

A co jeśli przyjąć, że ciało ludzkie, podobnie jak myśli i uczucia, jest wystawione na działania społeczeństwa? Że na ciele, podobnie jak na myślach i uczuciach, społeczeństwo odciska swój kształt, że w tworzywie dostarczonym przez ewolucję gatunków rzeźbi ono coraz to nowe postaci, wedle coraz to nowych modeli i z pomocą coraz to nowych dłut?

Że ciało, podobnie jak myśli i uczucia, jest wytworem społecznym, i że sens „bycia wytworem” ma swą historię w przypadku ciała, podobnie jak ma ją w przypadku myśli i uczuć.

Z. Bauman: *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*

„Obserwacja [...], iż przestrzeń życia codziennego wypełniona jest po brzegi ciałem, osiągnęła obecnie poziom czerstwego banału” – pisze D. Czaja, dodając, że jego „wielostronna i wielowymiarowa obecność, czy raczej nadobecność” nie ma prawdopodobnie historycznego precedensu¹. Ciało stało się dziś „przedmiotem kultu, ma swoje świątynie. W tych szczególnych miejscach, w mnożących się w postępie geometrycznym: gabinetach masażu, siłowniach, salonach kosmetycznych, gabinetach chirurgii plastycznej odprawia się rozbudowane i wyszukane obrzędy ku czci ciała”². Historia ciała pokazuje jednak, że nie zawsze tak było. Przez długi czas bowiem badacze zajmujący się naukami społecznymi próbowali analizować człowieka wyłącznie przez pryzmat jego „myśli i uczuć”³,

1 Zob. D. Czaja: *Ciało w kilku odsłonach*. W: Tenże: *Metamorfozy ciała. Świadectwa i interpretacje*. Wydawnictwo „Contago”, Warszawa 1999, s. 7.

2 Tamże.

3 Z. Bauman: *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*. Uniwersytet Mikołaja Kopernika, Toruń 1995, s. 70.

traktując go poniekąd jak bezcielesny byt⁴. Dominowało przekonanie o nadrzędności sfery duchowej nad cielesną⁵, a ludzką podmiotowość wiązano głównie z aktywnością świadomości, dla której ciało było pasywnym schronieniem⁶. Tymczasem człowiek często „staje się” poprzez swoje ciało, a jego życiowe doświadczenia są w znacznym stopniu ucieleśnione. Jak zauważa Z. Melosik: „Społeczna historia człowieka jest także historią jego ciała, a historia ciała z kolei ma swoje wymiary społeczne”⁷. Badacze nauk społecznych zwracają uwagę, że ciało jest zawsze otwarte – jest miejscem przechodzenia impulsów zarówno docierających ze świata, jak i tych wychodzących z ciała⁸. Jest rodzajem scenariusza określającego zakresy i granice kulturowej tożsamości⁹ oraz przestrzenia, w której są zapisane kulturowe tendencje pozostające pod wpływem współczesnego konsumpcjonizmu oraz sztuki popularnej¹⁰.

F. Znaniecki w *Socjologii wychowania* zauważa, że każda grupa społeczna jest zainteresowana właściwościami cielesnymi swoich członków. Źródłem tego zainteresowania jest zakładany przez daną grupę wpływ, jaki mają wywierać cechy fizyczne człowieka na pełnione przez niego role społeczne, czyli przede wszystkim wypełnianie obowiązków względem grupy i ich poszczególnych członków. Jak pisze przytaczany autor, „Jednym z zadań wychowania przyszłych członków jest więc nadać im cielesne właściwości pożądane, usunąć lub zapobiec powstawaniu niepożądanych. Ponieważ zaś w społecznym ujęciu osobnika jedne i drugie przedstawiają się jako typowe, tj. cechujące tego osobnika

4 Por. Z. Melosik: *Ciało jako przedmiot studiów kulturowych*. W: *Kultura popularna. Konteksty teoretyczne i społeczno-kulturowe*. Red. A. Gromkowska-Melosik, Z. Melosik. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2010, s. 153.

5 Zob. M. Featherstone: *The body in consumer culture*. In: *The body. Social process and cultural theory*. Eds. M. Featherstone, M. Hepworth, B.S. Turner. London 1993, podano za: Z. Melosik: *Tożsamość, ciało i władza. Teksty kulturowe jako (kon)teksty pedagogiczne*. Wydawnictwo Edytor, Poznań–Toruń 1996, s. 71.

6 Por. S. Rudnicki: *Ciało i tożsamość w internecie. Teoria. Dyskurs. Codziennosc*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013, s. 17; por. E. Grosz: *Volatile bodies*. Sydney 1994, podano za: M. Bakke: *Ciało otwarte: filozoficzne reinterpretacje kulturowych wizji cielesności*. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Wydawnictwo Naukowe Instytutu Filozofii, Poznań 2000, s. 14.

7 Z. Melosik: *Ciało jako przedmiot studiów kulturowych...*, s. 153.

8 M. Bakke: *Ciało otwarte...*, s. 9.

9 J. Baudrillard: *Ameryka*. Tłum. R. Lis. Wydawnictwo Sic!, Warszawa 1998, s. 49.

10 A. Pomieciński: *Reklama w kulturze współczesnej. Studium antropologiczne*. Wydawnictwo Poznańskie, Poznań 2005, s. 53.

jako przedstawiciela pewnego typu osobniczego, więc wychowanie wpływające na cielesne właściwości przyszłych członków [...] polega na urabianiu typów fizycznych zgodnie z wymaganiami społecznymi"¹¹. To „urabianie” określonych typów fizycznych obejmuje czynności dwojakiego rodzaju: bezpośrednio wpływanie na ciało wychowanka niezależnie od jego woli oraz kierowanie jego działalnością w taki sposób, aby w wyniku tej działalności zaszły określone modyfikacje jego ciała. Celem większości inicjatyw w zakresie wychowania fizycznego jest nie tylko to, aby wychowanek wykonywał określone czynności, ale także by nabył motywacji i umiejętności do wykonywania tych czynności w późniejszym okresie, niezależnie od wychowawcy. Warto także dodać, że przywoływany autor wyróżnił różne typy fizyczne w zależności od funkcji społecznych, jakie pełnić ma ciało człowieka: higieniczny, geneonomiczny, obyczajowo-estetyczny, hedonistyczny, fizyczno-utilitytarny oraz sportowy. Każdy z wyróżnionych typów fizycznych zarówno w społecznym, jak i indywidualnym postrzeganiu kojarzony jest z posiadaniem pewnego rodzaju cech i właściwości, nie tylko pozytywnych, ale także negatywnych. Właściwości te pojmowane są jako „zawarte, utajone w ciele osobnika; i w nich doszukują się społeczeństwa niższe źródeł takich jawnych właściwości jak zdrowie lub choroba, płodność lub bezpłodność, piękno lub brzydota, potęga lub niemoc seksualna, zręczność i skuteczność utilitytarnej lub sportowej koordynacji ruchów”¹². Przenosząc rozważania na temat ciała na grunt pedagogiki i teorii wychowania, w tym wychowania fizycznego, warto także przywołać punkt widzenia M. Demela, który „traktuje obszar zjawisk objętych kulturą fizyczną jako zjawiska homologiczne w stosunku do psychocielesnej formy aktywności człowieka”¹³. Warto podkreślić, że autor ten już w latach 70. ubiegłego wieku podkreślał rolę wychowania jako jednego z najważniejszych uwarunkowań zdrowia i sprawności fizycznej¹⁴.

Ciało człowieka jest przedmiotem zainteresowania wielu dyscyplin naukowych, w tym przede wszystkim medycyny, socjologii, psychologii, pedagogiki,

11 F. Znaniecki: *Socjologia wychowania*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2001, s. 365.

12 Tamże, s. 365–369.

13 M. Demel: *O trzech wersjach teorii wychowania fizycznego. Próba ujęcia komplementarnego*. „Wychowanie Fizyczne i Sport” 1989, nr 2, s. 18, cyt. za: I. Bittner, A. Bryk: *O sporcie i kulturze fizycznej, poezji i medycynie, czyli o etosie ciała ludzkiego*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003, s. 113.

14 M. Demel: *Szkice krytyczne o kulturze fizycznej*. Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1973, s. 38–39, podano za: I. Bittner, A. Bryk: *O sporcie i kulturze fizycznej...*, s. 13.

filozofii, antropologii czy teorii komunikacji. Ponadto myśli o ludzkim ciele są czerpane z dorobku szeroko rozumianej kultury i sztuki – filmu, tańca, poezji, malarstwa, rzeźbiarstwa, architektury¹⁵. Zatem, chociaż różne są sposoby ujmowania, analizowania i interpretacji tematyki cielesności w ramach poszczególnych dyscyplin naukowych oraz dziedzin kultury i sztuki, to łączącym je elementem jest zawsze – stawiane w centrum zainteresowania – ciało człowieka. Rozważania na temat ludzkiego ciała i cielesności dotyczą najczęściej „jego zróżnicowań pod względem wieku, przestrzeni, płciowości, stopnia zdrowotności, roli w rozwoju osobowym człowieka, zabiegów pielęgnacyjnych, formy komunikacji interpersonalnej i prezentacji ciała”¹⁶. Obecnie zainteresowanie ciałem przejawia się zarówno na poziomie indywidualnym (myśli, uczucia i zachowania związane z własną cielesnością, troska o wygląd zewnętrzny i zdrowie), jak i społecznym oraz rynkowym wykorzystującym do własnych celów wszechobecny kult idealnego ciała. Ponadto „ciało wizualizowane, młode i nagie, wyzwolone z fatalizmu jest stale obecne w różnych tekstach kultury”¹⁷. Ciało znalazło także swoje stałe miejsce w produktach popkulturowych – czasopismach, gazetach, telewizji, internecie, w których można znaleźć niezliczoną liczbę artykułów, programów, blogów czy stron WWW poświęconych problematyce wyglądu ciała¹⁸. To one przekonują: „Jesteś tym, jak wyglądasz!”. Wizerunki pięknych, młodych i przede wszystkim szczupłych ludzkich ciał mówią, że ideał jest możliwy do osiągnięcia przy „odrobinie” wysiłku i pracy nad swoim wyglądem. Ma to być gwarantem osobistego sukcesu i życiowego szczęścia!

Prymat cielesności w kulturze współczesnej doprowadził do zmian w obyczajowości zarówno w zakresie pielęgnacji ciała (zaczynając od zabiegów higienicznych, przez troskę o dobrą kondycję i ładny wygląd), jak i jego eksponowania i traktowania w kategoriach „towaru na sprzedaż”. Zachodzące przemiany związane są także z zaspokojeniem potrzeb bytowych, konsumpcyjnych takich

15 Zob. np. *Kulturowe emanacje ciała*. Red. M. Banaś, K. Warmińska. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011; A. Wieczorkiewicz: *Monstrarium*. Wydawnictwo Słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2009; D. Morris: *Mowa ciała w sztuce. Pozy i gesty*. Tłum. A. Wajcovicz-Narloch. Wydawnictwo Arkady, Warszawa 2022.

16 J. Gajda: *Antropologia kulturowa. Kultura obyczajowa początku XXI wieku*. Wyższa Szkoła Pedagogiczna ZNP, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Warszawa-Kraków 2008, s. 19.

17 D. Czaja: *Ciało w kilku odsłonach...*, s. 7–8.

18 Por. C. Shilling: *Socjologia ciała*. Tłum. M. Skowrońska. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010, s. 15–16.

jak: ubiór, pożywienie, zakupy. Dodatkowo dotyczą one obyczajowości w zakresie wartości witalnych ciała, przede wszystkim zdrowia i sfery seksualnej. Mówi się zatem o „kanonie estetycznym ciała” człowieka, do którego należą: młodość, uroda, zdrowy wygląd i smukła sylwetka. Jest to ciało wypielęgnowane i przyodziane w seksowny, modny strój¹⁹. Powszechnej dbałości o wygląd ciała towarzyszy także rozwój rozmaitych usług, kosmetologii, medycyny estetycznej, jak również bogata oferta i reklama niezliczonej ilości produktów służących pielęgnacji i upiększaniu ciała²⁰. Dużą rolę w tym procesie odgrywa dominacja i globalizacja mediów masowych, które utorowały drogę reklamom prasowym oraz telewizyjnym, i w których bardzo często wykorzystywane są wizerunki szczupłych kobiet reklamujących produkty przeznaczone na sprzedaż²¹. Mass media, zarówno te tradycyjne, jak i nowe media cyfrowe, są zatem niezwykle silnym nośnikiem socjokulturowego ideału szczupłej sylwetki. W przypadku kobiet ideały dotyczą głównie zgrabnej sylwetki, z kolei w przypadku mężczyzn – muskulatury²². Za pośrednictwem mediów masowych dochodzi do internalizacji promowanych w kulturze wzorców. W konsekwencji tego procesu, któremu w sposób szczególny podlegają kobiety, ma miejsce asymilacja komunikatów odnoszących się do wyglądu ciała i powiązanych z nim wartości (tj. atrakcyjność fizyczna, uznanie, sukces). W efekcie kobiety włączają ideał szczupłej sylwetki do świata swoich intrapsychicznych przeżyć, gdzie zaczyna on funkcjonować jako „nadrzędna wartość istotnie wpływająca na percepcję, uczucia oraz zachowania, które kobieta żywi i posiada w związku z wizerunkiem swojego ciała”²³. Badania potwierdzają, że internalizacja komunikatów tego typu jest pozytywnie skorelowana z brakiem satysfakcji z wyglądu własnego ciała, społecznym lękiem, depresją, zaniżoną samooceną oraz zaburzeniami

19 J. Gajda: *Antropologia kulturowa...*, s. 31.

20 B. Woynarowska: *Edukacja do dbałości o ciało*. W: *Taż: Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne. Metodyka. Praktyka*. Wydawnictwo Naukowe PWN SA, Warszawa 2017, s. 294.

21 A. Poorani: *Who determines the ideal body? A summary of research findings on body image*. „New Media and Mass Communication” 2012, vol. 12, s. 1–13.

22 Dla mężczyzn szczupłe, umięśnione męskie ciało stało się powszechnie obowiązującym. Podano za: A. Brytek-Matera: *Obraz ciała – obraz siebie. Wizerunek własnego ciała w ujęciu psychospołecznym*. Wydawnictwo Difin SA, Warszawa 2008, s. 24.

23 A. Brytek-Matera, A. Rybicka-Klimczyk: *Wizerunek ciała w anoreksji i bulimii psychicznej*. Wydawnictwo Difin SA, Warszawa 2009, s. 75.

jedzenia²⁴. Nie ulega zatem wątpliwości, że przekazy medialne w znacznym stopniu przyczyniają się do wysokiego poziomu niezadowolenia z wyglądu własnego ciała oraz zachowań mogących mieć negatywne konsekwencje dla zdrowia²⁵.

Warto pamiętać, że przekazy medialne dotyczące idealnego wyglądu wpływają nie tylko na ludzi dorosłych, ale przede wszystkim determinują samoocenę i zachowania dorastających. Znamienne, że zgodnie z najnowszymi wynikami badań HBSC (Health Behaviour in School-age Children)²⁶ pt. „Spotlight on Adolescent Health and Well-Being” pochodzącymi z lat 2017/2018, w kontekście wizerunku własnego ciała, postrzeganie siebie jako „za grubych” lub „trochę za grubych” przez polskich nastolatków dawało im niechlubną pierwszą pozycję (z najwyższym wskaźnikiem) w rankingu 43 krajów w każdej grupie wiekowej (11, 13 i 15 lat). I tak, 39% dziewcząt w wieku 11 lat uważało się „za grube” lub „zbyt grube”, takie samo przekonanie miało 49% nastolatków w wieku 13 lat i 52% młodych respondentek w wieku 15 lat. Wyniki dotyczące chłopców w analogicznych grupach wiekowych także nie są optymistyczne, adolescenti w wieku 11 i 13 lat znajdowali się bowiem na drugiej pozycji w rankingu, natomiast 15-latkowie – na pozycji pierwszej, z najwyższym wskaźnikiem w rankingu 43 krajów²⁷. Z takim oto młodzieńczym przekonaniem o „nieadekwatności” własnego wyglądu młodzi wchodzą w dorosłość, podejmując często

24 Zob. T.F. Cash, T. Pruzinsky: *Assessing body image and quality of life in medical settings*. In: *Body image. A handbook of theory, research, and clinical practice*. Eds. T.F. Cash, T. Pruzinsky. The Guilford Press, New York, London 2004, s. 171–182, podano za: A. Brytek-Matera, A. Rybicka-Klimczyk: *Wizerunek ciała w anoreksji i bulimii psychicznej...*, s. 75.

25 A. Brytek-Matera: *Obraz ciała – obraz siebie...*, s. 24.

26 Badania HBSC gromadzą obszerne dane na temat zdrowia fizycznego, relacji społecznych i dobrego samopoczucia psychicznego uczniów w wieku 11, 13 i 15 lat. Realizowane są od 1982 roku – cyklicznie co cztery lata w ciągle wzrastającej liczbie krajów. Obecnie członkami sieci badawczej jest 49 krajów lub regionów (www.hbsc.org) z Europy oraz Ameryki Północnej. Polska jest członkiem sieci HBSC od 1989 roku. Za koordynację badań w Polsce odpowiada prof. Joanna Mazur z Instytutu Matki i Dziecka w Warszawie oraz dr Agnieszka Małkowska-Szkutnik z Wydziału Pedagogicznego Uniwersytetu Warszawskiego, podano za: Instytut Matki i Dziecka: *Jakie są polskie nastolatki? Zachowania zdrowotne polskiej młodzieży na tle rówieśników z 43 krajów*. <https://imid.med.pl/pl/aktualnosci/jakie-sa-polskie-nastolatki-raport-hbsc-2020?file=files/imid/Aktualnosci/Aktualnosci/Raport%20HBSC%202020%20-%20badanie%202018/KOMUNIKAT%20PRASOWY%20HBSC.pdf&cid=4731> [dostęp: 31.05.2021].

27 Tamże.

coraz to nowe działania w celu sprostania wymogom posiadania idealnego ciała. Bo to właśnie przez pryzmat ciała człowiek jest dziś oceniany i kategoryzowany, i to właśnie za jego pośrednictwem ocenia swoją własną wartość! Poczucie „nieadekwatności” własnego ciała wzmacnia dodatkowo przestrzeń internetowa, a w szczególności media społecznościowe, które są z jednej strony powszechnym miejscem „lansu” i autopromocji, a z drugiej – porównywania się z innymi. Ale czy tylko z innymi? Autorzy dokumentalnego filmu dostępnego na platformie Netflix pt. *The Social Dilemma*²⁸ zauważają jeszcze jedno, ważniejsze – jak się wydaje – zjawisko: porównywanie się z własnymi, cyfrowo poprawionymi zdjęciami. Mówiąc wprost, nastolatki najpierw poprawiają swoje zdjęcia, korzystając z łatwo dostępnych dziś narzędzi cyfrowych, publikują je na portalach społecznościowych, a następnie pragną wyglądać jak na wyidealizowanych przez siebie zdjęciach. Jednak opisane praktyki charakteryzują nie tylko wspomnianą w przywoływanym filmie amerykańską młodzież, ale są także właściwe polskim nastolatkom. Najnowsze badania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę z roku 2021 na temat wpływu korzystania z mediów społecznościowych na postrzeganie swojego ciała przez nastolatki(-ków)²⁹, przeprowadzone na reprezentatywnej próbie 600 nastolatków w wieku od 13 do 17 lat wskazują, że 34% nastolatków chciałoby na co dzień wyglądać tak, jak wyglądają na zdjęciach publikowanych w internecie (wśród dziewcząt jest to 43%). Młodzi traktują zdjęcia publikowane w mediach społecznościowych jak swoją wizytówkę. Autorzy przywoływanych badań piszą: „nie umieszcza się zdjęć przypadkowych, ale starannie wybrane (»w fajnym outfitcie«, [jako – K.L.] »dobrze wystylizowanych«) takie, które pokazują »najlepszą wersję mnie«”³⁰. Można się spodziewać skutków owych praktyk – od zaniżonej samooceny (jeśli wizerunek na zdjęciu

28 Dokumentalny film *The Social Dilemma* w reżyserii Jeffa Orlowskiego przedstawia niebezpieczeństwa związane z korzystaniem z mediów społecznościowych. Główni bohaterowie filmu to byli pracownicy takich portali społecznościowych i internetowych serwisów, jak: Facebook, Instagram, Google, Twitter. Opowiadają oni o własnych „wynalazkach” i mechanizmach kierujących zachowaniami użytkowników portali. Wspólnie dochodzą do wniosku, że są autorami narzędzi, które uzależniają i dają możliwość manipulowania ludźmi. Film ten został stworzony przez serwis Netflix i jest dostępny na wymienionej platformie.

29 Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę: *Wpływ korzystania z social mediów na postrzeganie swojego ciała przez nastolatki/ków. Raport z badań*. CAWI, maj 2021. <https://fdds.pl/co-robimy/raporty-z-badan/2021-2/wplyw-korzystania-z-social-mediow-na-postrzeganie-swojego-ciala-przez-nastolatki-kow.html> [dostęp: 7.06.2022].

30 Tamże.

przekracza realne możliwości osoby) po zachowania (w tym zachowania ryzykowne dla zdrowia) ukierunkowane na zbliżenie się do ideału ze społecznościowej fotografii. Nie ulega zatem wątpliwości, że obecnie problematyka ciała, jego wyglądu, odczuć i zachowań z nim związanych to zagadnienia niezwykle aktualne, a jednocześnie niezmiernie ważne z punktu widzenia codziennego funkcjonowania, samopoczucia oraz szeroko rozumianego zdrowia człowieka.

Przywołane wyniki badań dotyczą młodzieży – grupy najczęściej badanej w kontekście rozmaitych zachowań związanych ze zdrowiem i dobrym samopoczuciem. Jednocześnie niewiele jest badań odnoszących się do osób w okresie wczesnej dorosłości, w szczególności w kontekście uczestnictwa w świecie mediów społecznościowych i ich znaczenia dla samooceny i zachowań związanych z wyglądem ciała. A przecież rzeczywistość mediów społecznościowych i szerzej: internetu, to dla większości osób w wieku wczesnej dorosłości naturalne środowisko życia oraz codziennego funkcjonowania. Można zatem zapytać, jak młodzi ludzie „odnajdują się” w świecie, w którym tak bardzo ceni się powierzchowność i zapośredniczone relacje *online*? Refleksja nad tym jest o tyle ciekawa, że i kondycja młodych dorosłych wydaje się dzisiaj dyskusyjna. Jak pisze I. Kudlińska-Chróścicka, „odraczanie dorosłości spowodowane jest nie (tylko) przez niedojrzałość emocjonalną młodych pokoleń, do czego przekonują nas obecne w sferze publicznej, w tym medialnej, stereotypy młodego wieku, ale przede wszystkim ograniczenia strukturalne, które mimo kulturowo społecznej akceptacji moratoryjnego charakteru dorosłości wprowadzają w życie młodych ludzi szereg niepewności i trudności”³¹. Jest to więc nie tylko etap poszukiwania i eksplorowania różnych życiowych możliwości, ale także szeregu „negatywnych emocji, wątpliwości i ryzyk”³². W związku z zawiłościami dzisiejszego życia osób w okresie wczesnej dorosłości interesujące było, w jakim zakresie są one zatroskane wyglądem swojego ciała, jego samooceną i autoprezentacją w kontekście uczestnictwa w przestrzeni mediów społecznościowych. Z jednej strony jest to grupa ludzi, która „krytyczny” okres dojrzewania i spektakularnych zmian zachodzących w ciele ma już za sobą, z drugiej jednak doświadczenia z tego okresu dotyczące własnej cielesności mogą nadal wpływać na postawy względem

31 I. Kudlińska-Chróścicka: *Stawanie się osobą dorosłą w czasach płynnej nowoczesności w doświadczeniu wielkomięjskich młodych dorosłych*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2019, T. 15, nr 4, s. 56.

32 Tamże.

tego wymiaru tożsamości. Dodatkowo można przypuszczać, że przekroczenie progu dorosłości nie oznacza pozbycia się porównań społecznych w zakresie własnego ciała czy uodpornienia na medialne przekazy odnoszące się do wizerunku idealnego ciała.

Jak już powyżej sygnalizowałam, media społecznościowe, jako jedna z ważniejszych przestrzeni życia młodego pokolenia, mogą wywierać istotny wpływ na szeroko rozumiane zdrowie i funkcjonowanie człowieka. Analizowanie znaczenia tego środowiska życia dla zdrowia ludzi wpisuje się w socjoekologiczny model zdrowia, który zakłada potrzebę uwzględniania wpływu na zdrowie człowieka nie tylko środowiska fizycznego, ale także kulturowego, społecznego i społeczno-ekonomicznego³³. Ponadto warto, za T.B. Kulik, podkreślić, iż „socjoekologiczna koncepcja zdrowia koncentruje się i będzie się nadal koncentrowała na życiu codziennym całej populacji [...]; dostarcza i będzie nadal dostarczała stałej informacji na temat zdrowia w kontekście życia codziennego (*everyday life*), jest nastawiona na działanie w obszarze czynników determinujących zdrowie [...]”³⁴. Jeśli aktualnie tą codziennością jest internet, a w nim media społecznościowe, to bagatelizowanie tego wymiaru ludzkiej egzystencji może przyczynić się do znacznego zubożenia wiedzy na temat stanu, uwarunkowań i skutków biopsychospołecznej kondycji współczesnego człowieka.

Nie ulega wątpliwości, że dbałość o ciało jest podstawowym warunkiem utrzymania i doskonalenia zdrowia. „Szacunek, postawy i zachowania w stosunku do własnego ciała mają związek ze zdrowiem [...], świadomość zdrowia opiera się na świadomości ciała”³⁵. Ksiądz J. Tischner zwracał uwagę na to, jak wielką wartością dla człowieka ma jego ciało. „Człowiek [...] nie może zapominać o elementarnych potrzebach własnego ciała. Oddajcie ciału to, co mu się należy. Nie mniej, nie więcej”³⁶. W Polsce na potrzebę troski i dbałości o ciało zwracali uwagę przedstawiciele nauk społecznych, w tym pedagogiki już w XVIII wieku.

33 A. Wójtewicz: *Ciało w kulturze konsumpcji*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2014, s. 154.

34 T.B. Kulik: *Koncepcja zdrowia w medycynie*. W: *Zdrowie publiczne*. Red. T.B. Kulik, M. Latałski. Wydawnictwo Czelej, Lublin 2002, s. 18.

35 O. Weiss: *Świadomość na temat własnego ciała i zdrowia w nowoczesnym społeczeństwie*. „Lider” 1996, nr 6, s. 5–7.

36 J. Tischner: *Jak żyć?* Wydawnictwo Wrocławskiej Księgarni Archidiecezjalnej, Wrocław 1995, s. 76, cyt. za: B. Woynarowska: *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*. Wydawnictwo Naukowe PWN SA, Warszawa 2007, s. 273.

G. Piramowicz³⁷ pisał m.in. o obowiązku nauczycieli w zakresie „wychowania co do ciała, to jest do zdrowia i sił”³⁸. Jednocześnie osobą, która zwracała szczególną uwagę na potrzebę wychowania dla spraw zdrowia, była H. Radlińska, która silnie zaznaczyła obecność zagadnień zdrowotnych w pedagogice społecznej³⁹. Podkreślała ona znaczenie pomocy ludziom w zdobywaniu wiedzy o zdrowiu, kształtowaniu nawyków, umiejętności oraz sprawności, które mają służyć utrwalaniu i doskonaleniu zdrowia. Pisała także o tym, jak istotne jest rozwijanie pozytywnego zainteresowania zdrowiem, kształtowanie postaw umożliwiających skuteczną profilaktykę, ratownictwo, leczenie, rehabilitację oraz stosowanie zasad higieny w życiu jednostek i zbiorowości⁴⁰.

Współcześnie coraz częściej kwestie związane ze zdrowiem są analizowane w kontekście społeczno-kulturowym, gdzie podkreśla się wpływ zmiennych stratyfikacyjnych, kulturowych czy psychologicznych. Dodatkowo, źródła zagrożeń zdrowia ulegają obecnie gwałtownym przemianom i wykazują duże zróżnicowanie w zależności od wieku, płci człowieka, warunków kulturowych, społeczno-ekonomicznych i uwarunkowań historycznych⁴¹. W związku z tym również w naukach społecznych niezbędne jest interdyscyplinarne podejście do zagadnień związanych ze zdrowiem i jego promocją. Poszerzanie się obszarów poznawczo-badawczych łączy się z rozwojem dyscyplin podstawowych

37 Warto także wspomnieć innych przedstawicieli polskiej oświaty zdrowotnej, którzy wnieśli znaczący wkład w rozwój świadomości zdrowotnej i znaczenia zdrowia dla wszechstronnego rozwoju i wychowania dzieci i młodzieży. Oprócz wspomnianego Grzegorza Piramowicza (1735–1801) byli to m.in. Jędrzej Śniadecki (1768–1838), Henryk Jordan (1842–1907), Stanisław Kopczyński (1873–1933), Helena Radlińska (1879–1954), Aleksander Landy (1881–1969), Marcin Kacprzak (1888–1968), Hanna Wentlandtowa (1906–1994). Zob. B. Woynarowska: *Edukacja zdrowotna...*, s. 76–88. Wśród współczesnych przedstawicieli edukacji dla zdrowia należy przede wszystkim wymienić prof. Barbarę Woynarowską oraz prof. Ewę Syrek.

38 Podano za: B. Woynarowska: *Edukacja zdrowotna...*, s. 79.

39 E.A. Mazurkiewicz: *Sprawność działania socjalnego w pedagogice społecznej Heleny Radlińskiej: u źródeł zastosowań prakseologii w pracy socjalnej*. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1983, s. 67, podano za: E. Syrek: *Zdrowie w aspekcie pedagogiki społecznej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2000, s. 7.

40 E. Syrek: *Teoretyczne podstawy współczesnej pedagogiki zdrowia jako subdyscypliny pedagogiki*. „Pedagogika Społeczna” 2019, nr 2(72), s. 15.

41 A. Kowalewska: *Zdrowie i zagrożenia zdrowia a edukacja zdrowotna dzieci i młodzieży*. W: *Pedagogika zdrowia w teorii i praktyce*. Red. B. Zawadzka, T. Łączka. Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2017, s. 159.

(pedagogiki, socjologii, psychologii) i innych nauk (np. medycyny), z przemianami społeczno-kulturowymi (np. zmianami stylu życia) oraz ekonomicznymi (np. nierównościami społecznymi), jak i wieloma współczesnymi zagrożeniami zdrowia⁴². Powoduje to konieczność uwzględniania w naukach pedagogicznych, w tym w pedagogice społecznej oraz w pedagogice zdrowia, zagadnień i zjawisk, które determinują zdrowie i funkcjonowanie człowieka „tu i teraz”. Zgodnie z autorską definicją E. Syrek pedagogika zdrowia jest „subdyscypliną pedagogiki. Jej przedmiotem zainteresowań badawczych i analiz są społeczno-środowiskowe uwarunkowania zdrowia i choroby, wieloaspektowe i wielosektorowe działania środowiskowe (instytucjonalne i pozainstytucjonalne) na rzecz zdrowia różnych grup społecznych oraz badanie i ewaluacja procesu edukacji zdrowotnej (wychowania i kształcenia) ukierunkowanej na doskonalenie zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego i umiejętności życiowych sprzyjających zdrowemu stylowi życia w każdym okresie życia człowieka celem projektowania pedagogicznych (w tym edukacyjnych) działań kompensacyjnych na rzecz jednostki i środowiska, wykorzystywanych także w pracy socjalnej”⁴³. Należy podkreślić, że pedagogika zdrowia odgrywa niebagatelną rolę w kontekście szeroko rozumianej troski o ciało i dobre samopoczucie człowieka.

Współczesna pedagogika zdrowia znajduje oparcie w klasycznej koncepcji pedagogiki społecznej w kontekście poznawczo-teoretycznym, praktyki edukacyjnej oraz pracy socjalnej⁴⁴. Podstawowe w pedagogice, głównie w pedagogice społecznej, pojęcie środowiska rozumiane jest jako element struktury przyrodniczej, społecznej i kulturowej. Wymienione płaszczyzny wzajemnie się przenikają i są ze sobą powiązane, niezależnie od tego czy analizowane są

42 E. Syrek: *Subdyscypliny pedagogiki, socjologii i psychologii. Konteksty interdyscyplinarnego zainteresowania zdrowiem i chorobą w naukach społecznych*. W: *Pedagogika zdrowia w teorii i praktyce*. Red. B. Zawadzka, T. Łączka. Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, Kielce 2017, s. 57.

43 Tamże, s. 46.

44 H. Radlińska definiowała pedagogikę społeczną jako: „naukę praktyczną rozwijającą się na skrzyżowaniach nauk o człowieku, biologicznych i społecznych z etyką i kulturoznawstwem (teorią i historią kultury) dzięki własnemu punktowi widzenia. Można go najkrócej określić jako zainteresowanie wzajemnym stosunkiem jednostki i środowiska, wpływem warunków bytu i kręgów kultury na człowieka w różnych fazach jego życia, wpływem ludzi na zapewnienie bytu wartościom przez ich przyjęcie i krzewienie oraz przetwarzanie środowisk siłami człowieka w imię ideału”. H. Radlińska: *Pedagogika społeczna*. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa 1961, s. 336.

problemy pedagogiczne, czy też zdrowotne⁴⁵. Uznanie pedagogiki społecznej za metateorię dla pedagogiki zdrowia oznacza, że podejmowane w pedagogice zdrowia oddziaływania oraz badania i analizy naukowe są oparte na teoretycznych podstawach pedagogiki społecznej i przypisanych jej funkcjach. Jak bowiem piszą A. Przeclawska i W. Theiss, „dyscyplina ta zajmuje się teorią środowiskowych uwarunkowań edukacji i rozwoju człowieka oraz teorią i praktyką kształtowania środowiska. Występującą często w tym kontekście pracę socjalną oraz pracę kulturalną, traktujemy jako formy przekształcania środowiska”⁴⁶. Rezultaty naukowego poznania w zakresie pedagogiki zdrowia niewątpliwie wzbogacają pedagogikę społeczną o wiedzę dotyczącą różnorodnych i wielowarunkowych kulturowych oraz społeczno-środowiskowych uwarunkowań zdrowia i choroby w celu programowania zmian w środowisku życia człowieka, które będą sprzyjały zdrowiu i poprawie jakości jego życia. Ponadto badacze pedagogiki społecznej, jako metateorii dla pedagogiki zdrowia, poszerzają obszary swoich zainteresowań poznawczo-badawczych o nowe konteksty społeczno-środowiskowe⁴⁷. Należy przy tym podkreślić, że „środowiskowa edukacja zdrowotna jest koncepcją praktycznego działania (funkcja prakseologiczna pedagogiki społecznej) w środowisku życia człowieka”⁴⁸.

Pedagogika zdrowia posługuje się aparatem pojęciowym pedagogiki, a także pojęciami zaczerpniętymi z medycyny, biologii, psychologii, socjologii i innych nauk. Zatem podejmując zagadnienia związane z ciałem człowieka oraz rolą mediów społecznościowych dla samooceny, autoprezentacji i zachowań związanych z ciałem, konieczne było rozpatrywanie przedmiotowej problematyki z punktu widzenia wielu dyscyplin naukowych. W szczególności wykorzystywano dorobek badaczy z zakresu nauk: biologicznych (biologii atrakcyjności człowieka), socjologicznych (socjologii ciała, socjologii zdrowia i choroby), psychologicznych (psychologii społecznej, społecznej psychologii środowiskowej), pedagogicznych (pedagogiki społecznej i zdrowia wraz z edukacją

45 E. Syrek: *Teoretyczne podstawy współczesnej pedagogiki zdrowia...*, s. 15.

46 A. Przeclawska, W. Theiss: *Pedagogika społeczna: nowe zadania i szanse*. Red. A. Przeclawska: *Pedagogika społeczna kręgi poszukiwań*. Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1996, s. 9.

47 Również S. Kawula wskazywał na „szerokie spektrum poznawcze i praktyczne, odnoszące się także do współczesnych wyzwań wobec pedagogów społecznych”. S. Kawula: *Rozważania o przedmiocie pedagogiki społecznej*. „Auxilium Sociale. Wsparcie Społeczne” 2005, nr 2(34), s. 22.

48 E. Syrek: *Teoretyczne podstawy współczesnej pedagogiki zdrowia...*, s. 17.

zdrowotną, pedagogiki medialnej) oraz filozofii i kulturoznawstwa (kultury mediów, kultury popularnej). Uzasadnieniem podjęcia badań i analiz o charakterze interdyscyplinarnym niech będą słowa B. Śliwerskiego, który pisze: „W pedagogice XXI wieku pedagodzy doskonale zdają sobie sprawę z tego, że właśnie w pedagogice jako nauce o wychowaniu podejście interdyscyplinarne jest konieczne, gdyż rozwiązywanie problemów wychowawczych wymaga wykorzystania wiedzy z różnych nauk, by prowadząc analizę tego złożonego i wielowymiarowego zjawiska czy procesu, badać go holistycznie”⁴⁹. Również J. Szmyd zwraca uwagę, że: „zasadę poznawczo wielodyscyplinarnego współdziałania badaczy i teoretyków z różnych specjalizacji naukowych oraz zasadę stałej dyskusji i krytycznej wymiany ważniejszych doświadczeń z dziedziny coraz bardziej komplikującej się praktyki edukacyjno-wychowawczej, uznać należy za niezbędną regułę postępowania w realiach społecznych i kulturowych świata współczesnego; świata ulegającego szybkim i dynamicznym przemianom i pogłębiającym się niemal z dnia na dzień oraz wzajemnym powiązaniom jego składników, że twórczo i skutecznie uprawiać można pedagogikę już nie jako dyscyplinę autonomiczną i samodzielną czy jako zbiór poznawczo niezależnych dyscyplin, ale jako dziedzinę otwartą – ściśle powiązaną i współdziałającą właściwie ze wszystkimi naukami społecznymi i humanistycznymi, a nadto także z niektórymi naukami przyrodniczymi (np. biologicznymi, medycznymi, informatycznymi, ekologicznymi itp.). Jedynie taki szeroki wielo- i interdyscyplinarny oraz praktyczno-doświadczalny kontekst może jej zapewnić głębszy kontakt poznawczy i rozumiejący ze współczesną problematyką edukacyjną i wychowawczą, a w konsekwencji pozwolić na wypracowanie adekwatnych w stosunku do ich charakteru i złożoności narzędzi teoretycznego i praktycznego jej rozwiązywania”⁵⁰. Takie spojrzenie na podjętą tematykę przyświecało mi na wszystkich etapach pracy nad monografią.

Niniejsze opracowanie składa się z dziewięciu rozdziałów. Sześć początkowych stanowi podbudowę teoretyczną dla przeprowadzonych badań własnych. W rozdziałach tych opisane zostały zagadnienia związane z problematyką ciała w naukach społecznych, znaczenie tożsamości cielesnej i atrakcyjności fizycznej

49 B. Śliwerski: *Nauki o wychowaniu a pedagogika*. „Nauki o Wychowaniu. Studia Interdyscyplinarne” 2015, T. 1, nr 1, s. 33.

50 J. Szmyd: *Zagrożone człowieczeństwo. Refleksja antropologiczna w świecie ponowoczesnym. Próba pytań i odpowiedzi*. Stowarzyszenie Thesaurus Silesiae, Katowice 2015, s. 311–312.

dla człowieka w kontekście kultury współczesnej, przeanalizowano rolę i obecność mediów społecznościowych w życiu jednostki oraz sposoby autoprezentacji w przestrzeni wirtualnej. Część teoretyczną zamyka charakterystyka młodych dorosłych jako grupy społecznej, która stanowiła próbę badawczą w podjętych analizach badawczych. W rozdziale siódmym przedstawiono metodologiczne podstawy badań własnych, z kolei w rozdziale ósmym i dziewiątym zaprezentowano wyniki przeprowadzonych badań diagnostyczno-weryfikacyjnych zmierzających do ustalenia znaczenia mediów społecznościowych dla samooceny i zachowań związanych z wyglądem ciała młodych dorosłych. W podsumowaniu wyciągnięto wnioski z przeprowadzonych badań wraz ze wskazaniem dla działań wychowawczych, edukacyjnych i profilaktycznych. Pracę kończy refleksja i pytanie, czy, a jeśli tak, to na ile media społecznościowe mogą stać się narzędziem edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia w zakresie konstruktywnych postaw wobec własnego ciała?

* * *

Serdeczne podziękowania składam Pani prof. dr hab. Ewie Syrek za towarzyszenie mi na drodze naukowej oraz wszelką udzieloną pomoc, wsparcie i życzliwość. Dziękuję Recenzentom – Pani dr hab. Bożenie Zawadzkiej, prof. UJK oraz Panu prof. dr. hab. Zbyszko Melosikowi za wnikliwe recenzje, poczynione uwagi i sugestie, które znalazły odzwierciedlenie w ostatecznym kształcie monografii.

W sposób szczególny – za lata wsparcia i zrozumienia dla mojej naukowej pasji – dziękuję moim Najbliższym – Mężowi, Synom, Mamie oraz pozostałym Członkom mojej Rodziny.