak było powiedziane. Był taki okres, że już w ogóle nikt się nie spotykał, ale to siedzenie przed komputerem... to jest tak, że człowiek się zamyka. Nie do końca mnie ciągnęło do ludzi ogólnie wtedy. Myślę, że to był taki trudniejszy okres dla mnie.

W świetle tych wypowiedzi do negatywnych skutków korzystania z mediów społecznościowych należą: zakompleksienie dziewczyn, wstyd przed mówieniem o sobie i brak otwartości na innych, marnowanie własnego czasu na obserwowanie wyidealizowanego obrazu życia innych. To może prowadzić do obniżenia nastroju, dołka emocjonalnego. Zamiast pracować nad tym, żeby spełnić swoje marzenia, młodzież interesuje się tym, co nie przynosi im korzyści.

Z perspektywy męskiej warto dodać jeszcze taką formę zniekształconego bądź niepełnego obrazu kobiety. Na Instagramie i innych aplikacjach w centrum stawia się ciało człowieka. Eksponowana jest atrakcyjność zewnętrzna. Zapytałam Piotrka, jak miałby brzmieć przekaz medialny skierowany do młodzieży zawierający przesłanie, aby nie patrzeć na kobietę przedmiotowo. Jego odpowiedź zawierała w sobie brak wiary w sens prowadzenia przekazu o wartościach i o tym, żeby nie traktować kobiety przedmiotowo, ponieważ Internet jest przesycony ludźmi, którzy chcą komuś zaimponować.

Piotrek: To jak mogę powiedzieć szczerze, realnie patrząc taka cecha patrzenia na drugą osobę rzeczowo wątpię, że się pozbędziemy. I nawet jakby Pani tu proponowała jakieś sensowne artykuły, ciekawostki, nie sądzę żeby to podziałało. Po drugie patrząc coraz częściej się zdarza sytuacja, że żeby trafić w czyjeś gusta to wynajmuje się jakąś modelkę do reklam i tak dalej. i to przeszło już na strefę nie tylko internetową, która jest nierozumiana, ale już też trafia w starsze osoby. Te przykłady idealnej kobiety, która będzie idealnym przykładem na żonę. Myślę, że tego już się nie da pokonać. Dużo osób jest takich, które dążą, żeby się wyróżnić na tle innych i one nie będą myśleć o swoim samopoczuciu, o swoich talentach, tylko myślą o tym, żeby zaimponować drugim osobom. Ja

sam nawet nie wiem, co musiałyby się zdarzyć, żeby rówieśnicy nie patrzyli na drugą osobę rzeczowo, tylko żeby bardziej wartości.

Uczestnicy wywiadów przedstawiają się jako osoby, które mimo ogólnej tendencji, preferują kontakty na żywo niż w sieci. Piotrek wskazał spotkania z ludźmi jako najpilniejszą potrzebę młodzieży. W odczuwaniu takiego pragnienia tli się nadzieja. Im więcej przecież będzie sytuacji, w których młodzież będzie poznawała prawdziwe osoby a nie wizerunki osób w sieci, tym większe będą szanse na zbudowanie realnej więzi z drugim człowiekiem.

Oliwia: Wolę się spotykać zdecydowanie na żywo, bo tak samo nie lubię pisać SMS-ów. Jak mam pisać z kimś i wiem, że to by była długa konwersacja to już wolę się nagrać, wtedy ktoś słyszy moje emocje. To, co jakby ja przekazuję. A jak coś piszę to ktoś może to źle zinterpretować. Inaczej się odbiera słowa jak się pisze i jak się mówi, więc zdecydowanie wolę się spotkać twarzą w twarz. Czasem nie jest to możliwe, jak ktoś dalej mieszka, więc wtedy piszemy, ale zawsze można choćby na kamerce zadzwonić.

Piotrek (o największej potrzebie młodzieży): Choćby nawet powiedziałbym, że w 100% integracja. Były te ograniczenia. Ja się widziałem z niektórymi znajomymi raz na miesiąc, raz na dwa miesiące. Teraz aż dziwnie wrócić po roku przerwy, gdzie się nie widziało kogoś, tylko przez kamerkę. Tego naprawdę brakuje, nawet wyjść z kimś na soczek. To jest naprawdę coś, czego większości osób brakuje.

Respondenci codziennie korzystają z mediów i kontakt z mediami w wieku szkolnym jest nie do uniknięcia. Są świadomi korzyści, jakie daje im Internet i nowe rodzaje komunikacji. Wyciągają z mediów to, czego aktualnie potrzebują. Mimowolnie obrazy, które widzą w sieci, wpływają na ich postrzeganie siebie. Świadomość przerysowanego świata w mediach chroni przed bezkrytycznym przyjmowaniem poglądów za pośrednictwem mediów, uczy ostrożności. Jednocześnie, mimo świadomości, że to nie do końca zdrowe i prawdziwe, młodzież podąża za instagramowym ideałem ciała kobiecego. Dziewczyny, oglądając obrobione zdjęcia swoich koleżanek lub innych osób, chcą się zbliżyć do wymarzonej sylwetki i tuszować wszelkie niedoskonałości. Chłopcy, przyzwyczajeni do widoku zmysłowego ciała kobiety w mediach, kształtują swój ideał kobiecości właśnie przez pryzmat ciała i w pewien sposób oczekują od koleżanek, że temu ideałowi sprostają. Koło się toczy, bo kolejne osoby nakładają filtry na zdjęciach i powodują tym samym kompleksy u następnych odbiorców.

Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach choć chroni przed bezkrytycznym przyjmowaniem każdej informacji jako fakt, nie chroni przed negatywnymi skutkami codziennego korzystania z mediów w kontekście psycho-społecznym (*karmienia się* tymi

treściami). Zdrowym objawem jest tęsknota za kontaktami z ludźmi na żywo. Wyrażona przez respondentów jako nagląca potrzeba młodzieży, daje nadzieję na przyszłość, że młodzież będzie wybierała kontakty na żywo przed wirtualnymi.

Nota 4: Rodzina a świat wartości i kierunek działań

Respondenci opisywali relacje z rodziną jako relacje oparte na wzajemnym wsparciu, szacunku i zaufaniu. Wspólna pasja i spędzanie ze sobą czasu w miłej atmosferze sprzyja budowaniu relacji „partnerskiej”. Piotr lubi towarzystwo swoich rodziców, rodzice nie oceniają jego pasji negatywnie, ale towarzyszą mu i sami dobrze się przy tym bawią. Oliwia także mówi o aktywnie spędzonym czasie z rodziną. Docenia ona szczerłość w rodzinie. Posiadanie poczucia, że można liczyć na swoich rodziców i że jeśli poprosi się o pomoc – otrzyma się ją, buduje poczucie bezpieczeństwa. Z kolei Weronika docenia wsparcie psychologiczne ze strony mamy. **Obecność** rodziców w życiu nastolatków jest bardzo ważna, pomaga im zmierzać się z codziennymi problemami.

Piotr: Z moimi rodzicami mam świetny kontakt. Jakikolwiek problemy, jakieś sytuacje, które się wydarzają wśród moich znajomych, nie mówię że ze szkoły, ale z (...) to rodzice są bardzo zadowoleni z tego, jaką drogą poszedłem, jakie decyzje podejmuję i widać że, to co już mi nieraz mówili: „choć masz tam załóżmy 16 lat to już lepiej rozumiesz swoje błędy niż twoi rówieśnicy, więc docień to, ucz się na cudzych błędach i mniej na błędach swoich” no i tak mnie rodzice wychowali, no i tak funkcjonuję do tej pory. Żeby żyć dobrze z innymi osobami, żyć dobrze z samym sobą, ale jednocześnie żeby utrzymywać kontakt dobry z rodziną, bo wiadomo, każdy z nas popełnia błędy i część rodziny w ogóle nie rozumie mojego postępowania. (...) ja jestem bardzo dużym pasjonatem shishy. Zaraziłem się taką pasją jak byłem na Cyprze na wakacjach z rodzicami. Mam w pokoju jeden sprzęt i jak jest okazja usiąść z rodzicami przy kieliszku dobrego wina i popykania sobie dobrego tytoniu smakowego to jest zaręczona okazja i tutaj już widzi Pani jaka jest relacja z rodzicami, że ja tutaj mogę usiąść, porozmawiać, mamy wspólne razem pasje, pod tytułem „walki”. Oglądamy wszystkie walki, jakie są możliwe w telewizorze. Jemy jakieś przekąski, siedzimy i oglądamy na przykład do drugiej w nocy jak się ludzie naparzają. Cieszymy się do telewizora, mamy wspólną pasję i cieszę się, że mam takich rodziców, jakich mam. Oni mnie wychowali na taką osobę, która postępuje swoją ścieżką, nie idę ścieżkami innych, tylko wydreptuję sobie swoją ścieżkę. Idąc tymi ścieżkami, nie robię nikomu problemu i z tego najbardziej się cieszę.

Weronika: Ja miałam ten ciężki okres, ja czułam, że ja jestem z tym wszystkim sama. Wystarczyło, żebym przyjechała do domu i mama mnie przytuliła. Nic nie powiedziała, ani słowem, po prostu mnie przytuliła to mi leciały łzy, ale już łzy szczęścia później. Czułam, że ja jednak nie jestem w tym wszystkim sama. I to jest chyba ten klucz. Człowiek nie może czuć, że jest z czymś sam, bo wtedy jest gorzej.

Oliwia: Lubimy spędzać czas aktywnie z rodziną. Czasem na Śnieżkę, czasem do Polanicy. (...) Umiem się przyznać, że czegoś nie umiem i wtedy mogę zapytać moich rodziców o pomoc, ale wolę spróbować coś kilka razy sama zrobić i dopiero wtedy jak nie wyjdzie szukać gdzieś pomocy. (...) Są w moim domu osoby, które mnie wspierają, ale to nie jest tak, że mówią na każdym kroku „ojjej, jak super to zrobiłaś”, bo każdy popełnia błędy i ja wiem, że je robię i jak zrobię coś naprawdę dobrze to ja wiem, że od osób z rodziny te komplementy dostaję, ale to nie jest tak, że np. ktoś mówi „zawsze dobrze wyglądasz”. Bo jednak zwykle czegoś się nie dopasuje i ja w swojej rodzinie cenię sobie szczerłość. Coś tam nie wychodzi i ktoś ci to powie, a nie obchodzenie się jak z jakimś jajkiem.

Rodzina jest też głównym nośnikiem wartości dla młodzieży, co można wywnioskować z poniższych fragmentów wypowiedzi. Respondenci mówią o swoich rodzicach jako autorytetach.

Piotr: Ja nigdy nie miałem autorytetu, **jedynie czerpałem bardziej wartości z osób, które żyły i żyją nadal wokół mnie.** To jakby mogę powiedzieć tak na bieżąco. Trzy lata temu zmarł mój dziadek na glejaka. Zjadło dziadka w przeciągu dwóch tygodni. To była taka osoba, która jakby zainspirowała mnie pracą, w ogrodzie choćby nawet. I że jak się coś robi to nie robi się na pół gwizdka, tylko robi się od początku do końca. To była jedna z takich podstawowych cech, które mnie zainspirowały do tego, żeby być właśnie taką osobą, jaką jestem teraz, czyli robię coś od A do Z, a nie przerywam w połowie i nie wracam później do tego. (...) Też dużo osób nie potrafiło zrozumieć wartości, za którymi ja już zacząłem iść wtedy. Rodzice mi też mówili: „Jeśli czegoś chcesz, Piotrek to oczywiście, ty jesteś młody, nie możesz iść do pracy, ale możesz zaoszczędzić. Zaoszczędź sobie”. Ja potrafiłem oszczędzać na jakąś rzecz, co mi się podobała, a innym kompletnie się nie podobała i nie pasowała do gustu. A mi się super podobała, wiedziałem, że będę z tego korzystał, więc sobie oszczędzałem i dążyłem do tego, żeby zdobyć tą rzecz. I jak zdobywałem to było takie coś, że wszyscy mówili „Jemu się coś fartło”, więc choćby jakie coś jak zazdrość. Ja jestem osobą, która na swoim ciele ma wiele blizn i wiem, że to źle brzmi, ale nie jestem po jakimś samookaleczaniu się. Chodzi bardziej o kwestię przypadków, głupich historii jak i naprawdę ciekawych. Teraz noszę też na sobie sygnety. Na mojej prawej dłoni jest sygnet cienki, który symbolizuje moją mamę, która jest moją prawą ręką w życiu. Na lewej dłoni mam gruby sygnet, który symbolizuje mojego tatę, który jest oczywiście jest moją drugą ręką, bez której nie mógłbym żyć, bo życie bez drugiej ręki jest oczywiście słabe, ale oczywiście też ma to swoje zasady, że jak nie z prawej to z lewej też mocno boli, więc tutaj sobie radzenie w życiu. Kolczyk który posiadam jest po moim dziadku, bo mój dziadek też miał kolczyk i postanowiłem sobie też zrobić kolczyk na pamięć dziadka. Aktualnie mam wytatuowane całe żebra. Moja rodzina, jak jeszcze mieszkaliśmy w poprzednim domu, mieliśmy pięć hektarów łąki połączonej z lasem. I na tylnym ogrodzie mieliśmy paśniki i przychodziły jelenie. I stąd się wzięła moja miłość do tego zwierzęcia, bo to zwierzę można naprawdę z niego wziąć przykład. Patrząc w ogóle na symbolikę, że jeleni jest zwierzęciem, które może pozować, może się pozować, ale jakie drugie zwierzę jest tak powszechne po śmierci? Głupio to zabrzmiało, jeleni jak żyje jest bardzo pięknym zwierzęciem, gubi rogi, można je kolekcjonować, ale jaka czaszka innego zwierzęcia jest na tyle fascynująca, że wisi praktycznie w co drugim amerykańskim domu? To jest naprawdę niesamowite. (...) To co

mam tu w pokoju to właśnie jelonek dziergany przez moją przyjaciółkę, przez siostrę, żebyśmy się tutaj dobrze zrozumieli. No i wydzieraną mam czaszkę z rogami jelenia, który się właśnie komponuje. Ostatnio postawiłem sobie cel i uważam że jest to bardzo sensowne, żeby nawet po śmierci zostawić po sobie pamiątkę, żeby po śmierci była o mnie jakby wiedza.

Oliwia [A czy w ogóle masz jakieś autorytety, już myśląc poza osobami medialnymi?]: **Na pewno podziwiam swoich rodziców i na pewno oni są moim autorytetem. Ich znam i jakby mam z innej perspektywy to, co osiągnęli w swoim życiu, do czego doszli.** Ogólnie osoby z mojego grona, które znam, bo tak to raczej nie mam autorytetów z zewnątrz wśród ludzi tak globalnie znanych.

Weronika [Czy ciebie rodzina do takich wartości doprowadziła czy bardziej z kontaktów rówieśniczych wynosisz jakieś życiowe wartości?]: Mi się wydaje, że większość z rodziny, bo ja mam tak, że ja mam tak, że ja bardzo lubię mieć kontakt z innymi ludźmi, ale ja wyłapuję z nich tylko to, co chcę. Nie mają na mnie większego wpływu, chyba że mi się podoba coś w kimś, że jest na przykład taki towarzyski lub coś zrobił, co mi się bardzo spodobało to wtedy sobie myślę – „w sumie to było fajne”, ale **głównie to mi się wydaje, że od rodziny mam to wszystko.** Mój tata jest taki oszczędny, jest taki też, że ciężko pracuje. Mam to chyba po nim taką zawziętość i to, że jestem ambitna. Tak wytrwale dążę do celu. Po mamie, no od niej się dopiero uczę takiego spokoju, cierpliwości. Jednak dążę do tego uparcie, ale musi być ten spokój, że jak mi nie wyjdzie to świat się nie zawali. Tak się tego od niej uczę.

To, że rodzice są przewodnikami życiowymi, rzutuje także na wybór drogi życiowej bądź kariery zawodowej. W przypadku Piotra posiadanie przykładu rodzin wielodzietnych sprawiło, że w jego planach na przyszłość również pojawia się marzenie o rodzinie wielodzietnej. Wartości krzewione w rodzinie mają też związek z tym, czym chce się zawodowo zajmować. Podobnie jest z Oliwią. Przebywanie w towarzystwie medyków sprawiło, że ta tematyka stała się jej bliska i już teraz jako uczennica dąży do tego, aby wykonywać w przyszłości zawód lekarza. Okazuje się, że wybór drogi życiowej, kariery zawodowej jest w przypadku respondentów związany z otrzymanym wychowaniem. Pozytywny obraz rodziny sprawia, że chce się go powielać w swoim życiu.

Piotr: Ja planowałem, że jak już będę wiedział, że mogę zabezpieczyć moją rodzinę przyszlą, byłby to domek na obrzeżach miasta, tak jak teraz mieszkam, czyli w spokojnej dzielnicy. Wiadomo że tutaj dzieci mogą spokojnie wyjść i nic się nie stanie. Patrząc na rodzinę to raczej późno, zakładałbym ją po 27 roku życia, gdzie wiedziałbym że mam na pewno, mówiąc o założeniu rodziny mam na myśli budowanie domu, choćby nawet wzięcie ślubu, zrobienie sobie... nie wiem. **Ja zawsze miałem taki obraz rodziny, bo u mnie jest jakby rodzina wielodzietna, ja jestem jakby jedyny tutaj z rodzicami, który jest jedynakiem, ale tak to u mnie w rodzinie, która się rozszerza praktycznie na cały świat, bo mam też rodzinę w Australii, Argentynie, to się rozrasta naprawdę i to wszyscy mają po kilkanaście braci i siostr i tak dalej, więc planowałbym właśnie pójść w takim stylu, że**

ja z żoną, plus do tego czwórka dzieci. Coś takiego. Dlatego bym planował, kiedy byłbym już ustatkowany i kiedy mógłbym już pieniądze zabezpieczyć rodzinę, dać im swój czas, który by na pewno nie skończyłby się tak, że moja żona która by się musiała się zamartwiać codziennie, czy odezwę się po misji, która będzie czy przeżyję. Tego bardzo nie chcę, bo to jest ogromny ból dla drugiej osoby, kiedy druga osoba na przykład osoby. To jest taki ból, którego nie chciałbym przekazywać swoją nieobecnością, więc wolałbym przesiedzieć tę służbę, po służbie dopiero założyć rodzinę i po rodzinie już jakby normalnie funkcjonować sobie w życiu społecznym.

Oliwia: Chciałabym być lekarzem. To wiem. Będę starała się w tym kierunku podążać i zobaczymy, jak mi z tym pójdzie. [A dlaczego taki wybór?] **W rodzinie mam lekarzy, więc myślę, że jest to taki główny powód.** Jestem też w szkole, która jest związana z tym kierunkiem. Mnie takie tematy, jak pomaganie ludziom czy po prostu ogólnie medycyny, mnie interesują. [Czyli w rodzinie było Ci to przekazane jako wartość?] Znaczący nie tyle co wartość, ale patrząc na to, że jak w rodzinie ktoś jest lekarzem i masz z tym bliski kontakt to to cię interesuje.

Weronika: Jak ja myślę o przyszłości to na pewno chciałabym mieć dom, chciałabym mieć męża, który dzieli moją pasję, który chodzi na siłownię, z którym mogłabym chodzić na siłownię razem. Widzę też, że będziemy mieć szpica niemieckiego i labradora. Dwa psy. O dzieciach to na razie trudno mi teraz powiedzieć, bo wiem, że to musiałaby być wtedy przerwa od sportu i nie wiem... ja się też tak trochę boję ciąży. Nie wiem czemu, ale też mam siedemnaście lat, może się to zmienić. Widzę siebie na razie w domu z mężem, z dwoma psami, no i tak jakoś. W domu z dala od hałasu, bardziej na łonie natury.

[Czy wtedy, gdy zdecydowałaś się na siatkówkę to ktoś cię do tej decyzji pchnął? Czy u ciebie w rodzinie są typy sportowców, którzy zawsze gdzieś tam na te zajęcia sportowe cię „cisnęli”?]: Moi rodzice są związani ze sportem, bo moja mama pływała, a mój tata chodził na zapasy, ale oni są tacy, że oni mnie nie namawiają na nic.

Piotr: [A jeśli chodzi o hierarchię wartości, to czy rodzina stoi u Ciebie wyżej czy właśnie praca zawodowa, rozwój osobisty?]: Bardziej rodzina. Bardziej ciepło rodziny jest o wiele ważniejsze niż samorozwój moim zdaniem. Rodzina też o wiele bardziej potrafi nauczyć, doradzić, o wiele bardziej niż własne potyczki. A czasami własne potyczki już potrafią tak mocno potknąć nogi, że już nie da rady powstać. (...) Kiedyś był też taki zamysł, że pójdę chociażby na zawód trenera personalnego, ale kiedy odkryłem taką zależność, że pójdę do wojska, po 26 latach idę na emeryturę, to znaczy po 26 latach przepracowanych przechodzę na emeryturę, zarabiam bardzo dobre pieniądze, potem jeszcze mogę sobie zrobić półroczny kurs na trenera personalnego i mogę zarabiać jako trener personalny, czyli nadal jestem związany ze sportem i mogę robić to, co planowałem kiedyś robić. **A czemu wybrałem taki wybór? Z tego powodu, że wychowano mnie na dużego patriotę i nie jestem ani homofobem, ani rasistą.** Mam wśród swoich znajomych bardzo dużo kolegów gejów, transwestytów, transwestytki. Jestem w 100 procentach tolerancyjny wobec nich, mogę sobie z nimi wypić kawę, nie ubliżam nikomu, nie czuję w ogóle takiej chęci robienia krzywdy drugiej osobie. Wiem, że siły specjalne, które żyją jakby w Polsce, walczą z rasizmem, walczą z osobami, które mogą stanowić zagrożenie, choćby nawet antyterrorysty. Wiadomo to jest jakby przeskok niesamowity od homofobii itd., ale niektóre sceny, rasy, osoby które mają jakąś religię są w jakiś sposób niepoczytalne i potrafią nawet z rasizmu dojść do jakiś ataków terrorystycznych. Moim zdaniem powinno się z tym walczyć. Powinno się dążyć do tego, żeby tego nie było. Zawód żołnierza sił specjalnych dąży do tego,

żeby pozbyć się takich problemów: przejmowania zakładników, bo jest to ratunek drugiej osoby, jest to dążenie jakby do uratowania czyjegoś życia, które jest naprawdę ponad skalę. Nie da się jakby zapłacić za czyjeś życie pieniędzmi, to znaczy przyjmując zakładników tak, ale żeby porównać cenę osoby, której uratujesz życie to nie da się tego porównać, więc jakby osoby powinny być które są chętne do sił specjalnych, żeby uratować komuś życie. Moim zdaniem ja się czuję na 100% taką osobą, chcę dążyć do tego, żeby móc służyć w takich szeregach.

Oliwia: Chciałabym być lekarzem. To wiem. Będę starała się w tym kierunku podążać i zobaczymy, jak mi z tym pójdzie. [A dlaczego taki wybór?] **W rodzinie mam lekarzy, więc myślę, że jest to taki główny powód.** Jestem też w szkole, która jest związana z tym kierunkiem. Mnie takie tematy, jak pomaganie ludziom czy po prostu ogólnie medycyny, mnie interesują. [Czyli w rodzinie było Ci to przekazane jako wartość?] Znaczący nie tyle co wartość, ale patrząc na to, że jak w rodzinie ktoś jest lekarzem i masz z tym bliski kontakt to to Cię interesuje.

Weronika: Jak ja myślę o przyszłości to na pewno chciałabym mieć dom, chciałabym mieć męża, który dzieli moją pasję, który chodzi na siłownię, z którym mogłabym chodzić na siłownię razem. Widzę też, że będziemy mieć szpicz niemieckiego i labradora. Dwa psy. O dzieciach to na razie trudno mi teraz powiedzieć, bo wiem, że to musiałaby być wtedy przerwa od sportu i nie wiem... ja się też tak trochę boję ciąży. Nie wiem czemu, ale też mam siedemnaście lat, może się to zmieni. Widzę siebie na razie w domu z mężem, z dwoma psami, no i tak jakos. W domu z dala od hałasu, bardziej na łonie natury.

Młódzież docenia wartość rodziny. Do tego stopnia, że chęć utrzymania bliskiej relacji z rodzicami powstrzymuje Piotra przed popełnianiem błędów.

Piotr: Drugą kwestią jest to, jak byłem wychowywany z różnymi rodzajami używek. To jest też bardzo ważne w dzisiejszych czasach moim zdaniem. Rodzice mi powiedzieli „Piotrek, ty już starzej wyglądasz niż rówieśnicy. Nie ma co tobie zakazywać tobie jednego głupiego piwa, bo zakazany owoc smakuje najlepiej i ty i tak sobie pójdziesz do sklepu i kupisz, więc to jest bez sensu”. **U mnie nigdy też nie było kar, bo po co są te kary jak rodzic zabierze dziecku telefon, jak może pójść do kogoś, do babci, która nie wie, że on ma karę i korzystać.** Wiec w czym jest problem? Pójdz do znajomego. Tak jak mama mnie zawsze uczyła, największą **dla mnie karą było to, jak rodzice się do mnie przestawali odzywać.** Potrafiłem mówić jak do ściany. I to było dla mnie dobijające. Odczuwałem jakby, że popełniłem błąd, że powinienem mamę na kolanach przeproszać, bo ja raczej nie popełniam małych błędów, tylko jak już to naprawdę popełniam spore błędy, a ucę się właśnie na cudzych. Pod koniec gimnazjum rodzice mi powiedzieli: „Piotrek, chcesz piwo, my ci kupimy piwo, bo zaraz już twoi rówieśnicy będą cię zachęcać, żebyś ty im kupił. Możesz im kupić piwo, ale ty sam sobie wypij w pokoju, a nie że rób problemów, że po krzakach pijesz i że my stracimy prawa. Potem tak było, że powiedziałem rodzicom „Mamo, tato, chciałbym zapalić fajkę”. No to najprostszy i najstarszy sposób, żeby oduczyć kogoś palenia to kupić najtańszą paczkę fajek i spalić całą. Oczywiście później wyglądałem jak trup na następny dzień, byłem kompletnie nie do życia. To taki najprostszy przykład, a z narkotykami też mam dobry przykład. Moja mama jest prawnikiem. Najlepszym sposobem żeby zobaczyć jak działa dany narkotyk, oczywiście nie wiem jakie Pani ma poglądy, ale

moim zdaniem tutaj magiczna marihuana, która jest najbardziej popularna wśród młodzieży to nie powinna być klasyfikowana jako narkotyk, tylko jako używka, obok piwa i fajek, bo szkodzi o wiele mniej. Nie wiem czy Pani się kiedykolwiek tym interesowała, ale będąc w środowisku, gdzie widzę jak wygląda osoba po alkoholu a po spaleniu jednego jointa, to byłbym bardziej za tym, żeby na przykład piwo było zakazane bardziej niż joint. To już mówię, musiałyby Pani być na moim miejscu, żeby zobaczyć, jak to wygląda w danym środowisku. Powiem Pani tak, że nigdy bym nie wziął nic twardszego ani nic innego jak marihuana, bo oczywiście przyznam się, że też nie jestem święty, ja kilkanaście razy w życiu zapaliłem, tylko ja oczywiście informowałem o tym za każdym razem rodziców. **Rodzice... było im smutno, że złamałem jakieś zasady, że nie będę palił, a jednak zapaliłem, ale no jestem na tyle szczery, że mogłem im powiedzieć, że ten błąd popełniłem. Przyznałem się do błędu. Było im smutno, ale wiedzieli, że to we mnie bardzo dużo działa, że widzę, że oni są smutni. Wiedzieli przez to, że będę tego błędu coraz mniej popełniać.**

Oliwia: W podstawówce miałam WDŻ i to było takie mocno naciągane. Ja wiem, że ja mogłam o tym porozmawiać z rodzicami. To nie był temat tabu, byłam świadoma tego, czego nie powinnam robić, na co jestem gotowa bądź nie. Tak samo, uważam że to jest bardzo dobre. Tak powinno być w domu. Są osoby, które są przeciwne edukacji seksualnej. Ja uważam, że powinna być, ale jeżeli nie to rodzice powinni o tym rozmawiać w domu, ale są rodzice, którzy nie chcą.

Respondenci mają świadomość, że pełna i kochająca się rodzina to skarb w dzisiejszych czasach. Weronika zwraca uwagę, że wsparcie w rodzinie umożliwia pełny rozwój, dziecko czerpie wzór w budowaniu relacji z otoczenia.

Weronika: [Często są przypadki rozbitych rodzin lub rodzice nie potrafią okazać miłości dzieciom, mimo że je kochają]: To jest dla mnie straszne. Ja nie wiem, jak można pomóc. Moim zdaniem, że rodzic od małego powinien przejmować się swoim dzieckiem, ale to też nie aż tak bardzo, że na nic mu nie pozwalać, ale podchodzić do niego jak do przyjaciela, żeby dziecko wiedziało, że może mu się wygadać. Ludzie na przykład...no są domy dziecka i są tam opiekunki, ale dla mnie to nie jest to. To nie jest wsparcie. Dla mnie opiekunka idzie do pracy po prostu, chce odbębnić te osiem godzin. To nie jest to. Moim zdaniem te dzieci mają ciężko, bardzo ciężko i to też nie jest z ich winy, że nie chcą się wygadać wychowawczyni no i to jest tak ciężko. **No czasami mają jakiegoś prawdziwego przyjaciela ze szkoły, a jak nie mają to jest... [uczennica wzdycha]. Dużo ludzi popada w jakieś problemy, typu alkoholizm, albo zaczynają palić.** No mi się tak wydaje, że wtedy jest ciężko.

Weronika [Mi też bardzo zależy na tym, żeby ludzie dobierający się ze sobą w pary mieli taki fundament, zasób wiedzy o tym jak zbudować szczęśliwą relację małżeńską i rodzinną, żeby przekazywać dalej swoim dzieciom takie dobro. Żeby to dziecko mogło chłonąć...]: No ja wiem o co chodzi, żeby mu też ścieżek nie zamykać, żeby ono wiedziało, że może się rozwijać, że jest bezpieczne. Taka rodzina to cud, no może nie cud, ale szczęście. Dziecko, które ma taką rodzinę, dobrze mu się trafiło, bo teraz zauważyłam jest dużo rodzin, które się rozwodzą. Takie dziecko nie wie, czy ma być z tatą czy z mamą, nie wie co ma robić i też **to siada w psychice. I też może**

taka osoba nie wierzyć w taki prawdziwy związek, a dziecko jest takie... to jest początek życia, ono buduje te fundamenty i ciężko jest zmienić to zdanie z przeszłości, bo ono się będzie ciągle za nim ciągnęło. To jest taki problem społeczeństwa mi się wydaje.

Diagram 1. Oddziaływanie relacji rodzinnych na życie respondentów



Z rozmów wynika, że młodzież, która swoich rodziców traktuje jako przewodników życiowych, może liczyć na wsparcie ze strony najbliższych, co daje im poczucie bezpieczeństwa. Przyszłościowe plany też wiążą się z tym, co przekazali im rodzice: pod kątem wartości bądź zainteresowania konkretnym zawodem. Bliska relacja z rodzicami polegająca na wzajemnym szacunku i zaufaniu zmniejsza ryzyko sięgania po używki.

Nota 5: Aktywność fizyczna jako centrum struktury życia codziennego

Okazało się, że aktywność fizyczna pełni ważną funkcję w życiu respondentów. Z własnej woli uczniowie planują regularne treningi, aby czuć się zdrowiej, atrakcyjniej i aby zredukować stresy. Trening stawiają w centrum. Ciekawe jest to, że uczniowie chętni na wywiad to osoby, które mają swoje doświadczenie jako sportowcy (Oliwia ma doświadczenie pływackie, Piotr lekkoatletyczne, a Weronika siatkarskie). Każde z nich dąży do określonych celów i nie marnuje czasu. Cecha ich łącząca to perfekcjonizm.

Piotr: Taką podstawową cechą dobrą jest u mnie to, że ja zawsze dążę do celu. Od młodego, np. jak Pani się interesuje sportem, to ja startowałem, byłem w kadrze Polski w lekkoatletyce, byłem na zawodach Polska-Niemcy, Ukraina, Słowacja, Czechy. (...). Postanowiłem sobie, że mam okres czterech miesięcy, żeby poprawić swój wynik o... zawsze biegałem na 300 m, w czwartej klasie na przykład biegałem 40 sekund, ale zawsze sobie stawiałem cel, żeby biec poniżej 40 sekund i na ostatnich zawodach, jakich wystartowałem to nabiegałem rekord Śląska i pobiłem też kogoś w zawodach i pobiegłem 36,40, co się okazało z czasem nie do pobicia w tamtym okresie przez nikogo. Postawiłem sobie cel i go zrealizowałem. Przykład dzisiejszego dnia. **Od piątej rano**

musiałem wstać, zrobić sobie trening, bo ja też bez treningu sobie nie poradzę. Muszę cały czas dbać o swoją sprawność fizyczną. Później o siódmej musiałem sobie zrobić śniadanie, później ogarnąć pokój, rzeczy do spakowania sobie do szkoły, później ogarnąć rzeczy do egzaminu, który mam akurat jutro. Nauka do godziny 14 czy tam 15, po 14 miałem dwie godziny jazdy, potem wróciłem i jeszcze pomogłem mojej babci, która mieszka z nami. Po pomocy wróciłem, zacząłem rozmowę z Panią, a jak my skończymy to jeszcze coś porobię. Nawet nie wiem, czy dziś wieczorem jeszcze nie pójdę do pracy. (...) To się zaczęło od tego, że u mnie wpajano perfekcjonizm. I.. po prostu ja muszę mieć wszystko rozplanowane. I przez to że było planowane to zauważyłem, że są luki czasowe. Nie wiadomo, co z nimi zrobić. Ja nie lubię leżeć na brzuchu i nic nie robić w pokoju, czułbym po prostu taką pustkę czasową, że nic nie zrobiłem. I **wtedy zacząłem kombinować wszystko, czyli tutaj coś porobić, na przykład pójść na spacer w góry. I ja wiedziałem, że ten spacer w górach nie będzie zmarnowany bo po pierwsze, zobaczę sobie fajne widoki, po drugie będę spalał kalorie, czyli mój metabolizm, moje zdrowie będzie szło bardziej do przodu niż do tyłu.** Tutaj już tak patrzyłem. Później już zaczęło się coraz więcej wkradać. Jak byłem starszy to wchodziły coraz trudniejsze rzeczy, na przykład wakacje to jest całkiem inna bajka. Żeby czuć, żeby mój czas jest maksymalnie wykorzystywany to znalazłem pracę, która była 25 km ode mnie z domu, czyli półtorej kilometrów przez góry jazda. Wyglądała tak, że ja wstawałem 5:10, a 5:30 wyjeżdżałem z domu, żeby być na 7 w pracy. Potem 13 h pracy. Po 13h pracy przez kolejne półtorej godziny wracałem rowerem do domu. I potem jak zasypiałem pod prysznicem to byłem bardzo zadowolony, że tak wykorzystałem czas. I stąd się wziął perfekcjonizm. Tylko perfekcjonizm moim zdaniem nie powinien być wpajany, narzucany komuś, bo wiem, że niektóre osoby nie potrafią być perfekcjonistami. Trzeba mieć coś w sobie, żeby czuć ten perfekcjonizm.

Oliwia: Codziennie rano wstaję bardzo wcześnie, bo muszę dojeżdżać do Wrocławia. **Później po szkole często mam jakieś zajęcia dodatkowe, a jeśli nie to ćwiczę.** Kiedyś pływałam wyczynowo, a **teraz tak dla siebie ćwiczę, więc kilka razy w tygodniu biegam i ćwiczę.** To raczej tyle. Lubię się też spotykać ze znajomymi. Czasem w weekendy chodzimy w góry.

Weronika: Pół roku temu zrezygnowałam z siatkówki. Dla mnie siatkówka to była całym światem wcześniej. Ja trenowałam, to kochałam, ale był taki czas, kiedy mi się po prostu nie podobało moje życie. Coś chciałam zmienić. Niby siatkówka fajnie, ale miałam takiego doła cały dzień i ja wtedy wróciłam do domu rodzinnego i po prostu zamknęłam się w sobie. Tak bardziej spaceruję, kontakt z naturą, tak bez ludzi i po prostu postanowiłam sobie to wszystko przemyśleć. Doszłam do wniosku, że to nie jednak siatkówka mi sprawiała radość, ale **w siatkówce sprawiał mi radość sport, to że się ruszam** i doszłam do wniosku, że zrezygnuję z siatkówki, bo dla mnie to też jest dużo stresu i też jestem niska. Przejmowałam się tym bardzo. Przejmowałam się, czy w przyszłości będę kimś i to był taki niepotrzebny stres. Doszłam do wniosku, że no... w tym wszystkim aktywność fizyczna była tym czymś i ja zrezygnowałam z siatkówki. Mam teraz trenera personalnego i chodzę na siłownię od pół roku i przygotowuję się do zawodów. Normalnie, **tak sama dla siebie.** Bez spiny. To też jest takie indywidualne, a ja też jestem indywidualistką. Nie jest drużynowe, że nie musisz się o nikogo martwić. Ja po prostu jestem sama dla siebie. To będą takie zawody, że będzie mi zależało na wyniku, ale jednak chodzę codziennie na siłownię i kocham to, co robię. (...) No i jak codziennie mój dzień wygląda... Wstaję, jem śniadanie, **idę od razu na trening,** bo z rana lepiej robi mi się trening. Idę od razu na siłownię, po siłowni jem obiad, odpoczywam i potem chcę sobie zrobić małą aktywność fizyczną. Idę sobie z psem na spacer, z rodzicami idę na spacer. Wracam, jem kolację i się

uczę się. Nawet teraz, są wakacje, ale uczę się. Biorę korepetycje z chemii i zależy mi, żeby dobrze zdać maturę. Uczę się wieczorami też. **Idę dosyć wcześnie spać, bo wiem, że na drugi dzień znowu siłownia.** Tak jakoś mój dzień ciągle wygląda.

Porządkowanie harmonogramu dnia w ten sposób, aby wykonać trening jest dowodem na to, że aktywność fizyczna **jest działaniem priorytetowym** dla respondentów. Dla Weroniki aktywność fizyczna jest źródłem radości. U Piotra pojawiła się wypowiedź „bez treningu sobie nie poradzę”, czyli aktywność jest dla niego także sposobem na radzenie sobie z emocjami. Podobnie jest w przypadku Oliwii, która w badaniu początkowym i końcowym w pytaniach z KCAF odpowiedziała, że nadrzędnym celem podejmowania aktywności fizycznej jest odreagowanie stresu. Można zauważyć związek pomiędzy regularnym uprawianiem aktywności fizycznej a byciem osobą zdyscyplinowaną i zorganizowaną. Respondenci mają jasno sprecyzowane cele życiowe, ale stawiają sobie poprzeczki również w sporcie lub stawiali je w przeszłości. Weronika przygotowuje się do zawodów, Piotr pobił rekord w biegu na 300m a Oliwia pływała wyczynowo. Wszyscy respondenci zgodnie twierdzą, że obecnie uprawiają aktywność fizyczną dla samych siebie.

Nota 6: Postawy wobec współżycia seksualnego

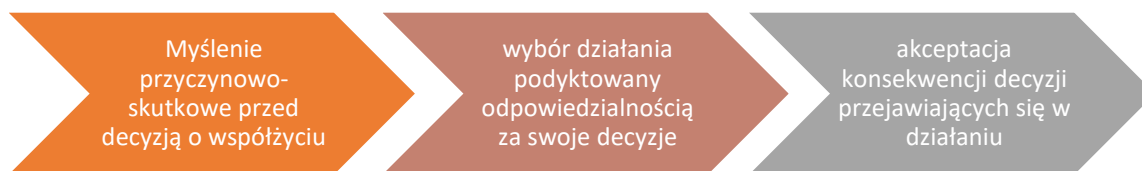
Co się dzieje, gdy wybór postępowania względem ciała dotyczy w konsekwencjach także innych osób? W kwestii współżycia seksualnego respondenci wykazują się myśleniem przyczynowo-skutkowym i to od przyczyn danego zjawiska zależy ich punkt widzenia.

Oliwia [Czy byłaś zaangażowana w Strajk?]: Ja raczej nie jestem osobą, która chodzi na takie akcje, **ale mam swoje zdanie, którego nie boję się wypowiedzieć.** (...) Bardziej chodzi mi o to, że jeśli osoba jest na tyle odpowiedzialna, żeby pójść z kimś do łóżka to jest na tyle odpowiedzialna, żeby wziąć odpowiedzialność za to, że jest w ciąży. Ale aborcja to nie jest dla mnie środek antykoncepcyjny. Są tabletki, są prezerwatywy, ale uważam, że **jest to decyzja kobiety**, która jest okropnie ciężka, jeśli dziecko może być chore, ale też uważam, że są choroby, z którymi dziecko może na spokojnie żyć, na przykład Zespół Downa. Taka osoba może normalnie funkcjonować, oczywiście że będzie miała jakieś trudności w życiu, ale to powinna być decyzja kobiety i jeśli ma partnera to również partnera, ale uważam głównie, że to nie jest środek antykoncepcyjny. **Uważam, że pójście do łóżka to jest na tyle odpowiedzialna decyzja, że musisz być świadoma konsekwencji, no i to nie jest „hop siup” i jedziemy dalej. To nie jest tylko pocalunek, który może nie mieć dalszych konsekwencji, tylko to jest jednak poważny krok z kimś, kto jest dla ciebie ważny.**

Piotrek: Patrząc moim zdaniem gwałt to jest straszna rzecz, to jest pokrzywdzenie dziewczyny, kobiety. Mało to że fizycznie, to psychicznie. Nie jest dana kobieta w stanie pokochać, oczywiście nie mogę się postawić w ciele kobiety, ale nie umiem sobie tego wyobrazić tego bólu wychowywać dziecko, które jest poczęte przez taką krzywdę. Moim zdaniem, oczywiście, kobieta może urodzić to dziecko, ale jaka jest wtedy świadomość wtedy, że w tym dziecku płynie krew, to dziecko jest jakby złożone z osoby, która dokonała tego czynu. Ta świadomość już dla mnie jest straszna, a po drugie to co się mówi, że krew z krwią przechodzą nawyki, więc dla mnie jest tu na przykład taki przykład. Są też inne kwestie, których bym tutaj wolał nie poruszać, które się nie zgadzają z moimi twierdzeniami a religią, ale jedną z główniejszych rzeczy to jest aborcja i to mówienie, że aborcja powinna być nielegalna. I trzeba tutaj powiedzieć, że nikt nie jest w stanie, no są takie złote przypadki, że ktoś ma dziecko z zespołem Downa i chce je wychowywać, ale są osoby, które kompletnie nie mają na to siły, psychiki i co one mają wtedy zrobić, bo nie oddadzą do „okna życia”, bo też już słyszałem takie przypadki, że zakonnice dosłownie krzyczały, żeby kobieta z powrotem zabrała to dziecko, bo one nie są w stanie się zaopiekować. No i co w takim przypadku ma zrobić matka? No nie ma szans wychować takiego dziecka, bo matka nie będzie miała tyle siły i uczucia, żeby je wychować. No i co się robi w takiej sytuacji, nic się nie robi, bo oczywiście żyjemy w takim świecie jakim żyjemy i religia nam zakazuje.

W pierwszej wypowiedzi największy nacisk jest kładziony na odpowiedzialność za swoje decyzje. Respondentka jest świadoma, co z czego wynika i wyraża pogląd, że działanie (współzycie seksualne) powinno być poprzedzone myśleniem o konsekwencjach (możliwość ciąży). Wówczas dylematy moralne w związku z kontrowersjami wokół aborcji są wykluczone, bo poczęcie dziecka jest naturalnym skutkiem współzycia i doszło do niego w wyniku wolnego wyboru człowieka. Swoją opinię na temat aborcji Oliwia wyraziła z odwagą i mimo użycia argumentu z poprzednich not „to jest decyzja kobiety” to nie zamknęło to dalszej refleksji o skutkach takiego wyboru. Tutaj kontekst sytuacji nie jest pomijany jak to było w temacie tożsamości płciowej. Respondentka bierze pod uwagę trudności, które mogą wystąpić i że decyzja wówczas nie należy do najłatwiejszych, ale że udział w niej powinien wziąć także mężczyzna.

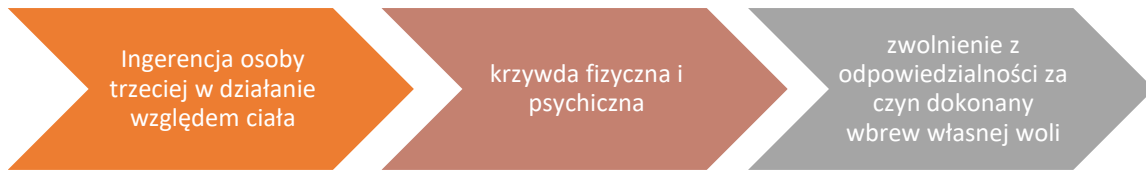
Diagram 2. Związek pomiędzy myśleniem przyczynowo-skutkowym a podejmowaniem odpowiedzialności



W tym kontekście myślenie przyczynowo-skutkowe jest czynnikiem chroniącym przed dokonaniem aborcji. Wypowiedź druga odsłania z kolei aspekt, w którym współzycie nie jest kwestią wolnego wyboru dwóch osób, lecz wynikiem przemocy. W tej sytuacji prawnie kobieta

jest zdjęta z odpowiedzialności za zdrowie i życie dziecka, gdyż decyzji o ewentualnym poczęciu nie podjęła dobrowolnie i wiąże się ona z psychiczną krzywdą.

Diagram 3. Ingerencja osób trzecich w działanie względem ciała a konsekwencje



Nota 7: Postawy wobec tożsamości i orientacji płciowych

Działania dokonywane względem ciała są w publicznym dyskursie wartościowane dodatnio lub ujemnie ze względu na dalekosiężne skutki, jakie przynoszą człowiekowi. W wywiadach z młodzieżą zaobserwowałam, że są obszary działań względem ciała, które są tematem tabu lub w temacie których unika się myślenia przyczynowo-skutkowego. Przyjrzyjmy się, co to za obszary i co odróżnia je od innych działań względem ciała, w których wykazano pozytywny wpływ myślenia przyczynowo-skutkowego.

W rozmowach z młodzieżą poruszone zostały tematy: współżycia seksualnego, aborcji, transseksualizmu, pornografii, zaburzeń odżywiania i narkomanii. W tle tych tematów ważne miejsce zajmowała: wolność wyboru, tolerancja, krzywda względem drugiego człowieka i podejmowanie odpowiedzialności za innych.

Respondenci jednogłośnie potwierdzali, że każdy ma prawo żyć tak, jak chce, niezależnie od orientacji seksualnej. Z wypowiedzi przebijał się szacunek i wrażliwość na drugiego człowieka. Postawa obrony przed krzywdzącą oceną innych może być wynikiem tego, że każdy z uczestników wywiadu zna chociaż jedną osobę, która utożsamia się z osobami LGBT+.

Oliwia: Tak, mam wokół siebie takie osoby i ja jestem w 100% osobą transpłciową i znam osoby takie, czy takie, które założyły rodziny i są one przekochane. **Uważam, że każdy ma prawo być tym, kim chce.** Byleby powiedzmy **zarówno osoba homoseksualna i osoba heteroseksualna powinny mieć szacunek do siebie.** Uważam, że każdy ma prawo być z tym, z kim chce.

[Czy znasz sytuację rodzinną tych osób? Myślisz, że ona mogła w pewien sposób ukształtować te skłonności?] Nie znam. Myślę, że to zależy od człowieka. Mi jest ciężko stwierdzić tak konkretnie. **Jemu to jest oceniać, a nie mi.** (...) to tak samo jak z tym przykładem z osobami homoseksualnymi. **Jeśli znasz taką osobę to wiesz, że tak może być i jak ci jedna osoba powie, że ktoś jest zły to w to nie uwierzysz.**

Piotrek: Znam osoby, które są... No na przykład jest taka dziewczyna, nawet nie znam jej imienia kobiecego, ale ona się czuje mężczyzną. (...) Ona postępowała swoimi ścieżkami, ona się nie czuła kobietą. Ale też znam takie przypadki, że ktoś coś robił, bo to jest modne. Mam taką osobę wśród swoich znajomych, który jest gejem, ale wszyscy twierdzimy, że on jest tylko dlatego gejem, bo to jest modne. Nawet moja mama powiedziała „Jeśli on jest gejem to ja jestem Chińczykiem”. **Jestem bardzo tolerancyjny i też mam w środowisku geja, nie jednego, drugiego, trzeciego, ale oni mi tu nie przeszkadzają** i jeśli ktoś się czuje gejem i się tym... moim zdaniem po tym można poznać osobę, jeśli nie podkreśla tego w każdym zdaniu. Nie mówi ciągle „bo wiesz, ja jestem gejem”, ale się tym nie chwali i potrafi z tym normalnie żyć to ja potrafię to uszanować, **to jest jego decyzja, nie mam z tym żadnego problemu. Jeśli tak ma od początku lub jeśli coś na niego wpłynęło i tak zdecydował to jest to jego decyzja.**

Weronika: Nie myślałam nigdy o tym. Ja nie mam nic przeciwko. Ja się zawsze denerwuję jak coś dziadek gada na nich, bo ja jednak... on mówi, że to jest choroba psychiczna, a ja mówię „Dziadek, robią ci krzywdę jakąś? **No nie robią. To jest ich życie. To jest każdego życie**”. **Każdy żyje jak chce.** Kiedyś takiego czegoś nie było, mi się wydaje. Każdy musiał robić tak samo, a teraz już świat poszedł do przodu i teraz ludzie robią różne inne rzeczy, a ja jak widzę taką osobę to ja nie mam z tym problemu. Nawet mnie denerwują osoby, które coś gadają na nich. Te osoby nic nie robią tak naprawdę, one sobie żyją a inni mają problem z tym, że one żyją.

Okazuje się, że prywatna znajomość z osobami, o których toczy się dyskusja medialna, daje nowe spojrzenie i nie pozwala na krytykę. Respondentów nie interesują przyczyny tego, że ktoś podejmuje takie a nie inne działania względem ciała. Brakuje znajomości szerszego kontekstu, mimo konkretnie zadawanych pytań w tym kierunku.

Oliwia [Czy znasz sytuację rodzinną tych osób? Myślisz, że ona mogła w pewien sposób ukształtować te skłonności?]: Nie znam. Myślę, że to zależy od człowieka. Mi jest ciężko stwierdzić tak konkretnie. Jemu to jest oceniać, a nie mi.

Być może nieznanie kontekstu społecznego mimo kontaktu z daną osobą wiąże się z tym, że sprawa dotyczy się bardzo delikatnej kwestii i rozmówcy o odmiennej od siebie orientacji nie wiedzą, jak mają ze sobą rozmawiać, by wzajemnie się nie urazić.

Diagram 4. Konsekwencje umieszczania tematów LGBT+ w przestrzeni tabu



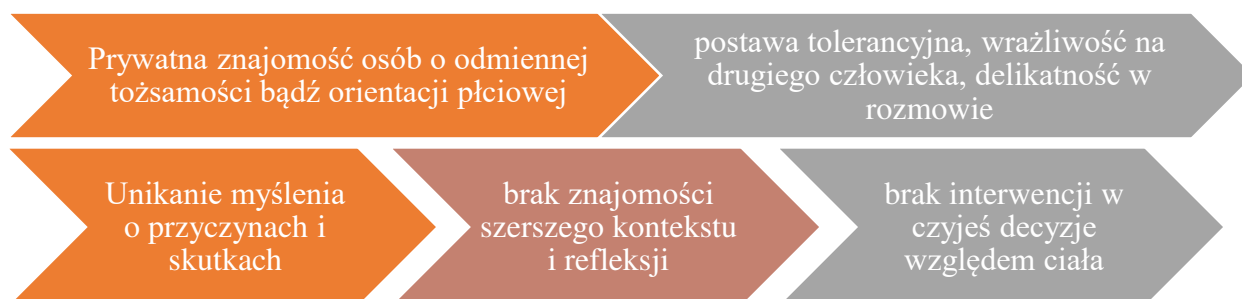
Weronika: Jest jeden taki przypadek u mnie w klasie i w sumie normalnie jest. Nie mówimy nic o tym, nie poruszamy nawet takiego tematu. Ja jestem generalnie otwarta na te tematy, ale ja nie będę zaczynać tematu, bo on może się czuć niekomfortowo, tak sobie o tym myślę. On jest homoseksualistą i on o tym wie, że ja o tym wiem. Nie zaczynam tematu: „co u twojego chłopaka?”, **bo ja nie wiem, jak on to odbierze, że jakąś obrazę, że ja się z niego wyśmiewam czy ja się o niego troszczę.** Jak on by zaczął temat to co innego. On się tak krępuje.

Niechęć do podejmowania oceny w sytuacji, gdy nie zna się kontekstu, to właściwa postawa, o czym mówi Oliwia w innym fragmencie.

Oliwia: Ja myślę, że to jest nieuniknione, że ludzie po prostu oceniają. Człowiek jednak czyta to, co widzi patrząc na człowieka. Chociaż ja jak ktoś mi o kimś coś powie to staram się spojrzeć też z drugiej strony, bo **też uważam, że nigdy nie wiem do końca, co doprowadziło tę osobę do tego, co zrobiła i choćby to była jakaś straszna rzecz to ja nie znam, jakie były przyczyny, powody tego.** Nie mi to jest oceniać. Jednak uważam, że ludzie się zmieniają i mogą się zmienić, więc staram się jednak dać szansę, a nie patrzeć jak ktoś lub coś wygląda.

Myślenie o przyczynie czyjegoś zachowania zmienia perspektywę i nie jest równoznaczne z ocenianiem. Jednocześnie respondenci w wielu miejscach podkreślają, że te przyczyny są dla nich w tym kontekście nieważne. Argumentacja respondentów bazująca na hasle „to jego życie, jego decyzja” zamyka refleksję nad przyczynami i skutkami, a w konsekwencji skutkuje zamknięciem się przed jakąkolwiek formą interwencji w czyjś wybór.

Diagram 5. Postawy i schematy myślenia wobec osób o odmiennej tożsamości bądź orientacji płciowej



Nota 8: Postawy wobec pornografii

Jeśli chodzi o pornografię, nawet przeczuwana intuicyjnie szkodliwość oglądania takich treści nie jest oczami młodzieży postrzegana jako coś, co można i należy zmienić. Występuje brak wiary w sens prowadzenia przekazu o negatywnych skutkach oglądania pornografii.

Przeszkoda tkwi w:

- 1) mocno ugruntowanych przekonaniach odbiorcy o świecie,
- 2) niskiej atrakcyjności i sztafpowości przekazów edukacyjnych.

Piotrek: Ja powiem tak, że strony z filmami erotycznymi to potoczna nazwa, że jest to dla dorosłych. Wszystko co zakazane to jednak kusi młode osoby. Młode osoby czują podniecie, zaciekawienie danym tematem i będą jakby... no kiedyś jak ktoś miał 16 lat i miał dziecko to było nie do pomyślenia, a teraz jest to coraz częstsze. No i musi Pani to wiedzieć, że projekt, który teraz Pani robi, te MłodeTalenty, to musi Pani wziąć pod uwagę, że dużo osób, mówię szczerze, bo też chce pomóc, bo to może nie trafić i wiele osób kliknie, otworzy i pomyśli „A, to kolejna głupota, którą wysyłają nam od szkoły, którą trzeba obejrzeć i się kończy na tym”. Choćby patrząc na to, że pani psycholog do nas pisała wiadomość „Jak się czujecie? Odpiszcie” i to była cała wiadomość i tak co tydzień, co tydzień, co tydzień. Sama pani by się zniechęciła odpisywaniem. To jest takie odpychające. Później się zmieniło i pani nam wysyłała filmiki, które no... jak się już mówi na dany temat setki tysięcy razy, choćby nawet palenie tytoniu jak wpływa, jak żółkną zęby, brzydki zapach, jeden przykład. Picie alkoholu, że w młodym wieku dochodzi do uzależnień. No już o takich rzeczach się wie. Te informacje dostajemy na bieżąco. Jesteśmy edukowani na danym stopniu, to wszystko już wiemy. **I kiedy dostajemy znowu taki przekaz to to odpycha od tego tematu, żeby to po prostu nas zaciekawiło.** Też byłoby trafić na takie środowisko, no Pani też znając życie wie, że nie wszystkich da się zainteresować jednym tematem. Więc jak Pani wymyśli coś oryginalnego to dla niektórych to będzie *wow, muszę to przeczytać*, a dla drugich to będzie kompletna pierdoła, kompletnie bez sensu napisane. Po prostu jak to kliknie, po prostu odczyta i tyle.

(...) **Wiele osób by powiedziało, że wie swoje, bo oni na przykład oglądają i wiedzą, że na nich to nie działa.** Takie typowe syndromy, że tak jak palacz, że po tej fajce on wie, że mógłby nie zapalić, albo alkoholik jak mówi, że mogłoby to być jego ostatnie piwo i od jutra nie pije. **Takie przykłady, że dana o sobie wie lepiej a tak czasami może nie być i te rzeczy po prostu mogą nie trafić.**

Weronika: Ja ogólnie nie znam takiego człowieka, ale to ludzie się z tym kryją tak naprawdę. A jakie mam o tym zdanie? Ja jestem taka, że **niech każdy sobie robi, co chce, byleby po prostu nie przeszkadzał innym.** Więc **jak ktoś sobie to ogląda to niech sobie to ogląda, bo to jest jego życie, on później będzie z tego rozliczany, że nie zrobił nic sensownego, że nie zajmował się rzeczami, którymi powinien się zajmować, ale to tak naprawdę nie jest mój problem.** Takie mam zdanie na ten temat. (...) Szkodliwości... Nie można też tak wszystkich do jednego worka wrzucać. Niektórzy też tak sobie oglądają sporadycznie, na niektórych to w ogóle nie oddziałuje, a na niektórych to oddziałuje. Wiadomo, na tych, co to oddziałuje to jest bardziej niebezpieczne, ale ci, którzy używają to, a nie ma to przekładu na życie codzienne to ok wszystko. Mam takie zdanie na ten temat.

Młodzież zwróciła uwagę na stopień zaangażowania w pornografię. Weronika wyraziła pogląd, że najważniejsze jest to, by nie przeszkadzać innym. Z wypowiedzi respondentów wynika, że szkodliwość pornografii polega na tym, że:

1) nieświadomie można się uzależnić i stracić kontrolę (porównanie do choroby alkoholowej),

2) marnuje się czas, który można byłoby przeznaczyć na coś pożytecznego.

Jest to niepełny obraz negatywnych skutków oglądania pornografii, ponieważ nie uwzględnia krzywdy wynikającej z oglądania pornografii wobec drugiego człowieka ani zmian mogących zachodzić w mózgu człowieka uzależnionego od pornografii (Blok 2, s. 132). Zaobserwować można jednak załamek myślenia przyczynowo-skutkowego. W tym przypadku świadomość, że oglądanie pornografii nie jest właściwym sposobem na spędzenie czasu, nie jest bodźcem w kierunku działania i interwencja osób trzecich jest niemile widziana z racji tego, że dominuje przekonanie, że każdy powinien mieć prawo do wyboru własnej ścieżki, nawet jeśli obiera niewłaściwy kierunek.

Nota 9: Myślenie przyczynowo-skutkowe a zachowania ryzykowne

Z poprzednich not badawczych wynika, że młodzież wybiórczo podejmuje się myślenia o przyczynach i skutkach danego postępowania. Istnieją tematy tabu, które traktują bardziej hasłowo i boją się wyrażać swoje zdanie, poznawać szerszy kontekst zagadnienia. Sama chęć poznania przyczyn czyjś wyboru jest postrzegana jako niechciana ingerencja (a nie interwencja uwzględniająca wolny wybór osoby po przedstawieniu wszystkich argumentów). Prawo do życia swoim życiem respondenci stawiają ponad przesłanki, z których wynika, że zaangażowanie osoby trzeciej w jakieś zachowanie ryzykowne przynosi dobro w postaci zaprzestania szkodliwego bądź ryzykownego dla siebie działania. Do tej przesłanki odnosi się ich własne doświadczenie, o którym opowiadają.

Weronika: Mam bardzo dużo znajomych, które są anorektyczkami i ja widzę, że ich życie jest takie, że one jeżdżą od jednego szpitala do drugiego. I ja kiedyś też tak mocno schudłam jak wtedy odciłam sobie te tłuszczce. Prawie nic nie jadłam. I to też mogło się prędzej czy później źle skończyć. Bulimia to nigdy, ja nigdy nie wymiotowałam, bo ja się tego brzydzę, ale taką anoreksją. I ja powiedziałam sobie stop, że ja muszę wygrać z tym, że to mi siedzi w głowie, ale to było bardzo trudne. Kiedyś nie rozumiałam anorektyczek, ale po tej sytuacji ja doskonale wiem, co one przeżywają. Ja płacząc czasem, jadłam. (...) Ja miałam wtedy kontuzję kolana i pojechaliśmy wtedy na szczęście do szpitala, ale z kontuzją kolana. I zrobiliśmy wtedy badania i **jedna lekarka się tak bardzo mną zainteresowała. I ona wzięła mnie na rozmowę i mi wszystko wytłumaczyła. Była bardzo kochana. Ja nawet nie wiem, czy to nie była pielęgniarka. Ona niby miała mi pomagać przy tym kolanie, a w tych rzeczach miała też pojęcie i wzięła mnie na rozmowę.** „Dziewczyno, ty musisz jeść, jeśli chcesz uprawiać sport i być

zdrowa” – tak mnie opieprzyła trochę, ale to było takie fajne. Ja wtedy poczułam, że ktoś się mną zainteresował, że pomyślał, że ja coś źle robię, może ja faktycznie coś źle robię. I później mnie też tak mama pilnowała. Dużo ze mną rozmawiała na ten temat i pewnie kątem oka patrzyła, czy ja jem, czy nie jem. A ja jadłam tak na siłę wtedy. **Gdyby tej sytuacji nie było, to ja nie wiem, mogłabym dzisiaj być w szpitalu i od głupiego niejedzenia nie korzystać z życia.**(...) No ja ogólnie byłam taka pulchniejsza kiedyś i zawsze chciałam schudnąć. Przestałam jeść, bo chciałam szybciej schudnąć, a wiadomo, to później wciąga. Jak się już nie je to później jest się odzwyczajonym i organizm się domaga tego jedzenia, ale moja głowa tego nie przyjmuje. Ja w ogóle głodna nie byłam, bo to już psychika...

Piotr: Powiem historię. Kiedyś miałem bardzo długie włosy, miałem je poza barki. Uwielbiałem chodzić tak na dorosło ubrany: Skóra, elegancki sweter, czarne spodnie. Był to taki listopadowy wieczorek, gdzie oczywiście zrobiło się już ciemno. Wszyscy chodzili sobie po parku, ja sobie też chodziłem ze znajomą. No i chłopak widać było że był pod wpływem jakiś narkotyków. Upadł. Dostał zatrzymania serca poprzez przedawkowanie narkotyków. Staraliśmy się jemu pomóc. Rozpinaliśmy mu bluzę zapinaną i podkoszulek. Pan jakiś do mnie podszedł i powiedział, że on dzwoni na policję. On tak jakby myślał, że się mu staram zabrać narkotyki z kieszeni z zewnątrz i żeby uciec, żeby nie było, że to jest moja wina. Ja przyznam, spanikowałem bardzo. No byłem bardzo młody. Co można pomyśleć, że łapie Cię jakaś osoba i myśli, że ty jesteś dilerem, narkomanem i jeszcze myśli, że to jest twoja wina. Wiadomo, wtedy się nie myśli racjonalnie, że ja tutaj jestem przechodniem i nic nie zrobiłem. Ja się wtedy bardzo utożsamiałem z tą winą. Tak się wtedy bałem, że ja uciekłem. Wracałem do domu i powiedziałem mamie: „Mamo ty będziesz miała kontakt, daj mi znać, co z tym chłopakiem dalej się stało”. Wszystko oczywiście się skończyło dobrze. Żołądek jego został przeczyszczony i skończył chyba na oddziale odwykowym, nawet chyba do tej pory wiem, że ćpie. Mama mi wtedy powiedziała, że zobaczyłem wtedy przykład w miarę spokojny, bo on by odszedł i on by nawet nie wiedział, że odchodzi, a tak, pójdiesz sobie zobaczyć na oddział odwykowy i zobaczysz, jak ludzie chcą więcej i więcej. I tak moja mama zrobiła ze swoim bratem, który jest 18 lat, 20 lat młodszy od niej. Tak samo zrobiła. Też zabrała go na oddział odwykowy, ale wtedy były inne narkotyki były popularne. Według mnie to bardzo dobra lekcja, żeby zobaczyć, jak dana osoba może funkcjonować i żeby oduczyć jej danych nawyków. (...) Mama mnie zabrała na oddział odwykowy w (...), gdzie o godzinie 23:00 ludzie musieli być przypinani do łóżka, bo starali się wziąć jakąś dawkę heroiny, kokainy, ekstazy czy tam co brali. **Patrzenie jak dana osoba musiała wyglądać to ten widok tak mocno odrzuca od siebie.**

Diagram 6. Schemat dobrze przeprowadzonej interwencji



Diagram 7. Interwencja osoby trzeciej w działanie względem ciała (przykład Weroniki)

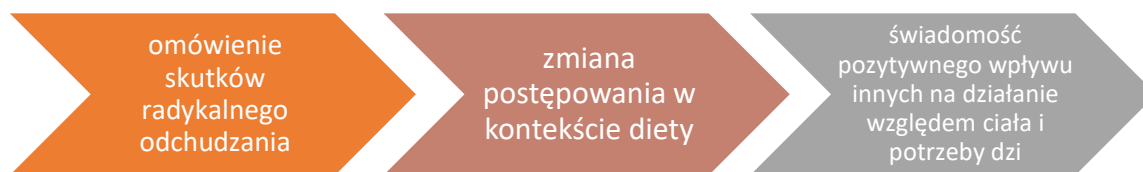
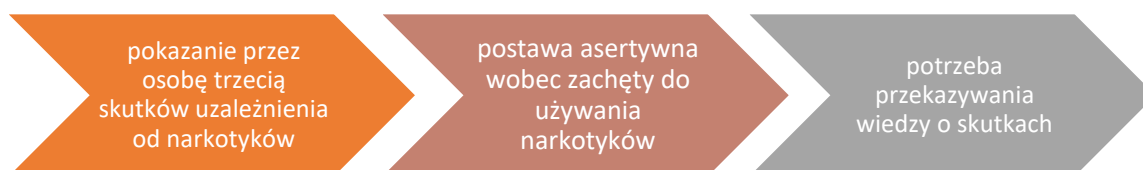


Diagram 8. Interwencja osoby trzeciej w działanie względem ciała (przykład Piotra)



Choć historie dotyczą dwóch różnych zagadnień: zaburzeń odżywiania i dorastania w świecie powszechnego dostępu do narkotyków, zadziałał taki sam schemat. Interwencja osoby trzeciej w wybór względem ciała polegała na pokazaniu skutków zachowania ryzykownego. Intencje osób trzecich były dla uczestników badań jasne. Weronika miała zaufanie do lekarki, bo przez wzgląd na zawód lekarza mogła przypuszczać, że to co do niej mówi, powodowane jest troską o jej zdrowie. Intencje mamy Piotra również były zrozumiałe dla niego samego – wiedział, że matka chce, aby widok cierpiących wywołał w synu trwałe postanowienie, że nigdy nie chce doprowadzić siebie do takiego stanu. W obu przypadkach zaangażowanie osób trzecich w działanie i postawę względem ciała odniosło skutek pozytywny. Weronika i Piotr są świadomi wpływu, jaki wywarła na nich troska innych wyrażona w czynach. Poprzez słowa Piotra przebija się wdzięczność za otrzymane wychowanie i świadomość, że działanie rodziców jest dla niego czynnikiem chroniącym. Weronika z kolei zauważa, że inne dziewczyny też mogłyby się uchronić przed zaburzeniami odżywiania, gdyby było im to „tłumaczone”, czyli gdyby wiedza na ten temat była przekazywana w odpowiedni sposób czy może – przez odpowiednie osoby.

Piotr: No i oczywiście ja mogę powiedzieć od siebie, że ja widziałem już nieraz w życiu kokainę, ekstazy. Ja bym mógł to powiedzieć szczerze, ale nigdy by mnie nie kusilo, żeby to wziąć, bo ja wiem jak osoba kończy jak to bierze. I to jest po prostu straszne. Co do używek to uważam że tutaj rodzice mnie wychowali w 100% dobrze.

(...) Sądę że moi rodzice zrobili bardzo dobry mur, sitko, gdzie ja potrafię przepuścić, zostawić te złe rzeczy, żeby poszły sobie dalej i mnie nie interesowały.

Weronika: I wtedy ja miałam takie coś w głowie, że po co mam jeść, jak ja w ogóle głodna nie jestem i to był bardzo duży błąd, ale mi się wydaje, że to też przez to, że nikt tego nie tłumaczy. Dziewczyna taka młoda nie wie, że ona robi coś złe, a potem to się pogłębia. Jednak wiem, że trudno mieć tę wiedzę jako mała dziewczynka, ale... to jest od niewiedzy. Jednak powinna mieć tę wiedzę.

Okazuje się, że ingerencja osoby trzeciej w wybór względem ciała jest skuteczną formą pomocy, jeśli występuje pomiędzy osobami zaufanie. Zaangażowanie w czyjś wybór jest podyktowane troską o drugiego człowieka. Odbywa się to przy udziale konkretnej wiedzy (np. medycznej) lub przy użyciu odpowiednich środków (np. odwiedziny na oddziale odwykowym). Wówczas wiedzę zdobywa się przez doświadczenie, a to najlepszy i najtrwalszy rodzaj nauki.

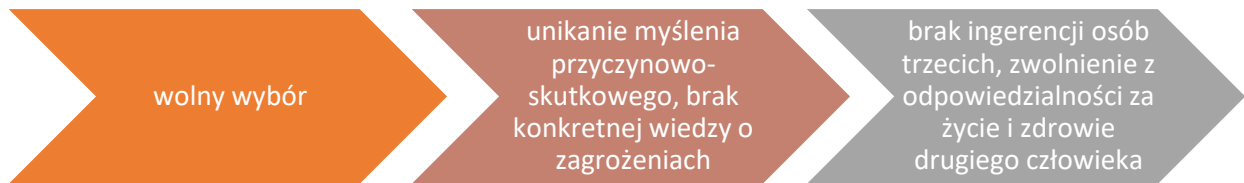
Nota 10: Interwencja osób trzecich a wolność wyboru

Analizując zebrane dane i przedstawione noty badawcze odkryłam, że schemat działania i myślenia młodzieży jest zależny od **rodzaju działania względem ciała i posiadanej w tym obszarze wiedzy bądź przekonań**. Doświadczenie pozytywnych skutków ingerencji osób trzecich nie gwarantuje powielania takiego schematu myślenia i postępowania względem innych rodzajów działań względem ciała. Ten brak zależności można wskazać właśnie wykorzystując przykład Piotra i Weroniki, którzy mając za sobą doświadczenie pozytywnych skutków zaangażowania innych w ich życie i wybory (nota 9), sami nie odczuwają potrzeby zatroszczenia się o osoby, które są narażone na częsty kontakt z pornografią (nota 8).

Tak wyglądał schemat myślenia i działania w przykładzie z zaburzeniami odżywiania i narkotykami. W obu przypadkach zaangażowanie osób trzecich w przekazanie wiedzy nie wyklucza wolnego wyboru człowieka, ale daje mu pełny obraz konsekwencji. Rozmowa o tym, czy nawet „przekonywanie” za pomocą logicznych argumentów nie było tutaj rozpoznane przez respondentów jako zakłócenie prawa do życia własnym życiem. To od nich ostatecznie zależało, jaką podjęli decyzję po przyswojeniu argumentów „za i przeciw”.

Na podstawie wypowiedzi Weroniki („niech każdy sobie robi, co chce, byleby po prostu nie przeszkadzał innym. Więc jak ktoś sobie to ogląda to niech sobie to ogląda, bo to jest jego życie, on później będzie z tego rozliczany, że nie zrobił nic sensownego, że nie zajmował się rzeczami, którymi powinien się zajmować, ale to tak naprawdę nie jest mój problem”) schemat działania i myślenia w kontekście pornografii wygląda następująco:

Diagram 9. Schemat myślenia i działania w obszarze pornografii

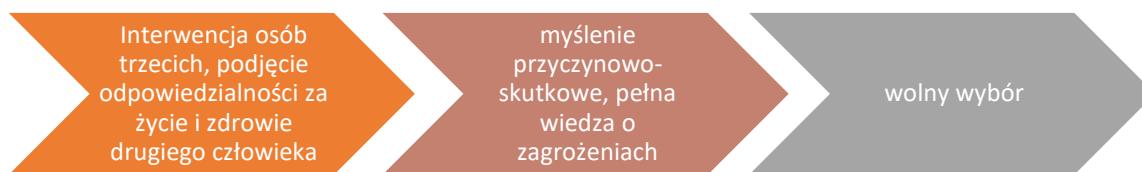


Ten schemat mógłby wyglądać tak samo w przypadku zaburzeń odżywiania i używania narkotyków, gdyby zamienić słowa klucze w wypowiedzi Weroniki:

- 1) „niech każdy **odchudza** się, **jak** chce, byleby po prostu nie przeszkadzał innym. Więc jak ktoś **się głodzi to niech się głodzi**, bo to jest jego życie, on później będzie z tego rozliczany, że nie zrobił nic sensownego, że nie zajmował się rzeczami, którymi powinien się zajmować, ale to tak naprawdę nie jest mój problem”
- 2) „niech każdy **bierze narkotyki, jeśli** chce, byleby po prostu nie przeszkadzał innym. Więc jak ktoś **zażywa narkotyki to niech zażywa**, bo to jest jego życie, on później będzie z tego rozliczany, że nie zrobił nic sensownego, że nie zajmował się rzeczami, którymi powinien się zajmować, ale to tak naprawdę nie jest mój problem”

Stosuję ten zabieg celowo, aby unaocznić, że powyższy schemat działania i myślenia przynosi szkodę człowiekowi, ponieważ nie daje przestrzeni na zdobycie wiedzy i podjęcie decyzji z uwzględnieniem konsekwencji, jaki dany wybór rzuci na całe życie bądź zdrowie człowieka. Gdyby mama Piotra i lekarka Weroniki zastosowałyby myślenie z powyższego przykładu, Weronika i Piotr pozbawiliby się czynnika chroniącego przed popadnięciem w zachowanie ryzykowne. Okazuje się, że pozytywny skutek na zdrowie i życie jednostki odnosi inny schemat działania i myślenia, zobrazowany na poniższym diagramie.

Diagram 10. Schemat myślenia i działania w obszarze zaburzeń odżywiania i zażywania narkotyków



Tak wyglądał schemat myślenia i działania w przykładzie z zaburzeniami odżywiania i narkotykami (nota 9). W obu przypadkach zaangażowanie osób trzecich w przekazanie wiedzy nie wyklucza wolnego wyboru człowieka, ale daje mu pełny obraz konsekwencji. Rozmowa o tym, czy nawet „przekonywanie” za pomocą logicznych argumentów nie było tutaj rozpoznane przez respondentów jako zakłócenie prawa do życia własnym życiem. To od nich ostatecznie zależało, jaką podjęli decyzję po przyswojeniu argumentów „za i przeciw”.

Te dwa schematy różnią się odwróconą kolejnością „wolnego wyboru”, ale też są odmienne w skutkach. Skutków schematu drugiego respondenci doświadczyli sami i w ich ocenie osoby trzecie odegrały pozytywną rolę w dokonywanych przez nich wyborach. Dlaczego respondenci nie stosują takiego samego schematu myślenia i działania w innych obszarach dotyczących ciała, skoro sami doświadczyli pozytywnych skutków z powodu zaangażowania osób trzecich w ich życie?⁷

Wyszczególnić można kilka rzeczy, które prawdopodobnie mają na to wpływ: 1) narracja w świecie mediów o priorytecie wolności człowieka, 2) brak rzetelnej wiedzy w tematach, które są traktowane jako tematy tabu, 3) unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego, a w związku z tym odejście od odpowiedzialności za drugiego człowieka.

Nota 11: Postrzeganie świata przez respondentów

W trakcie wywiadów padały liczne spostrzeżenia młodzieży na temat świata. Niektóre z nich były bardzo dla mnie ciekawe, odkrywcze i inspirujące, dlatego postanowiłam kilka z nich wyszczególnić.

Weronika podjęła temat małomiasteczkowego myślenia w odniesieniu do mentalności ludzi z dużych miast. Ma ona okazję analizować w rodzinie zachowania i postawy wynikające z miasta pochodzenia. Respondentka znajduje zrozumienie u swojej mamy, która wychowała

⁷ Poszerzona refleksja na ten temat znajduje się w rozdziale 8.

się w dużym mieście i nie boi się wyzwań, jest na nie otwarta. Weronice w otwarciu się na nowe pomogło czytanie rozwojowych książek.

Weronika: Z tatą nie mam takich luźnych relacji, bardziej z mamą. Może też dlatego, że mój tata pochodzi ze wsi i ja zauważyłam, że... On ma tak ograniczone swoje myślenie, że według niego mam siedzieć, uczyć się i nic więcej nie robić. **Dla niego każdy krok w przód jest takim zagrożeniem**, że „po co masz to robić, jak masz tutaj dobrze, po co ci więcej?”. A moja mama jest z Wrocławia. Ona się przeprowadziła za tatą do małego miasta. I ona mnie rozumie, że ja chcę więcej poznawać i z nią mogę o wszystkim porozmawiać, to jest taka moja przyjaciółka, ale z tatą no kocham go, ale mu za dużo rzeczy nie mówię, bo... ja wiem, że on jest nerwowy i lepiej mu za dużo rzeczy nie mówić. (...) A tak człowiek z małego miasta to też się tak wstydzi, jest trochę zamknięty, nie wie co mu wolno, co nie wolno. Ma takie zasady w sobie, ograniczenia. Też miałam takie ograniczenia, ale właśnie zaczęłam czytać te książki. I też dużo mi dało, że przyjechałam do dużego miasta tak naprawdę i zauważyłam to, że ludzie tutaj są bardziej otwarci i mniej się przejmują opinią innych. Są tacy... bardziej towarzyscy, żywi, nie boją się czegoś powiedzieć na głos. W małym mieście to tak nie jest, to tak toksycznie jest trochę. Ludzie plotkują, siedzą w małych grupkach. Każdy ma kogoś, ale to są małe grupki i tak plotkują ze sobą. **Mało tam ludzi mi się wydaje spełnia swoje marzenia, a ci którzy chcą spełniać swoje marzenia to zazwyczaj wyjeżdżają.** Takie mam wrażenie. (...) Przeprowadziłam się do dużego miasta i to był dla mnie taki szok, bo to miasto jest piękne. Dużo kawiarni, dużo ludzi, każdy ma jakąś pasję i to nie jest tak jak w małym miasteczku. Tutaj właśnie odkryłam tą pasję, jaką jest ta siłownia i taki zdrowy styl życia. Pomogły mi też te książki, co czytałam, o tym rozwoju mentalnym i w ogóle. To mi pomogło być pewnym siebie, bo jednak pojechałam do tego Wrocławia. Niby to nie jest nic takiego, ale ja kiedyś byłam taka, że ja się bałam takich rzeczy. **Wolałam stać w miejscu w rzeczach takich, które znalazłam i nie chciałam iść w przód, a te książki mnie nauczyły trochę takiego szukania tego miejsca na ziemi, robienia to co ja chcę.** (...) Zauważyłam, że ludzie sztucznie chcą mieć jak najwięcej przyjaciół. I to nie jest też takie dobre, bo ludzie próbują się dostosować, żeby być lubianym, a dla mnie powinni żyć **po prostu swoim życiem**, a tacy wartościowi ludzie, którzy pasują do ich życia sami się znajdują.

Weronika zwróciła uwagę na różnicę w podejściu do życia i wyzwań spowodowaną pochodzeniem. Wydaje mi się to bardzo trafnym spostrzeżeniem. Obserwuję to w swoim otoczeniu, że podejście „po co się starać, jak jest ci tu dobrze” dominuje właśnie na wioskach. Jednocześnie brak podążania w kierunku rozwoju czyni życie po jakimś czasie nudnym i przewidywalnym, a jedyną opcją na urozmaicenie go sobie jest zajęcie się życiem kogoś innego. Toksyczność, o której mówi Weronika, polega właśnie na większym zaangażowaniu w śledzenie życia innych osób niż na trosce i zadbaniu o swoje życie. Często zamykanie przed sobą dróg wynika z lęku przed tym, co nieznanne.

Z kolei ze sposobu postrzegania świata przez Piotra na uwagę zasługuje jego definiowanie przyjaźni. Okazuje się, że nazewnictwo zaczerpnięte z wychowania odzwierciedla jego silne więzi z bliskimi osobami.

Piotr: Nie mam takich osób, których określam przyjaciółmi. **Jestem nauczony, że ma się braci i siostry.** Jeśli wiem, że ktoś... na przykład, dobre jest przysłowie „Najlepszych przyjaciół poznaje się w biedzie” to naprawdę przejrzałem na własnej skórze, kto jest wartościowy dla mnie. Mogłem wtedy zobaczyć, kto dla mnie jest bratem lub siostrą. Mogę powiedzieć taki przykład. Mam taką siostrę, czyli inaczej mówiąc taką bardzo dobrą przyjaciółkę, która żyje już ze mną od szóstego roku życia, czyli już dwanaście lat. Myśmy się razem wychowywali w tej samej okolicy. Mieszka tu do tej pory. Jeśli coś jej potrzeba, może do mnie zadzwonić pierwsza, druga w nocy, i ona wie, że ja wyjdę i wszystko dla niej zrobię, tak samo jak ona dla mnie. Ja tak nazywam osobę, że jeśli dana osoba jest w stanie coś mi oddać, nie mówię że przyjaźń to jest oddawanie sobie czegoś nawzajem, ale chodzi mi o to, że **oddanie części siebie, zaufanie, wszystko co jest związane z tym – to ja wtedy mogę nazwać taką osobę siostrą**, bo wiem że ta siostra potrafi wszystko dla mnie zrobić, ja potrafię wszystko dla niej zrobić, ale i tak tworzymy tak super duet, że tego nic nie powstrzyma. Ile razy żeśmy mieli problemy, że np. ja wyjechałem do tego Wrocławia, my żeśmy się nie widzieli raz przez pół roku. Ale po tym pół roku jak się zobaczyliśmy nawzajem to oboje przylecieliśmy i moja przyjaciółka czy tam moja siostra jest mi do klatki piersiowej to jak ja ją złapałem to oboje żeśmy się poryczeli, żeśmy mogli się zobaczyć i to jest tak piękne i dlatego ja jak wiem, że gdy kogoś mogę nazwać przyjacielem, czyli dla mnie bratem to to nie jest jak mówienie, że mi brakuje brata lub siostry. To jest bardziej kwalifikowanie tego, że ja komuś coś mogę oddać, moje zaufanie, wszystko, tak jak własnemu bratu. Dlatego ja tak klasyfikuję ludzi.

Prawdziwi przyjaciele, których Piotr określa mianem sióstr i braci to osoby godne zaufania, które towarzyszą mu w trudnych momentach i może na nich liczyć mimo upływu czasu i dzielącej ich odległości. Umiejętność poświęcania się stanowi dla niego wyznacznik przyjaźni. Relacja jest dwustronna, na wsparcie może liczyć jedna i druga strona. Nazewnictwo, jak i samo rozumienie znaczenia słowa „przyjaźń” wynika z tego, że w procesie wychowania nie zabrakło troski i zaangażowania, dlatego łatwiej jest tworzyć silne relacje z innymi osobami zgodnie z zasadą „nie możesz dać komuś czegoś, czego sam nie dostałeś”. Takie dojrzałe podejście do tworzenia relacji jest dobrym fundamentem na przyszłość.

W wywiadzie z Oliwią wywiązał się wątek możliwości wprowadzenia nowego przedmiotu w szkole, na którym przekazywano by wiedzę o komunikacji międzyludzkiej. Na zadane pytanie: „Czy potrzebny według ciebie byłby taki przedmiot, aby otwierać drugiego człowieka na rozmowę o tym, co trudne?” uzyskałam bardzo mądrą odpowiedź.

Oliwia: Ja bardziej skupiłabym się na tym, jak powinno się rozmawiać, niż jak ktoś powinien się otworzyć, bo jak ktoś stwierdzi, że OK, muszę się otworzyć i to robi to jest inna sprawa, ale on musi to sam stwierdzić, że tego chce i potrzebuje. Nie da się do tego zmusić. Ciężko będzie go namówić. Mówienie „Wszystko będzie dobrze”, „Rozumiem cię” – to ja jak to mówię, mam dobre chęci, ale ktoś, słysząc to, od razu może stwierdzić, że ja tego nie rozumiem, co ktoś czuje. Takie osoby też mogą nie być w stanie wyrazić tego, co naprawdę czują. Ktoś może to odebrać, że to co mówi to jest błaha sprawa. Także ja uważam, że ludzi powinno się bardziej uczyć, jak słuchać i co odpowiadać.

Z wypowiedzi Oliwii przebija się empatia. Słuchanie ze zrozumieniem przedstawia jako coś ważniejszego od samego mówienia o tym, co trudne. Jedno może ułatwiać drugie, ale właśnie kolejność jest tu kluczowa. Słuchanie ze zrozumieniem musi poprzedzić naukę mówienia o emocjach, ponieważ buduje zaufanie i poczucie bezpieczeństwa wśród rozmówców. Inteligencja emocjonalna respondentki pozytywnie mnie zaskoczyła i dodała kolejny punktik do mojej prywatnej listy „Czego nauczyłam się od młodzieży podczas wywiadów?”.

Nota 12: Indywidualne potrzeby i potrzeby społeczności szkolnej w kontekście projektu dla młodzieży

Uczestnicy wywiadów brali udział w projekcie MłodeTalenty.online, więc otrzymywali co tydzień newsletter z treściami projektu. W związku z tym mogłam zapytać o wskazówki techniczne, których wprowadzenie uatrakcyjniłoby przekaz medialny; o tematy, które byłyby przydatne dla ich indywidualnego rozwoju oraz o ich zdanie, jakie są największe potrzeby ich społeczności rówieśniczej.

Oliwia: Zdecydowanie myślę, że lubię, jak coś się dzieje. Czyli na przykład jak film jest jeden i jest jeden obrazek i przez dwadzieścia minut muszę oglądać film i nic się nie dzieje na tym obrazku to jednak człowiek się nie skupia nad tym do końca. Jak coś się dzieje, coś obrazowego to jest lepiej, szczególnie dla wzrokowców. (...) myślę, że długość nie gra takiej dużej roli. Chociaż jak ktoś nagrywa filmik 30 minutowy a to nie jest film jak w kinie czy na netflixie to już musi z sensem, ciekawie mówić. Bo jak tak nie jest to już się tego nie chce słuchać.

Weronika: Ogólnie to... Dla mnie to młodetalenty to jest bardzo fajny portal, ale ja bym zaczęła na Instagramie i tam bym zalinkowała w życiorysie... bo tam jest taki życiorys jak się wchodzi i ludzie to widzą jak wchodzi na profil i tam bym dała linka do konta na youtube. Dużo ludzi nie wyszukuje na youtube różnych rzeczy, oni najpierw to znajdują na Instagramie, bo sobie przeglądają tą tablicę i jak im się to spodoba to dopiero patrzą: „o, ta stronka ma kanał na youtube. Zobaczmy, co dodaje”. Tak samo jest z tymi dziewczynami, one najpierw zdobyły popularność na IG, potem stworzyły kanał na YT i stamtąd dużo ludzi do nich poszło. Ja chyba bym tak

zaczęła. Teraz bardzo dużo ludzi siedzi na IG, więc ja bym stworzyła tam konto i raz na trzy dni dodawała jakiś post związany z młodymi talentami. Może to być jakiś artykuł naukowy, jakieś takie porady życiowe, coś takiego i tam by trzeba było się trochę wypromować. Jakoś tak żeby ludzie to zauważyli, bo ogólnie pomysł bardzo fajny, tylko... jak mówię, Internet jest przesycony tym wszystkim i żeby się wybić to najpierw trzeba się postarać, żeby samemu zdobyć tych obserwujących. No to ja bym zrobiła coś takiego, ale ja bym dodała do tego filmiku jakieś zdjęcia, żeby wzrok to widział. Niektórzy są tacy, że mogą słuchać, ale chcą też oglądać. Na YT się wchodzi po to, żeby oglądać. Ja bym to zmieniła, żeby oczy się nasyciły tym.

Piotr: Trochę zastanawiało mnie, nawet do tej pory też nie rozumiem po Pani wiadomości, co to jest ten wskaźnik koherencji, ale powiem tak: wskazówki analizowałem. Procentowo trafne w około 70-80, są zrozumiałe. Te wskazówki są dobre, ale mogłyby być trochę w luźniejszym języku napisane, a nie takim oficjalnym.

Uczestnicy projektu mówili otwarcie o tym, że powinno się dziać więcej na filmikach, aby odbiorca mógł zatrzymać uwagę na dłużej. Wskazana została potrzeba rozpropagowania projektu na Instagramie, ponieważ taka praktyka jest aktualnie najbardziej skutecznym sposobem dotarcia do młodzieży. W przekazie medialnym projektu MłodeTalenty.online używany miejscami język oficjalny był niezrozumiały dla młodych odbiorców i aby zaszła interakcja, wymagana byłaby zmiana stylu wypowiedzi na potoczny. Jeśli chodzi o uzyskane po eksperymencie wskazówki do rozwoju to uczniowie ich trafność oceniają wysoko. U Weroniki wiadomość z wynikami spowodowała refleksję nad poczuciem sensowności w jej życiu i jej przemyślenia przy porannej kawie bardzo mnie ucieszyły jako twórcę projektu.

Zapytałam też o indywidualne preferencje respondentów: Co musiałyby się znaleźć na portalu, aby było pomocne w rozwoju tego, w czym chcesz się rozwijać?

Oliwia: Myślę, że warto byłoby, aby wypowiadały się osoby, których interesuje to, co mnie. Nie tylko mówi to jedna osoba, która przeczytała to w książkach i o tym wie, tylko gdzieś tam osoba, która jest z tym stricte związana, czyli jak np. ktoś umie gotować to wypowiada się na ten temat kucharz, który ma jakieś pojęcie o tym, bo jak nie masz pojęcia o gotowaniu i dostaniesz książkę to nie ugotujesz przepysznego posiłku. To po pierwsze. Spotkania w formie, żeby można się było na żywo spotkać i żeby była grupa, kategoria, niech będzie „gotowanie” i co jakiś czas spotykacie się razem i coś razem gotujecie i przekazujecie sobie wspólnie przepisy. (...) Jeszcze gotowanie na żywo to jest dobry pomysł. U siebie miałam taki webinar z robienia chleba i wszyscy się spotykają i robią na żywo i to jest takie fajne. To było przed komputerem w pandemii, ale ktoś pokazywał i każdy robił sam w tym samym czasie.

Weronika: Ja aktualnie teraz bardzo dużo filmików szukam, które pokazują technikę różnych rzeczy, bo mi to jest przydatne.

Piotr: Ja nigdy nie szukałem takich portali, bo ja miałem trenerów, psychologów, którzy byli na bieżąco wokół mnie, a jak szukałem jakiś informacji na dany temat to było bardziej pisanie frazy jakiejś rzeczy którą szukałem i wpisanie jej w wyszukiwarkę. (...) Ja tutaj miałbym problem, żeby powiedzieć, co by mnie interesowało, bo nie mam takich rzeczy, a jak czegoś akurat szukam to mówię Pani to są rzadko rzeczy, których ja szukam. Jeśli są związane z robotą, czy tam regułki, które muszę się nauczyć do pracy. Uczę się tego, zapamiętuję i tyle.

Wypowiedź Oliwii przedstawia bardzo interesującą propozycję wykorzystania nowoczesnych mediów do rozwoju pasji młodzieży. Pomysł z gotowaniem online, dzieleniem się przepisami i spotkaniami na żywo z ludźmi o tych samych zainteresowaniach to pomysł, nad którym warto się pochylić i przy użyciu odpowiednich środków finansowych zrealizować. Na tej samej zasadzie mogłyby się odbywać instruktaż ćwiczeń fizycznych, z którego chętnie skorzystałaby Weronika. Wypowiedź Piotra dołączam jako potwierdzenie tego, że nie każdy odczuwa potrzebę rozwijania zainteresowań za pośrednictwem Internetu. Wiadomo więc, że nie do każdego przekaz medialny trafi i zostanie wykorzystany z korzyścią dla odbiorcy.

Wypowiedzi dotyczące potrzeb społeczności rówieśniczej pokrywały się ze sobą. Wynika z nich, że największą potrzebą młodzieży jest człowiek – budzący zaufanie, wspierający, słuchający i nieoceniający.

Oliwia: Wydaje mi się, że **bardzo ważna jest rozmowa z człowiekiem, że jak ktoś ma jakąś potrzebę to powinien z osobą, która ma moc zmiany czegoś, móc porozmawiać, a nie trzymać to w sobie i być złym, że nie może czegoś zmienić.** Ale też jeśli chodzi o wpływ młodych ludzi na to, co mogą zmienić to wydaje mi się, że starsze pokolenie nie do końca czasem, nie mówię że zawsze, ale czasem nie może dopuścić do siebie myśli, że to młode pokolenie coś wniesie. I ono ma coraz większy wpływ na to, co się teraz dzieje i ... **Oni z zupełnie innej perspektywy patrzą na świat i mają czasem naprawdę genialne pomysły i warto ich posłuchać i to słuchanie z taką otwartością niezależnie od tego, czy ten pomysł będzie dobry, czy zły to choćby wypowiedzenie tego i choćby ten średni pomysł po przedyskutowaniu w grupie uda się tak przepracować, żeby był lepszy i się przydał.** [Czy właśnie w szkole jest pedagog, psycholog szkolny, który potrafi słuchać i uczniowie nie baliby się pójść do niego w razie jakiejś potrzeby?] W mojej szkole na pewno są psychologodzy i pedagogodzy. Znam niektóre panie z wycieczek, pan też jest. Raczej wydają się bardzo otwarci, bardzo mili. Ja bym miała problem przed otwarciem się, ale wydaje mi się, że są osoby, u których można, jeżeli masz problem i masz odwagę i powierzysz swoją sprawę to jest osoba, która jest w stanie pomóc. To są młode osoby i to też nie jest jedna osoba, więc możesz poprosić, że chcesz akurat do tej czy do pana, więc wydaje mi się, że raczej tak...

Weronika: Potrzeba młodzieży... [po dłuższej chwili] Ja myślę, że każdy musi mieć jakieś wsparcie. To jest chyba taką największą potrzebą, nawet jak ktoś będzie zawzięty to wsparcie dużo pomaga. Jest dużo młodzieży, co nie odkryła swoich pasji, marzeń, a takie wsparcie też może pomóc drugiej osobie w takich rzeczach. Dużo

ludzi nie ma takiego wsparcia i popada w jakieś depresje. Każdemu potrzebna jest pomoc, moim zdaniem. Nikt nie może się zamknąć i żyć sam. Jednak to wsparcie jest konieczne nawet od jednej osoby, ale to jest potrzebne. Wsparcie.

Piotr: Choćby nawet powiedziałbym, że w 100% integracja. Były te ograniczenia. Ja się widziałem z niektórymi znajomymi raz na miesiąc, raz na dwa miesiące. Teraz aż dziwnie wrócić po roku przerwy, gdzie się nie widziało kogoś, tylko przez kamerkę. Tego naprawdę brakuje, nawet wyjść z kimś na soczek. To jest naprawdę coś, czego większości osób brakuje.

Słuchać i być blisko. Wspierać w potrzebie i otworzyć uszy na głos młodzieży, który może wnieść nową jakość. Czyżby to była recepta na zbudowanie mostu dorosły – nastolatek? Okazuje się, że wspierająca relacja z drugim człowiekiem jest tym, czego najbardziej potrzebuje człowiek, bez względu na wiek. Media mogą jedynie pośredniczyć w kontakcie, ale kontaktu z żywym człowiekiem nie zastąpią.

6.2. Obserwacje

Mimo przygotowanego schematu pytań rozmowa z respondentami toczyła się swobodnie i to dało przestrzeń na liczne dygresje w kierunku tematów najbliższych uczniom. Okazało się, że w zależności od osoby i jej doświadczeń, rozmowa koncentrowała się wokół danego zagadnienia. W wywiadzie z Oliwią najwięcej uwagi poświęciliśmy sferze seksualnej człowieka. Na te tematy odpowiadała szerzej i bardziej pewnie niż pozostali respondenci. Weronika najgłębiej weszła w temat mediów, gdyż sama jest ich aktywnym twórcą na Instagramie, ale też dlatego, że jej historia życia wiąże się z niebezpieczeństwami, jakie grożą ze strony mediów. W przypadku Piotra najwięcej treści dotyczyło rodziny oraz życia w otoczeniu używek. Nastolatek w wielu miejscach podkreślał, że jego środowisko składa się z dwóch skrajności – od środowisk patologicznych po środowisko nowobogackie, w którym nie brak niczego pod względem finansowym. W jego świecie zażywanie narkotyków jest zjawiskiem wszechobecnym. W rozmowie pojawiła się sugestia i wyrażenie przekonania, że świat młodzieży to świat odzwierciedlony w utworze rapera Mate „Patointeligencja”. Tę tezę udało się zweryfikować w innych wywiadach, gdzie środowisko lokalne zupełnie nie sprzyja zażywaniu narkotyków. Pozostali respondenci twierdzili, że dużą rolę odgrywa tu rodzaj szkoły i towarzystwo rówieśnicze, a także własny plan na życie, w którego realizacji przeszkadzają używki. **Obserwacja, że świat nastolatka różni się w zależności od kontekstu kulturowego**

i społecznego, potwierdza zasadność tworzenia teorii dotyczących ujednostkowionych przypadków. Tworzenie teorii jest możliwe przy szczegółowym zapoznaniu się z kontekstem, w jakim występuje dane zjawisko i teorie dotyczące mikroświatów nie mogą być przekładane na makroświaty, jeśli teoria nie jest sprawdzona w różnorodnych warunkach.

Podczas wywiadów nie tylko słowa mają znaczenie, ale również to, co nie zostało wypowiedziane. Można było zauważyć po reakcjach respondentów, które tematy są mniej wygodne, które są tematami tabu, a o których respondenci nie mają wiedzy. Zmiana tematu bez udzielania konkretnej odpowiedzi najczęściej pojawiała się przy pytaniach związanych ze sferą seksualną człowieka. Zawstydzienie i skrępowanie towarzyszyło tematowi pornografii, z kolei temat transseksualizmu albo był kwitowany do sformułowań typu „ja się tym nie interesuję”, albo wręcz przeciwnie, rozpoczynał wypowiedź pełną argumentów. Dla mnie najciekawszą obserwacją było wychwycenie w momencie odsłuchiwania wywiadu zdania: „ja jestem w 100% osobą transseksualną”. Zdanie to było wypowiedziane tak szybko, że w trakcie spotkania tego nie wychwyciłam, a i przy odsłuchiwaniu kilkakrotnie musiałam odtwarzać ten fragment, by usłyszeć i zapisać poprawnie każde słowo. Wówczas stało się dla mnie jasne, że wyznanie tego typu nie należało do najłatwiejszych i forma wypowiedzenia go miała swoje odzwierciedlenie w przeżywanych w związku z tym emocjach. Gdybym usłyszała to bardzo ważne zwierzenie na spotkaniu, z pewnością chciałabym o nim porozmawiać szerzej. Tymczasem temat urwał się bardzo szybko. **Ta obserwacja pokazuje, że badacz zbada tylko ten obszar, do którego osoba badana udzieli mu dostępu.** Pełny obraz sytuacji i czynników wiąże się zatem z gotowością osób badanych do podzielenia się swoim światem. **Analiza zapisanych wypowiedzi, choćby najstaranniej wykonana i przy użyciu najlepszych metod, wciąż pozostaje ograniczona i zależna od zaufania, jakie badacz zdąży wzbudzić u swojego rozmówcy.**

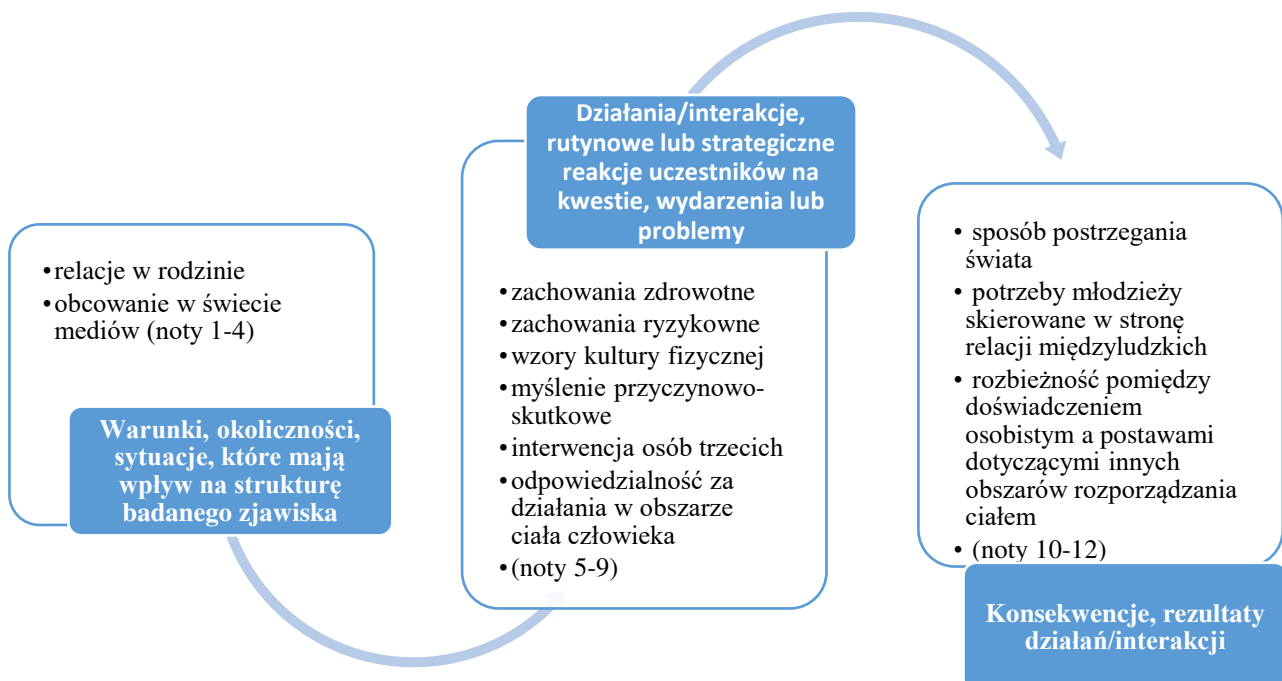
6.3. Integrowanie danych

Na początku zakładałam większą ilość uczestników wywiadów, ale okazało się, że wywiady z uczniami obfitują w takie bogactwo treściowe, że zebrane dane okazały się wystarczające na potrzeby tej pracy. Choć to oczywiste, że każdy badacz dąży do tego, aby uwiarygodnić, że „nasycił” kategorie (Charmaz 2009, s.147), obiorę strategię obrony poprzez naukowe wyjaśnienie, że prawdziwie nasycenie jest utopią, natomiast bardziej trafnym określeniem jest „sugerowanie” kategorii.

Dey kwestionuje pojęcie nasycenia pod dwoma względami: znaczenia terminu „nasycenie” oraz jego konsekwencji. Po pierwsze, wskazuje on na fakt, że w teorii ugruntowanej powstają kategorie w wyniku częściowego – a nie wyczerpującego – kodowania. Dey postrzega termin „nasycenie” jako „kolejną niefortunną metaforę” ze względu na jego nieprecyzyjne zastosowanie. Jego zdaniem termin ten jest sprzeczny z procedurą, która mówi, iż należy „powstrzymać się od kodowania wszystkich danych” i polegać na „przypuszczeniach” badacza odnośnie do nasycenia własności kategorii. Krótko mówiąc, nie można stworzyć dowodów na poparcie owych przypuszczeń bez podjęcia działania. Dey twierdzi, że dane nie tyle powinny nasycać, co „sugerować” kategorie. Zamiast opowiadać się za potrzebą nasycenia, preferuje on termin „teoretyczna wystarczalność” (s. 257), który jego zdaniem bardziej odpowiada sposobowi, w jaki badacze stosujący metodologię teorii ugruntowanej prowadzą badania (Charmaz 2009, s.149).

Wypowiedzi respondentów traktuję jako ważny, ale z pewnością nie jedyny głos w sprawie. Ważny dlatego, że wypowiedzi tych trojga odważnych nastolatków mogą otworzyć publiczny dyskurs na temat rozporządzania własnym ciałem w odniesieniu do kategorii myślenia przyczynowo-skutkowego. Nie od razu ta kategoria się wyłoniła. Potrzebne było posortowanie not w odpowiedniej kolejności, aby jedna nota w płynny sposób przechodziła w

Diagram 11. Sortowanie i integracja not według kategorii



drugą i żeby ten porządek miał swoje logiczne uzasadnienie. Wykorzystałam typowy podział na warunki, działania i konsekwencje, porządkując tematycznie noty do kategorii głównych.

Diagram obrazuje, że rzeczywistość, w której obcuje młodzież, czyli otoczenie rodzinne i świat wirtualny, w dużym stopniu kształtują postawy wobec ciała. Wychowanie rzutuje na przyjmowanie poszczególnych znaczeń wartości ciała. Z kolei w świecie mediów ciało jest nagminnie wykorzystywane do różnych celów. Mimo że młody człowiek jest świadomy tego, że należy mieć dystans do obrazów umieszczanych w mediach społecznościowych z racji na niską wiarygodność przedstawianych informacji w Internecie, jest podatny na wpływ tych obrazów. Ciągłe spoglądanie na wyidealizowane zdjęcia osób na Instagramie sprzyja wzbudzeniu kompleksów, obniżeniu nastroju, wzmacnia też poczucie zawstydzenia samym sobą w kontaktach na żywo. Może też doprowadzić do problemów na tle psychicznym: do depresji lub zaburzeń odżywiania. W odwróceniu negatywnych skutków działań wobec ciała również potrzebny jest człowiek. Temat relacji międzyludzkich zatacza krąg – relacja wspierająca z bliskimi osobami wspomaga prawidłowy rozwój i wiąże się z późniejszymi wyborami działań względem ciała, ale też posiadanie takiej relacji respondenci wskazują jako największą potrzebę młodzieży.

Analiza związków pomiędzy kategoriami głównymi nie należała do odkrywczych. Dopiero „nasywanie” kategorii przyniosło niespodziewany rezultat badań, który odwrócił bieg moich badań i skierował refleksję naukową na inne tory. Przyjrzałam się osobno poszczególnym rodzajom działania i postaw wobec ciała. Okazało się, że w zależności od rodzaju działania względem ciała, respondenci używają bądź nie myślenia przyczynowo-skutkowego. Rozróżniłam najpierw, w których działaniach względem ciała myślenie przyczynowo-skutkowe zachodzi, w których się go unika, a w których myślenie w kategoriach przyczyny i skutku uznaje się za niechcianą ingerencję. Następnie przyjrzałam się, jakie są konsekwencje odchodzenia od myślenia przyczynowo-skutkowego i porównałam te kategorie z kategorią „interwencja osób trzecich w działanie względem ciała”.

Rycina 6. Konsekwencje myślenia przyczynowo-skutkowego oraz unikania go

	Myślenie przyczynowo-skutkowe	Unikanie myślenia o przyczynach i skutkach	Dezaprobatą dla myślenia przyczynowo-skutkowego
Przykłady z not	Postawa Oliwii wobec współżycia seksualnego <i>Nota: Bardziej chodzi mi o to, że jeśli osoba jest na tyle odpowiedzialna, żeby pójść z kimś do łóżka to jest na tyle odpowiedzialna, żeby wziąć odpowiedzialność za to, że jest w ciąży. Ale aborcja to nie jest dla mnie środek antykoncepcyjny</i>	Postawa Weroniki wobec pornografii <i>Nota : niech każdy sobie robi, co chce, byleby po prostu nie przeszkadzał innym (...)</i>	Postawa Piotra wobec orientacji i tożsamości płciowej <i>Nota: Nie mówi ciągle „bo wiesz, ja jestem gejem”, ale się tym nie chwali i potrafi z tym normalnie żyć to ja potrafię to uszanować, to jest jego decyzja, nie mam z tym żadnego problemu. Jeśli tak ma od początku lub jeśli coś na niego wpłynęło i tak zdecydował to jest to jego decyzja.</i>
Sfera postaw	Pozytywne nastawienie do myślenia przyczynowo-skutkowego	Neutralne nastawienie do myślenia przyczynowo-skutkowego	Negatywne nastawienie do myślenia w kategoriach przyczyn i skutków
Sfera doświadczenia	Podejmowanie odpowiedzialności za konsekwencje swoich działań	Zwolnienie z odpowiedzialności za konsekwencje działania	Poczucie osamotnienia, brak umiejętności rozmowy, zdjęcie z odpowiedzialności za życie i zdrowie drugiego człowieka
Sfera przemyśleń	Przemyślenia dotyczące przyczyn i skutków budują poczucie odpowiedzialności za siebie i innych w kontekście współżycia seksualnego Świadomość, że decyzje dotyczące działania w obszarze ciała dotyczą lub mogą dotyczyć również innych osób.	Przemyślenia dotyczą tylko tej częściowej, niepełnej wiedzy o skutkach korzystania z pornografii. Brak świadomości, że decyzje w tym obszarze działań względem ciała dotyczą lub mogą dotyczyć również innych osób.	Przemyślenia i wiedza o przyczynach i skutkach, chęć przekazania tej wiedzy są postrzegane jako niechciana ingerencja w czyjąś decyzję. Brak świadomości, że decyzje w tym obszarze działań względem ciała dotyczą lub mogą dotyczyć również innych osób.
Konsekwencje	Pełna wiedza o konsekwencjach chroni przed negatywnymi skutkami decyzji/ działań w obszarze ciała (niechcianym rodzicielstwem bądź aborcją).	Niepełna wiedza o konsekwencjach daje społeczne przyzwolenie na powszechny dostęp do pornografii.	Brak wiedzy o przyczynach i skutkach uniemożliwia relację pełną zrozumienia i zamyka refleksję nad konsekwencjami.

Źródło: Opracowanie własne.

Myślenie przyczynowo-skutkowe może nastąpić w wyniku otrzymanego wychowania, przekazu płynącego z ust osób trzecich lub w wyniku pozyskanej innymi sposobami wiedzy. W przypadku Oliwii myślenie przyczynowo-skutkowe dotyczące współżycia seksualnego i związanych z nim konsekwencji zaistniało w towarzystwie treści przyswojonych w domu i na zajęciach WDŻ, ale też niebagatelny wpływ miała osobista refleksja. Wiedza, jakie konsekwencje niesie współżycie (możliwość poczęcia dziecka) pomogła zbudować postawę odpowiedzialności w sferze seksualnej, która przekłada się na zdrowie i życie potencjalnie dwóch lub więcej osób. Przykład pierwszy prowadzi do wniosku, że myślenie przyczynowo-skutkowe ułatwia wzięcie odpowiedzialności za konsekwencje swoich działań w obszarze ciała. Drugi i trzeci przykład obrazuje, że brak myślenia przyczynowo-skutkowego doprowadza do negatywnych skutków. Jakich? Jeden ze skutków udało się odkryć podczas wywiadu z Weroniką.

Weronika: Jest jeden taki przypadek u mnie w klasie i w sumie normalnie jest. Nie mówimy nic o tym, nie poruszamy nawet takiego tematu. Ja jestem generalnie otwarta na te tematy, ale ja nie będę zaczynać tematu, bo on może się czuć niekomfortowo, tak sobie o tym myślę. On jest homoseksualistą i on o tym wie, że ja o tym wiem. Nie zaczynam tematu: „co u twojego chłopaka?”, **bo ja nie wiem, jak on to odbierze, że jakąś obrazę, że ja się z niego wyśmiewam czy ja się o niego troszczę.** Jak on by zaczął temat to co innego. On się tak krępuje.

Przez to, że temat homoseksualizmu jest wciąż tematem tabu, ludzie nie potrafią ze sobą otwarcie rozmawiać, bo nie wiedzą jak to zrobić, aby nie skrzywdzić słowem. Im więcej wiemy na dany temat, tym łatwiej nam zrozumieć, co z czego wynika i mniej boimy się kontaktu z „nieznany”. Lepiej nauczyć się rozmawiać niż uciekać, bo ucieczka od tematu sprawia, że osoby o odmiennej orientacji często borykają się z poczuciem osamotnienia, a ich poczucie nieprzystawalności do świata wzmagają się. Tolerancyjne podejście powinno zakładać właśnie chęć budowania relacji z osobami, które zmagają się z jakimkolwiek problemem – czy to są powszechne dzisiaj u dzieci zaburzenia procesów integracji sensorycznej, czy może zaburzenia na tle tożsamości płciowej. Niebezpiecznym zjawiskiem jest narracja „to jest jego decyzja, jego życie” w jakimkolwiek wymiarze. Dlaczego? Buduje to przekonanie, że nie powinniśmy się interesować innym człowiekiem niż my sami, bo „każdy powinien sam zdecydować o swoim losie”. To zwalnia nas z odpowiedzialności za życie i zdrowie drugiego człowieka. Choć idee wolnościowe są bardzo przekonujące, gdy powtarzane są bez refleksji i używane jako wyłączny argument, obierają człowieka z troski i zaangażowania w pomoc drugiemu tam, gdzie pomoc

jest mu potrzebna. Nierzadko taka interwencja w czyjś wybór jest tym, co pomaga wrócić do pozytywnych zachowań zdrowotnych, czego dowodów dostarczają chociażby historie respondentów (nota 9).

Diagram 12. Konsekwencje interwencji osób trzecich w wybór działania względem ciała

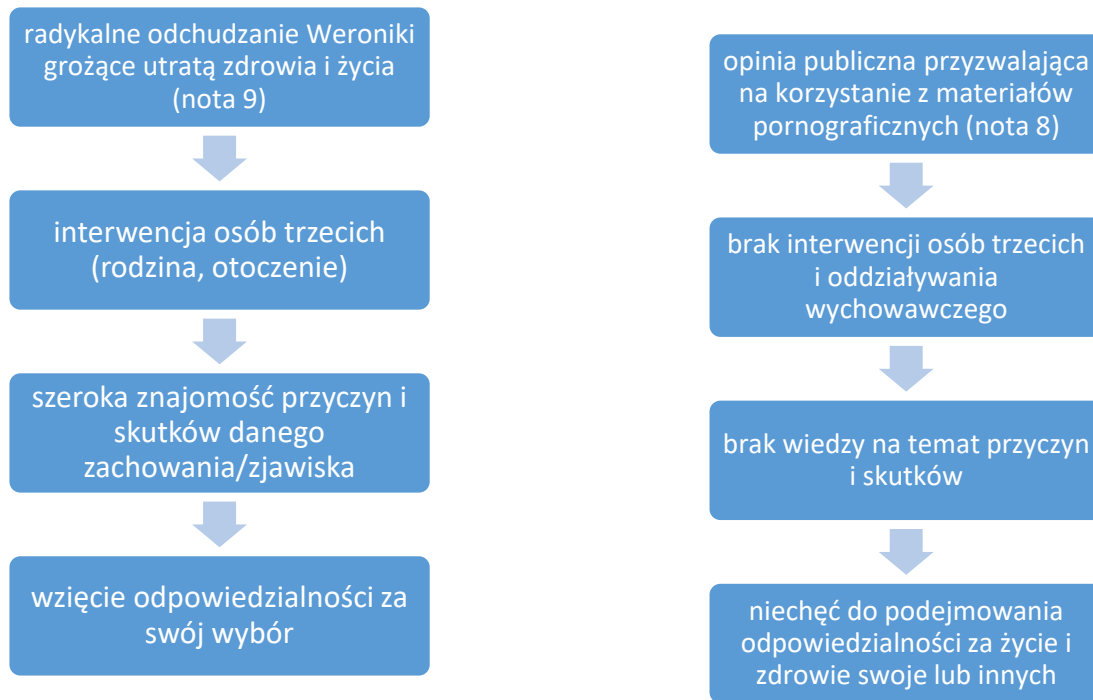
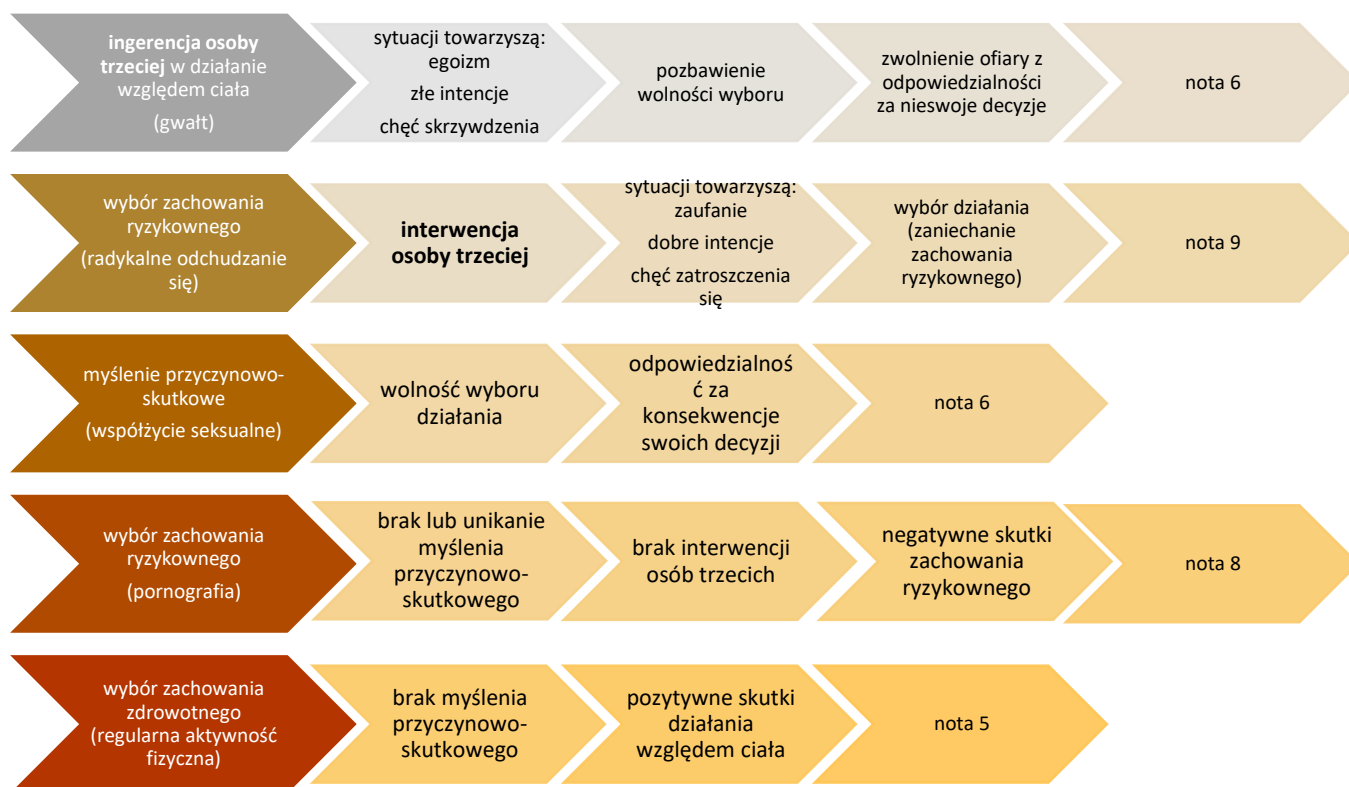


Diagram przedstawia różnice w skutkach korzystania z pomocy innych, gdy wybór działania względem ciała nie jest dla nas korzystny. Okazuje się, że **interwencja osób trzecich w wybór działania względem ciała może być czynnikiem chroniącym przed popadaniem w zachowania ryzykowne**. Jakie warunki musi spełnić, aby odnieść pozytywny skutek? Przeanalizowałam historie, poglądy oraz postawy respondentów pod kątem kategorii: ingerencja osoby trzeciej w działanie względem ciała, interwencja osoby trzeciej, wolność wyboru, pozbawienie wolności wyboru. Na poniższym diagramie można prześledzić relacje i związki, jakie zachodzą pomiędzy tymi pojęciami, oczywiście w kontekście wypowiedzi i doświadczeń respondentów.

Diagram 13. Zauważone w notach badawczych zależności w działaniach względem ciała



Pierwsze dwa przykłady odzwierciedlają odmienne konsekwencje ingerencji i interwencji osób trzecich. W tym miejscu warto dodać, że w pracy zawieram rozróżnienie terminów: ingerencja osób trzecich i interwencja osób trzecich w działanie względem ciała. Ingerencja zawiera konotację negatywną, kojarzy się z formą niechcianego nacisku, presji, przemocy. Tego określenia użyłam w kontekście gwałtu (nota 6). Wówczas osoba pokrzywdzona jest zwolniona z odpowiedzialności za sytuację, w której się znalazła, gdyż odebrano jej wolność myślenia przyczynowo-skutkowego i podjęcia samodzielnej decyzji. Interwencja natomiast ma konotację pozytywną, zakłada działanie osób trzecich w celu pomocy i ochrony. Umożliwia poznanie przyczyn i skutków danego zjawiska/problemu i pozostawia wolny wybór. **Zauważyłam, że w zależności od rodzaju działań względem ciała, młodzież albo docenia wartość interwencji osób trzecich, albo myli ją z ingerencją, której chce się wystrzegać. Oczywiście nie zawsze interwencja osób trzecich zdoła kogoś powstrzymać przed zachowaniem ryzykownym, ale jest to szansa na pozytywną zmianę.** Argument, którego można się chwycić w chwili wyboru działania względem ciała.

Trzeci schemat zaczyna się od myślenia przyczynowo-skutkowego w kwestii współżycia seksualnego. Respondentka po rozmowie z rodzicami i zajęciach z WDŻ przyswoiła wiedzę, a także podeszła refleksyjnie do tematu współżycia i dlatego jej wybór jest

prosty i odpowiedzialny. Myślenie o przyczynach i skutkach przed wyborem działania względem ciała stanowi rodzaj profilaktyki, ponieważ eliminuje zachowania ryzykowne lub problemowe. Osoba, która zdaje sobie sprawę z konsekwencji wczesnego współżycia seksualnego, będzie unikała sytuacji, które prowadzą do podejmowania nieprzemyślanych decyzji (np. picia alkoholu w sytuacji sam na sam z osobą płci przeciwnej). Wydaje się jednak, że takie dojrzałe podejście do tematu współżycia może mieć osoba, która sama jest odpowiedzialna i dojrzała emocjonalnie, a także w pewien sposób nauczona myśleć o innych. Należy się zastanowić, czy sama wiedza bez ugruntowanego systemu wartości chroni w zbliżonym stopniu. Jeśli zależy nam na dobru osób, z którymi wiąże się decyzja o współżyciu, decyzja powinna być bardziej rozważna. Jeśli z kolei jesteśmy nastawieni na „powierzchną korzyść” dla nas samych, unikając myślenia o innych, łatwiej o popełnienie błędu.

Schemat czwarty z diagramu (Diagram 12) obrazuje, że unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego zwiększa ryzyko podejmowania zachowań ryzykownych. Jeśli dodatkowo uznamy interwencję osób trzecich za godzenie w wolność człowieka, pozbawiamy się drugiego czynnika chroniącego – posiadania osoby wspierającej.

Schemat piąty pokazuje, że brak bądź unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego w przypadku zachowań zdrowotnych nie wyklucza pozytywnych skutków tego rodzaju działania. Czy wykonamy ten sam rodzaj aktywności fizycznej dla zdrowia, czy dla przyjemności, tak samo zadziała on na nasz organizm. Motywacja do regularnych ćwiczeń może jednak spadać wraz z biegiem czasu. Dlaczego? Jeśli źródłem motywacji do regularnej aktywności fizycznej jest sama przyjemność płynąca z treningu, w każdej chwili motywacja może się przechylić w stronę jakiegokolwiek innej czynności, która przysparza przyjemność.

Cała ta praca doktorska przybrała wydźwięku hołdowania relacjom międzyludzkim. Od nich zaczynamy przygodę jako ludzie, przez nie się kształtujemy jako dziecko i do głębokich relacji z drugim człowiekiem dążymy w życiu dorosłym, odczuwając to jako najpilniejszą potrzebę.

6.4. Teorie ugruntowane

Teorię ugruntowaną Strauss i Corbin (1998) definiują jako „zestaw dobrze opracowanych pojęć powiązanych ze sobą za pomocą twierdzeń dotyczących tych relacji, które wspólnie tworzą zintegrowaną ramę, którą można wykorzystać w celu wyjaśniania lub przewidywania zjawisk” (Strauss, Corbin 1998, s.15). W innym miejscu Charmaz pisze, że według pozytywistycznych definicji teoria to stwierdzenie relacji pomiędzy pojęciami abstrakcyjnymi obejmującymi szeroki zakres obserwacji empirycznych (Charmaz 2009, s. 162). W moich badaniach obserwacje empiryczne miały szeroki zakres przez wzgląd na wieloaspektowość działań dokonywanych za pośrednictwem ciała. Mimo różnorodnej tematyki, udało się wyłonić pojęcia abstrakcyjne, które występowały w relacji do kilku różnych sposobów rozporządzania swoim ciałem. To, w jaki sposób się wyłoniły, zostało przedstawione w rozdziale poprzednim.

Istnieje także interpretacyjna koncepcja teorii ugruntowanej, w której „większy nacisk kładzie się na *rozumienie* niż *wyjaśnianie*. Rzecznicy tej definicji postrzegają rozumienie teoretyczne jako abstrakcyjne i interpretacyjne; samo rozumienie uzyskane dzięki zastosowaniu teorii opiera się na dokonanej przez teoretyka interpretacji badanego zjawiska. Teorie interpretacyjne prędkiej pozwolą na nieokreśloność niż na szukanie przyczynowości, a nad linearne rozumowanie cenią bardziej pokazywanie schematów i związków” (Charmaz 2009, s. 163). Z interpretacyjnej tradycji wywodzi się konstruktywistyczna teoria ugruntowana, która zakłada badanie tego, jak i dlaczego uczestnicy badań oraz sam badacz konstruuje pewne znaczenia i działania. Zgadzam się z twierdzeniem, że teoria zależy od punktu widzenia badacza, że każda analiza osadzona jest w konkretnym czasie, miejscu i kulturze. Warto przyrzeć się swojemu procesowi badawczemu i uzbroić się w postawę refleksyjną, czy mimowolnie nie wprowadziło się do pracy prekoncepcji. Glaser z kolei przekonuje, że interpretacje badacza nie mają wpływu na dane (Glaser 2002). Interpretacje mają w tych badaniach obiektywny charakter, ponieważ znajdują uzasadnienie w obserwacji wielu przypadków. Bez względu na to, do którego rodzaju teorii ugruntowanej mi bliżej, postaram się przedstawić wiarygodne wyjaśnienia skonstruowanych teorii.

Proces powstawania teorii można prześledzić w poprzednim podrozdziale. Tam też, jak i w notach, będzie można wrócić do podstaw danej teorii. W tym rozdziale skupiam się na tym, aby zebrać w całość wszystkie twierdzenia i za pomocą krótkich wyjaśnień objaśnić ich

znaczenie. Zapisowi każdej teorii będzie towarzyszył diagram obrazujący relację pomiędzy pojęciami. Poniżej diagramu znajdzie się krótkie wyjaśnienie teorii.

Teoria 1: Osobiste nawiązanie kontaktu z autorem przekazu medialnego zwiększa skuteczność przekazu medialnego.

Diagram 14. Schemat powstawania skutecznego przekazu medialnego.



Media spełniają rolę instytucji pośredniego wpływu wychowawczego i nie zmieniała tego atrakcyjność e-narzędzi i powszechny dostęp do mediów. Media społecznościowe są pośrednikami w relacji człowiek-człowiek, dlatego mają najwyższą siłę oddziaływania, jeśli odbiorca treści zna lub w jakiś sposób identyfikuje się z nadawcą komunikatu.

Skuteczność przekazu medialnego występuje, gdy uczeń angażuje się w przesyłane treści i sam wykonuje działanie, inspirowane tymi treściami. W sytuacji przesylenia mediów, a taką sytuację obserwowaliśmy podczas roku nauki zdalnej w Polsce, czasem o zaangażowaniu w jakiś przekaz medialny nie decyduje jego atrakcyjność i walory edukacyjne, a kwestie bardziej delikatne, personalne. Można bowiem zupełnie odrzucić przekaz medialny przed zobaczeniem jego treści.

Co zwiększa szanse na skuteczność przekazu medialnego?

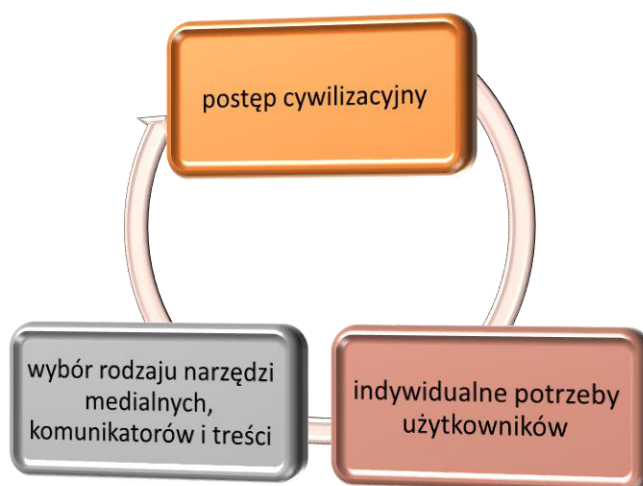
- ✓ Interakcja pomiędzy nadawcą a odbiorcą polegająca na **nawiązaniu kontaktu** 1:1 w przestrzeni wirtualnej (przykład Oliwii)

- ✓ **Zauważenie jakiegoś połączenia** pomiędzy nadawcą a odbiorcą, np. wspólne pasje, wspólni znajomi, wspólne wartości / identyfikacja z drugą osobą, a nie tylko z treściami (przykład Weroniki)
- ✓ Interakcja rozumiana jako **wykonanie samodzielnego działania**, inspirowanego treściami projektu, które przynosi jakąś korzyść (przykład Oliwii: *myślę, że to mnie podbudowało*)

Podstawa teorii: nota 1.

Teoria 2: Rozbieżność w stopniu zaangażowania i sposobach korzystania z mediów zależy od indywidualnego zapotrzebowania jednostki. Korzystanie z mediów jest nieuniknionym skutkiem postępu cywilizacyjnego.

Diagram 15. Schemat konsekwencji postępu cywilizacyjnego



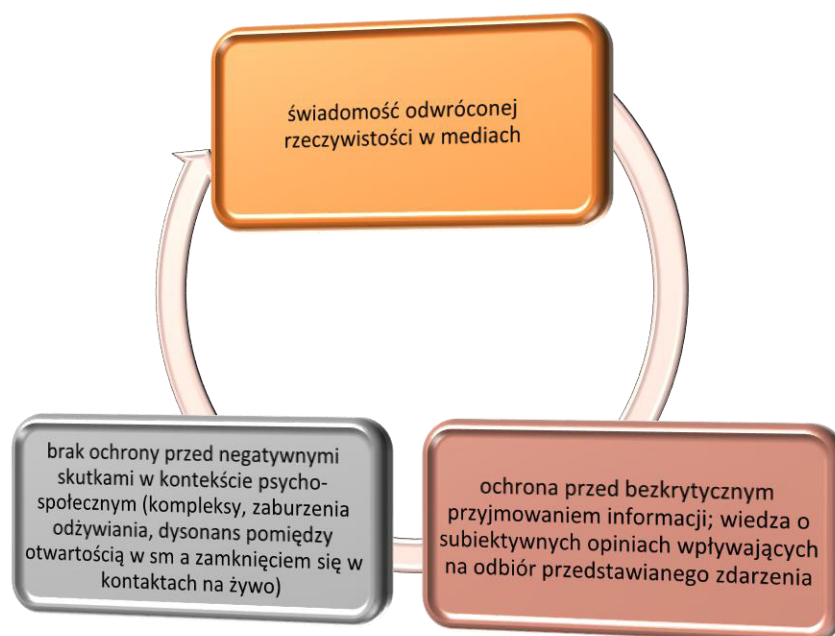
Media pełnią rolę służalczą względem człowieka, jeśli wykorzystywane są jako:

- ✓ narzędzie komunikacji,
- ✓ forma rozrywki,
- ✓ narzędzie do robienia zakupów,
- ✓ pomoc naukowa,
- ✓ inspiracja do działania,
- ✓ narzędzie do realizacji celów / zarabiania.

Od odbiorcy mediów zależy, jaką funkcję najbardziej wykorzysta i w jakim stopniu. To, co łączy wszystkie pojęcia powyżej to łatwość dostępu, wygoda i oszczędność czasu. Jest to odpowiedź na potrzeby nowoczesnego człowieka. Korzystanie z dobrodziejstw techniki i Internetu jest naturalną konsekwencją postępu cywilizacyjnego, ale należy pamiętać o zasadzie Paracelsusa⁸ (w brzmieniu łacińskim *Omnia sunt venena, nihil est sine veneno. Sola dosis facit venenum*, a po polsku *Wszystko jest trucizną i nic nie jest trucizną. Tylko dawka czyni, że dana substancja nie jest trucizną*). Umiar w korzystaniu z mediów jest tak samo ważny jak to, aby wykorzystywać je wyłącznie jako narzędzia służące człowiekowi do osiągnięcia jakiegoś dobra. Podstawa teorii: nota 2.

Teoria 3: Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach choć chroni przed bezkrytycznym przyjmowaniem każdej informacji jako fakt, nie chroni przed negatywnymi skutkami codziennego korzystania z mediów w kontekście psychospołecznym.

Diagram 16. Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach (przed czym chroni, a przed jakimi niebezpieczeństwami nie jest wystarczająca)



⁸ Paracelsus, [w:] [Encyklopedia PWN](#) [online] [dostęp 2021-10-03].

Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach pomaga przyjmować informacje z różnych kanałów telewizyjnych z ostrożnością, a nawet krytyką. Wiedza o tym, że dobór słownictwa i uczucia towarzyszące prezenterom podczas przekazywania informacji ze świata znacząco wpływają na odbiór danej sytuacji oraz świadomość, że tę samą informację można przedstawić w negatywnym, jak i pozytywnym świetle w zależności od intencji nadawcy, kształtują dojrzałego odbiorcę mediów. Jest to dobry sposób na ucieczkę przed radykalizmem, subiektywizmem i nerwowością.

Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach nie chroni młodzieży przed negatywnymi skutkami codziennego korzystania z mediów w kontekście psychospołecznym. Mimo że młodzież potrafi wskazać niebezpieczeństwa wynikające z korzystania z mediów społecznościowych, sama świadomość nie wystarczy, by nie ulegać presji wyidealizowanych zdjęć przeglądanych w aplikacjach mobilnych.

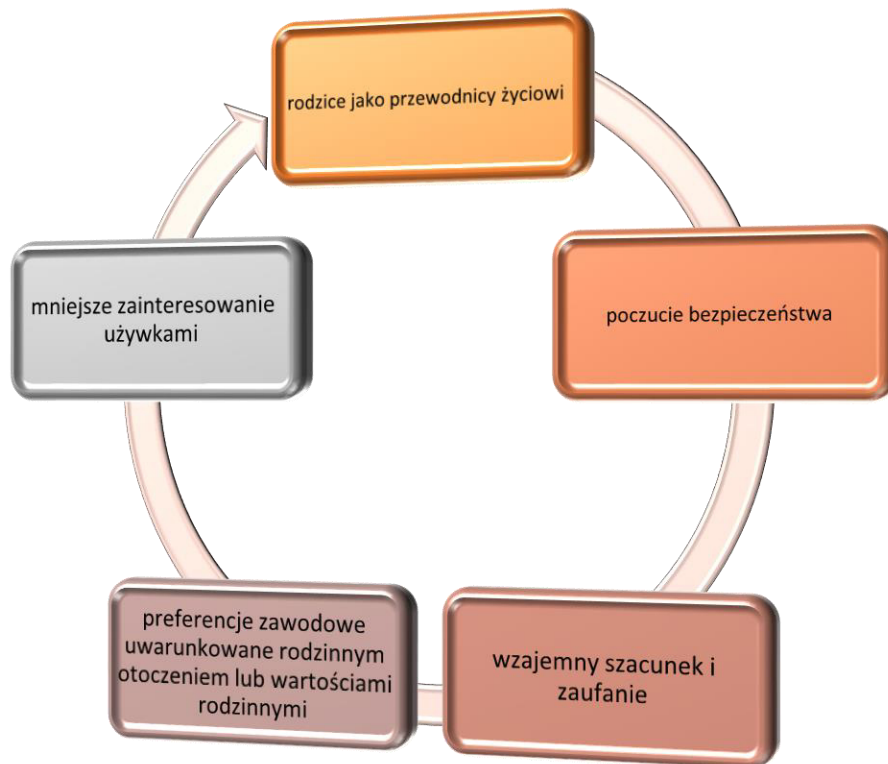
Jakie są niebezpieczeństwa korzystania z mediów społecznościowych?

- ✓ zwiększanie się kompleksów z powodu porównywania się z innymi,
- ✓ posiadanie atrakcyjnego ciała jako priorytet i cel, który ma zapewnić szczęście,
- ✓ zaburzenia odżywiania, radykalne diety bądź mordercze treningi szkodzące zdrowiu,
- ✓ zaniechanie kontaktów na żywo przez wzgląd na poczucie wstydu za to, kim jestem i jak wyglądam,
- ✓ trudność w nawiązywaniu kontaktów na żywo, ponieważ powszechniejsze stały się rozmowy online,
- ✓ dołki emocjonalne i depresja.

Podstawa teorii: nota 3.

Teoria 4: Bliska relacja z rodzicami polegająca na wzajemnym szacunku i zaufaniu zmniejsza ryzyko sięgania po używki, daje poczucie bezpieczeństwa, warunkuje system wartości i wyznacza kierunek ścieżki zawodowej.

Diagram 17. Pozytywne wzorce w rodzinie



Młodzież, która swoich rodziców traktuje jako przewodników życiowych, może liczyć na wsparcie ze strony najbliższych, co daje im poczucie bezpieczeństwa. Przyszłościowe plany częściowo wiążą się z tym, co przekazali im rodzice: pod kątem wartości bądź zainteresowania konkretnym zawodem. Bliska relacja z rodzicami polegająca na wzajemnym szacunku i zaufaniu zmniejsza ryzyko sięgania po używki.

Podstawa teorii: nota 4.

Teoria 5: Samodyscyplina i stawianie sobie celów do zrealizowania sprzyja regularnemu podejmowaniu się aktywności fizycznej.

Diagram 18. Samodyscyplina a aktywność fizyczna

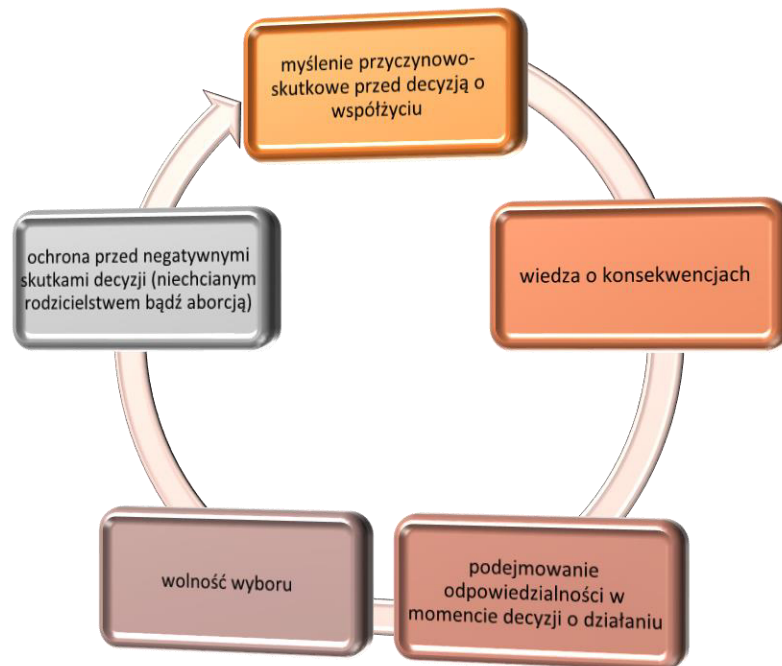


Regularna aktywność fizyczna może być wybranym stylem życia. Pomaga w realizacji podstawowych potrzeb. Można zauważyć związek pomiędzy regularnym uprawianiem aktywności fizycznej a byciem osobą zdyscyplinowaną i zorganizowaną. Respondenci mają jasno sprecyzowane cele życiowe, ale stawiają sobie poprzeczki również w sporcie lub stawiali je w przeszłości (Weronika przygotowuje się do zawodów, Piotr pobił rekord w biegu na 300m a Oliwia pływała wyczynowo). Wszyscy respondenci zgodnie twierdzą, że obecnie uprawiają aktywność fizyczną dla samych siebie.

Podstawa teorii: nota 5.

Teoria 6: Myślenie przyczynowo-skutkowe przed decyzją o współżyciu sprzyja podjęciu odpowiedzialności za konsekwencje swoich działań i chroni przed negatywnymi skutkami działań na tle kontaktów seksualnych.

Diagram 19. Myślenie przyczynowo-skutkowe a decyzja o współżyciu



W kwestii współżycia seksualnego respondenci wykazują się myśleniem przyczynowo-skutkowym i to od przyczyn danego zjawiska zależy ich punkt widzenia. Myślenie o konsekwencjach sprzyja podjęciu odpowiedzialnej decyzji i chroni przed negatywnymi skutkami działań w obszarze ciała (niechcianym rodzicielstwem bądź aborcją). Gdy występuje myślenie przyczynowo-skutkowe, człowiek dojrzały podejmuje wolny wybór, co do swojego działania. Skoro podejmuje decyzję o współżyciu, dokonuje wyboru w wolności, ale biorąc na siebie odpowiedzialność za możliwe konsekwencje swojego wyboru.

Podstawa teorii: nota 6.

Teoria 7: Prywatna znajomość z osobami o odmienniej orientacji bądź tożsamości płciowej buduje postawę tolerancyjną, polegającą na zwiększonej wrażliwości wobec drugiego człowieka oraz delikatności w rozmowie.

Diagram 20. Prywatna znajomość osób LGBT+ a postawa tolerancyjna

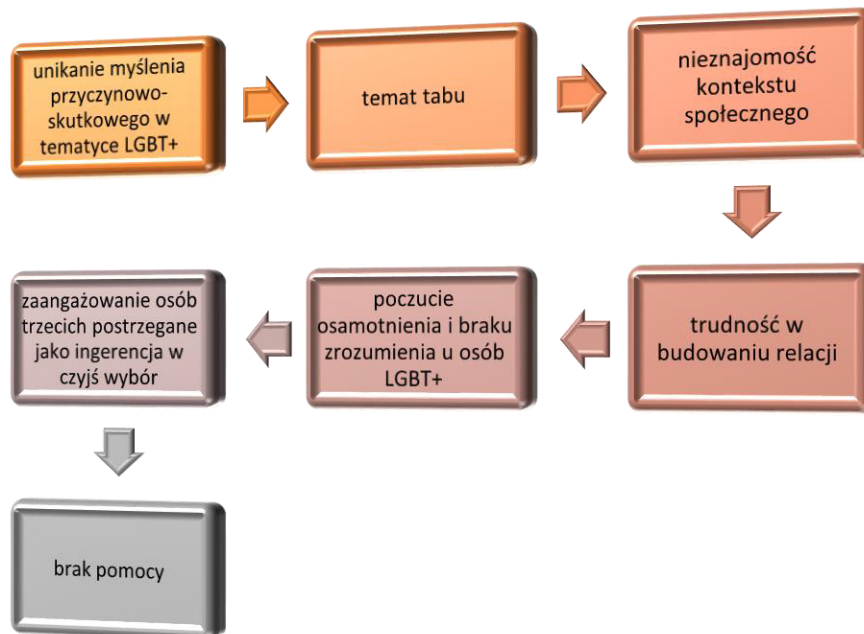


Dostrzeżenie, z jaką krzywdą i oceną spotykają się osoby LGBT+ kształtuje w rówieśnikach postawę obrony, tolerancji i solidarności. Jednocześnie delikatność w rozmowie wynika z troski, aby słowem nie obrazić i z braku wiedzy, w jaki sposób rozmawiać na ten temat.

Podstawa teorii: nota 7.

Teoria 8: Unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego w tematyce LGBT+ powoduje umieszczanie tych tematów w kategorii tabu, co prowadzi do nieznanego kontekstu społecznego i trudności w budowaniu relacji.

Diagram 21. Schemat unikania myślenia przyczynowo-skutkowego w tematyce LGBT+



Szukanie przyczyn i skutków odmiennej orientacji seksualnej bądź tożsamości płciowej kojarzone jest z niechcianą ingerencją w czyjeś życie, tymczasem jak obrazuje diagram, unikanie takiego myślenia nie przynosi korzyści żadnej ze stron. Im mniej wiemy o danym zjawisku, tym bardziej się lękamy, nie wiemy jak reagować i powodujemy tym samym dyskomfort w kontakcie. Znając kontekst społeczny zjawiska transseksualizmu, można bardziej zrozumieć osoby LGBT+, a przyswajając wiedzę na ten temat dowiedzieć się, w jaki sposób reagować i budować z nimi relacje. W świetle procesu badawczego widać wyraźnie, że gdy myślenie przyczynowo-skutkowe zachodzi, może ono stanowić czynnik chroniący (teoria 7). Unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego i postrzeganie tego za ingerencję w czyjeś życie nie przynosi korzyści.

Podstawa teorii: nota 7.

Teoria 9: Niepełna wiedza o negatywnych skutkach zachowań względem ciała powoduje społeczne przyzwolenie na szkodliwe działania związane z oglądaniem pornografii.

Diagram 22. Unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego a przyzwolenie na szkodliwe społecznie działanie

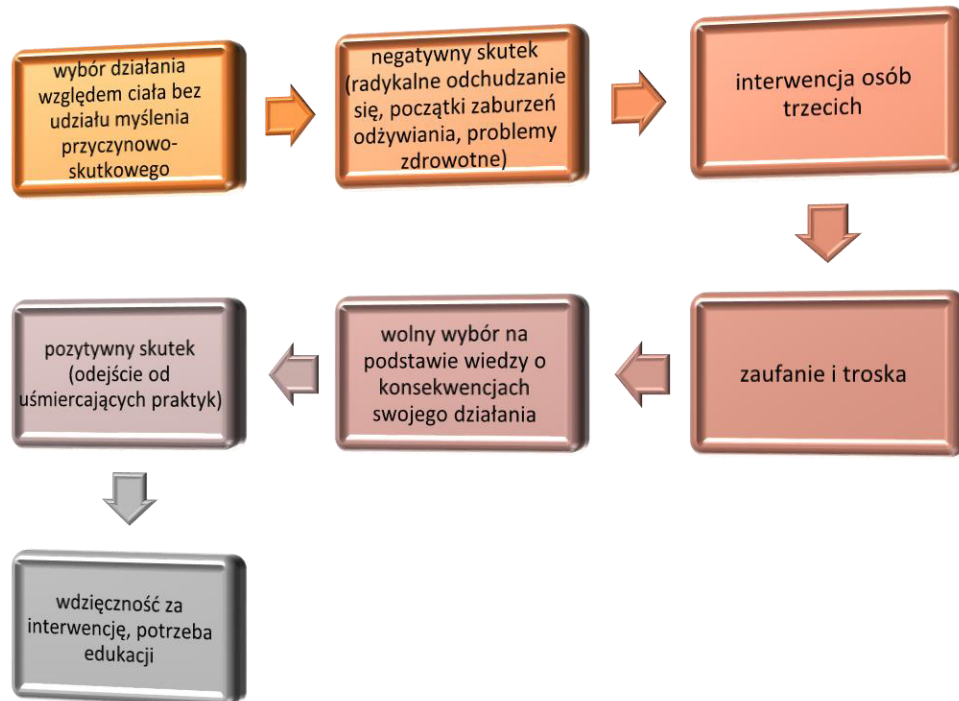


Świadomość, że oglądanie pornografii nie jest właściwym sposobem na spędzenie czasu, nie jest bodźcem w kierunku działania i interwencja osób trzecich jest niemile widziana z racji tego, że dominuje przekonanie, że każdy powinien mieć prawo do wyboru własnej ścieżki, nawet jeśli obiera niewłaściwy kierunek. Brak wiedzy o skutkach oglądania pornografii lub odrzucanie/lekceważenie tej wiedzy powoduje błędne myślenie, że konsekwencje dotyczą tylko osoby, która wybiera taką aktywność. Brak interwencji uzasadniany jest prawem wolnego wyboru człowieka, który nikogo nie krzywdzi. Opinia respondentów rozmywa się z rzeczywistością. W badaniach nad oddziaływaniem pornografii (Blok 2, s. 132) udowodniono, jaki ma ona zgubny wpływ na społeczeństwo i jak utrudnia wchodzenie w zdrowe relacje z innymi. Fałszywe przekonania „to jest jego życie”, „nikogo tym nie krzywdzi”, „on poniesie tego konsekwencje, nam nic do tego” nie tylko obrazują stan niewiedzy młodzieży o dalekosiężnych dla społeczeństwa skutkach oglądania pornografii, ale dają społeczne przyzwolenie na tego rodzaju praktyki.

Podstawa teorii: nota 8.

Teoria 10: Interwencja osoby trzeciej w wybór względem ciała jest skuteczną formą pomocy, jeśli występuje pomiędzy osobami zaufanie.

Diagram 23. Schemat interwencja osoby trzeciej w wybór względem ciała o pozytywnym skutku



Interwencja osób trzecich stanowi formę pomocy i odnosi pozytywny skutek, jeśli zaangażowanie w czyjś wybór jest podyktowane troską i pomiędzy osobami panuje zaufanie. Interwencja może mieć charakter przekazania wiedzy o przyczynach i skutkach danego postępowania. Odbывается to przy udziale konkretnej wiedzy (np. medycznej) lub przy użyciu odpowiednich środków (np. wycieczce po oddziale szpitalnym). Przemyślenie swojego działania w obszarze ciała ułatwia pozytywne nastawienie do interwencji osoby trzeciej, a także uzmysławia potrzebę takich interwencji w życie osób o podobnych problemach.

Poznanie przyczyn i skutków danego działania wobec ciała zmniejsza prawdopodobieństwo zachowań ryzykownych/problemowych. Poza samodzielnie przyswajaną wiedzą, korzystne jest pozytywne nastawienie do interwencji osób trzecich, czyli inaczej „nastawienie na słuchanie” za i przeciw, by podjąć właściwą dla siebie i społeczeństwa decyzję, w jaki sposób rozporządzać swoim ciałem.

Podstawa teorii: nota 9.

Teoria 11: Schemat działania i myślenia młodzieży jest zależny od rodzaju działania względem ciała i posiadanych w tym obszarze przekonań.

Diagram 24. Konsekwencje przekonań dotyczących myślenia w kategorii przyczyn i skutków



Doświadczenie pozytywnych skutków ingerencji osób trzecich nie gwarantuje powielania schematu myślenia przyczynowo-skutkowego względem innych rodzajów działań związanych z ciałem. Ten brak zależności można wskazać właśnie wykorzystując przykład Piotra i Weroniki, którzy mając za sobą doświadczenie pozytywnych skutków zaangażowania innych w ich życie i wybory (nota 9), sami nie odczuwają potrzeby zatroszczenia się o osoby, które są narażone na częsty kontakt z pornografią (nota 8).

Działania związane z ciałem można podzielić na dwie grupy: (1) działania, wokół których panuje przekonanie, że myślenie przyczynowo-skutkowe jest wskazane; (2) działania, wokół których panuje przekonanie, że myślenie przyczynowo-skutkowe jest niewskazane.

Do jakich negatywnych skutków może prowadzić przekonanie o tym, że myślenie przyczynowo-skutkowe w pewnych obszarach jest niewskazane?

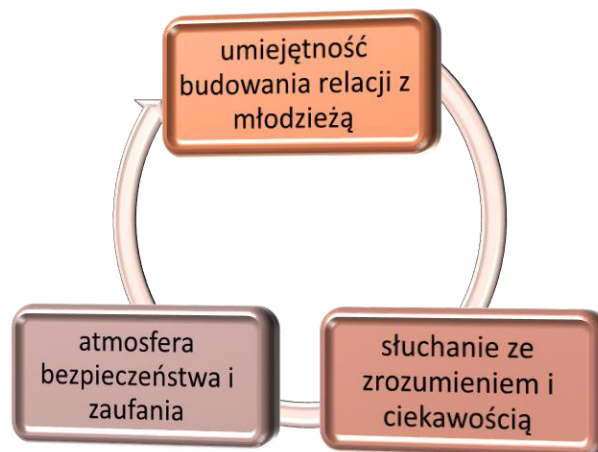
- ✓ Brak znajomości kontekstu społecznego sprawia trudność w zbudowaniu relacji opartej o zrozumienie zjawiska/sytuacji osób ze środowiska LGBT+,

- ✓ Brak znajomości dalekosiężnych skutków korzystania z pornografii lub bagatelizowanie ich daje społeczne przyzwolenie na uprzedmiotowienie kobiet (s.132).

Podstawa teorii: nota 10.

Teoria 12: Umiejętność budowania relacji z młodzieżą zaczyna się od słuchania drugiej osoby ze zrozumieniem i ciekawością.

Diagram 25. Umiejętność budowania relacji a słuchanie ze zrozumieniem i ciekawością.



Zawężenie tej teorii do młodzieży wiąże się z charakterem tej pracy, ale można ją przełożyć na skalę makro. Zdrowe relacje z ludźmi to relacje opierające się na wzajemnym słuchaniu swoich potrzeb i próbie odpowiadania na nie. W edukacji kluczowe jest zasłuchanie się w głos młodzieży. „Czego potrzebują? Co do nich trafia? Jak my-dorośli możemy pomóc?” – to pytania zasadnicze, bez których konstrukcja nowych treści edukacyjnych nie powinna się odbywać. Okazuje się, że otwartość na to, że pomysły młodzieży mogą wnieść nową jakość, jest pożądana. Staje się też jedynym skutecznym rozwiązaniem, by podążyć za pokoleniem, które samo chce wyznaczać swoją ścieżkę. Młodzież podpowiada bardzo ciekawe rozwiązania edukacyjne, z których twórcy projektów edukacyjnych powinni czerpać inspirację.

Podstawa teorii: noty 11, 12.

Teoria 13: Wspierająca relacja z drugim człowiekiem jest najpilniejszą potrzebą młodzieży.

Diagram 26. Największa potrzeba młodzieży

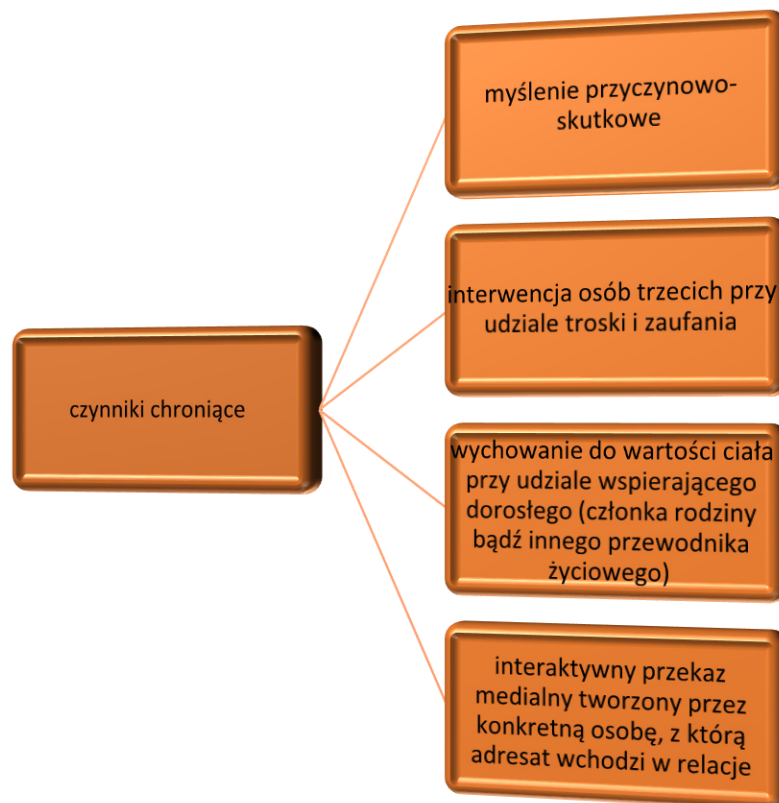


Pragnienie kontaktu z drugim człowiekiem wzmogło się w czasach nauki zdalnej z powodu epidemii covid-19. Młodzież dostrzegła, jak bardzo kontakty międzyludzkie są potrzebne, ale zauważyła też, że to jakość kontaktu z drugą osobą jest kluczowa. Posiadanie sieci wsparcia to inaczej posiadanie dobrej relacji z rodziną, kontakt z nauczycielem bądź psychologiem, któremu można zaufać i podzielić się swoimi trudnościami. Sieć wsparcia to każde środowisko, grupa, otoczenie bądź jednostka, która sprzyja prawidłowemu rozwojowi młodego człowieka i dzięki której można otrzymać pomoc psychologiczną i emocjonalną. To właśnie wspierająca relacja z drugim człowiekiem może ochronić przed niebezpieczeństwami wieku nastoletniego, jest też najpilniejszą potrzebą, którą wskazuje sama młodzież.

Podstawa teorii: nota 12.

Teoria 14: Myślenie przyczynowo-skutkowe, interwencja osób trzecich, wychowywanie do wartości ciała oraz przekazywanie edukacyjnych treści poprzez media należą do grupy działań chroniących przed zachowaniami ryzykownymi.

Diagram 27. Czynniki chroniące przed zachowaniami ryzykownymi



Myślenie przyczynowo-skutkowe może nastąpić w wyniku otrzymanego wychowania, przekazu płynącego z ust osób trzecich lub w wyniku pozyskanej innymi sposobami wiedzy. Niektóre z czynników mogą się wzajemnie ze sobą przeplatać. Stanowią one zbiór tych najważniejszych elementów, których związek z zachowaniami zdrowotnymi zakodowałam w badaniach.

Podstawa teorii: noty 1-12.

6. Powrót do biblioteki

Mimo iż uczeni mogą przywdziać płaszcz obiektywizmu, prowadzenie badań oraz pisanie są z natury czynnościami o charakterze ideologicznym. Przegląd literatury oraz ramy teoretyczne to obszary ideologiczne, w obrębie których badacz stwierdza, lokalizuje, ocenia własne stanowisko oraz go broni

(Charmaz 2009, s. 209)

Metodologia teorii ugruntowanej zakłada przegląd literatury właśnie w tym miejscu, już po zakończonych badaniach. To logiczna strategia dla badacza, który chce wykazać się autentycznością odkryć i swoją własną kreatywnością. Wiąże się to zarówno z pewnym ryzykiem, bowiem może się okazać, że odkryte zależności są już w świecie nauki powszechnie udokumentowane i nazwane. A jakie są zalety takiej kolejności? Badacz staje przed problemem, nie usadzając go z góry w ramach teoretycznych innych badaczy. Dopiero te ramy tworzą dla jego teorii dane zakodowane w wywiadach, które on sam przeprowadził. Takie działanie jest twórcze, a nie odtwórcze i umożliwia spojrzenie na problem badawczy z innej perspektywy, która być może była niedostępna przez innych z racji wąskiego ujmowania tematu bądź zabraniać sobie wychodzenia poza istniejący schemat.

Z ciekawością przyjrę się teraz publikacjom na temat mediów, edukacji medialnej, zachowań ryzykownych i zdrowotnych nastolatków, a także samemu procesowi wychowania, którego dziedzinom (wychowaniu do wartości ciała i wychowaniu do mediów) ta praca jest poświęcona. Czy badania innych naukowców potwierdzą powstałe w tej pracy teorie? Z pewnością poszerzą zagadnienie i pozwolą naukowo nazwać lub zweryfikować uzyskaną wiedzę.

Teorie ugruntowane w mojej pracy doktorskiej można podzielić na bloki tematyczne: 1) wychowanie do mediów, 2) wychowanie do wartości ciała, 3) wychowanie do myślenia. Według kolejności tych bloków uporządkuję przegląd literatury.

Blok 1: Wychowanie do mediów

Pojęcie pedagogiki medialnej zostało rozpowszechnione w Polsce w 1980 roku przez Ludwika Bandurę (Bandura 1983), który wskazał na związek mediów z procesami komunikacyjnymi: *Pedagogika medialna jest nauką społeczną i jest blisko związana z teorią komunikacji. Jej powstanie wiąże się ze zmianą sytuacji społecznej jednostek i grup w otaczającym społeczeństwie. O jakiej zmianie społecznej mowa? Postęp cywilizacyjny*

doprowadził do cyfryzacji społeczeństwa, a wiek XXI został okrzyknięty „wiekiem komunikacji” (Szmigielska 2012). Wymiana informacji następuje w trybie natychmiastowym i globalnym; przestała być czymś wtórnym wobec ludzkiego myślenia, działania, wartości i edukacji, fundamentów kultury oraz moralności (Kowalska, Krysiński 2013). Wielu badaczy powołuje się na łacińskie określenie *homo communicativus*. Taka postać człowieka jest dziś najbardziej pożądana. Oznacza bowiem „osobowość nie tylko kompetentną, wyposażoną w wysoką komunikacyjną sprawność, lecz nade wszystko posiadającą komunikacyjną świadomość faktu, że bez uzdrowienia społecznej komunikacji trudno będzie sobie wyobrazić korzystny bieg dziejów” (Andrzejewski 2006). Skoro więc Internet ułatwia komunikowanie się, przełamując barierę odległości, w jakim sensie mówimy tu o uzdrowieniu komunikacji? Choć social media są odpowiedzią na społeczną naturę człowieka i dzięki nim można realizować potrzebę relacji z drugim człowiekiem (Strykowska 2012), postępująca cyfryzacja niesie ze sobą wciąż niezbadane skutki kulturowe i psychospołeczne dla rozwoju dzieci i młodzieży (Dylak 2013; Bąk 2015; Pyżalski 2012). Z przeprowadzonych przeze mnie badań jakościowych wynika, że jednym z pierwszych zagrożeń, jakie social media powodują, jest traktowanie widzianego obrazu jako rzeczywistego (teoria 3) i w związku z tym odrealnione oczekiwania wobec samych siebie, które mogą powodować zaburzenia odżywiania, depresję, brak akceptacji swojego wyglądu i kompleksy. Zgadza się to ze stanowiskiem wielu specjalistów zajmujących się badaniem współczesnej kultury: „media nie ograniczają się do przedstawiania rzeczywistości, lecz stanowią jej źródło, a więc wytwarzają ją. Prowadzi to do powstawania tak zwanej dyfuzji kulturowej, w obrębie której następuje mieszanie się rzeczywistości społecznej z medialną, co często uniemożliwia ich rozróżnianie. Niektórzy badacze problemu twierdzą, że życie współczesnych społeczeństw zaczyna nabierać charakteru telewizyjnego. Doświadczenie ludzkie tworzy się głównie w kontakcie z mediami. Kiedy mamy do czynienia z kryzysem wartości, nierzadko dochodzi do sytuacji, iż postacie telewizyjne zastępują bohaterów. Zachodzi więc pilna konieczność doprowadzenia do zmian jakościowych w procesie kształcenia” (Piotrowski 2013). To właśnie cel pedagogiki medialnej, która jako dziedzina stara się udzielić odpowiedzi na pytania związane z funkcjonowaniem człowieka w świecie mediów oraz znaleźć sposoby poznania mechanizmów odbioru i oddziaływania mediów (Siemieniecki, 2007, s. 149).

Tak jak uczymy się zasad funkcjonowania w przestrzeni szkolnej, a w miejscu pracy poznajemy zasady bezpieczeństwa i higieny pracy, tak i w przestrzeni wirtualnej należy najpierw przyswoić pewną wiedzę i uruchomić odpowiednią postawę, by aktywność w sieci

przynosiła pożytek edukacyjny, a nie szkodę moralną lub umysłową. Mechanizmy odbioru mediów są silnie związane z tymi postawami, jakie użytkownik Internetu ukształtował. Wyróżniamy postawy wobec mediów (Nowakowska-Buryła 2003):

- postawę negatywną, czyli uzależnienie od mediów prowadzące do wytworzenia określonej mentalności i ograniczeń światopoglądowych,
- postawę pozytywną, polegającą na: 1) zdrowym obiektywizmie, 2) odbiorze selektywnym, 3) twórczej aktywności, 4) szerokich horyzontach – budowana na prawidłowej hierarchii wartości, 5) dialogu umożliwiającym komunikowanie uczestniczące albo interaktywne); 6) tolerancji umożliwiającej otwarcie się na zjawisko różnorodności.

Okazuje się, że rola rodziców jako czynnik chroniący (teoria 4) potwierdza się i w tym przypadku. Pierwszy kontakt z mediami następuje w środowisku rodzinnym, więc to rodzice powinni jako pierwsi kształtować pozytywną postawę swych dzieci wobec mediów, a nauczyciele w szkole powinni utrzymywać naukę bezpiecznego, świadomego poruszania się w świecie iluzji i fikcji tworzonym przez media. Wykorzystując nowoczesne media w edukacji, najlepsze efekty osiąga się zazwyczaj łącząc techniczne środki przekazu z „żywym” oddziaływaniem na odbiorcę (Ruman 2022), co zgadza się z teorią 1 (Osobiste nawiązanie kontaktu z autorem przekazu medialnego zwiększa skuteczność przekazu medialnego). Do dobrych praktyk należy selekcja materiałów edukacyjnych, aby wśród ogromu ofert wybierać te, które służą pogłębieniu własnej wiedzy, rozwojowi zainteresowań, jak również rozwojowi osobowości i sfery duchowej (Żurkowski 1984). Nie bez powodu mówi się, że Internet jest technologią, która „[...] dała nam łatwy dostęp do najlepszych i najgorszych rzeczy, jakie ma do zaoferowania ludzkość, a także do wszystkiego, co leży między tymi dwoma skrajnościami i jest przeciętne, zabawne lub osobliwe (Wallace, 2001, s. 320). To od odbiorców mass mediów zależy, czy wykorzystają media z korzyścią dla siebie, pomnażając potencjał, czy zaprzepaszczą swoje życie, wplątując się w niebezpieczeństwa sieci.

A tych zagrożeń jest sporo i wkradają się nie tylko w życie pojedynczych jednostek, ale pojawiają się masowo i wchodzą w naszą kulturę niepostrzeżenie. Takim zjawiskiem jest chociażby liberalizacja wulgaryzmów, którymi zastępuje się ekspresywizmy. Szerzej o tym pisze Pacuła: „Przyczyny takiego stanu rzeczy są różne: część językoznawców twierdzi, że używanie wulgaryzmów należy do współczesnych zjawisk kulturowo-językowych, ponieważ polskie społeczeństwo jest zbyt otwarte na nowości, przez co akceptuje wzory napływające z

Zachodu, tylko częściowo protestując przeciw niszczeniu tożsamości kulturowej (Grybosiowa, 2003, s. 33); niektórzy badacze zajmujący się kulturą języka uważają, że wulgaryzacja jest rezultatem rozszerzenia zasięgu uzusu na niekorzyść normy językowej (Handke, 1994, s. 57), a źródeł tego dopatrują się w szybkim rozwoju mass mediów, co stwarza okazję do powstawania sytuacji komunikacyjnych umożliwiających ludziom – zwłaszcza młodym – dosadniejsze manifestowanie swojej przynależności do jakiejś grupy społecznej (por. Kowalikowa, 1994, s. 107–113), a osobom znanym (politykom, celebrytom itd.) wpisanie się w modę na zachowania populistyczne, zbliżające ich z odbiorcami (Kowalikowa, 2000, s. 121–131)” (Pacula 2018).

Pozwolę sobie przytoczyć raport Iwanickiej odzwierciedlający problemy społeczne wynikające z wszechobecności mediów wśród dzieci: „Jednym z zarzutów padających pod adresem mediów jest ten, że zubażają kontakty społeczne i negatywnie wpływają na życie emocjonalne dzieci. Według Macieja Tanasia, media znacznie upraszczają uczucia przyjaźni i miłości, sprawiają też, że użytkownicy traktują zapośredniczone relacje cyfrowe jako „prawdziwe”. Autor wymienia takie potencjalne zagrożenia, jak: alienacja społeczna i osłabienie więzi rodzinnych czy też relacji społecznych w ogóle (Tanaś, 2016). Paradoksalnie – otwierając świat, nowe technologie sprawiły, że mogą przyczyniać się do naszej w tym świecie samotności. Będąc istotą społeczną, człowiek od urodzenia wchodzi w interakcje z innymi, komunikuje innym swoje potrzeby i oczekuje, że jego własne (potrzeby) zostaną zaspokojone przez innych (Brzezińska, 2000). Ta cyfrowa rzeczywistość, w której żyje współczesne dziecko nie pozostaje bez konsekwencji dla jego harmonijnego rozwoju społecznego i emocjonalnego. Rozwój taki – w szczególności nauka współżycia z rówieśnikami, uczenie się ról społecznych, rozwój postaw w stosunku do grup i instytucji – jest według badaczy jednym z kluczowych zadań rozwojowych dziecka w wieku wczesnoszkolnym (zob. Hurlock, 1985; Erikson, 2000; Skinner, 1971). W relacji z grupą młody człowiek kształtuje swoją psychikę, a miejscem, w którym do tego dochodzi, jest najczęściej szkoła (Wołoszynowa, 1986; Lis, 1992, za: Stefańska-Klar, 2008 – chociaż coraz częściej staje się nim również cyberprzestrzeń” (Iwanicka 2020).

Iwanicka raportuje również fakt, że nowe technologie okazują się pomocne dla dzieci z silnie rozwiniętymi umiejętnościami społecznymi, które dzięki mass mediom mogą rozwijać i wzmacniać potencjał relacyjny. Proces transformacji mediów, ich ciągła i wzajemna konwergencja, czyli upodabnianie się, przenikanie czy wypieranie, a także ich multiplikacja

sprawia, że technologicznie stają się coraz bardziej skomplikowane, ale też coraz bardziej pociągają uczniów (Wrońska 2019).

Blok 2: Wychowanie do wartości ciała

Zagadnienie pedagogiki wartości ciała zostało przedstawione już w rozdziale 1.6., wyjaśniając fundamenty projektu MłodeTalenty.online. W ustaleniu znaczenia wartości ciała pomocne było pytanie: „Dlaczego człowiek dokonuje zmian ciała?”. Badania ilościowe częściowo uwzględniają odpowiedź na nie. W wynikach KCAF (II badanie) najważniejszym celem aktywności fizycznej respondentów było utrzymanie zgrabnej sylwetki (30%), zachowanie sprawności fizycznej i dobrej kondycji (25%), zdrowie (15%), przyjemność z aktywności fizycznej (15%), odreagowanie stresu (5%). Okazało się, że dominującym powodem zmian ciała wśród młodzieży jest chęć posiadania atrakcyjnego ciała, czyli przypisanie ciału wartości estetycznych. Te wartości należą do społecznych powodów zmian ciała. Dopiero w drugiej kolejności uczniowie zaznaczyli, że wartości agonistyczne i witalne mają dla nich znaczenie. Uprawiając aktywność fizyczną, człowiek może przypisywać ciału kilka znaczeń jednocześnie, ale w badaniu najważniejsze jest wybranie najważniejszej motywacji. Motywacja, którą wskazała młodzież jako najpierwszą, ściśle wiąże się z najważniejszą potrzebą człowieka – potrzebą przynależności.

Działania względem ciała nie ograniczają się jednak do aktywności fizycznej. W innych dziedzinach życia ciało również stanowi ludzkie narzędzie służące do osiągnięcia życiowych celów, a nauczyciel ma pomóc uczniowi odkryć pewne wartości i wzory kreacji własnego ciała w zdrowiu (Pawłucki 2002). To nawiązanie do zachowań, czyli postępowania, działania lub zaniechania działania, które wpływają częściowo lub całkowicie na zdrowie i samopoczucie człowieka. Dzielimy je na (Woynarowska 2006):

- zachowania sprzyjające zdrowiu (prozdrowotne, pozytywne): aktywność fizyczna, racjonalne żywienie, utrzymywanie higieny osobistej, zachowanie bezpieczeństwa (np. w ruchu drogowym, kontaktach seksualnych), radzenie sobie ze stresem, odpoczynek i relaks, poddawanie się badaniom profilaktycznym i inne.

- zachowania ryzykowne dla zdrowia (antyzdrowotne, negatywne): palenie tytoniu, używanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, przedwczesna inicjacja seksualna; ryzyko dla zdrowia stanowią także niedostatki zachowań prozdrowotnych.

Pamiętając, że zadaniem nauczyciela jest przygotowanie wychowanka do całościowego, samodzielnego uczestnictwa w kulturze fizycznej już po zakończeniu procesu edukacyjnego, nie można pominąć kwestii postaw. Najbardziej pożądanym efektem kształcenia jest wyrobienie u ucznia postawy prosomatycznej, czyli pozytywnych nastawień do treści wychowania fizycznego (Dybińska, Kwiatkowska-Skwara 2015). Pod pojęciem postawy najczęściej rozumie się względnie trwałą strukturę procesów poznawczych, emocjonalnych i zachowań odnoszących się do przedmiotu (Mika 1980). Dyspozycje te przejawiają się w zachowaniach, które mogą wywoływać pozytywne lub negatywne emocje względem przedmiotu. Postawa stanowi strukturalną właściwość osobowości w skład, której wchodzi elementy (Grabowski 1999, s. 85]:

- poznawczy – wiedza o przedmiocie postawy,
- emocjonalny – czyli uczucia wobec przedmiotu postawy
- działaniowy, czyli skłonność do zachowań wobec przedmiotu postawy.

Jednym z podstawowych wymiarów postawy jest jej znak (dodatni, ujemny lub obojętny). Znak plus wskazuje na postawę przychylną (pozytywną) wobec kultury fizycznej, znak minus na postawę nieprzychylną (negatywną), natomiast znak zero oznacza brak zdecydowania w omawianym zakresie (Mika 1980). To daje przestrzeń do nowej analizy, czy moje dane można z powodzeniem zakodować według elementów wyznaczonych przez Grabowskiego i jak będzie przedstawiała się ich znakowa interpretacja. Poniższa rycina przedstawia moją własną interpretację postaw uczniów wobec wskazanych działań względem ciała i jest raczej ogólną charakterystyką, mającą jedynie zasugerować różnice w postawach.

Rycina 7. Elementy postaw wobec działań związanych z ciałem

Działania względem ciała	Element postawy		
	Poznawczy (wiedza o przedmiocie postawy)	Uczucia wobec przedmiotu postawy	Skłonność do zachowań wobec przedmiotu postawy

Regularna aktywność fizyczna	+	+	+
Wczesna inicjacja seksualna	+	+	+
Tranzycja płciowa i związki jednopłciowe	-	+	0
Korzystanie z pornografii	-	+	0

Legenda:

+ postawa pozytywna wobec kultury fizycznej

- postawa negatywna wobec kultury fizycznej

0 brak zdecydowania bądź brak udzielenia odpowiedzi na ten temat podczas wywiadu

Źródło: Opracowanie własne.

Znak „-”, postawiłam przy tych postawach, w których zaobserwowałam znikomą wiedzę dotyczącą kontekstu społecznego działań wobec ciała oraz brak wiedzy o zachowaniach ryzykownych, które z tych działań wynikają. Jeśli chodzi o drugi element postawy, (w przypadku tranzycji płciowej i związków jednopłciowych) uczucia żywione do przedmiotu postawy, czyli samego zjawiska odmiennej tożsamości lub orientacji płciowej, można uznać za pozytywne. Respondenci uwzględniają godność osób zmagających się z odrębnością i żywią do nich należyty szacunek połączony z sympatią. Temat nie był na tyle szeroko omówiony z uczniami, by móc jednoznacznie określić (a tym bardziej uogólnić!) ich osobiste skłonności zarówno w temacie LGBT+. Podobna sytuacja miała miejsce w związku z tematem korzystania z materiałów pornograficznych.

To skutki wybranych zachowań świadczą o tym, jaką postawę wobec kultury fizycznej powinniśmy przyjąć. Dzięki prześledzeniu skutków możemy się dowiedzieć, czy dane działanie jest korzystne dla naszego zdrowia, czy nie, i jaką korzyść przynosi społeczeństwu na

większą skalę. Przejdźmy zatem do analizy, biorąc pod uwagę literaturę światową w tym temacie.

Pierwsze dwa rodzaje działań związanych z ciałem nie budzą kontrowersji. Respondenci wykazali się odpowiedzialnością za swoje zdrowie fizyczne, a w kontekście współżycia seksualnego mówili o konsekwencjach różnych wyborów, podejmując się ważnej refleksji moralnej i uwzględniając dobro drugiego człowieka, z którym wiąże się podjęcie aktywności seksualnej. Badana młodzież jest świadoma, że przywiązanie emocjonalne powinno zaistnieć pomiędzy osobami przed kontaktem seksualnym, a sam akt powinien być dojrzałą i odpowiedzialną decyzją dwojga osób. Wówczas współżycie seksualne staje się wyrazem miłości, a nie wyłącznie aktem zaspokajania swoich żądz. Równowagę pomiędzy pożądaniem ciała a emocjonalną więzią odzwierciedla fragment: „Kobieta lub mężczyzna, kusząc swoimi wdziękami, również odnoszą się do swojego ciała jako rzeczy (np. przez odłanianie nóg lub mięśni) i prezentują je w sposób mający zainteresować i przyciągnąć potencjalnego partnera do siebie. Jeżeli chodzi o pożądanie, odnosimy się do ciała czyjejś osoby jak do w jakiś sposób ontycznie ukwalifikowanego obiektu. Nie musi to oznaczać degradacji drugiego człowieka do funkcji „zaspokajacza” żądz, gdyż w miłości erotycznej jak najbardziej możliwe jest zajęcie postawy dającej się wyrazić następująco: *nie tyle twoje ciało mnie podnieca, co ty w nim*” (Płoszczyńiec 2016, s. 127). Wychowanie do wartości ciała obejmuje przekazanie fundamentalnej wiedzy o tym, że ciało nie jest oddzielone od osoby. Podejmowana przedwcześnie aktywność seksualna, w fazie nieukształtowanej tożsamości, może zakłócić funkcjonowanie psychoseksualne jednostki (Jankowiak, Gulczyńska 2014, s. 172).

Przyczyn wczesnej inicjacji seksualnej upatruje się w:

- a) restrykcyjnym, niekonsekwentnym i zarazem nieinterweniującym modelu funkcjonowania rodziny, w których panuje brak partnerskich stosunków między rodzicami i złe samopoczucie w domu rodzinnym (Jankowiak, Gulczyńska 2014)
- b) dystansowanie się od wzorców przekazywanych przez instytucje szkolne i religijne (Izdebski 2000),
- c) przyswajaniu treści o charakterze seksualnym z programów telewizyjnych lub koncertów (Weber, Quiring, Daschmann, 2012),
- d) współwystępowaniu intensywnego lub wyczynowego uprawiania sportu, palenia papierosów, korzystania z alkoholu lub innych używek (Izdebski 2000),
- e) niskim wykształceniu rodziców i braku aspiracji zawodowych nastolatków (Valle 2009).

Konsekwencje wczesnej inicjacji seksualnej:

- a) mniej trwałe relacje seksualne w przyszłości (Moore, Harden, Mendle 2014),
- b) zwiększone ryzyko chorób wenerycznych (Steinberg, Monahan 2010),
- c) zwiększona ilość partnerów seksualnych i jednoczesnych partnerów seksualnych, nieplanowane ciąży (Albert, Brown, Flanigan 2003).

Profilaktyka podejmowania przedwczesnych kontaktów płciowych powinna więc zaczynać się w otoczeniu rodzinnym, które stwarza optymalną przestrzeń do rozwoju seksualnego dzieci pod kątem emocjonalnego i mentalnego przygotowania dzieci do dojrzałej aktywności seksualnej. Poza pozytywnym otoczeniem szkolnym i rówieśniczym, uwagę należy poświęcić zmniejszeniu ilości treści o charakterze seksualnym w telewizji, co również wskazano jako czynnik profilaktyczny (Collins i in. 2004).

„Skutecznej socjalizacji seksualnej nie pomagają również postępujące zmiany w kwestii ról płciowych, czego efektem jest niejednoznaczna rola biologiczna kobiet, a także kryzys roli mężczyzny i różnice w formach związków partnerskich (konkubinaty, związki krótkotrwałe, single), zmiany jakie zaszły w postrzeganiu rodziny, rozwody, funkcjonowanie dziecka w rozbitych lub niepełnych rodzinach. Zagrożenia w związku z prawidłową socjalizacją seksualną nastolatków są związane z czynnikami takimi jak: uzależnienia rodziców od alkoholu lub narkotyków, przemoc rodzinna, przestępczość, zdemoralizowanie oraz inne konflikty w rodzinie, które burzą możliwość seksualnej realizacji nastolatka. Również przemoc seksualna w rodzinie niesie szkodliwe następstwa takie jak: problemy z identyfikacją seksualną, zaburzenia depresyjne, nieadekwatnie niska samoocena, patologia więzi partnerów, nieprawidłowy rozwój orientacji seksualnej, występowanie nieadekwatnych postaw wobec życia seksualnego dla młodego człowieka” (Rokosa, Myga-Nowak, Wanot 2020, s. 47). Potraktujmy to jako wstęp do rozważań: Czy tak samo przyczyny, skutki i rozwiązania profilaktyczne można wskazać w kolejnej grupie działań dotyczących korekty płci bądź zawierania związków jednopłciowych? Owszem, aczkolwiek proces ustalania ich jest bardziej złożony ze względu na sporne stanowiska i argumenty czasem zaprzeczające sobie nawzajem. Postaram się oddać w sposób obiektywny stan aktualnych badań. Począwszy od orientacji seksualnej, nie powstaje ona bez przyczyn. W badaniach nad męskim homoseksualizmem wyróżniane są między innymi:

- a) czynniki biologiczne, bowiem poznano trzy okolice mózgu, których funkcja ma związek z kształtowaniem się orientacji seksualnej (Brodziak, Kłopotowski 2013),
- b) nadopiekuńczość matki lub/i brak emocjonalnej więzi z ojcem (Michałowska 2016)
- c) wrodzona wrażliwość chłopca (Majka-Rostek 2005).
- d) brak identyfikacji z rówieśnikami tej samej płci (Hockenberry, Billingham 1987, Whitam 1977)
- e) doświadczenie homoerotycznego seksu w okresie dzieciństwa lub młodości jako pierwszego doświadczenia seksualnego (Kępiński 1973).

Ustalono przy tym, że czynnik biologiczny nie jest determinujący i po wielu próbach nie udało się jeszcze dowieść istnienia „genu odpowiedzialnego za homoseksualizm”. To oznacza, że dopiero jeśli czynnik biologiczny wystąpi w połączeniu z czynnikami środowiskowymi, może dać efekt w postaci orientacji homoseksualnej. Posiadanie danej orientacji seksualnej nie jest dziełem wyboru, ale pewnych czynników, które miały wpływ na rozwój człowieka w tym obszarze. Ze względu na wrażliwość osób o orientacji homoseksualnej właściwą postawą jest delikatność w rozmowie oraz szacunek. Dzięki temu osoby borykające się z własną seksualnością mogą poczuć się przyjęte do społeczeństwa na prawach, które obowiązują każdego człowieka bez względu na płeć i sposób przeżywania swojej seksualności. Być może poczucie osamotnienia i myśli samobójcze towarzyszące utożsamiającym się z osobami LGBT+ mogłyby ulec zmniejszeniu, gdyby nastroje społeczeństwa wyrażały powszechną akceptację każdego człowieka. Orientacja to jedno, ale drugim jest związana z orientacją aktywność seksualna, do której może dochodzić lub wcale nie musi.

Pozostaje pytanie: „Czy współżycie seksualne osób tej samej płci jest czymś szkodliwym?”. Wiele ze stereotypów wiąże się z postrzeganiem samej orientacji seksualnej jako czynnika wiążącego się z częstszym występowaniem chorób (Biostat, 2012), co nie znajduje potwierdzenia w rzeczywistości, z uwagi na to, że to nie orientacja, ale zachowania warunkują częstsze występowanie chorób i zaburzeń (por. Oronowicz i in., 2015a). Okazuje się, że ryzyko zdrowotne jest następujące:

- a) zdecydowanie większa zachorowalność na wirusa HIV wśród mężczyzn współżyjących z mężczyznami (CDC 2015),
- b) mniejsza szansa na stabilność uczuciową w związku homo- i biseksualnym, co zwiększa ilość partnerów i ryzyko innych chorób wenerycznych (Grabski, Kasperek 2017),

- c) większe prawdopodobieństwo chorób psychicznych, skłonności do zachowań autodestrukcyjnych (Tsirigotis, Gruszczyński, Tsirigotis-Maniecka 2015).

Jeszcze więcej skutków zdrowotnych występuje wśród osób z transseksualizmem, przykładowo:

- a) występowanie zwiększonej ilości prób samobójczych (42,7% badanych kobiet i 37,2% badanych mężczyzn ma za sobą taką próbę) (Herman, Brown, Haas 2019),
- b) współwystępowanie u 61% osób transseksualnych innych zaburzeń na tle psychicznym: zaburzeń osobowości, nastroju, zaburzeń dysocjacyjnych czy psychotycznych (Campo, Nijman, Merckelbach, Evers 2003),
- c) większe prawdopodobieństwo syfilisu (European Centre for Disease Prevention and Control, Annual Epidemiological Report for 2016. Syphilis, 2018).

Osoby transseksualne wymagają często psychoterapii, choć obecne wytyczne nie traktują psychoterapii jako warunku koniecznego do tranzycji płci. Okazuje się jednak, że po jej zastosowaniu u 70% badanych zaobserwowano złagodzenie objawów dysforii płciowej, czyli cierpienia wynikającego z poczucia niedopasowania do danej płci. Terapia może więc odnieść pozytywny skutek, zarówno przy równoczesnym postępowaniu chirurgicznym, jak i bez niego (Lothstein, Levine 1981). Widząc badania potwierdzające, że zabieg tranzycji nie stanowi pomocy (<https://sexchangeregret.com>; Heyer 2020) i często osoby dążą do przywrócenia płci biologicznej (detranzycji), należy z dużą ostrożnością podchodzić do propozycji operacji chirurgicznych. Okazuje się, że objawy dysforii u prawie 10 % osób odczuwających ją mija do 18 miesięcy od czasu, gdy się pojawiły (Churcher, Spiliadis 2019). To świadczy o tym, że nie należy się spieszyć z tak ważną decyzją i być otwartym na zmiany, które może spowodować terapia. Niektórzy badacze wnioskują, że nawet zmiana otoczenia i wzorców kulturowych oraz behawioralnych może doprowadzić do sytuacji, w której osoba transpłciowa zaakceptuje swoją płć biologiczną (Mohammadi, Khaleghi 2018). Jeśli chodzi o homoseksualizm, zaleca się albo akceptację, albo pracę nad uruchomieniem pociągu do osób płci przeciwnej, co jest zależne od woli samego zainteresowanego. Dlaczego warto rozważyć inne rozwiązania prócz tych, które wydają się najprostsze? Terapia zakończona sukcesem daje szansę na założenie rodziny i życie w szczęśliwym związku, o czym marzy wiele osób o skłonnościach homoseksualnych. Sam Spitzer, który w 1973 roku przyczynił się do usunięcia homoseksualizmu z listy chorób psychicznych, później wykonał badania na próbie 200 osób o orientacji homoseksualnej, wykazując częściową skuteczność terapii konwersyjnej (Spitzer 2003). Po niecałych 10 latach za niedoskonałość użytych metod przeprosił swoich czytelników, których wyniki badań mogły

wprawić w błąd (Spitzer 2012). Niemierzalność badanego zagadnienia uzasadnił wątpliwością dotyczącą prawdomówności respondentów i subiektywnego poczucia braku odczuwania pociągu do osób tej samej płci, co zostało przypisane bardziej „pobożnym życzeniom” niż rzeczywistości. Coraz więcej badaczy jednak sili się na trud weryfikacji skuteczności terapii konwersyjnej, zwanej reparatywną (Phelan, Whitehead, Sutton 2009). Okazuje się, że terapia osób homoseksualnych przynosi zamierzony efekt, a stopień ryzyka szkody nie jest większy niż w przypadku innych psychoterapii. Pojawia się jednak tendencja różnych instytucji (the UK Association of Christian Counselors), organizacji (American Psychological Association) czy nawet mediów (*The Guardian*) do przekonywania o zasadności zamykania dróg do jakiegokolwiek formy „leczenia”, nawet jeśli osoba chce zmiany swoich skłonności. Należy wobec tego wyraźnie stanąć po stronie osób, które mają prawo zadecydować, w jaki sposób chcą zarządzać swoją seksualnością (Sulton 2015). Takie działanie, w przeciwieństwie do ingerencji chirurgicznych czy hormonalnych, nie stanowi zagrożenia dla zdrowia człowieka, ale jest próbą odnalezienia tożsamości zgodnej z płcią biologiczną. Przebieg psychoterapii odbywa się podczas dialogu, podczas gdy partnerzy rozmowy siedzą naprzeciwko siebie w fotelach i nie dochodzi do żadnych ingerencji na ciele pacjenta, ani nie są mu wyrządzane żadne krzywdy mentalne. O przebiegu takiej psychoterapii warto dowiedzieć się u źródła, czyli czytając podręcznik psychoterapeuty, który zdaje relacje ze sposobu leczenia osób z niechcianymi skłonnościami homoseksualnymi (Nicolosi 2011).

Tranzycja płci niesie też negatywne skutki dla sposobu rozstrzygania wyników sportowych osób, które tranzycji dokonały. Szczególnie dotyczy to mężczyzn, którzy dokonali korekty płci na płć żeńską, ale budowa ciała i gospodarka hormonalna pozwala im osiągać lepsze wyniki niż „prawdziwe kobiety” w kategorii kobiecej. Organizacja IOS co prawda wyznacza pewne kryteria, ale są one dalekie od etyki. Sportowa rywalizacja zamiast być kultem uczciwych zawodów, w których wygrywa najlepszy w swojej kategorii, dziś jest zagrożona trendem, aby przede wszystkim nie urazić bądź nie stygmatyzować środowiska osób LGBT+. To należy do negatywnych skutków tranzycji płci dla całego społeczeństwa.

Na koniec został temat pornografii i tego, jakie spustoszenie sieje nie tylko w sferze moralnej człowieka, ale i w sferze umysłowej. Wzrost zainteresowania pornografią wśród dziewcząt oraz spektakularny wzrost korzystania z pornografii w wieku młodzieńczym, odkąd pojawiły się smartfony, stanowi alarm dla rodziców i pedagogów szkolnych. W latach 2004–2016 szacunkowa liczba osób oglądających pornografię w Internecie potroiła się (310%) od października 2004 roku do października 2016 roku (Lewczuk, Wójcik, Goła 2019). Czy

masowość korzystania z pornografii równoważy powszechna wiedza o niej? Z wywiadów z młodzieżą wynika, że niestety uczniowie nie mają świadomości, jak duży stanowi problem i jakie niesie konsekwencje. Praca „Podsumowanie literatury i badań naukowych wskazujących na negatywne konsekwencje korzystania z pornografii w kontekście ochrony dzieci i młodzieży” (2019) w sposób skondensowany przedstawia badania na ten temat. Okazuje się, że, korzystanie z pornografii powoduje:

- uzależnienie behawioralne

Nagminne korzystanie z pornografii rodzi samowzmacniający się mechanizm powtarzania patologicznych czynności, obcych ewolucyjnie mózgowemu układowi nagrody, co szczególnie w przypadku nastolatków może skutkować uzależnieniem i wykorzystywaniem w przyszłości coraz drastyczniejszego i dewiacyjnego materiału, np. pornografii związanej z agresją i przemocą.

Źródła: B.Y. Park, G. Wilson, J. Berger, M. Christman, B. Reina, F. Bishop, W.P. Klam, A.P. Doan, Is Internet Pornography Causing Sexual Dysfunctions? A Review with Clinical Reports, „Behavioral Sciences”, 2016.

M.E. Andrzejewski, B.L. McKee, A.E. Baldwin, L. Burns, P. Hernandez, The clinical relevance of neuroplasticity in corticostriatal networks during operant learning, „Neuroscience & Biobehavioral Reviews”, nr 37, listopad 2013.

S.E. Hyman, Addiction: A disease of learning and memory, „The American Journal of Psychiatry”, nr 162, 2005.

T.L. Doremus-Fitzwater, E.I. Varlinskaya, L.P. Spear, Motivational systems in adolescence: Possible implications for age differences in substance abuse and other risk-taking behaviors, „Brain and Cognition”, nr 72, luty 2010.

K.C. Seigfried-Spellar, M.K. Rogers, Does deviant pornography use follow a Guttman - like progression?, „Computers in Human Behavior”, nr 29, wrzesień 2013.

Badania z ostatnich dwóch dekad dowodzą, że nadmierna konsumpcja pornografii jest powiązana ze znanymi już neurobiologicznymi mechanizmami typowymi dla tych występujących w przypadku uzależnień od różnych substancji, np. narkotyków. Uzależnienie od pornografii jest powiązane z czynnościowymi i morfologicznymi nieprawidłowościami w mózgu (Montag, Reuter 2017)

Źródło: Ch. Montag, M. Reuter, 2017. Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction (Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics), „Springer International Publishing Switzerland

- związany z uzależnieniem efekt eskalacji, tj. efekt, który powoduje, że konsumenci pornografii szukają coraz bardziej ekstremalnych treści,

Badania pokazują, że grupa osób często korzystających ze stymulacji pornografią w opozycji do rzadko korzystających z takiej stymulacji (według kryteriów godzin spędzonych rocznie na oglądaniu tych treści) odczuwa mniejszą przyjemność w związku z oglądaniem tych samych treści. Dowodzi to obecności mechanizmu eskalacji i tolerancji oraz narastania potrzeby sięgania po bardziej drastyczne treści pornograficzne.

Źródło: S. Kunaharan, S. Halpin, T. Sitharthan, S. Bosshard, P. Walla, Conscious and Non-Conscious Measures of Emotion: Do They Vary with Frequency of Pornography Use?, „Applied Sciences”, maj 2017.

- negatywne procesy zachodzące w mózgu konsumenta pornografii,

Badanie fMRI (metoda obrazowego badania aktywności mózgu przy zastosowaniu rezonansu magnetycznego) w berlińskim Instytucie Maxa Plancka dowiodło mniej istoty szarej (komórki ośrodkowego układu nerwowego) w układzie nagrody (prążkowi grzbietowym), wykazując powiązanie tego zjawiska z konsumpcją pornografii, w rozumieniu czasu trwania tego typu aktywności. Szybkie przeglądanie obrazów o treści seksualnej daje większą ilość stymulujących bodźców w czasie, co pozostaje w korelacji ze spadkiem aktywności układu nagrody. Odkrycia wskazują, iż mniejszy poziom reaktywności, czyli wzrost tolerancji, stwarza potrzebę zwiększonej stymulacji w celu osiągnięcia tego samego efektu. Badanie wykazało również, że wzrost długości czasu oglądania pornografii wiązał się ze spadkiem ilości połączeń pomiędzy układem nagrody a korą przedczołową, co jest kolejną zmianą w mózgu związaną z uzależnieniem. Naukowcy podkreślają również potrzebę prowadzenia dalszych prac, które mogłyby potwierdzić, że mamy do czynienia z relacją przyczynowo-skutkową między konsumpcją pornografii a zmianami w mózgu.

Źródło: S. Kühn, J. Gallinat, Brain Structure and Functional Connectivity Associated With Pornography Consumption: The Brain on Porn, „JAMA Psychiatry”, 2014.

- wpływ pornografii na odczuwanie satysfakcji seksualnej i pojawianie się dysfunkcji seksualnych,

Dysfunkcje seksualne takie jak problemy z erekcją, przedwczesny lub opóźniony wytrysk były zauważalne u 14% oglądających pornografię rzadziej niż raz w miesiącu i u 25,1% tych, którzy oglądają pornografię częściej niż raz w tygodniu.

Źródło: D. Pizzol, A. Bertoldo, C. Foresta, Adolescents and web porn: a new era of sexuality, „International Journal of Adolescent Medicine and Health”, nr 28, 2016.

- kryzys w związkach dotkniętych problemem pornografii

Według badań z 2000 roku istnieje związek między konsumpcją pornografii a zmniejszoną satysfakcją z relacji małżeńskich oraz z bliskości dwojga osób. W małżeństwach z problemem uzależnień seksualnych odnotowuje się wycofanie partnera, jego skłonność do tajemnic oraz dysfunkcje w relacjach partnerskich.

Źródła: J. Minarcik, C.T. Wetterneck, M.B. Short, The effects of sexually explicit material use on romantic relationship dynamics, „Journal of Behavioral Addictions”, 2016. J.P. Schneider, Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey, „Sexual Addiction & Compulsivity”, nr 7, 2000. J.P. Schneider, A qualitative study of cybersex participants: Gender differences, recovery issues, and implications for therapists, „Sexual Addiction & Compulsivity”, nr 7, 2000. M. Wildmon-White, J. Young, Family-of-origin characteristics among women married to sexually addicted men, „Sexual Addiction & Compulsivity”, 2002.

a) negatywne postrzeganie kobiet na skutek konsumpcji pornografii

Naukowcy wskazują, że uprzedmiotowienie kobiet w pornografii może powodować lub wzmocniać postawy agresywne i utrwalać „mit gwałtu”, co rodzi przekonanie, że kobiety oczekują lub odczuwają przyjemność z bycia molestowaną, gwałconą, a nawet maltretowaną. Takie procesy nie muszą dotyczyć większości mężczyzn, ale mogą dotyczyć mężczyzn z preferencjami do przemocy.

Źródła: G.M. Hald, N.M. Malamuth, C. Yuen, Pornography and Attitudes Supporting Violence Against Women: Revisiting the Relationship in Nonexperimental Studies, „Aggressive Behavior”, styczeń 2010.

M.A. Milburn, R. Mather, S.D. Conrad, The effects of viewing R-rated movie scenes that objectify women on perceptions of date rape, „Sex Roles”, nr 43, 2000.

D.A. Kingston, P. Fedoroff, P. Firestone, S. Curry, J.M. Bradford, Pornography use and sexual aggression: The impact of frequency and type of pornography use on recidivism among sexual offenders, „Aggressive Behavior”, nr 34, 2008.

- inne konsekwencje

Z badania przeprowadzonego w 2006 roku wynika, że w porównaniu z osobami zdrowymi osoby odznaczające się kompulsywnymi zachowaniami seksualnymi były skłonne trzy razy częściej spędzać w Internecie od 3 do 10 godzin tygodniowo oraz 13 razy częściej ponad 15 godzin tygodniowo niż osoby zdrowe.

Źródła: S.A. Hunt, S.W. Kraus, Exploring the Relationship Between Erotic Disruption During the Latency Period and the Use of Sexually Explicit Material, Online Sexual Behaviors, and Sexual Dysfunctions in Young Adulthood, „Sexual Addiction & Compulsivity”, nr 16, 2009. K. Daneback, M.W. Ross, S. Mansson, Characteristics and behaviors of sexual compulsives who use the Internet for sexual purposes, „Sexual Addiction & Compulsivity”, nr 13, 2006.

Pornografia i korzystanie z niej przez nastolatków kształtują postawy wobec seksu, przede wszystkim wypaczone zachowania w tej sferze.

Źródło: D. Pizzol, A. Bertoldo, C. Foresta, Adolescents and web porn: a new era of sexuality, „International Journal of Adolescent Medicine and Health”, nr 28, 2016.

Pornografia internetowa może prowadzić do dwojakiego rodzaju skutków. Po pierwsze – do zachowań niezmiennych preferencji seksualnych takich jak uzależnienie, rozwiązłość, sexting. Po drugie – do zachowań zmieniających preferencje: fetyszyzm, sadyzm, masochizm, podglądactwo i pedofilia.

Źródło: D. Pizzol, A. Bertoldo, C. Foresta, Adolescents and web porn: a new era of sexuality, „International Journal of Adolescent Medicine and Health”, nr 28, 2016.

Spośród 89 osób, które dopuściły się różnych form molestowania seksualnego dzieci lub dorosłych, 53% molestujących dzieci oraz 33% gwałcicieli przyznało, że intencjonalnie oglądało pornografię jako część przygotowań do podjęcia działań przestępczych. U 30% badanych gwałcicieli odnotowano, że zapoznawali się z pornografią w wieku od 6 do 10 lat. U osób, które nie popełniły przestępstw molestowania czy gwałtu, odsetek ten wynosił 2%.

Źródło: W.L. Marshall, The use of sexually explicit stimuli by rapists, child molesters, and nonoffenders, „The Journal of Sex Research”, 1988

Wszystkie podane wyżej nagłówki wraz z opisami i źródłami zaczerpnęłam z Cytuję za: Podsumowanie literatury i badań naukowych wskazujących na negatywne konsekwencje korzystania z pornografii w kontekście ochrony dzieci i młodzieży 2019.

Blok 3: Wychowanie do myślenia refleksyjnego

W tym bloku tematycznym najważniejszym będzie odpowiedzenie na pytanie: Jak z sukcesem połączyć wychowanie do wartości ciała (przekazywanie z pokolenia na pokolenie kulturowych wzorów w aspekcie cielesności) z wychowaniem do mediów?

Z przeprowadzonych badań jakościowych wynika, że działania względem ciała i postawy względem tych działań różnicuje podejmowanie się bądź unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego. Jakim zaskoczeniem dla mnie i jednocześnie potwierdzeniem naukowości pracy było dla mnie odkrycie w literaturze światowej tej samej zależności! Czytając przemyślenia Johna Deweya poczułam się tak, jakbym odkryła elektryczność w kraju, w którym wciąż panują egipskie ciemności. Piszę to ni to żartobliwie, ni to z przekąsem, ale jednocześnie chcąc przekazać coś bardzo ważnego. Choć już w 1910 roku John Dewey postulował, aby nauka krytycznego myślenia, którą określał mianem „refleksyjnego myślenia” stanowiła cel kształcenia, a więc aby mogła zaistnieć jako przedmiot szkolny czy akademicki (Ptaszek 2019); na gruncie polskim wciąż nie stworzono przestrzeni edukacyjnej, by myślenie refleksyjne kształtować wśród młodzieży. Okazuje się, że nawet w badaniu dotyczącym nauk o kulturze fizycznej ten brak podstawowej umiejętności myślenia krytycznego powoduje

następstwa w obszarze działań i postaw wobec ciała. Aby wyjaśnić, że umiejętność krytycznego myślenia może uchronić młodzież przed zachowaniami ryzykownymi, zacznę od definicji.

„Według Deweya kształcenie umiejętności myślenia to przekształcanie naturalnych zdolności wnioskowania, analizy i interpretacji w nawyk krytycznego dociekania, które skutkuje poglądami spoczywającymi na solidnym fundamencie przesłanek. Dewey wychodzi od spostrzeżenia, że *myślenie [...] dzieje się w nas*, a czynności takie jak wyciąganie wniosków, popieranie ich dowodami, obmyślanie racjonalnego rozwiązania problemu, analizowanie konsekwencji i tym podobne leżą w naturze umysłu. Czynności te mogą być jednak wykonywane dobrze lub źle. Szkoła ma zatem bardziej kształcić zdolność „dobrego” myślenia niż przekazywać informacje. W tym wypadku kluczowymi kompetencjami według tego filozofa są na przykład: odróżnianie zweryfikowanych twierdzeń od subiektywnych opinii, interpretacji lub przypuszczeń; poprawne dochodzenie do przemyślanych wniosków i wiedzy solidnie ugruntowanej; stosowanie metod rozumowania odpowiednich do rodzaju napotkanego problemu. Ta ogólna charakterystyka wystarczy, by wywnioskować, że stosowanie procedur logicznego rozumowania oraz metod naukowego dociekania jest według Deweya podstawą wykształconego myślenia. (Wasilewska-Kamińska 2016, s.20). Dotychczas nikt w szkole nie zwrócił mi uwagi na to, że sposób mojego rozumowania jest niewłaściwy, mimo iż w życiu prywatnym różnice pomiędzy sposobem myślenia jednego człowieka od sposobu myślenia drugiego człowieka są dostrzegalne. Okazuje się, że można je oceniać pod kątem metod naukowego dociekania i tego powinniśmy być uczeni, aby nie skupiać się na fałszywych przekonaniach, ale dążyć do odkrycia prawdy i zależności funkcjonowania świata. Dlaczego nabycie umiejętności myślenia refleksyjnego jest tak ważne we wszystkich dziedzinach życia? Jeśli nasz umysł nie będzie gotowy do rozstrzygania i analizy przedstawianych informacji, ktoś lub coś zrobi to za nas, ale to my poniesiemy tego konsekwencje.

Media kreują rzeczywistość, budują teatr, w którym prezentują wybrane treści. Muszą jednak pamiętać, że widz nie jest bezwolny i tak długo będzie przyglądał się przedstawieniu, jak długo będzie czerpał z tego korzyści: satysfakcję lub źródło informacji. Dla dobrej jakości spektaklu potrzebny jest zatem wymagający i inteligentny widz, rolę mediów jest zaś tak kreować przekaz, aby motywować odbiorcę do wysiłku intelektualnego, by chciał wcielić się w stawiane przed nim role i realizować pożądane społecznie cele

(Polaczek-Bigaj 2017, s. 202)

Ten fragment obrazuje, że nadawca mediów kreuje pewną rzeczywistość, z której myślący odbiorca może czerpać korzyści, ale wymaga to od niego wysiłku intelektualnego. W przeciwnym razie biernie odbieranie mediów czyli nieprzemysłane, zbyt długie korzystanie z przekazów medialnych, powoduje spadek aktywności społecznej człowieka (Granda, Granda 2008). Inni badacze również dostrzegają konieczność kształtowania myślenia abstrakcyjnego, planowania i wyciągania wniosków ze swoich działań (Rokosa, Myga-Nowak, Wanot 2020), aby wiek dojrzewania wiązał się ze stopniowym rozwojem umysłowym. Wówczas w naturalny sposób kształtuje się postawa selektywna wobec przekazów medialnych. „Trudność tej selekcji kryje się zaś w mnogości przekazów, które docierają od ogromnej liczby nadawców. W tej sytuacji widz, słuchacz czy też czytelnik ma możliwość poznania wielu różnych punktów widzenia tego samego problemu, lecz można podać w wątpliwość tezę, iż taki układ ułatwia mu poznanie prawdy. Docieranie do odbiorców komunikatów przez tak wiele kanałów komunikacyjnych sprawia, że mamy do czynienia z szumem informacyjnym i zjawiskiem zmęczenia odbiorcy” (Polaczek-Bigaj 2017, s. 202). Samo przyswojenie wiedzy nie jest równoważne z ich krytyczną weryfikacją. Szumowi medialnemu towarzyszy bezrefleksyjne przedstawienie treści, aby zaskarbić sobie uwagę odbiorcy, manipulując jego uczuciami. Podsycanie atmosfery strachu, wzbudzanie poczucia wszechobecności zagrożeń stają się działaniem propagandowym lub perswazyjnym, przed którym może uchronić tylko racjonalna krytyka odbiorców (Fiut 2011). To daje kolejny sygnał do nieodzowności nauczania umiejętności myślenia refleksyjnego. Wówczas można je zastosować jako narzędzie do demaskowania dezinformacji online.

Każda wiedza o świecie (zwłaszcza ta mająca charakter zapośredniczony, zdobywana nie w procesie instytucjonalnego uczenia się, lecz przyswajana wskutek obcowania z różnymi przekazami medialnymi) powinna być poddawana krytycznej ocenie i weryfikacji. Aby mogło to nastąpić, osoba tego dokonująca musi być zdolna do takich operacji kognitywnych, które jej to umożliwią. Temu właśnie służy krytyczne myślenie, uważane za określoną zdolność poznawczą powiązaną z inteligencją, które można rozwijać

(Ptaszek 2019, s.269)

Skoro nabycie tej umiejętności jest wskazywane jako podstawowy cel kształcenia (Dewey 1910), potrzebne są szczegółowe wskazówki i metody, jak ten proces nauczania myślenia miałby przebiegać. Pierwsze próby nauczania krytycznego myślenia jako przedmiotu miały miejsce w USA i Kanadzie i znalazły odzwierciedlenie w dwóch odmiennych podejściach (Burbules, Berk 1999): Krytycznego Myślenia (Critical Thinking) i Pedagogiki Krytycznej (Critical Pedagogy), ale mają one wspólne podłoże walki ze zniekształconą

rzeczywistością. Przyświeca im cel pomocy uczniom być bardziej krytycznymi w myśleniu i działaniu, co umożliwi im dostrzeżenie świata takim, jaki jest i przygotowanie się do odpowiedniego w nim działania (Ptaszek 2019). Myślenie refleksyjne ułatwia i uzasadnia decyzje, w co wierzyć lub jak poprowadzić swoje życie (Ennis 1991). Według Ennis osoba myśląca krytycznie to osoba, która:

- koncentruje się na istocie sprawy,
- bierze pod uwagę całą sytuację,
- zajmuje i zmienia stanowisko w zgodzie z dowodami,
- poszukuje informacji,
- poszukuje alternatywnych rozwiązań,
- dba o precyzyjność informacji,
- odznacza się samoświadomością i otwartością umysłu,
- ostrożnie wyciąga wnioski,
- odznacza się brakiem sceptycyzmu (Ennis 1991, s. 5-24)

Aby stać się zdrowomyślącym człowiekiem, potrzebne są warsztaty z krytycznego myślenia. Ich formułę dla dzieci wymyślił Lipman i wprowadził do szkół „Filozofię dla dzieci”. Podstawowym zamysłem autora programu jest pobudzanie dzieci do rozmyślań i prowadzenia dialogu na bazie tego intelektualnego pobudzenia (Wasilewska-Kamińska 2016). W jaki sposób do tego dążył? Ćwiczenia w technice myślenia opracował na podstawie czytania sześciu pozycji książkowych odpowiednich dla grupy wiekowej, ale przedstawiających różne tematy. Po przeczytaniu każdej książki dochodziło do wymiany myśli pomiędzy uczestnikami, ale na konkretnych zasadach. „Dialogi następujące po przeczytaniu tekstu nie są zwykłą rozmową, jak przekonuje Lipman, ponieważ w trakcie ich prowadzenia przestrzegane są reguły logiki, stosowane są kryteria i metody dociekania na wzór akademickiego. Oznacza to, na przykład, że opinie niepoparte uzasadnieniami zanurzonymi w akceptowalnych przesłankach zostają odrzucone przez wspólnotę dociekającą. Uczniowie mają tym samym opanować umiejętność *rozdzielania lepszego myślenia od gorszego myślenia* (Lipman 1991). Owo *lepsze myślenie*, jak można przypuszczać, jest lepsze ze względu na jakość rozumowania, na klarowność wyrażanych słowami myśli i jasność stosowanych pojęć. Jest ono *lepsze* z powodu poprawności stosowania metod logicznego dociekania. Dany przejaw myślenia będzie lepszy od innego ze względu na jakość stojących za nim uzasadnień, przesłanek, poprawność rozumowania i prawomocność założeń leżących u jego podstaw. Tego uczą się uczestnicy programu autorstwa

Lipmana” (Wasilewska-Kamińska 2016). Podjęto się badań empirycznych nad skutecznością tego programu. Oto jak prezentowały się wyniki na próbie 5000 osób (Iorio, Weinstein, Martin 1984):

- rozwój umiejętności rozumowania (manifestuje się on w taki sposób, że uczniowie, którzy osiągają wyniki w prostych testach na rozumowanie poniżej 75%, natomiast po rocznej interwencji w postaci kursu „Filozofii dla dzieci” rezultaty osiągnięte na takich testach wzrastają o jedną trzecią)
- o 66% wyższa umiejętność czytania ze zrozumieniem,
- wzrost kreatywności u uczniów,
- o 36% lepsze osiągnięcia z matematyki.

Praktyka dydaktyczna programów dotyczących nauczania myślenia krytycznego nie jest jednorodna, a każdy autor programu realizuje jedynie wspólny cel, natomiast zupełnie innymi środkami. W niektórych przedsięwzięciach zauważono braki w kompetencjach nauczycieli i braku wiedzy, czym owo myślenie krytyczne jest. To sprawia, że w tej dziedzinie edukacji jest jeszcze sporo do zrobienia, a szczególnie na gruncie polskim, gdzie choć myślenie krytyczne i potrzebę jego stosowania zasygnalizowano w ważnym dokumencie (Raport o stanie edukacji 2010), praktyka jest wciąż znikoma.

Mój przekaz płynie w stronę nauczycieli wychowania fizycznego, a głównie nauczycieli akademickich. Chaos normatywny, którego jesteśmy świadkami, biorąc pod uwagę rozgrywającą się na naszych oczach rewolucję seksualną, można opanować, kształtując myślenie krytyczne. Sami jednak także musimy być odważni w głoszeniu tego, co logiczne i poświęceni procesowi poszukiwania prawdy. Niestety przykłady tłamszenia racjonalnych głosów w dyskusjach publicznych nie są dobrą wróżbą o stanie polskiej inteligencji (<https://www.tvp.info/45548182/pracownik-uczelni-zwolniony-za-wyklad-pt-homoseksualizm-a-zdrowie>). Zaprzeczając zdrowemu rozsądkowi, a poddając się medialnej manipulacji, sami siebie narażamy na straty.

Mówi się, że rośnie *pokolenie post prawdy*, a więc ludzi uznających za prawdę to, co się czuje, a nie to, co jest obiektywnie prawdą popartą badaniami naukowymi. Być może środkiem do rozpoczęcia refleksji nad przyczynami i skutkami byłoby zachęcanie uczniów do spisywania swojej autobiografii bądź mówienia o swoim życiu. Propozycja odnosi się do podjętego przez Petera Alheita pojęcia biograficzności, które łączy zagadnienia refleksyjności oraz rozwoju osobistego. W świetle tej metody należy zwrócić uwagę na konsekwencje

ludzkiego działania i dokonywanych wyborów (Illeris, 2006, s. 104). Refleksyjność wyzwala uczenie się i motywuje do kształtowania własnego życia, co jest istotne w procesie indywidualnego rozwoju (Kmita-Zaniewska 2018, s. 117). Narracja ma edukacyjny potencjał, gdyż opowiadając o ciągu wydarzeń z życia, można wyciągnąć wnioski i spojrzeć obiektywnie na to, co miało wpływ na decyzje i jakie konsekwencje przyniosły konkretne działania. „Kluczowe założenie tego podejścia przyjmuje, iż dorośli, opowiadający o swojej edukacji, snuje refleksję biograficzną, która stanowi podłoże dla jego nowej formacji osobowościowej. Na opowiadaniu własnej biografii i na jej pisaniu buduje się proces kształcenia dorosłych. Biografie edukacyjne powstają wokół tematu centralnego – stymulacji wychowawczej: w rodzinie, w szkole, w grupie rówieśniczej itp.” (Czerniawska, 2002, s. 59). Wniosek płynący z moich badań jakościowych i z przeglądu literatury jest następujący: brak myślenia przyczynowo-skutkowego wśród młodzieży spowodowany jest brakiem umiejętności krytycznego myślenia. Z badań nad edukacją wynika wzmożona potrzeba skonstruowania takiego przedmiotu, który łączyłby cele pedagogiki wartości ciała i pedagogiki medialnej, by edukacyjny potencjał mediów wykorzystywać z korzyścią dla ciała człowieka.

Wnioski

Badania ilościowe i jakościowe potwierdziły, że przekaz medialny o odpowiedniej formie i treści może w niewielkim stopniu przyczyniać się do zmian w postawach i działaniach uczniów względem ciała, ale nie są to różnice istotne statystycznie. Płynie z tego prosty wniosek, że media wspomagają, ale nie są w stanie zastąpić żywego kontaktu z nauczycielem wychowania fizycznego, mimo bogactwa treściowego i atrakcyjności zewnętrznej narzędzi medialno-edukacyjnych. Przekaz medialny pozbawiony relacyjnego charakteru pomiędzy odbiorcą a nadawcą traci na skuteczności. Im więcej zachodzi interakcji pomiędzy użytkownikami, tym więcej zaangażowania w treści. Znalezienie odpowiedzi na postawione pytania badawcze przyniosło jednak zupełnie inny wniosek niż ten wynikający z obranego celu badawczego pracy.

- 1) Wewnętrzna struktura zachowań zdrowotnych uczniów w badaniu końcowym nie zmieniła się istotnie względem struktury zarejestrowanej w badaniu początkowym i w odniesieniu do poszczególnych składowych wyniosła:

- prawidłowe nawyki żywieniowe – 25,00%,
- zachowania profilaktyczne – 26,19%,
- pozytywne nastawienia psychiczne – 25,00%,
- praktyki zdrowotne – 23,81%.

W grupie respondentów wzrosła wartość procentowa stanu zachowań profilaktycznych na tle innych zachowań zdrowotnych.

- 2) Najważniejszym celem i motywacją jest dla młodzieży uzyskanie bądź utrzymanie zgrabnej sylwetki. Widać tu pierwszeństwo wzoru symbolicznego kultury cielesnej przed egzystencjalnym. W badaniu początkowym 6% uczniów wskazało zdrowie jako główny cel podejmowania aktywności fizycznej, natomiast w badaniu końcowym 15% uczniów, co sygnalizuje delikatną zmianę w stronę wartości witalnych.
- 3) Średnia wartość ogólnego wskaźnika poczucia koherencji uczestników badania zwiększyła się w badaniu końcowym. We wszystkich składowych poczucia koherencji odnotowano wzrost, prócz poziomu poczucia zaradności.
- 4) Brak danych istotnych statystycznie jest ważną informacją o tym, że badana zależność nie wystąpiła. W badaniu nie uzyskano danych potwierdzających skuteczność przekazu medialnego w kontekście zmian w postawach uczniów względem ciała. Należy w tym miejscu podkreślić, że badanie dotyczyło tego konkretnego, stworzonego na podstawie pedagogiki wartości ciała przekazu medialnego (projektu MłodeTalenty.online). Uczniowie przystępujący do wywiadu wyróżniali się wyższymi wynikami zachowań zdrowotnych i poziomu koherencji względem średniej w grupie badawczej. Posiadane postawy względem ciała były wynikiem innych czynników niż aktywności w projekcie MłodeTalenty.online, między innymi wartościami przekazanymi przez rodzinę i posiadanymi cechami osobowości.
- 5) Uczniowie w świecie medialnym najczęściej spotykają się z wyidealizowanym obrazem ciała człowieka, co powoduje w nich chęć upodobnienia swojego ciała do zgrabnej i atrakcyjnej sylwetki. Wygląd ciała jest traktowany jako najważniejszy atut i w aplikacjach typu instagram dodatkowo eksponowany, często za pomocą sztucznych filtrów. Niesie to negatywne skutki dla młodzieży: spadek poczucia własnej wartości i poczucie zawstydzenia sobą w świecie realnym. Świadomość nurtu „body positive” (ciałopozytywność) oraz odwróconej rzeczywistości w mediach nie jest aktualnie wystarczającym czynnikiem chroniącym przed zagrożeniami.

- 6) Postawy względem poszczególnych sposobów rozporządzania ciałem są wśród młodzieży zależne nie tylko od otrzymanego wychowania i przyswojonych wartości, ale także zależą od podejmowania myślenia refleksyjnego w obszarze przyczyn i skutków działań wobec ciała. Uczniowie dzielą działania związane z ciałem na te, o których można swobodnie dywagować nad przyczynami i skutkami (zaburzenia odżywiania, współżycie seksualne, przyjmowanie środków odurzających) oraz te, dla których takiego myślenia o przyczynach i skutkach się wystrzegają (pornografia, posiadanie odmiennej tożsamości płciowej). Okazuje się, że pozbawianie siebie prawa do myślenia refleksyjnego nie przynosi korzyści uczniom ani osobom trzecim.
- 7) Uczniowie dostrzegają wartość w odkrywaniu i pokazywaniu swojego potencjału w projekcie MłodeTalenty.online. W wywiadach padło kilka propozycji wykorzystania nowoczesnych mediów w edukacji. W ustach młodzieży, czyli głównego konsumenta treści, brzmiały ono następująco:
- stworzyć społeczność wirtualną skupioną wobec jakiejś aktywności, którą można wykonywać w tym samym czasie, łącząc się za pośrednictwem komunikatorów;
 - w tej samej grupie organizować cykliczne spotkania na żywo, umacniające więzi i polegające na wymianie pozytywnych doświadczeń w związku z aktywnością (rozwijaniem jakiejś wybranej pasji);
 - kierownikiem grupy rozwijającej daną aktywność musiałaby być osoba, która bardzo dobrze zna się na tej dziedzinie, a równocześnie mówi językiem prostym, zrozumiałym dla uczniów i roztacza wokół siebie atmosferę zaufania i wsparcia;
 - poza rozwiązaniami, które można wprowadzać na terenie szkoły bądź w przestrzeni wirtualnej, warto przekazywać rodzicom wiedzę o tym, jak pozytywnie wspierać nastolatków w ich prawidłowym rozwoju. Spotkania z rodzicami w tym celu byłyby bardzo korzystne z racji tego, że to właśnie wsparcie w rodzinie stanowi najistotniejszy czynnik chroniący przed zachowaniami ryzykownymi.
- 8) Myślenie przyczynowo-skutkowe, interwencja osób trzecich, wychowywanie do wartości ciała oraz przekazywanie edukacyjnych treści poprzez media należą do grupy działań chroniących przed zachowaniami ryzykownymi.

- 9) Przeniesienie relacji międzyludzkich do świata online, a także zjawisko konwergencji mediów i edukacji przyniosło odkrycie, że uczenie krytycznego myślenia jest koniecznością, by nie wpaść w pułapkę bezrefleksyjnego podążania za trendami. Znalezienie zależności pomiędzy brakiem myślenia przyczynowo-skutkowego a negatywną postawą wobec kultury fizycznej sugeruje, że nauczanie myślenia krytycznego może okazać się działaniem profilaktycznym. Przykładowo, postawa wobec korzystania z pornografii wśród młodzieży mogłaby się zmienić w wyniku nabycia umiejętności myślenia krytycznego.

Za największe odkrycie w moich badaniach uważam stworzenie teorii przeniesionej do podpunktu 8, w którym umiejscawiam myślenie przyczynowo-skutkowe w grupie czynników chroniących przed zachowaniami ryzykownymi. Użyteczność tej teorii uzasadniam odkrytą potrzebą stworzenia właściwej formy warsztatów nad opanowaniem umiejętności myślenia refleksyjnego w obszarze wartości ciała. Moją propozycją dydaktyczną jest stworzenie przestrzeni do dyskusji nad różnymi zagadnieniami w obszarze ludzkiej cielesności w formie zajęć stacjonarnych lub online. Można zrealizować takie zajęcia na wzór „Filozofii dla dzieci” Lipmana, a zamiast lub oprócz książek wykorzystywać materiały audiowizualne. Użyte materiały naukowe powinny być treściowo dopasowane do wieku i zdolności poznawczych uczniów. Opracowanie i zebranie optymalnych źródeł powinno się odbyć w ramach konsultacji osób związanych z kulturą fizyczną, po zapoznaniu się z literaturą światową dotyczącą idei myślenia krytycznego. Jako entuzjasta i osoba mająca na sercu prawidłowy rozwój młodzieży, chętnie na kolejnym etapie badań naukowych rozliczę nas, pedagogów, z zadania, przed jakim dziś stajemy. Zachęcam do przyjrzenia się tej teorii, która hołduje holistycznemu podejściu do człowieka i dodatkowo uwiarygadnia, że zajmowanie się ciałem bez uwzględnienia tożsamości i intelektu jego właściciela byłoby błędem.

Bibliografia

- Albert B., Brown S., Flanigan C. (2003) 14 and Younger: The Sexual Behavior of Young Adolescents. Summary. National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Washington.
- American Academy of Pediatrics (1995) Children, adolescents, and advertising. Committee on Communications. *Pediatrics*, 95, 295–297.
- Andrzejewski B. (2006) Słowo wstępne. *Homo communicativus*, 1, 5-6.
- Ary D., Duncan T., Biglan A., Meltzer C., Noell J., Smolkowski K. (1999) Development of adolescent problem behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 27(2), 141–150.
- Babbie E. (2009) *Podstawy badań społecznych*. PWN, Warszawa.
- Bandura L. (1983) Pedagogika medialna. *Ruch Pedagogiczny*, 3(4), 3.
- Bartoszewicz R., Gandziarski K., Krawczyk A. (2017) Poczucie koherencji a zachowania zdrowotne nauczycieli zdrowia. *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 58, 89-101.
- Bąk A. (2015) Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce: wyniki badania ilościowego. Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa.
- Brodziak A., Kłopotowski T. (2013) Biologiczne i środowiskowe uwarunkowania orientacji seksualnej. *Ann. Acad. Med. Siles*, 67(4), 256-267.
- Bushman, B. J., & Anderson, C. A. (2001). Media violence and the American public: Scientific fact versus media misinformation. *American Psychological Association*, 56, 477-489.
- Byłok F. (2016) Konsumpcja hedonistyczna a konsumpcja etyczna. Czy potrzebna jest społecznie odpowiedzialna konsumpcja? *Studia i Prace WNEiZ US*, 43(3), 39-55.
- Campo J., Nijman H., Merckelbach H., Evers C. (2003) Psychiatric comorbidity of gender identity disorders: a survey among Dutch psychiatrists. *American Journal of Psychiatry*, 160(7), 1332-1336.
- Castells M. (2007) *Spółeczeństwo sieci*. PWN, Warszawa.

Centers for Disease Control and Prevention (1994) Preventing Tobacco Use Among Young People – A Report of the Surgeon General. Pobrano 23.02.2022 z http://www.who.int/tobacco/research/youth/health_effects/en/.

Centers for Disease Control and Prevention (2015) HIV Surveillance Report, 27. Pobrano 23.02.2022 z <http://www.cdc.gov/hiv/library/reports/hiv-surveillance.html>.

Churcher A.C., Spiliadis (2019) Taking the lid off the box: The value of extended clinical assessment for adolescents presenting with gender identity difficulties. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 24(2), 338–352.

Collins R.L., Elliott M.N., Berry S.H., Kanouse D.E., Kunkel D. Hunter S.B., Miu A. (2004) Watching Sex on Television Predicts Adolescent Initiation of Sexual Behavior. *Pediatrics*, 114(3), 280-289.

Coyne S.M., Nelson D.A., Lawton F., Haslam S., Rooney L., Titterington L., Ogunlaja L. (2008) The effects of viewing physical and relational aggression in the media: Evidence for a cross-over effect. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 1551-1554.

Coyne S.M., Stockdale L., Nelson D.A. (2012) Two sides to the same coin: Relational and physical aggression in the media. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 4, 186-201.

Coyne M., Padilla-Walker L.M., Fraser A.M., Fellows K., Day R. D. (2014) Media Time = Family Time. Positive Media Use in Families With Adolescents. *Journal of Adolescent Research*, Vol. 29(5) 663–688

Demel M. (1998) *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*, Wydawnictwo AWF Kraków, Kraków.

Dermatologia Braun-Falco (2004) Burgdorf W.H.C., Plewig G., Wolff H.H., Landthaler M. (red.) Wydawnictwo Czelej, Lublin, 2, 987.

Dewey J. (1934) *Jak myślimy?* Książnica Atlas, Lwów – Warszawa.

Dey I. (1999). *Grounding grounded theory. Guidelines for qualitative inquiry*. Academic Press, San Diego.

Dybińska E., Kwiatkowska-Skwara A. (2015) *Postawy wobec kultury fizycznej i zachowania zdrowotne młodzieży akademickiej Krakowa w aspekcie*

uwarunkowań osobniczych oraz społeczno-środowiskowych. *Zdrowie i Dobrostan*, 1, 45-80.

Dylak S. (2013) *Architektura wiedzy w szkole*. Difin, Warszawa.

Encyklopedia Kultury Polskiej XX wieku. Kultura fizyczna – sport (1997) Z. Krawczyk (red.) Instytut Kultury Warszawa, Warszawa.

Ennis R. (1991) *Critical Thinking: A Streamline Conception*. *Teaching Philosophy*, 14 (1).

Erdem C., Erişti B. (2018) *Paving the Way for Media Literacy Instruction in Preservice Teacher Education. Prospective Teachers' Levels of Media Literacy Skills*. *International Journal of Instruction*, 11(4), 795-810.

Fiut I.S. (2011) *Konwergencja mediów a komunikowanie*. [W:] K. Pokorna-Ignatowicz, J. Bierówka (red) „Stare” media w obliczu „nowych”, „nowe” w obliczu „starych”. *Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego*, Kraków, 13-26.

Gable S., Lutz S. (2000) *Household, parent, and child contributions to child obesity*. *Family Relations*, 49, 293-300.

Gamble M., Cotunga N. (1999) *A quarter century of TV food advertising targeted at children*. *Am. J. Health Behav.*, 23, 261-267.

García-Moriyón F., Rebollo I., Colom R. (2005) *Evaluating Philosophy for Children: A Meta-Analysis*. *Thinking: The Journal of Philosophy for Children*, 17(4), 14-22.

Garnezy N. (1985) *Stress-resistant children: The search for protective factors*. [W:] J. Stevenson (red.) *Recent research in developmental psychopathology*. Pergamon Press, New York, 213–234.

Gentile D.A., Anderson C.A., Yukawa N., Saleem M., Lim K.M., Shibuya A., Sakamoto A. (2009) *The effects of prosocial video games on prosocial behaviors: International evidence from correlational, longitudinal, and experimental studies*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 752-763.

Gentile D.A., Lynch P.J., Linder J.R., Walsh D.A. (2002) *The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance*. *Journal of Adolescence*, 27, 5-22.

- Global Strategy on Diet (2004), Physical Activity and Health. WHO, Geneva.
- Grabowski H. (1999) Teoria fizycznej edukacji. WSiP, Warszawa.
- Grabski B., Kasperek K. (2017) Problemy seksualne u mężczyzn homo- i biseksualnych – omówienie kontekstu zagadnienia Sexual problems in homo- and bisexual men – the context of the issue. *Psychiatr. Pol.*, 51(1), 75–83.
- Granda A., Granda T. (2008) Rola mass mediów w edukacji człowieka. *Lider*, 3, 24.
- Gras F. (1981) Kultura fizyczna i sport jako komponenty kultury i sposobu życia w świetle analizy socjologicznej. [W:] Z. Krawczyk (red.) *Kulturowe wartości sportu. Materiały VI Międzynarodowego Symposium Socjologii Sportu*, Warszawa.
- Grzelak S. (2011) Model profilaktyki zintegrowanej. *Wychowawca*, 11(226), 12-15.
- Grzelak S., Sala M., Czarnik S., Paż B., Balcerzak A., Gwóźdź J. (2015) *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży: przewodnik dla samorządowców i praktyków oparty na wynikach badań naukowych*. Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa.
- Havighurst R.J. (1981) *Developmental Tasks and Education*. Longman, New York-London.
- Herman J.L., Brown T.N.T., Haas A.P. (2019) *Suicide Thoughts and Attempts Among Transgender Adults in the US. Findings from the 2015 U.S. Transgender Survey*, The Williams Institute, Los Angeles.
- Heszen I., Sęk H. (2007) *Psychologia zdrowia*. PWN, Warszawa.
- Heyer W. (2022, February 23) *Sex Change Regret*. <https://sexchangeregret.com>.
- Hirschi T. (1969) *Causes of delinquency*. University of California Press, Berkeley.
- Hughes R., Ebata A.T., Dollahite D.C. (1999) Family life in the information age. *Family Relations*, 48, 5-6.
- Huston A.C., Donnerstein E., Fairchild H., Feshbach N.D., Katz, P.A., Murray J. P., Zuckerman D.M. (1992) *Big world, small screen: The role of television in American society*. University of Nebraska Press, Lincoln.

- Iorio J., Weinstein M., Martin J. (1984) A review of district24's philosophy for children program. *Thinking: The Journal of Philosophy for Children*, 5, 28-35.
- Issing L. (1987) *Medienpädagogik im Informationszeitalter*. Deutscher Studien Verlag: Weinheim.
- Iwanicka A. (2020) Dziecięce wchodzenie w interakcje społeczne za pomocą mediów cyfrowych – raport z badań. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 7, 50–60.
- Izdebski Z. (2000) *Wiedza, przekonania o HIV/AIDS w społeczeństwie polskim. Zachowania seksualne*. PWN, Warszawa.
- Fundacja Instytut Profilaktyki Zintegrowanej (2018) *Jak zwiększyć skuteczność profilaktyki problemów młodzieży. Siedem sprawdzonych sposobów działania opartych na badaniach naukowych i wieloletniej pracy z młodzieżą*. IPZIN, Kobyłka.
- Jankowiak B., Gulczyńska A. (2014) Wczesna inicjacja seksualna młodzieży – przyczyny i konsekwencje. *Kultura – Społeczeństwo – Edukacja*, 1(5), 171-187.
- Jenks C. (1999) *Kultura*. ZYSK I S-KA, Poznań.
- Jessor R. (1987) Problem-Behavior Theory, Psychosocial Development, and Adolescent Problem Drinking. *British Journal of Addiction*, 82, 331–342.
- Jessor R. (1991) Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*, 12, 597–605.
- Jessor R. (1998) *New perspectives on adolescent risk behaviour*, [W:] R. Jessor (red.) *New perspectives on adolescent risk behaviour*. Cambridge University Press, 1-10.
- Jessor R., Jessor S. (1977) *Problem behavior and psychological development: a longitudinal study of youth*. Academic Press, New York.
- Jessor R., Jessor S., Finney J. (1973) A social psychology of marijuana use: longitudinal studies of high school and college youth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26(1), 1–15.
- Jolls T. (2015) The New Curricula: How Media Literacy Education Transforms Teaching and Learning. *Journal of Media Literacy Education*, 7(1), 65-71.

- Kazdin A. (1987) Treatment of antisocial behavior in children: current status and future directions. *Psychological Bulletin*, 102(2), 187–203.
- Kelley A., Schochet T., Landry C. (2004) Risk taking and novelty seeking in adolescence. *Annals New York Academy of Science*, 1021, 27–32.
- Kępiński A. (1973) *Z psychopatologii życia seksualnego*. PZWL, Warszawa.
- Kłoskowska A. (2007) *Socjologia kultury*. PWN, Warszawa.
- Kmita-Zaniewska K. (2018) Interakcje, narracje i interpretacje w badaniach biograficznych. *Ruch Pedagogiczny*, 4, 117.
- Konecki K. (2000) *Studia z metodologii badań jakościowych*. PWN, Warszawa.
- Kowalska M., Krysiński P. (2013) Człowiek w dobie konwergencji mediów: relacja z konferencji. *E-mentor*, 4, 32–33.
- Kraut R., Patterson M., Lundmark V., Kiesler S., Mukophadhyay T., Scherlis W. (1998) Internal paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53, 1017-1031.
- Lewczuk K., Wójcik, A., Gola M. (2019, June 27). Increase in the prevalence of online pornography use – objective data analysis from the period between 2004 and 2016 in Poland. <https://doi.org/10.31234/osf.io/tmn4r>.
- Lipman M. (1991) *Philosophy for Children*. [W:] A.L. Costa (red.) *Developing M 41 inds: Programs for Teaching Thinking*. Association for Supervision and Curriculum Development, Alexandria, 35.
- Lipowski M., Zaleski Z. (2015). Inventory of Physical Activity Objectives (IPAO) – a new method in measuring motives for physical activity and sport. *Health Psychology Report*, 3(1), 47-58.
- Lothstein L.M., Levine S.B. (1981) Expressive psychotherapy with gender dysphoric patients. *Archives of General Psychiatry*, 38 (8), 924-929.
- Lubońska M. (2019) *Pedagogika duszy i ciała płynąca ze świadectwa religijnego Glorii Polo a świat wartości nauczyciela wychowania fizycznego*. *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 64, 52–58.
- Lubońska M. (2021) Media education role in achieving physical education goals in Poland. *Kultura-Społeczeństwo-Edukacja*, 20(2), 291-300.

- Majka-Rostek D. (2007) Role genderowe w związkach jedнопłciowych. [W:] M. Bauer, M. Lizurej, (red.) *Z odmiennej perspektywy. Studia queer w Polsce*. Wydawnictwo Arboretum, Wrocław, 76-94.
- Maszke A.W. (2004) *Metodologiczne podstawy badań empirycznych*. UR, Rzeszów.
- Matysek M. (2007) *Ponowoczesność - porzucony projekt, czyli o upłynnianiu świata nowoczesnego. Spojrzenie Zygmunta Baumana*. [W:] G. Dziamski (red.) *Nowoczesność po ponowoczesności*. Poznań, 19-38.
- Mayer G. (2001) Antisocial behavior: its causes and prevention within our schools. *Education and Treatment of Children*, 24 (4), 414–429.
- Mazur A., Radziejewicz-Winnicki I. (2013) Wpływ mediów na rozwój otyłości u dzieci. *Pediatrics Polska*, 88(1), 1-5.
- McQuail D. (2020) *Teoria komunikowania masowego*. PWN, Warszawa.
- Miąso J. (2016) Personalizm systemowy jako nurt religijny i społeczny – antropomocna baza dla skutecznego systemu pedagogicznego w immersji społeczeństwa nowych mediów, *Resovia Sacra*, 23, 199-211.
- Michałowska E. (2016) Być gejem. Mężczyźni homoseksualni o swoim funkcjonowaniu w społeczeństwie. *Interdyscyplinarne Studia Społeczne*, 1(1), 39-56.
- Mika S. (1980) *Psychologia społeczna dla nauczycieli*. WSiP, Warszawa.
- Ministerstwo Edukacji Narodowej (2012). Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. 2012 poz. 977).
- Młodzi 2011 (2011) K. Szafraniec (red.). Kancelaria Prezesa Rady Ministrów, Warszawa.
- Mohammadi M.R., Khaleghi A. (2018) Transsexualism: A Different Viewpoint to Brain Changes. *Clin Psychopharmacology and Neuroscience*, 16(2), 136–143.
- Moore S.R., Harden K.P., Mendle J. (2014, February 2) Pubertal Timing and Adolescent Sexual Behavior in Girls. *Developmental Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1037/a0036027>.

- Mosz J. (2010) Kulturowy status rzeczy w globalnym świecie sportu. [W:] Z. Dziubiński, P. Rymarczyk (red.) Kultura fizyczna a globalizacja, Wydawnictwo AWF Warszawa, Warszawa.
- Mrozowski M. (2001) Media masowe, władza, rozrywka i biznes. Aspira, Warszawa.
- Myszka L. (2014) Obraz ponowoczesnego świata z perspektywy współczesnej młodzieży. Kultura – Społeczeństwo – Edukacja, 2(6), 153-173.
- Nowakowska-Buryła (2003) Postawy dzieci wobec mediów. Edukacja medialna, 1, 32-33.
- Oleszkowicz A. (1995) Kryzys młodzieńczy - istota i przebieg, na podstawie wybranych psychologicznych koncepcji rozwoju człowieka i badań empirycznych. Acta Universitatis Wratislaviensis, 1724, 41.
- Omyła-Rudzka M. (2016) Warunki materialne młodzieży kończącej szkoły ponadgimnazjalne. [W:] Młodzież 2016: raport z badania sfinansowanego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii. CBOS, Warszawa, 19-24.
- Oronowicz W., Modzelewski P. (2016) Wychowywanie dzieci przez pary homoseksualne. Czasopismo Pedagogiczne, 2(3), 62-72.
- Oronowicz, W., Jaśkowiak A. (2015b). Historia internetowych portali randkowych. [W:] A. Orzełek, K. Jakimowicz, A. Sykała (red.), Jednostka i Zbiorowość – relacje na przestrzeni dziejów. Koło Naukowe Historii Kraju Europy Wschodniej, Lublin.
- Osiński W. (2011) Teoria wychowania fizycznego. AWF Poznań, Poznań.
- Ostaszewski K. (2014) Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Pac-Pomarna (2016) Wzory kultury fizycznej a role społeczne w grupach etnicznych Bałkanów: Boszniaków, Chorwatów, Czarnogórców. Rozprawy Naukowe AWF Wrocław, 52, 21–41.
- Pacula J. (2018) ...jak dorożkarz, ...jak szewc, ...na czym świat stoi – kłąć. O wulgaryzacji polszczyzny i jej antypedagogicznej obecności w mediach. Konteksty Pedagogiczne 2(11), 179–196.

- Pawłucki A. (1992) Wychowanie jako kulturowa rzeczywistość. Na przykładzie wychowania do wartości ciała. AWF Gdańsk, Gdańsk.
- Pawłucki A. (2004) Osoba w pedagogice ciała. Wykłady. Wydawnictwo OSW, Olsztyn.
- Pawłucki A. (2013) Nauki o kulturze fizycznej, Wydawnictwo AWF we Wrocławiu, Wrocław.
- Pawłucki A. (2019) Sport, asceza i miłość. Impuls, Kraków.
- Phelan J.E., Whitehead N., Sutton P.M. (2009) What Research Shows: NARTH's Response to the APA Claims on Homosexuality. A Report of the Scientific Advisory Committee of the National Association for Research and Therapy of Homosexuality. *Journal Of Human Sexuality*, 1, 93-121.
- Pielorz K. (2014) Teologia ciała – koncepcja Jana Pawła II jako odpowiedź na wyzwania współczesnej rodziny. *Studia Teologiczno-Historyczne Śląska Opolskiego*, 34, 103.
- Piotrowski E. (2013) Recenzje. *Neodidagmata*, 35, 151-155.
- Piramowicz G. (1988) Powinności nauczyciela. WSiP, Warszawa.
- Płoszczyńiec A. (2016) O rzeczywistości ciała ludzkiego. *Hybris*, 35(4), 114-131.
- Polaczek-Bigaj M. (2017) Rola odbiorcy we współczesnym przekazie medialnym. *Państwo i Społeczeństwo*, 17(3), 191-202.
- Popielski K. (2008) Noetyczne jakości Życia i ich znaczenie w procesie "bycia i stawania się" egzystencji. *Chowanna*, 1, 9-25.
- Ptaszek G. (2019) Edukacja medialna 3.0. Krytyczne rozumienie mediów cyfrowych w dobie Big Data i algorytmizacji. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Pytka L. (2001) Pedagogika resocjalizacyjna. Wybrane zagadnienia teoretyczne, diagnostyczne i metodyczne. Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Pyżalski J. (2012) Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

- Reyna J., Meier P. (2018) Learner-Generated Digital Media (LGDM) as an Assessment Tool in Tertiary Science Education. A Review of Literature. University of Technology, Sydney.
- Rideout V.J., Foehr U.G., Roberts D.F. (2010) Generation M2: Media in the lives of 8- to 18-year olds. The Henry J. Kaiser Family Foundation, California.
- Rodríguez-Hoyos C., Fueyo Gutiérrez A. (2018) Media training for future education professionals. A study of the Spanish Context. *Digital Education Review*, 33, 217-234.
- Roguska B. (2016) Dom rodzinny, rodzice i rówieśnicy w opiniach młodego pokolenia Polaków. [W:] *Młodzież 2016: raport z badania sfinansowanego przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii*. CBOS, Warszawa, 7-18.
- Rokosa T., Myga-Nowak M., Wanot B. (2020) Ryzykowne zachowania zdrowotne wśród młodzieży. [W:] B. Wanot (red.) *Zagrożenia środowiskowe i cywilizacyjne*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego im. Jana Długosza w Częstochowie, Częstochowa, 40-51.
- Różycka J., Skrzypińska K. (2011) Perspektywa noetyczna w psychologicznym funkcjonowaniu człowieka. *Roczniki Psychologiczne*, 14(2), 101-121.
- Rubacha K. (2008) *Metodologia badań nad edukacją*. WPiA, Warszawa.
- Ruman N.M. (2018) Edukacja medialna. Pobrano 20.02.2022 z https://www.researchgate.net/publication/326837919_Edukacja_medialna.
- Rutter M. (1987) Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331.
- Sęk H. (2001) Rozwojowo-społeczne ujęcie zaburzeń psychicznych a psychologia kliniczna. [W:] H. Sęk (red.) *Wprowadzenie do psychologii klinicznej*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa, 195–212.
- Shaffer D.R. (2006). *How computer games help children learn*. Palgrave Macmillan, New York.
- Shipman V.C. (1983) Evaluation Replication of the Philosophy for Children Program. Final Report. *Thinking: The Journal of Philosophy for Children*, 5(1), 45–47.

Siemieniecki B. (2012), Pedagogika medialna w myśli teoretycznej Wacława Strykowskiego. [W:] W. Skrzydlewski, S. Dylak (red.) Media, edukacja, kultura: w stronę edukacji medialnej. Polskie Towarzystwo Technologii i Mediów Edukacyjnych, Toruń.

Small G.W., Vorgan G. (2011) iBrain. Surviving the technological alteration of the modern mind. William Morrow Paperbacks, Vesper.

Spitzer R. L. (2012). Spitzer reassesses his 2003 study of reparative therapy of homosexuality. *Archives of Sexual Behavior*, 41(4), 757.

Spitzer R.L. (2003) Can Some Gay Men and Lesbians Change Their Sexual Orientation? 200 Participants Reporting a Change from Homosexual to Heterosexual Orientation. *Archives of Sexual Behavior*, 32(5), 403–417.

Steinberg L., Monahan K.C. (2010). Adolescents' Exposure to Sexy Media Does Not Hasten the Initiation of Sexual Intercourse. *Developmental Psychology*, 47(2), 562-576.

Steinberg L. (2004) Risk taking in adolescence. *Annals New York Academy of Science*, 1021, 51–58.

Strauss A., Corbin J. (1998) Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques. CA: Sage. Thousand Oaks.

Strykowska J. (2012) Znaczenie mediów społecznościowych w procesie komunikowania i uczenia się. [W:] S. Dylak, W. Skrzydlewski (red.) Media, edukacja, kultura: w stronę edukacji medialnej. Polskie Towarzystwo Technologii i Mediów Edukacyjnych, Toruń.

Sutton P. M. (2015) Professional care for unwanted same-sex attraction: What does the research say? *The Linacre quarterly*, 82(4), 351–363.

Syrek E. (2011) Ciało i zdrowie w socjologii wychowania Floriana Znanieckiego. *Nowiny Lekarskie*, 80(5), 385.

Szczepański M.S. (1992) Pokusy nowoczesności. Polskie dylematy rozwojowe. AMP, Katowice.

Szczukiewicz P. (2016) Profilaktyka wobec zjawiska społecznej anomii. [W:] Z. B. Gaś (red) Nowe wyzwania profilaktyki. Innovatio Press, Lublin, 13-28.

- Szczukiewicz P. (2016) Profilaktyka wobec zjawiska społecznej anomii. [W:] Z. B. Gaś (red.) Nowe wyzwania profilaktyki. Innovatio Press, Lublin. 13-28.
- Szmigielska B., Wolski K., Jaszczak A. (2012) Modele wyjaśniające zachowanie użytkowników Internetu. E-mentor, 3(45), 17–24.
- Theiss W. (2001) Mała ojczyzna: perspektywa edukacyjno-uitylitarna. [W:] W. Theiss (red.) Mała ojczyzna. Kultura, edukacja, rozwój lokalny. Żak, Warszawa.
- Tsirigotis K., Gruszczyński W., Tsirigotis-Maniewska M. (2015) Autodestruktywność pośrednia u osób homoseksualnych. Psychiatr. Pol., 49(3), 543–557.
- Tulodziecki G. (1997) Medien in Erziehung und Bildung. Grundlagen und Beispiele einer handlungs- und entwicklungsorientierten Medienpädagogik. Bundesinstitut für Berufsbildung, Bonn.
- Urban B. (2000) Zachowania dewiacyjne młodzieży. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Valle A.K., Roysamb E., Sundby J., Klepp K.I. (2009). Parental Social Position, Body Image, and Other Psychosocial Determinants and First Sexual Intercourse Among 15- and 16-year Olds. *Adolescence*, 44(174), 479–498.
- Wallace P. (2001) Psychologia Internetu. Dom Wydawniczy REBIS, Poznań.
- Wasilewska-Kamińska E. (2016) Myślenie krytyczne jako cel kształcenia. Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
- Weber M., Quiring O., Daschmann G. (2012). Peers, Parents and Pornography: Exploring Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material and Its Developmental Correlates. *Sexuality and Culture*, 16, 408-427.
- Weinstein M., Martin J.F. (1982) Philosophy for Children and the Improvement of Thinking Skills in Queens. *Thinking: The Journal of Philosophy for Children*, 4(2), 36.
- Wężowicz-Ziółkowska D. (2014) Jednostki pamięci kulturowej. Próba kulturoznawczej redefinicji i interpretacji hipotezy memetycznej. *Teksty z Ulicy. Zeszyt memetyczny*, 15, 11–26.

- Wiorogórska Z. (2012) Teoria ugruntowana i jej wybrane zastosowania w badaniach z zakresu informacji naukowej i bibliotekoznawstwa. *Przegląd Biblioteczny*, 80(1), 47-57.
- Wolańczyk T. (2002) Zaburzenia emocjonalne i behawioralne u dzieci i młodzieży w Polsce. Akademia Medyczna w Warszawie, Warszawa.
- Woynarowska B. (2006) Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole. CMPPP, Warszawa.
- Woynarowska B., Tabak I. (2008) Czynniki ryzyka wczesnej inicjacji seksualnej. *Medycyna Wieku Rozwojowego*, 12, 2(1), 541–547.
- Wójcik M., Mondry M. (2020) Prześladowanie rówieśnicze jako gra - konteksty, zasady i gracze. *Dziecko Krzywdzone*, 19(4), 99-125.
- Wrońska M. (2019) Kształcenie medialne nauczycieli w kontekście kompetencji opóźnienia kulturowego Williama F. Ogburna. *Lubelski rocznik pedagogiczny*, 38(3), 117-126.
- Znaniński F. (1973) Socjologia wychowania. Naukowe Towarzystwo Pedagogiczne, Warszawa.
- Znaniński F. (1992) Nauki o kulturze. PWN, Warszawa.
- Żurkowski B. (1984) Wartości w świecie dziecka. [W:] M. Tyszkowa, B. Żurkowski (red.) *Wartości w świecie dziecka i sztuki dla dziecka*. PWN, Warszawa-Poznań, 41-43.

Spis tabel

Rycina 1: Zestawienie badań na temat znaczenia i roli ojca w rozwoju dziecka..... 13

Spis diagramów

Diagram 1. Oddziaływanie relacji rodzinnych na życie respondentów	92
Diagram 2. Związek pomiędzy myśleniem przyczynowo-skutkowym a podejmowaniem odpowiedzialności	95
Diagram 3. Ingerencja osób trzecich w działanie względem ciała a konsekwencje	96
Diagram 4. Schemat dobrze przeprowadzonej interwencji.....	101

Diagram 5. Interwencja osoby trzeciej w działanie względem ciała (przykład Weroniki)	101
Diagram 6. Interwencja osoby trzeciej w działanie względem ciała (przykład Piotra)	102
Diagram 7. Schemat myślenia i działania w obszarze pornografii	104
Diagram 8. Schemat myślenia i działania w obszarze zaburzeń odżywiania i zażywania narkotyków	105
Diagram 9. Sortowanie i integracja not według kategorii	113
Diagram 10. Konsekwencje interwencji osób trzecich w wybór działania względem ciała	117
Diagram 11. Zauważone w notach badawczych zależności w działaniach względem ciała	118
Diagram 12. Schemat powstawania skutecznego przekazu medialnego	121
Diagram 13. Schemat konsekwencji postępu cywilizacyjnego	122
Diagram 14. Świadomość odwróconej rzeczywistości w mediach (przed czym chroni, a przed jakimi niebezpieczeństwami nie jest wystarczająca)	123
Diagram 15. Pozytywne wzorce w rodzinie	125
Diagram 16. Samodyscyplina a aktywność fizyczna	126
Diagram 17. Myślenie przyczynowo-skutkowe a decyzja o współżyciu	127
Diagram 18. Prywatna znajomość osób LGBT+ a postawa tolerancyjna	128
Diagram 19. Schemat unikania myślenia przyczynowo-skutkowego w tematyce LGBT+	129
Diagram 20. Unikanie myślenia przyczynowo-skutkowego a przyzwolenie na szkodliwe społecznie działanie	130
Diagram 21. Schemat interwencja osoby trzeciej w wybór względem ciała o pozytywnym skutku	131
Diagram 22. Konsekwencje przekonań dotyczących myślenia w kategorii przyczyn i skutków	132
Diagram 23. Umiejętność budowania relacji a słuchanie ze zrozumieniem i ciekawością	133
Diagram 24. Czynniki chroniące przed zachowaniami ryzykownymi	135

