

WGLĄD

Czerwiec 2022

Rok 5, numer 16

KOBIECE PRZESTRZENIE

Malarstwo Barbary Bokoty-Tomali

Jednym z najtrudniejszych pytań, jakie możemy sobie zadać, jest to o własną tożsamość – *Kim jestem?*

Niemal połowa badanych studentek brała udział w imprezach, będąc w stanie upojenia alkoholowego, a prawie 15% w stanie odurzenia narkotykami

W numerze

Andrzej Łukasik Kobiece przestrzenie	4
Barbara Bokota-Tomala „Prawdziwa sztuka tkwi w naturze”	6
Anna Batory-Ginda Tożsamość. Unikalna wizja własnej osoby i procesy zaangażowane w jej powstawanie	10
Magda Urbańska Świat prac domowych – światem kobiet?	13
Maria Łukaszek W trosce o zdrowie seksualne każdej kobiety	14
Paulina Myśliwiec Postrzeganie męskości w opinii młodych kobiet	16
Gabriela Szczerba Historia absolwentki Młodzieżowego Ośrodka Wychowawczego w Krakowie	19
Aleksandra Hytroś-Kiwała Women Group in Highheels and Flats	22
Kawiarenka psychologiczna Męskość	23
Rezonans Z badań psychologicznych na świecie	26
Słow(n)ik psychologiczny Empatia	28
Mistrzowie psychologii Grunya Efimovna Sukhareva	29
Czy wiesz, że...	30
Recenzje	30
Eksperymenty psychologiczne Postulsi do bólu	31

WGLĄD

Rok 5, numer 16

Czerwiec 2022

Skład redakcji

Dr hab. Andrzej Łukasik, prof. UR
redaktor naczelny

Dr Tomasz Gosztyła
zastępca redaktora naczelnego

Dr Małgorzata Marmola
redaktor merytoryczna

Dr Anna Wańczyk-Welc
redaktor merytoryczna

Dr Anna Englert-Bator
redaktor merytoryczna

Mgr Anna Lenart
redaktor merytoryczna

Adres redakcji

ul. ks. Jałowego 24
35-010 Rzeszów
zakladpsychologii@ur.edu.pl

<https://www.ur.edu.pl/kolegia/kolegium-nauk-spoecznych/instytuty/instytut-pedagogiki1>

Redakcja zastrzega sobie
prawo skracania tekstów

W numerze wykorzystano obrazy
na podstawie Pixabay License
<https://pixabay.com/pl/service/license/>



96. dzień inwazji na Ukrainę

30.05.2022

Andrzej Łukasik

Kobiece przestrzenie



Ten numer *Wglądu* przeznaczony jest na kobiecą ekspresję – naszych Koleżanek i Auterek, które zgodziły się wziąć udział w tym przedsięwzięciu. Stąd moja obecność w tym numerze jest tylko chwilowa (choć niezbyt krótka), a wynika z obowiązku redaktora naczelnego do napisania tekstu wstępnego. Długo zastanawialiśmy się, jaką okładkę zamieścić, jaki dać tytuł temu *Wglądowi*; wiele wydawało się nam banalnych, seksistowskich, albo z drzemiącą pod powierzchnią stereotypizacją, albo nawet jeśli nie, to i tak tego się obawialiśmy, czujnie analizując kolejne i ko-

rzystając z recenzji naszej Koleżanki z Zakładu Psychologii. Stało ostatecznie na okładce wielobarwnej, odzwierciedlającej – naszym zdaniem – złożoność i obszerność tematu, i tytule *Kobiece przestrzenie*, co mnie jako piszącemu ten tekst wcale zadania nie ułatwia, bo to temat na opasłą książkę, a nie wstępniak. Kobiety w polityce, sporcie, wojsku, sztuce, w różnych zawodach, rolach społecznych... Nie sposób tego wszystkiego opisać. Mój wybór obszarów i postaci jest zatem subiektywny, odwołuje się do moich zainteresowań.

Wielokrotnie poszukując obrazów do kolejnych numerów *Wglądu*, natrafiliśmy na ograniczenie – większość obrazów namalowali mężczyźni. Mieli oni monopol nie tylko na tę dziedzinę sztuki, ale także na malowanie kobiet. Przez wieki był to „męski” obszar kreatywności. Zawsze nam brakowało dostępu do dzieł namalowanych kobiecymi rękami. Warto zatem uświadomić sobie, że w Polsce pierwsze kobiety zostały dopuszczone do warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych w 1904 r. Wcześniej utalentowane Polki musiały wyjeżdżać do Paryża, gdzie w pry-



Marie Bashkirtseff (1858–1884). *In the Académie Julian in Paris (1881)*. Museum of Dnipro. Wikimedia. Public domain

watnych akademiach, np. Académie Julian, rozwijały swoje talenty. To tam odnosiły sukcesy takie malarki jak Mela Muter, Olga Boznańska czy Anna Biłńska-Bohdanowicz. Nie lepiej było z dostępem do innych zawodów. Pierwszy doktorat z medycyny obroniony na Uniwersytecie w Zurychu został uznany przez Uniwersytet Jagielloński w 1900 r. W 1894 r. Maria Skłodowska-Curie spotkała się z odmową ze strony władz Uniwersytetu Jagiellońskiego, gdy ubiegała się o posadę asystentki w tamtejszym Zakładzie Fizycznym. Karierę zmuszona była robić we Francji, a za swoje prace otrzymała Nobla, i w rezultacie na świecie jest częściej spostrzegana jako uczona francuska niż polska. Konserwyzm elit na przełomie wieku XIX i XX i w latach 30. tego ostatniego skutecznie hamował polskie życie artystyczne i naukowe, zubożając w ten sposób intelektualny potencjał, który później – po odzyskaniu niepodległości przez zrujnowany zaborami kraj w 1918 r. – tak bardzo by się przydał. Gwoli sprawiedliwości jednak w II Rzeczypospolitej, pod koniec lat 30., kobiety zdominowały na głównych polskich uczelniach wydziały farmacji i stomatologii, a także humanistyczne.

Kobiety znalazły dla siebie miejsce w świecie poezji – dziedziny bardziej kobiecej niż męskiej, według stereotypu będącej ekspresją „romantycznej”, czulej natury kobiecej. Może to i dobrze, że taki stereotyp istnieje, bo dzięki temu mamy w poezji wielkie nazwiska: Anna Achmatowa – jedna z najwybitniejszych rosyjskich poetek XX wieku, Halina Poświatowska, Emily Dickinson, oryginalna w swojej XIX-wiecznej epoce poetka amerykańska, i współcześnie Amerykanka Louise Glück oraz Wisława Szymborska – noblistki... I wiele, wiele innych.

Były i takie kobiety, które towarzyszyły swoim wybitnym mężom. Nadieżda Mandelsztam, jako osobista sekretarka, zapisywała wiersze swojego męża Osipa. Wiernie mu towarzyszyła w drodze do zguby. Gdy w 1933 r. napisał wiersz będący oskarżeniem sowieckiego reżimu i karykaturą Stalina, było oczywiste, że nie zostanie pozostawiony w spokoju. Aresztowany, uwięziony w obozie, zmarł, mimo że Nadieżda robiła wszystko, co w jej mocy, aby go ocalić. Nie pomogły prośby o rewizję wyroku kierowane do Berii, ówczesnego krwawego szefa sowieckiej bezpieki i twórcy Gułagu. Wiersze Mandelsztama

przetrwali, głównie dlatego, że Nadieżda, spodziewając się represji, uczyła się ich na pamięć, wiedząc, iż rękopisy mogą zostać zawłaszczone przez NKWD i zniszczone.

W nauce materia „kobiece” to niekiedy walka z mężczyznami o przywilej uznania. W roku 1945 Fundacja Noblowska ogłosiła, że nagrodę w dziedzinie chemii za rok 1944 otrzymał prof. Otto Hahn za odkrycie rozszczepienia jądra pierwiastków ciężkich. Z Hahnem, jeszcze od przed II wojny światowej, współpracowała Austriaczka Lise Meitner, która jako jedna z pierwszych kobiet zapisała się na Uniwersytet Wiedeński i zrobiła doktorat z fizyki. Meitner została później asystentką prof. Hahna w Berlinie. Jakiś czas później, gdy Hitler usunął Żydów z uczelni, Lise Meitner znalazła się w niebezpieczeństwie, ale udało się jej uciec do Szwecji. W tym czasie prof. Hahn pracował z innym naukowcem, ale eksperymenty nie szły dobrze. Skontaktował się z Meitner, a ta w olśnieniu podpowiedziała mu rozwiązanie problemu. Hahn i jego współpracownik opublikowali wyniki badań, pomijając Meitner. Lise Meitner była nominowana do Nobla 48 razy, w tym dziesięciokrotnie wspólnie z Hahnem, ale nigdy tej nagrody nie otrzymała. Nie ma statystyk takich przypadków, kiedy kobiety „zapominano” dodać, jako współautorki, ale z różnych opracowań wynika, że nie były one rzadkie. Inne z kolei – zasłużone dla nauki – zostały faktycznie zapomniane. Jedną z nich, Grunię Suchariową, zasłużoną m.in. dla problematyki zaburzeń ze spektrum autyzmu, przypomina w niniejszym *Wglądzie* Anna Lenart. W wyszukiwarce znalazłem tylko trzy odniesienia do jej nazwiska po polsku, zaś do nazwiska Leo Kanner już na pierwszej stronie – sześć.

Jednak nie wszystkie kobiety zapisały się w historii jako postaci pozytywne. Elena Ceaușescu, żona dyktatora Rumunii, rozstrzelana wraz z nim w 1989 r. podczas rewolucji rumuńskiej, zasłynęła w trakcie swojego życia przy boku męża z ekstrawagancji i działań, za które Rumuni ją znienawidzili. Jako żona „Słońca Karpat” uwielbiała luksusowy zbytek, co w biednym kraju musiało wywoływać gniew. Miała też wydumane ambicje naukowe. Co prawda wykształcenie udało się jej zdobyć tylko niepełne podstawowe, ale aspiracje nijak się do tego miały,



Nadieżda Mendelsztam. Public domain

w szczególności w zakresie chemii. Kolekcjonowała tytuły naukowe wielu uczelni, także zagranicznych, i często publikowała pod swoim nazwiskiem, pasożytując na dziełach wytworzonych przez anonimowych ghostwriterów, zapewne zmuszonych przez budzącą strach, wszechmocną tajną policję Securitate. Ale na tym jej ambicje się nie kończyły, chciała osiągnąć naukowe nieba, widziała siebie jako laureatkę Nobla w dziedzinie chemii. Elena Ceaușescu jest obwiniana przez Rumunów m.in. za ograniczenie programu kontroli urodzeń, co doprowadziło do pojawienia się w latach 70. i 80. ub.w. znacznej liczby niechcianych dzieci, które porzucane przez rodziców trafiały do zaniedbanych rumuńskich sierociniec.

Niejednoznaczna jest natomiast postać Miry Marković, żony Slobodana Miloševicia, prezydenta Serbii, którego oskarżono m.in. o zbrodnie przeciwko ludzkości, zbrodnie ludobójstwa w czasie wojny domowej na Bałkanach w latach 1992–1995. Lady Makbet wojny w Serbii, jak ją nazwał *New York Times* w 2019 r., podając informację o jej śmierci, miała potężny wpływ na męża i jego decyzje, była też jego emocjonalną podporą. Skupiała wokół siebie intelektualistów, była w dobrych stosunkach ze Slavkiem Ćuruviją, jednym z najbardziej wpływowych dziennikarzy. Ćuruvija, początkowo w dobrych stosunkach z Miloševiciami, przeszedł jednak do opozycji i opublikował teksty o czystkach etnicznych Albańczy-

ków w Kosowie dokonywanych m.in. przez serbską policję. Kilka lat później, w kwietniu 1999 r., w Wielką Sobotę, zginął od kul w zamachu w Belgradzie. Mira Marković i Slobodan Milošević byli – jak podkreślają wszyscy, którzy ich znali lub opisywali w biografiiach – nierozłączną parą, co pewnie w innych warunkach byłoby wzorem do naśladowania, lecz w tym przypadku owa więź dla innych ludzi okazała się destrukcyjna. Diane Ducret w książce *Kobiety dyktatorów*, cz. 2 tak opisuje Marković: „To ona połyka książkę za książką i wskrzesza wielkie idee odrodzenia ziemi jugosłowiańskiej”. Uratowała Miloševićowi życie, gdy bomby NATO spadły na Belgrad: przekonała go – upierającego się, że nie opuści willi, w której przebywali, by jednak ją opuścili. W nocy bomba zamieniła willę w ruinę. Slobodan Milošević w 2006 r. zmarł na atak serca w więzieniu w Hadze w trakcie swo-

jego procesu, w którym oskarżono go o zbrodnie w czasie wojny bałkańskiej. Mira Marković zmarła w podeszłym wieku w Rosji w 2019 r.

Różne przestrzenie, różne biografie kobiece. Czy są to jakies przykłady dominujących trajektorii w kobiecych przestrzeniach? Niełatwo tu o uogólnienia. A może po prostu nie powinno się ich robić, bo takie zawsze prowadzą siłą rzeczy do uproszczeń. Uchylę się zatem od takiego obowiązku. Zapraszam natomiast do przeczytania tekstów zawartych w tym numerze *Wglądu*. Za interesowanych szerszą wiedzą na temat przedstawionych w tym tekście zagadnień odsyłam do znakomitych książek, z których korzystałem: Anna Kowalczyk, *Brakująca połowa dziejów. Krótka historia Polek na ziemiach polskich*; Pergiorgio Odifreddi, *Geniusz kobiet*; Sylwia Zientek, *Polki na Montparnassie*; Diane Ducret, *Kobiety dyktatorów*,

cz. 1, 2; Alexandra Popoff, *Żony w cieniu mistrzów literatury rosyjskiej*. A na koniec wiersz Anny Achmatowej *Załamala ręce pod szalem...*

Załamala ręce pod szalem.
„Tak pobladłaś, co z tobą, miła?”
To dlatego, że cierpkim żalem
I goryczą go dziś napoiłam.

Wyszedł chwiejąc się... Jak zapomnieć?
Twarz ściągnięta bólem, załamany...
Bez poręczy zbiegłam nieprzytomnie
I pobiegłam za nim do bramy.

Zdyszana krzyknęłam: „To żarty!”
Żarty wszystko! Umrę – zostań przy mnie!”
On spokojnie, z uśmiechem pogardy
Odpowiedział: „Nie stój na zimnie”.

Tłum. Mieczysława Buczkówna

Barbara Bokota-Tomala*

„Prawdziwa sztuka tkwi w naturze”

Albrecht Dürer

Zajmuję się różnymi „rzeczami”, uprawiam malarstwo olejne i akwarelowe, fotografię, rysunek i grafikę użytkową. Ostatnio jednak wykonuję więcej rzeczy przyziemnych i na pozór (dla niektórych) zbytecznych, jak np. sprzątanie, gotowanie, pranie, prace w ogródku itp. Mimo to cały czas, w większym lub mniejszym stopniu, jestem czynnym twórcą. Nie wiem, ile prac już stworzyłam. Chyba dużo, bo w pracowni jest ciasno. Jednak tutaj napiszę tylko o tych tematach, które uważam dla mnie za przełomowe.

Moja pasja do malowania narodziła się jeszcze w dzieciństwie. Jednak nie posłano mnie do liceum plastycznego, a na studia dzienne (sztuki piękne) zdecydowałam się w wieku, kiedy moje koleżanki z liceum niańczyły już dzieci... Nie wszyscy byli zachwycceni, ale wówczas mogłam już decydować sama!

Na mojej drodze pojawiło się kilka osób, które wywarły wpływ na moją twórczość, mobilizując mnie do dzia-

łania, ale przede wszystkim wierzyły w to, co robię lub zamierzam robić. Pierwszą z nich był Julian Ataman, którego poznałam, uczestnicząc w Turniejach Wiedzy o Sztuce, organizowanych przez rzeszowskie BWA. Były to lata 80. XX w., a ja byłam wówczas uczennicą liceum ogólnokształcącego, prowadzącą kółko malarsko-dekoratorskie dla moich koleżanek i kolegów. To był czas, kiedy po raz pierwszy w życiu kupiłam (a raczej udało mi się kupić po znajomości) w Krakowie profesjonalne farby olejne marki Van Gogh.

Kolejną osobą, dzięki której kształtowała się moja osobowość artystyczna, była Janina Panek-Wojno, nauczycielka plastyki w I Liceum Ogólnokształcącym w Rzeszowie i metodyk plastyki w rzeszowskim Oddziale Doksztalcania Nauczycieli. To ona wzięła mnie pod „swoje skrzydła” w czasie Olimpiad Artystycznych z historii sztuki, a później prowadziła szkolenia dla nauczycieli plastyki, w których uczestniczyłam.

Powrót do mojej pasji, już tak na poważnie, zawdzięczam wyjazdowi na plener malarski zorganizowany przez Okręg Rzeszowski Związku Polskich Artystów Plastyków w Słonem w 1995 r. Opiekunem pleneru był ówczesny prezes Jerzy Tomala – mój mentor, a kilka lat później mąż. Wówczas trudno mi było nie tylko wyszukać w naturze ciekawy motyw, ale także zmieścić go w całości na płótnie. Z gamą kolorystyczną też było różnie. Można powiedzieć, że w tamtym czasie był to okres „bardzo zielony” w moim malarstwie. To na tym plenerze dowiedziałam się, że pejzaże najlepiej malować, nie używając zielonej farby. Zdobycie Nagrody Ministra Kultury i Sztuki za obraz na Ogólnopolskiej Wystawie Twórczości Pedagogów Plastyki w 1998 r. utwierdziło mnie w przekonaniu, że mój wybór dotyczący dalszego mojego życia jest dobry.

Od zawsze moją inspiracją była i jest natura. W okresie studiów częściej pracowałam w plenerze i korzy-

stałam ze szkiców. Były to najczęściej wiejskie krajobrazy – moje magiczne miejsca, gdzie czułam się dobrze i do których często wracałam. Ulubione motywy starałam się co pewien czas powtarzać. Malowałam farbami olejnymi i akwarelami. Moje malarstwo było proste w formie. Nie było tu żadnych wydumanych koncepcji, żadnego zwodniczego myślenia. Prosto i szczerze. Od serca do serca!

Z natury czerpię bogactwo form i barwy. Z jednej strony staram się świadomie plamą barwną budować kompozycję obrazów, a z drugiej – dążę do odkrycia nowej, nieoczekiwanej kombinacji kolorów. Piotr Potworowski zanotował w swoim dzienniku: „Kolor jest najpotężniejszym czynnikiem malarstwa”. Pamiętam o tym i dlatego plama barwna jest podstawowym środkiem wyrazu w moich kompozycjach. Drugim jest linia, która pełni funkcję konturu i wartości trójwymiarowych, np. gałęzi drzew, trzciny itp. Wielki Paul Cézanne mówił: „Rysunek i kolor nie są czymś

różnym: malując, rysujemy. Im bardziej kolor się harmonizuje, tym rysunek jest bardziej precyzyjny, kiedy kolor jest u szczytu bogactwa, wtedy forma osiąga pełnię”.

Kolejnym przełomem w mojej twórczości był wyjazd na Podlasie i poznanie artysty fotografa Wiktora Wołkwa, który podobnie jak ja kochał naturę. I wówczas rozpoczęła się moja prawdziwa przygoda z fotografią. Niemal natychmiast rozpoczęłam pracę nad pierwszą wystawą „Podlaskie peregrynacje”, w której chciałam połączyć fotografię z malarstwem a malarstwo z fotografią. Na kolejne spotkanie z Wiktorem przygotowałam zestaw fotografii i dodatkowo kilka reprodukcji obrazów, które namalowałam, inspirowana nadbiebrzańskim pejzażem. Jak ogromna była moja radość, gdy usłyszałam na pożegnanie, że ze mnie coś jeszcze będzie.

W trakcie studiów malowałam pejzaże, które zawsze były skrawkiem bujnej natury żyjącym własnym życiem. Starałam się równocześnie po-

kazywać środkami malarskimi trzeci wymiar – głębię krajobrazu. Plany dalekie, znajdujące się niemal pod linią horyzontu, od planów bliskich, tuż za dolną krawędzią płótna, dzieli ogromna odległość. W tej przestrzeni, między „blisko” i „daleko”, zawierał się dla mnie cały sens naszego istnienia i istnienia świata.

Z biegiem czasu zmieniłam swoje podejście do malarstwa i do sztuki w ogóle. Już nie wystarcza mi malowanie „ładnych obrazków”, a nawet mnie to drażni. Gdy jest coś „ładne”, natychmiast sięgam po szmatę z terpentyną i z determinacją ścieram farbę. Maluję zapamiętane kadry, nie tylko za pomocą ulubionych wytartych pędzli, ale i szpachelki. By uzyskać wyrazistszy przekaz, używam także materiałów niemalarskich (np. tynku akrylowego), ale też chlapię farbami na wybrane fragmenty płótna. Ograniczyłam również gamę kolorystyczną do błękitów: najczęściej sięgam po ultramarynę, kobalt, błękit pruski, indygo. Na moich płótnach można też zobaczyć barwy,



© Fot. Jerzy Tomala. Na zdjęciu Autorka. Dzięki uprzejmej zgodzie Autorki

których wcześniej nie stosowałam. Świadomie dążę w stronę ekspresyjności właściwej dla *action painting*.

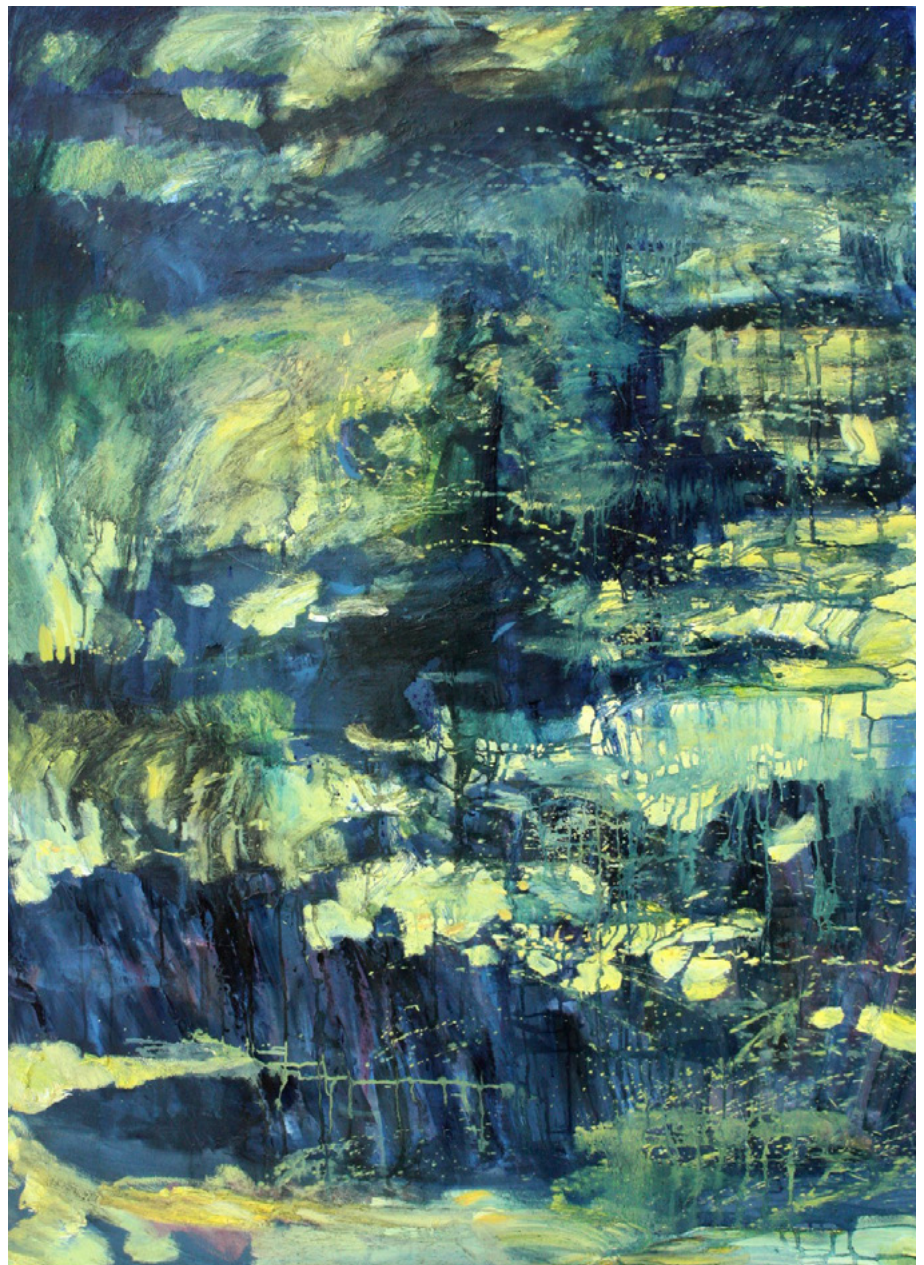
W fotografii główną rolę odgrywa światło; nie ma światła – nie ma fotografii. To światło tworzy zdjęcie. Szukam go w różnych banalnych miejscach, jak piwnica, stodoła, ruiny czy wiejski wychodek. Wynn Bullock pisał, że „światło to najpiękniejsza prawda wszechświata”. I taką prawdę chcę fotografować. Przykładem są m.in. cykle „Nauka o świetle”, który był prezentowany cztery razy na Salonie des Réalités Nouvelles w Paryżu, oraz „Moje Arboretum”. Są one ciągle powiększane i uzupełniane o nowe kadry.

Kolejnym tematem, który mnie pochłonął bez reszty, jest pejzaż fotografowany z okna samochodu, głównie z powodu swojej niepowtarzalności. Tak powstał i jest kontynuowany cykl zatytułowany „Powroty”.

Malując, zamykam drzwi pracowni i przenoszę na płótno to, co w danej chwili czuję. Dlatego moje obrazy są różnorodne i nie tworzą jednolitej całości (kolekcji). Być może z tego powodu są mniej „atrakcyjne” dla znawców i krytyków sztuki.

Od początku trzymam się zasady, że malarstwo dla mnie jest nie tylko wyznaniem wiary, ale ciągłym poszukiwaniem prawdy i nieustannym odkrywaniem nieznanego. Wnikliwie obserwując naturę, realizuję swoją wizję ŚWIAT(Ł)A, ciągle ją pogłębiając i wzbogacając. Podobnie jak Henri Matisse chciałabym w moim malarstwie i fotografii stworzyć „świat kryształiczny dla ducha; tę przejrzystość konieczną”. Ten kryształiczny świat pragnę ofiarować widzowi. Jest to świat wolny od obłudy, kłamstwa, żądzy pieniądza, pandemii, wojny itd. Mam nadzieję, że jest to wizja świata dająca ludziom odrobinę wiary i nadziei. Dlatego też w naturze szukam czystego pejzażu, nieskażonego zachłanną obecnością człowieka, takiej własnej „bezludnej wyspy”, o której każdy z nas gdzieś w głębi duszy marzy.

* Barbara Bokota-Tomala, ur. w 1967 r. Absolwentka Instytutu Sztuk Pięknych Uniwersytetu Rzeszowskiego. Dyplom z malarstwa w pracowni prof. Jadwigi Szmyd-Sikory. Od 2005 r. należy do Związku Polskich Artystów Plastyków. Zajmuje się malarstwem olejnym i akwarelowym, fotografią, rysunkiem i grafiką użytkową. 28 wystaw indywi-



© Barbara Bokota-Tomala, Z cyklu *Podlaskie peregrynacje XLI*, 120x90 cm, olej/płótno, 2012

dualnych, m.in.: Świnoujście, Rzeszów, Szczecin, Kraków, Włocławek, Piotrków Trybunalski, Łańcut, Bolestraszyce, Siedlce, Sławno i Colmar – Francja. Uczestniczyła w ponad 170 wystawach zbiorowych w kraju i za granicą. Laureatka wielu nagród i wyróżnień, m.in.: Nagrody Ministra Kultury i Sztuki (1998), Srebrnego Medalu Fédération Internationale de l'Art Photographique (2014), Nagrody Zespołowej dla Polski, Poland – Special Recognition by Osten for National Collection na Osten Biennial of Drawing Skopje – Macedonia (2016), Nagrody Zarządu ZPAP Okręgu Rzeszowskiego (2017), Nagrody Zarządu Województwa Podkarpackiego za całokształt działalności w dziedzinie twórczości artystycznej,

upowszechniania i ochrony kultury (2017), Grand Prix na Ogólnopolskiej Wystawie Pedagogów Plastyki, BWA Rzeszów (2018).

Prace w galeriach i zbiorach prywatnych w kraju i za granicą, m.in.: Chorwacja, Australia, Kanada, Niemcy, Szwecja, Włochy, Hiszpania, Francja, Ukraina, Belgia, Słowacja oraz Muzeum Malarstwa Współczesnego w Starej Wsi, Galeria Sztuki Współczesnej Włocławek, China Printmaking Museum, Osten Gallery w Skopje – Macedonia, Kolekcja Mycielskich, Muzeum Dom Humoru i Satyry w Gąbrowie.



© Barbara Bokota-Tomala, Z cyklu *Górskie echa IX*, technika mieszana/plótno, 80x100 cm, 2018



© Barbara Bokota-Tomala, Z cyklu *Powroty*, fotografia, 70x100 cm, 2011

Anna Batory-Ginda*

Tożsamość. Unikalna wizja własnej osoby i procesy zaangażowane w jej powstawanie



Jednym z najtrudniejszych pytań, jakie możemy sobie zadać, jest to o własną tożsamość – *Kim jestem?* Tożsamość stanowi o niepowtarzalności osoby, można powiedzieć, że jest swoistym „odciskiem palca” i pewnym „znakiem firmowym”.

Jednym z najtrudniejszych pytań, jakie możemy sobie zadać, jest to o własną tożsamość – *Kim jestem?* Kiedy pytanie to zadaje ktoś inny, z reguły przychodzi nam na myśl szybka odpowiedź, wskazująca na nasze pochodzenie, identyfikację płciową, zawód, sytuację rodzinną czy przynależność grupową, czasem wskazujemy też charakterystyczne cechy bądź ulubione aktywności etc. Możemy zatem odpowiedzieć: jestem Polką/Polakiem, kobietą/mężczyzną, pracownikiem firmy X, partnerką/partnerem, studentką/studentem, członkiem klubu sportowego, osobą tolerancyjną, miłośniczką/miłośnikiem teatru itd. Niekiedy te charakterystyki osadzamy w pewnej narracji o sobie i formułujemy historię, opisującą, co nas ukształtowało, co aktualnie robimy i ku czemu zmierzamy. Narracyjna tożsamość, wyłaniająca się z historii o zmiennych kolejach losu, porządkuje nasze doświadczenia w spójną całość, dzięki czemu uzyskujemy poczucie sensu i celu życia (McAdams 2019). Tożsamość może zatem przyjmować postać narracyjną bądź kategoriałną, kiedy jedynie wymieniamy określenia najlepiej oddające to, za kogo się uważamy (Oleś 2008). Innym sposobem formułowania i wyrażania tożsamości może być dialog, w którym zestawiamy co najmniej dwa aspekty siebie, tzw. pozycje Ja (Oleś 2008). Tak powstała dialogowa tożsamość jest pochodną konfrontowania różnych aspektów Ja, reprezentujących rozmaite punkty widzenia, doświadczenia, cele, opinie, pragnienia etc. (Hermans 2001). W tej optyce myślenie dialogowe jest zarówno narzędziem formułowania odpowiedzi na pytanie *Kim jestem?*, jak i sposobem funkcjonowania tożsamości, która wyłania się z nieustannego zestawiania

różnych perspektyw wielogłosowego systemu Ja (np. *w życiu kieruję się sercem i rozumem, czasem te wewnętrzne głosy spierają się, ale dzięki temu widzę świat pełniej; jakaś część mnie boi się zmian, ale wtedy aktywizuję swojego wewnętrznego optymistę i często udaje mi się zrobić krok naprzód*).

Ja to właśnie Ja, a nie ktoś inny

W sensie logicznym tożsamość to identyczność. *Ja to właśnie Ja, a nie ktoś inny*. Z kolei potocznie rzecz ujmując, ustalenie tożsamości człowieka to poznanie jego imienia i nazwiska, a co za tym idzie – pewnej kluczowej wiedzy na jego temat. Jednak na poziomie psychologicznym tożsamość to coś więcej niż tego rodzaju identyfikacja. Skoro tożsamość stanowi o niepowtarzalności osoby, można powiedzieć, że jest swoistym „odciskiem palca” i pewnym „znakiem firmowym”. To człowiek tworzy własną tożsamość, choć powstaje ona na bazie posiadanych przez niego względnie stałych predyspozycji psychofizycznych (np. poziomu reaktywności emocjonalnej, inteligencji, (nie)pełnosprawności) oraz w pewnym określonym kontekście społeczno-kulturowym (np. oddziaływań wychowawczych, ruchów społecznych). Tożsamość człowieka to wiedza o nim, kluczowa w autodefinicji. Obejmuje najbardziej centralne aspekty samowiedzy, czyli te właściwości, które są dla niego charakterystyczne i najwyraźniej odróżniają go od innych (Jarymowicz 2000). Innymi słowy: są to pewne treści (np. wspomnienia autobiograficzne, cechy, postawy wynikające z preferowanych wartości), które czynią jednostkę unikalną na tle innych ludzi. Treściom tym towarzyszy bogata sfera doświadczeniowa, czyli specyficzne poczucia toż-

samościowe, wśród których najczęściej wymienia się poczucie ciągłości siebie (bycia tą samą osobą, pomimo zmian), poczucie odrębności od innych oraz poczucie wewnętrznej spójności. Ciągłość, odrębność i spójność uważa się za kluczowe zasady rozwoju i funkcjonowania tożsamości (Van Doselaar i in. 2018). Z kolei teoria motywowanego konstruowania tożsamości (Vignoles 2011, 2019) postuluje istnienie aż sześciu zasad kierujących procesami tożsamościowymi. Badania prowadzone na jej gruncie istotnie potwierdzają, że konstruując swoją tożsamość, ludzie dążą do uzyskania: poczucia wyjątkowości i odróżniania się od innych (motyw odrębności); poczucia sensownej łączności między osobistą przeszłością, teraźniejszością i przyszłością (motyw ciągłości); chcą uzyskać i utrzymać dobre mniemanie o sobie (motyw samooceny); poczucie bliskości i/lub akceptacji przez innych (motyw przynależności); poczucie kompetencji i kontroli w swoich działaniach (motyw skuteczności) oraz sensu i celu w życiu (motyw sensu). Powyższe dążenia dotyczą zarówno aspektu osobistego, jak i społecznego tożsamości, gdyż tradycyjnie opisujemy ją w wymiarze indywidualnym (osobistym) oraz społecznym (grupowym) (Jarymowicz 2000). Spostrzeganie siebie jako unikalnej jednostki o niepowtarzalnym układzie właściwości, które wyróżniają nas na tle innych (do których się porównujemy), to podstawa budowania tożsamości osobistej. Z kolei na bazie podzielenia doświadczeń z innymi ludźmi i identyfikowania się z ich punktem widzenia, wartościami i celami, powstaje tożsamość społeczna. Psychologowie społeczni tradycyjnie zajmują się właśnie tą grupową formą identyfikacji. Z kolei psychologowie osobowości i psychologowie rozwoju swoją uwagę poświęcają przede wszystkim tożsamości osobistej. Niemniej obydwie obszary badań przenikają się, a jak zauważa Vivian Vignoles (2019), są podstawy, by sądzić, że

ten sam repertuar sześciu motywów dotyczy zarówno wymiaru indywidualnego, jak i społecznego.

Tożsamość jako rdzeń osobowości

Tożsamość wiąże się z najbardziej zindywidualizowanym i intymnym poziomem osobowości, a w jej tworzeniu znaczącą rolę odgrywają procesy autorefleksji. Choć powstaje na bazie doświadczeń zbieranych od najwcześniejszego dzieciństwa, to dopiero okres dorastania wyposaża jednostkę w takie sposoby myślenia, które pozwalają objąć namysłem całą dotychczasową historię życia. Umiejętność spojrzenia z lotu ptaka na swoją przeszłość, w kontekście tego, kim jestem teraz i do czego zmierzam, pozwala opracować harmonijną wizję swojej osoby, dającą poczucie odrębności od innych (na preferowanym przez osobę poziomie) i poczucie adekwatnej ciągłości między tym, co było, jest i będzie. Tożsamość jako rdzeń systemu Ja spełnia funkcje regulacyjne i pozwala ukierunkować aktywność na cele, dzięki którym człowiek „czuje się sobą”. Zdarza się, że ktoś odrzuca atrakcyjną propozycję pracy, mówiąc „to nie jest moja bajka”, „czuł(a) bym się źle w tej roli” etc. Nie zawsze chodzi jedynie o nieprzystawanie oferowanej propozycji do temperamentu czy wartości danego człowieka. Czasem niezgodność powodująca odmowę dotyczy czegoś głębszego i mniej uchwytnego, a zarazem najważniejszego, bo powiązanego z tym, kim dany człowiek czuje się w swej istocie, w swoim rdzennym Ja. To dlatego w niektórych ujęciach tożsamości używa się metafory „odkrywania” tożsamości raczej niż jej konstruowania (kreowania). Zakłada się bowiem, że tożsamość to przede wszystkim zgodność ze swoim prawdziwym Ja (*true self*), które trzeba odkryć i poznać.

Konstruowanie i odkrywanie siebie

Blisko 40 lat temu Alan Waterman (1984) wprowadził do myślenia o tożsamości podział na konstruowanie siebie (*self-construction*) i odkrywanie siebie (*self-discovery*), które miały odpowiadać dwóm mechanizmom rozwoju i kształtowania tożsamości. Uznał je za metafory odnoszące się do dwóch niezależnych i przeciwstawnych sobie procesów oraz towarzyszących im ujęć badawczych. Bywają one również traktowane jako rodzaj przekonań dotyczących natury tożsamości (Berzonsky

2016) bądź też jako mierzalne procesy związane z kształtowaniem odpowiedzi na pytanie *Kim jestem?* (Schwartz i in. 2005). Według integrującego mode-

współczesnej psychologii dominują teorie społeczno-poznawcze, które prezentują stanowisko konstruktywistyczne. Traktowanie procesów tożsamościo-

Odkrywanie i konstruowanie to nie alternatywne sposoby kształtowania tożsamości, lecz uzupełniające się etapy, będące elementami wspólnego procesu rozwojowego; przy czym odkrywanie poprzedzone jest konstruowaniem...

lu Schwartza (2002) odkrywanie i konstruowanie to nie alternatywne sposoby kształtowania tożsamości, lecz uzupełniające się etapy, będące elementami wspólnego procesu rozwojowego; przy czym odkrywanie poprzedzone jest konstruowaniem. Obydwa procesy sprzyjają adaptacyjnemu funkcjonowaniu, choć prezentują dwa odrębne sposoby działania. Konstruowanie ma charakter wyraźnie poznawczy i polega na racjonalnej analizie różnych opcji, co ma prowadzić do wyboru najlepszej alternatywy. Z kolei odkrywanie bliższe jest emocjonalnemu i intuicyjnemu wymiarowi funkcjonowania. We

wych w kategoriach odkrywania swojego prawdziwego Ja, czyli osobistego potencjału reprezentującego naszą najlepszą stronę i to, kim możemy się stać, należy do rzadkości. Pogląd ten reprezentuje przede wszystkim eudajmonistyczna teoria tożsamości Watermana (2011), w myśl której kształtowanie (odkrywanie) tożsamości to odnajdywanie prawdziwego Ja poprzez rozpoznanie, zrozumienie i realizację tych właściwości i zdolności, które współgrają z naszym wewnętrznym potencjałem. Proces ten wiąże się z wyborem takich form aktywności i celów, które pozwolą jak najlepiej wyrazić i zrealizować nasze



Egon Schiele (1890–1918). Self-Portrait with Physalis (1912). Leopold Museum, Wiedeń. Google Art Project. Public domain

optymalne Ja, co z kolei jest źródłem szczęścia i dobrego przystosowania.

Nacisk na procesualne ujęcie tożsamości jest nieodłącznym dopełnieniem jej opisu treściowego (zawartości). Poznając osobę, chcemy dowiedzieć się nie tylko tego, co uważa za swoje najważniejsze wyróżniki (np. *jestem intelektualistką, ale nie spędzam życia z nosem w książkach; jestem aktywnym wolontariuszem*), ale też co doprowadziło ją/jego do zbudowania takiej wizji siebie i w jaki sposób ją podtrzymuje. Analizując klasyczną koncepcję tożsamości Erika Eriksona (1963), James Marcia (1966) za dwa podstawowe procesy tożsamościowe uznał eksplorację (*exploration*) i zobowiązanie (*commitment*). Eksploracja oznacza poszukiwanie i testowanie możliwych ścieżek życia, związanych z różnorodnymi poglądami i priorytetami. Natomiast zobowiązanie to zaangażowanie w wybrany zestaw celów i wartości, które jednostka postanawia wcielić w życie. Współcześnie wśród neoeriksonowskich rozwojowych teorii tożsamości znaczącą pozycję zajmuje pięciowymiarowy model belgijskiego zespołu Luyckxa i współpracowników (2013), w którym autorzy wykazują złożoność obydwu procesów tożsamościowych i ich splatanie się. W ramach eksploracji wyróżnili trzy jej rodzaje: eksplorację „wszerz”, „w głąb” i eksplorację ruminacyjną. Z kolei w procesie zobowiązania wyodrębnili podjęcie zobowiązań i identyfikację ze zobowiązaniem. Opisywane formy eksploracji i zobowiązania nie są odrębnymi etapami, które następują kolejno po sobie, lecz współistniejącymi procesami, których natężenie zmienia się stosownie do okoliczności i etapów życia. Eksploracja „wszerz” wyraża wielokierunkowe poszukiwanie swojego miejsca w świecie, poprzez otwartość na rozmaite preferencje i aktywności. Kiedy jednostka odnajdzie obszar warty zainteresowania, podejmuje zobowiązanie, a ponadto do głosu dochodzi eksploracja „w głąb”, czyli bardziej precyzyjny namysł nad wybraną opcją i ocena, na ile współgra ona z osobistymi normami i oczekiwaniami. Jeśli istnieje takie dopasowanie, to sprzyja identyfikacji z podjętym zobowiązaniem i osoba uznaje dany wybór za „swój”. Natomiast brak takiej identyfikacji nasila eksplorację „wszerz”, która sprzyja zmianie planów życiowych (zobowiązań) i prowadzi do ponownych poszukiwań. Nie zawsze jednak eks-



Olga Boznańska (1865–1940). Autoportret (data nieznana). Kolekcja prywatna. Wikimedia. Public domain

ploracja prowadzi do konstruktywnych rozwiązań. Niekiedy wprowadza osobę w stan lęku, niegasnących rozterek i trudności decyzyjnych. Jest to nieadaptacyjna forma poszukiwań tożsamościowych określana przez Luyckxa jako eksploracja ruminacyjna. Może być wskaźnikiem okresowego kryzysu bądź względnie stałą cechą osobowości, która utrudnia dokonanie życiowych wyborów i podjęcie za nie odpowiedzialności. W obydwu przypadkach komplikuje kształtowanie dojrzałej tożsamości.

Niezależnie od przyjętego nurtu teoretyczno-badawczego współczesne psychologiczne ujęcia tożsamości kładą nacisk na nieustanny proces jej (re)konstruowania. Nie ma zgody co do form i zakresu tej dynamiki, jednak mniej lub bardziej wprost uznaje się, że tożsamość to zadanie na całe życie. Znaczące nasilenie procesów tożsamościowych przypada na okres dorastania i wczesnej dorosłości, jednak się na nim nie kończy. Niekiedy zmiany są inspiro-

wane okolicznościami zewnętrznymi (np. przeprowadzka, stanie się rodzicem, odejście kogoś bliskiego, wejście w nowy związek), innym razem to sam podmiot wyznacza nowe kierunki działań, które mogą tak istotnie wpłynąć na jej/jego wewnętrzny świat, że można to interpretować w kategoriach zmiany tożsamości.

* Dr Anna Batory-Ginda, psycholog, adiunkt w Zakładzie Psychologii Osobowości Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie. Jej zainteresowania naukowe dotyczą systemu Ja i tożsamości w różnych kontekstach teoretyczno-badawczych oraz rozwoju osobowości z perspektywy psychologii biegu życia. Jest współautorką monografii *Odstępny tożsamości* (2016), współredaktorką książki *Tożsamość i jej przemiany a kultura* (2008) oraz autorką licznych artykułów naukowych w czasopiśmie polskich i międzynarodowych.

Magda Urbańska*

Świat prac domowych – światem kobiet?



Jeszcze do niedawna prace domowe były wyłączną domeną kobiet. Jednak wydaje się, że ten model funkcjonowania rodziny ulega stopniowej zmianie.

Prace domowe to pojęcie, które kojarzy się głównie z obowiązkami domowymi i opieką nad dziećmi. Jeszcze do niedawna aktywności te były wyłączną domeną kobiet. Podjęcie przez kobiety pracy zawodowej zmieniło jednak sytuację. Coraz częściej, właśnie ze względu na aktywność zawodową kobiet, podział prac domowych ulega pewnym modyfikacjom, wymuszając niejako włączenie się mężczyzn w wykonywanie codziennych obowiązków domowych. Czy ten podział jest jednak równy? Czy prace wykonywane w domu przez kobiety i mężczyzn są takie same? W obu przypadkach odpowiedź wydaje się negatywna, choć równocześnie z badania CBOS z 2020 r. *Modele życia małżeńskiego Polaków* wynika, że większość naszych rodaków preferuje partnerski model rodziny (58%), w którym oboje małżonkowie pracują zawodowo i w równym stopniu zajmują się domem

i dziećmi. Takie równościowe podejście mają zarówno kobiety (59%), jak i mężczyźni (57%). Jednak to deklarowane partnerstwo nie przekłada się na rzeczywistość, gdyż partnerski model rodziny realizuje już tylko 37% badanych. W rodzinach 38% respondentów za obowiązki domowe i opiekę nad dziećmi odpowiada wyłącznie kobieta: albo żona (partnerka), która oprócz pracy zawodowej dodatkowo zajmuje się prowadzeniem domu i wychowaniem dzieci (21% – tzw. model rodziny nieproporcjonalny żeński), bądź żona (partnerka), która nie pracuje zawodowo i zajmuje się tylko domem i dziećmi (17% – tzw. model tradycyjny). Optymizmem napawa jednak fakt, że w ostatnich latach wzrósł odsetek osób realizujących partnerski model rodziny, co pozwala mieć nadzieję, że przekonanie o potrzebie równego podziału prac domowych będzie nie tylko deklarowa-

ne, ale przede wszystkim realizowane w polskich rodzinach.

Odnosząc się do zagadnienia pracy domowej, warto także zwrócić uwagę na to, jakie prace wykonują w domu kobiety, a jakie obowiązki domowe przynależą do mężczyzn. Z badania CBOS z 2018 r. *Kobiety i mężczyźni w domu* wynika, że w większości polskich gospodarstw domowych to głównie kobiety piorą (82%), prasują (81%), przygotowują posiłki (65%), sprzątają (61%), zajmują się gruntownymi porządkami, np. myciem okien, trzepaniem dywanów (57%) oraz zmywaniem naczyń bądź wkładaniem i ich wyjmowaniem ze zmywarki (56%). Domeną mężczyzn są tylko dwie czynności domowe, tj. wykonywanie drobnych napraw (81%) oraz zlecenie usług do wykonania, np. wzywanie hydraulika (60%). Z kolei codzienne zakupy (51%) i wyrzucanie śmieci (50%) to obowiązki domowe, które najczęściej wykonywane są czasem przez kobietę, a czasem przez mężczyznę lub wspólnie. Wiele innych prac domowych jest również współdzie-



Obraz udostępniony na podstawie Pixabay license

lonych między kobietą a mężczyzną lub wykonywanych wspólnie. Nie oznacza to jednak, że kobiety zostały odciążone z obowiązków domowych. Nadal to one wykonują wszystkie typowo „kobiece” prace domowe, związane z codziennym funkcjonowaniem domu, choć – co należy jeszcze raz podkreślić – mężczyźni coraz częściej w tych obowiązkach domowych partycypują.

W kontekście prac domowych warto także na koniec zastanowić się, czy kobiety chciałyby same siebie zwolnić z obowiązków domowych? Z badań K. Pawlikowskiej i D. Maison dotyczących współczesnych Polek (*Polki. Spełnione profesjonalistki, rodzinne panie domu czy obywatelki świata?*) wynika,

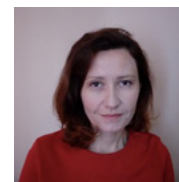
że kobiety nawet w czasie wolnym często zajmują się domem, np. piorą, sprzątają, prasują lub gotują bądź zajmują się dziećmi. Na wykonywanie przez kobiety prac domowych zamiast odpoczynku wskazuje także raport *Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy*. Wiele Polek nie będzie mogło odpoczywać, jeśli w domu jest bałagan, a dzieci i domownicy nie zostaną odpowiednio dopilnowani. Większość kobiet (62%) zgodziła się z opinią, że nawet w sytuacji otrzymania awansu i podwyżki oraz zarobków wyższych niż zarobki partnera raczej musiałyby wykonywać dotychczasowe zadania domowe. Czy zatem codzienne obowiązki w przestrzeni domowej to nadal domena kobiet? Wyda-

je się, że ten tradycyjny podział ulega stopniowemu osłabieniu, choć wciąż to na barkach kobiet spoczywa większość obowiązków domowych. Jednak coraz częstsze współdzielenie prac domowych przez kobiety i mężczyzn, a także męskie zaangażowanie w zajęcia domowe i opiekę nad dziećmi oraz wzrost akceptacji społecznej dla tego typu męskich aktywności w sferze domowej i wzmocnienie postaw równościowych dają nadzieję, że partnerski model rodziny może stać się w przyszłości codzienną rzeczywistością.

* Dr Magda Urbańska, Zakład Pedagogiki Rodziny, Instytut Pedagogiki UR

Maria Łukaszek*

W trosce o zdrowie seksualne każdej kobiety



Aby cieszyć się dobrym zdrowiem seksualnym, konieczne jest pozytywne i pełne szacunku podejście do seksualności, związków seksualnych, a również bezpiecznych i dających przyjemność doświadczeń seksualnych. Niniejszy artykuł prezentuje wynik badań realizowanych w ramach projektu *Postawy studentów uczelni podkarpackich wobec HIV/AIDS*.

W 2019 r. miałam przyjemność realizować projekt *Postawy studentów uczelni podkarpackich wobec HIV/AIDS*. Badania prowadzono w dwunastu uczelniach Podkarpacia. Wzięło w nich udział ponad 2700 studentów: 1651 kobiet i 1113 mężczyzn. Ogółem przebadano niemal 6% populacji studentów kształcących się na terenie województwa. Celem projektu były przede wszystkim: diagnoza stanu wiedzy studentów o HIV/AIDS, poznanie ich opinii na temat różnych aspektów HIV/AIDS oraz zapoznanie się z aktualnie podejmowanymi oraz deklarowanymi w przyszłości zachowaniami studentów związanymi z zakażeniami HIV i AIDS.

Realizacja badań, proces opracowania wstępnego raportu wyników (Łukaszek 2019) oraz przygotowanie monografii (Łukaszek 2021) spowodowały, że zaczęłam się zastanawiać nad znacznie szerszym problemem: czy studentki i studenci Podkarpacia troszczą się o swoje zdrowie seksualne? Wy-

sokie wskaźniki podejmowania ryzykownych zachowań przy jednoczesnej niskiej gotowości do wykonywania badań diagnostycznych sugerują bowiem, że albo posiadają oni przekonanie o niezniszczalności swego zdrowia seksualnego, albo nie stanowi ono dla badanych istotnej wartości. A szkoda..., bo zgodnie z obowiązującym stanowiskiem WHO ten zespół biologicznych, emocjonalnych, intelektualnych i społecznych aspektów życia seksualnego będących składową kategorii zdrowia seksualnego jest warunkiem pozytywnego rozwoju osobowości, komunikacji i miłości człowieka. Stanowi także wymóg osiągnięcia dobrostanu fizycznego, ale również psychicznego i społecznego w funkcjonowaniu człowieka (WHO 1975). Aby cieszyć się dobrym zdrowiem seksualnym, konieczne jest jednak pozytywne i pełne szacunku podejście do seksualności, związków seksualnych, a również bezpiecznych i dających przyjemność doświadczeń

seksualnych. Istotne jest przy tym, aby doświadczenia te były wyrazem respektowania praw seksualnych człowieka, powinny być wolne zwłaszcza od przymusu, dyskryminacji i przemocy (WHO 2006).

Czy studentki Podkarpacia troszczą się o swoje zdrowie seksualne?

Troska, dbanie o własne zdrowie seksualne wyraża się między innymi w podejmowaniu bezpiecznych, satysfakcjonujących zachowań seksualnych, podczas których respektowane są prawa seksualne każdego człowieka. Takie kontakty intymne stwarzają możliwość pomyślnego, efektywnego zaspokojenia dwóch potrzeb: rozładowania napięcia seksualnego, ale także nawiązania lub wzmocnienia więzi emocjonalnej z partnerem. Konsekwentne pielęgnowanie własnego zdrowia seksualnego to również unikanie ryzykownych doświadczeń seksualnych, co pozwala nie tylko chronić organizm przed chorobami przenoszonymi drogą płciową, ale także przed obciążającą emocjonalnie, niekiedy wręcz destrukcyjną relacją intymną. Rezygnacja z ryzykownych zachowań seksualnych wiąże się też z niższym prawdopodobieństwem udziału w aktywności skoncentrowa-

nej wyłącznie na rozładowaniu napięcia seksualnego, z pominięciem jej więziotwórczego aspektu. Wystrzeżenie się ryzykownych zachowań pozwala budować korzystne dla zdrowia seksualnego, społecznie pożądane, dojrzałe, w pełni respektujące prawa seksualne każdego człowieka skrypty seksualne, czyli trwałe modele życia seksualnego i relacji seksualnej. Należy pamiętać, że troska o zdrowie seksualne wyraża się również w wykonywaniu badań diagnostycznych, zwłaszcza w przypadku posiadania doświadczeń ryzykownej aktywności, oraz podjęciu, w razie potrzeby, stosowanego leczenia.

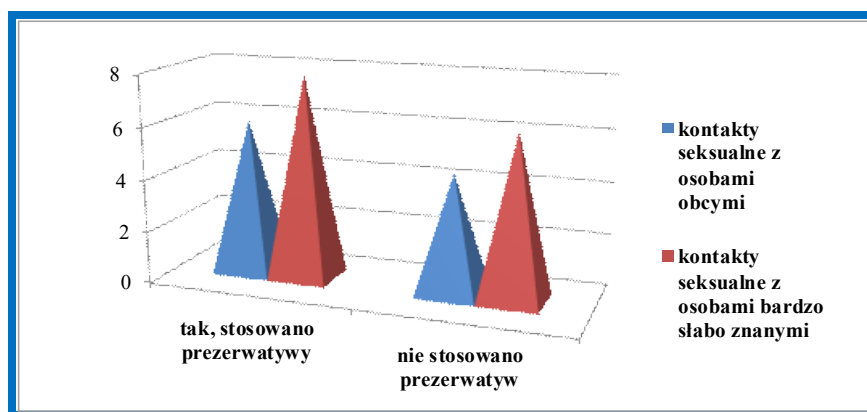
Wyniki badań własnych

Przeprowadzone przeze mnie badania ujawniły, że znaczna część studentek ma doświadczenia takich kontaktów seksualnych, które niosą za sobą nie tylko ryzyko zarażenia chorobami przenoszonymi drogą płciową, ale także mogą się przyczynić do powstania niepożądanych skryptów seksualnych. Chodzi zwłaszcza o takie wzory, w których obrazie akceptowane są ryzykowne zachowania seksualne. Skrypty te będą stanowiły w przyszłości trwały wzór aktywności intymnej, preferencji doboru partnerów i okoliczności aktywności seksualnej (por. Krahé i Tomaszewska-Jedrysiak 2011), a tym samym będą stwarzać długotrwałe zagrożenie dla zdrowia seksualnego.

Analizując problem zdrowia seksualnego z perspektywy rozprzestrzeniania się chorób przenoszonych drogą płciową (STI), należy uwzględnić przede wszystkim: status serologiczny partnerów, formy podejmowanej aktywności seksualnej oraz poprawne stosowanie prezerwatywy (wykres 1). Stwierdzono, że spośród badanych ponad 1650 kobiet znaczny odsetek podejmował stosunki z osobami całkiem obcymi (przy czym 6% respondentek miało takie doświadczenia i użyło prezerwatywy, zaś 4,6% nie użyło tego środka) lub bardzo słabo znanymi (7,9% z użyciem prezerwatywy, a 6,3% nie stosując jej). Oczywiście jest, że w tych sytuacjach studentki nie miały żadnej wiedzy o statusie serologicznym swych partnerów. Z deklaracji badanych wynika także, iż 39,8% ogółu kobiet posiada doświadczenia niezabezpieczonych prezerwatywą kontaktów waginalnych, 17,6% oralnych, zaś 11% analnych.

W kontekście zagrożenia STI istotny jest fakt podejmowania przez studentki współżycia w stanie upojenia

Wykres 1. Podejmowanie przez studentki kontaktów seksualnych zabezpieczonych lub niezabezpieczonych prezerwatywą z osobami obcymi lub bardzo słabo znanymi (dane %)



Źródło: wyniki badań własnych

alkoholowego lub odurzenia narkotykowego. Niejednokrotnie doświadczenia te są dziełem przypadku, dochodzi do nich pod wpływem impulsu, czasami wbrew wcześniejszym planom. Mają one jednak ogromne znaczenie dla zdrowia seksualnego. Odurzenie może bowiem z jednej strony wiązać się z podwyższonym ryzykiem powstania mechanicznych uszkodzeń ciała, np. w obrębie błony śluzowej narządów płciowych, z drugiej zaś przekładać się na lekceważenie lub zapomnianie o konieczności użycia prezerwatywy, nieprawidłowe ich użycie bądź uszkodzenie.

Z deklaracji studentek wynika (tab. 1), że 12,7% z nich odbyło niezabezpieczony stosunek prezerwatywą, zaś 15,9% zabezpieczony stosunek seksualny z trzeźwym partnerem, osobiście będąc w stanie upojenia alkoholowego. Aż 17,6% badanych stwierdziło, że miało niezabezpieczony, zaś 22% zabezpieczony stosunek wówczas, gdy oboje partnerzy byli upojeni alkoholem. Warty odnotowania jest również fakt, że 2% do 3% kobiet miało doświadczenia współżycia, będąc samymi pod wpływem działania narkotyków lub wówczas, kiedy oboje partnerzy byli odurzeni. Z punktu widzenia tworze-

nia zaburzonych skryptów seksualnych ważny jest fakt, że zdecydowana większość kobiet podejmujących współżycie w stanie upojenia alkoholowego lub odurzenia narkotykami wielokrotnie powtarzała te zachowania, co sprzyja utrwaleniu takiego, zagrażającego zdrowiu seksualnemu, modelu aktywności.

Podczas analiz stwierdzono, że wiele studentek uczestniczyło w imprezach towarzyskich, będąc w stanie upojenia alkoholowego lub odurzenia narkotykowego. Co prawda doświadczenia te nie stanowią bezpośredniego zagrożenia dla ich zdrowia seksualnego, jednak, co wynika z licznych badań, torują drogę do podjęcia ryzykownej aktywności seksualnej bądź czynią podatnymi na nadużycia seksualne innych osób. W efekcie odurzenia substancjami psychoaktywnymi występują bowiem problemy z adekwatną oceną ryzyka i zwiększa się gotowość do podjęcia ryzykownej relacji intymnej (Ariely i Loewenstein 2006). Z deklaracji studentek wynika, że niemal połowa z nich brała udział w imprezach, będąc w stanie upojenia alkoholowego, zaś prawie 15% w stanie odurzenia narkotykami. Istotne jest to, że dla 40% osób były to sytuacje wielokrotnie powtarzane, co

Tabela 1. Podejmowanie przez studentki kontaktów seksualnych zabezpieczanych lub niezabezpieczanych prezerwatywą w stanie odurzenia substancjami psychoaktywnymi (dane %)

Użycie prezerwatywy	Stan odurzenia partnerów podczas kontaktów seksualnych			
	upojenie alkoholowe		odurzenie narkotykami	
	tylko studentka	oboje partnerzy	tylko studentka	oboje partnerzy
tak	15,9	22,0	2,7	2,7
nie	12,7	17,6	2,0	2,4

Źródło: wyniki badań własnych

sugeruje, że ten wzór zachowania mógł ulec utrwaleniu. W kontekście wiedzy o licznych doświadczeniach badanych, które mogą przyczynić się do zakażenia STI, istotną sprawą jest to, że niemal 88% studentek nigdy nie wykonało testu w kierunku zakażeń HIV, a 70,6% nie tylko się nie badało, ale także nigdy nie zamierza tego zrobić.

Troska o zdrowie seksualne wyraża się nie tylko w minimalizowaniu ryzyka nabycia choroby przenoszonej drogą płciową lub stałym monitorowaniu jego stanu. Dbanie o własne zdrowie sek-

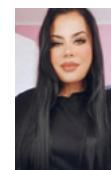
sualne przejawia się również w egzekwowaniu własnych praw seksualnych, zwłaszcza tych do kontaktów seksualnych pozbawionych wszelkich cech przemocy. Niestety, w wielu przypadkach nawet osoby prezentujące asertywność w sferze seksualnej stają się ofiarami przemocy seksualnej. Spośród badanych studentek 2,4% ujawniło, że przynajmniej raz zostały one zmuszone do niezabezpieczonego, a 2,1% zabezpieczonego prezerwatywą niechcianego kontaktu waginalnego, oralnego lub analnego. Te sytuacje w sposób szcze-

gólny zagrażają zdrowiu seksualnemu ofiar. Dla jego ochrony najważniejsze zatem jest to, aby skrzywdzone kobiety dały sobie pełne prawo do poszukiwania i przyjmowania wsparcia oraz wszelkiej potrzebnej im pomocy (zarówno w sferze fizycznej, jak i emocjonalnej), jak również obrony przed kolejnymi nadużyciami.

* Dr Maria Łukaszek, Zakład Pedagogiki Resocjalizacyjnej, Instytut Pedagogiki UR

Paulina Myśliwiec*

Postrzeganie męskości w opinii młodych kobiet



Celem badania było poznanie opinii młodych kobiet na temat postrzegania męskości – próba odpowiedzi na to, jakie cechy fizyczne, osobowe, charakteru oraz umiejętności praktyczne konstytuują męskość. Badanie przeprowadzono wśród 160 kobiet pomiędzy 18. a 25. rokiem życia. Artykuł prezentuje wyniki z tych badań.

Stereotypy płci

W psychologii społecznej wyróżnia się dwa wymiary, w świetle których człowiek ocenia inne osoby oraz samego siebie. Do pierwszego z tych wymiarów zaliczamy wymiar wspólnotowości, zwany również wymiarem ciepła. Wymiar ten obejmuje problematykę związaną z kwestiami moralnymi i społecznym funkcjonowaniem ludzi oraz ich działania przynoszące korzyści lub straty. Drugi obszar związany jest z poczuciem kompetencji. Zawiera treści dotyczące sprawczości i skuteczności w realizowaniu własnych celów lub ich brak. Terminy te jako pierwszy zaproponował David Bakan (1966). Uznawał on, że człowiek spełnia własne cele (sprawczość), przy czym nawiązuje różne relacje, wchodząc w interakcje międzyludzkie (wspólnotowość). Powyższe pojęcia w przybliżeniu odpowiadają kobiecości i męskości i, choć nie są z nimi tożsame, wiążą się ze stereotypami płci.

Opisując stereotypy, trzeba zacząć od ich definicji. Po raz pierwszy termin stereotyp został użyty przez Waltera Lippmanna (1922), który zdefiniował go jako ludzką tendencję do postrzegania osób bądź przedmiotów jako podobnych, mających wspólne atrybuty opierają-

ce się na podobnych cechach. Zdaniem Lippmanna wszyscy ludzie mają w głowie szablony, za pomocą których upraszczają sobie spostrzeganie świata. Od tego czasu terminem stereotyp określa się społecznie podzielane przekonania o własnościach charakteryzujących cechy osobowości, uznawane wartości czy oczekiwane zachowania ze strony reprezentantów danej grupy społecznej. Stereotypy często wpływają na zachowanie człowieka. Dlatego też ludzie starają się postępować w taki sposób, aby zaspokoić oczekiwania społeczne co do ich roli. Tak więc mężczyzna będzie starał się unikać takich zachowań, które nie są uznawane za męskie, a wręcz kojarzone są z płcią przeciwną.

Odstępstwo od ideału męskości może więc w istotny sposób wpływać na jego samoocenę. Już od najmłodszych lat przekazywany jest wzorzec męskości, podkreślający cechy takie jak: bycie twardym, silnym, nieokazującym wrażliwości i słabości. Kiedy mały chłopiec uczący się jazdy na rowerze wyrwie się, może usłyszeć niekiedy z ust rodzica, że „płaczą tylko dziewczynki, a chłopcy muszą być twardzi”. Bawiący się lalkami chłopiec będzie powodem do drwin ze strony rówieśników, bo przecież tego typu zabawy są

uznawane za dziewczęce. Kiedy chłopiec w okresie dorastania wchodzi w pierwsze kontakty intymne, dostaje rady od ojca dotyczące zabezpieczania się, natomiast rzadko kiedy może liczyć na pełne wsparcie, a przede wszystkim na szczerą rozmowę o swoich emocjach i obawach związanych z pierwszym zbliżeniem.

Ciekawy wniosek w swoich badaniach zaprezentował psycholog społeczny Christopher Burris (2016): mężczyźni, którzy postrzegają siebie jako odbiegających od ideału męskości, istotnie częściej przejawiają symptomy depresji. Wiąże się to oczywiście z męskim stereotypem, który mówi o tym, że „prawdziwy mężczyzna” cierpi w milczeniu aż do samego końca. Wskutek czego zmniejsza się chęć szukania profesjonalnej pomocy psychologicznej. Inna badaczka, Anne Koenig (2013) z Northwestern University, pokazuje, że jeśli poprosi się mężczyzn o interpretację zachowań niewerbalnych, ale podkreśli się, że są to umiejętności typowo kobiece, zaczynają oni odpowiadać o wiele gorzej, niż by to miało miejsce w neutralnych warunkach.

Można zauważyć, że za wiele stereotypów odpowiada nierówność statusu. Z upływem lat stereotypy płciowe na szczęście słabną, a spowodowane jest to tym, iż pod wpływem zmiany roli kobiety, która dzisiaj nie tylko dba o ciepło domowego ogniska, ale rozwija się i dąży do niezależności zawodowej, zmienia się też rola mężczyzny. Namacalnymi przykładami z życia,

które o tym świadczą, są chociażby dzisiejsi ojcowie, którzy z dumą opiekują się dziećmi, pchając wózek na spacerze w parku. Patrząc na media społecznościowe czy też reklamy telewizyjne, można dostrzec, jak ojciec zaplata córce warkocz, maluje jej paznokcie, zmienia dzieciom pieluszki czy też przygotowuje je do szkoły. Bez wątpienia męskość ulega transformacji. Dawny sposób postrzegania męskości powoli przestaje obowiązywać, ale nowy tak naprawdę dopiero raczkuje. Nareszcie żyjemy w świecie, w którym kobieta i mężczyzna zaczynają mieć wybór co do tego, jacy chcą być i jak chcą kreować swoje życie. Zatem ważne, a zarazem ciekawe jest to, w jaki sposób dziś współczesne kobiety postrzegają męskość.

Raport z badań własnych: postrzeganie męskości w opinii młodych kobiet

Celem badania było poznanie opinii młodych kobiet na temat postrzegania męskości – próba odpowiedzi na pytanie, jakie cechy fizyczne, osobowe, charakteru oraz umiejętności praktyczne konstytuują męskość.

W pierwszych pytaniach dotyczących cech zewnętrznych, wewnętrznych oraz umiejętności praktycznych poproszono kobiety, aby wskazały maksymalnie trzy odpowiedzi, które według nich wpływają na męskość. Następnie badane miały ocenić, jaki wpływ na wybór partnera życiowego mają cechy charakteru, osobowe, atrakcyjność fizyczna oraz umiejętności praktyczne. Ankietowane kobiety miały uszeregować odpowiedzi od najmniej ważnej do najważniejszej.

Narzędzie badawcze: ankieta w opracowaniu własnym, pytania dotyczące opinii na temat męskości z użyciem skali Likerta oraz skali porządkowej rang dla podstawowych danych demograficznych.

Opis grupy badawczej: ankieta internetowa przeprowadzona w marcu 2022 r. wśród 160 kobiet pomiędzy 18. a 25. rokiem życia.

Wyniki badań własnych

Cechy zewnętrzne: atrakcyjność fizyczna

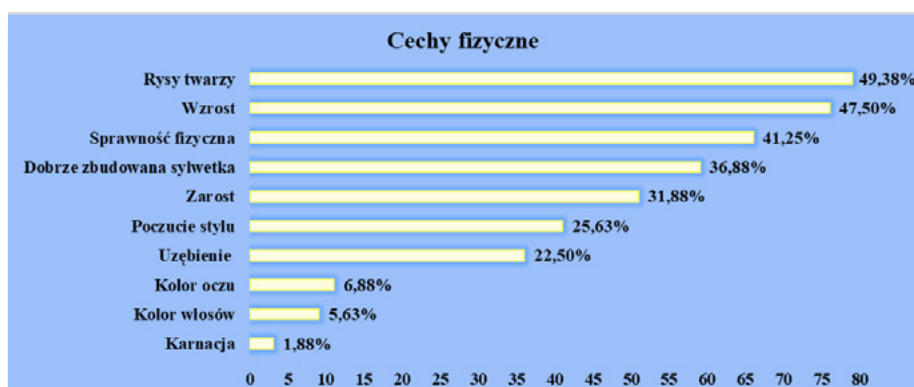
Najczęściej wybieraną cechą były rysy twarzy (49,38% wszystkich respondentek). Kolejno wytypowane zostały takie cechy jak: wzrost (47,50%), sprawność fizyczna (41,25%), dobrze zbudowana sylwetka (36,88%), zarost (31,88%), poczucie stylu (25,63%), uzębienie (22,50%). Według respondentek najmniejszy wpływ na męskość ma kolor oczu, włosów oraz karnacja (ryc. 1).

Niecałe 60% kobiet uważało, że atrakcyjność fizyczna jest dość ważna, nieco



Obraz udostępniony na podstawie Pixabay License

Ryc. 1. Preferowane cechy zewnętrzne mężczyzn w opinii badanych kobiet



Źródło: wyniki badań własnych

ponad 30% uznało za średnio ważną. Tylko niespełna 2% kobiet uważało atrakcyjność fizyczną za najważniejszą. Na podstawie badania można wnioskować, że atrakcyjność fizyczna jest istotnym czynnikiem, ale nie najważniejszym w postrzeganiu mężczyzn przez kobiety.

Cechy wewnętrzne: osobowe, charakteru

W kolejnym pytaniu respondentki miały wskazać cechy charakteru, które świadczą o męskości. Najczęściej wskazywano takie cechy jak odpowiedzialność (78,75%), opiekuńczość (61,88%), bycie wspierającym (36,88%) (ryc. 2).

Następnie ankietowane dokonały wyboru cech osobowych, które powinien posiadać mężczyzna. Na podium uplasowały się takie cechy jak: szacunek (77,50% respondentek), poczucie humoru (63,75%), pewność siebie (45,00%). Kolejnymi wybieranymi cechami były dystans do siebie (26,88%) i romantyczność (25,62%) (ryc. 3).

Umiejętności praktyczne

Dla ponad 3/4 młodych kobiet najważniejszą z umiejętności, którą powinien posiadać mężczyzna, jest dbałość o poczucie bezpieczeństwa. Następnie były wskazywane umiejętności dotyczące: rozwiązywania problemów (51,25%), słuchania (39,38%), majsterkowania (22,50%) i bycia dobrym partnerem seksualnym (21,88%). Najmniej istotnymi cechami praktycznymi okazały się umiejętności zachowania spokoju w trudnych sytuacjach, szybkość podejmowania decyzji oraz gotowania (ryc. 4).

Wpływ czynników na wybór partnera życiowego

Zdaniem ponad 2/3 badanych kobiet najważniejszym czynnikiem wpływającym na wybór partnera życiowego były jego cechy charakteru. Na drugim miejscu znalazły się cechy osobowe (48,75% wskazało ten czynnik jako bardzo ważny). Dla około 80% respondentek atrakcyjność fizyczna oraz umiejętności praktyczne były mniej ważnymi elementami decydującymi o wyborze partnera życiowego (ryc. 5).

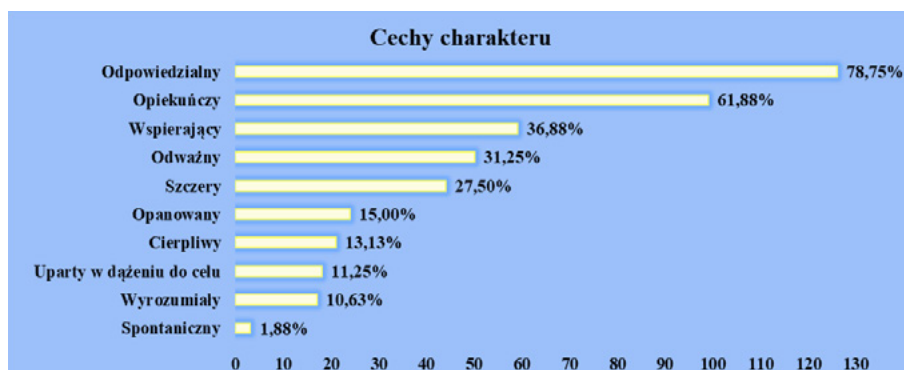
Podsumowanie

Jak mówi przysłowie, „nie szata zdobi człowieka”, tak też młode kobiety nie uznają wyglądu za pierwszoplanowy aspekt męskości. Ważniejsze natomiast jest dla nich to, czy mężczyzna potrafi wziąć je pod swoje skrzydła, opiekując się nimi i dając poczucie bezpieczeństwa. Równie istotna będzie dla nich rozmowa, w której zostaną wysłuchane, a w trudnych sytuacjach otrzymają wsparcie i pomoc.

Te wszystkie cechy mocno ze sobą korelują, dlatego też można to wyrazić w jednym prostym wniosku: męskością dla kobiet jest przede wszystkim zaangażowanie połączone z umiejętnością budowania silnej więzi, pełnej bliskości, ciepła i zaufania.

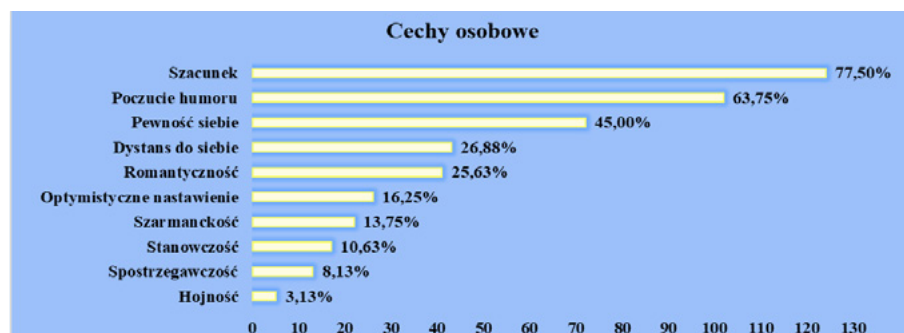
* Paulina Myśliwiec, studentka Politechniki Rzeszowskiej, studiów magisterskich na kierunku finanse i rachunkowość, oraz Uniwersytetu Rzeszowskiego na kierunku pedagogika.

Ryc. 2. Preferowane cechy charakteru mężczyzn w opinii badanych kobiet



Źródło: wyniki badań własnych

Ryc. 3. Preferowane cechy osobowe mężczyzn w opinii badanych kobiet



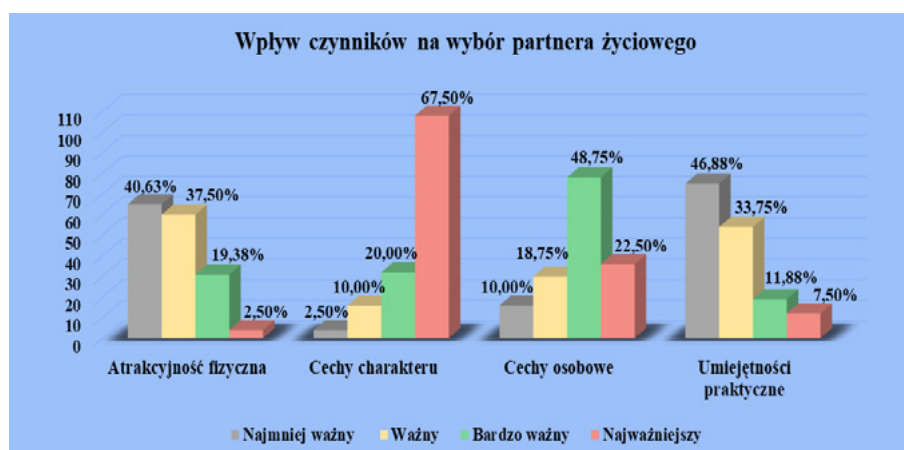
Źródło: wyniki badań własnych

Ryc. 4. Preferowane umiejętności praktyczne mężczyzn w opinii badanych kobiet



Źródło: wyniki badań własnych

Ryc. 5. Czynniki wpływające na wybór partnera w opinii badanych kobiet



Źródło: wyniki badań własnych

Gabriela Szczerba*

Historia absolwentki Młodzieżowego Ośrodka Wychowawczego w Krakowie



Jak to się stało, że dziewczyna, która nie akceptuje siebie, nie czuje, że w ogóle istnieje, przechodzi przemianę i teraz widzi w sobie wartościową kobietę? Cecylia jest dowodem na alchemię czasu dokonującą się w Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym im. św. Siostry Faustyny. Odrzucona i samotna, odbudowuje swoje poczucie wartości, wiele razy wystawiane wcześniej na ciężką próbę. Jej historia – jedna z wielu, a jednocześnie jedyna taka – opowiada nam o tym, że dzięki otwarciu się na pomoc specjalistów i pracy nad sobą można zmienić bieg swojego życia.

Często byłam głodna i zazdrościłam koleżankom, które wyciągały na przerwach kanapki zrobione przez ich mamy. Byłam zbyt dumna, nigdy nie poprosiłam ich o „gryza”, nikt nie przypuszczał, że jestem głodna. Czasami pani pedagog kupowała mi bułki w szkolnym sklepiku. Czułam, że ona wie, że nie muszę nic mówić, wtedy mi to odpowiadało. Poczulałam się zdradzona, kiedy pewnego dnia poprosiła mnie do gabinetu i powiedziała, że wyjeżdżam gdzieś na dwa tygodnie. Bez ostrzeżenia, bez wytłumaczenia mi czegokolwiek. Tak się nie robi z dzieckiem, które chciało komuś zaufać. Czułam się oszukana, ponieważ nikt nawet nie zapytał, co się dzieje w domu. W gabinecie czekała na mnie pani z domu dziecka. Dowiedziałam się, że nie będę już mieszkała w domu i rozpocznę naukę w innej szkole. Dom dziecka znajdował się 20 km od mojego domu rodzinnego, ale ja nie wiedziałam, gdzie jestem, bo nigdy nie wyjeżdżałam z miasta. Niedaleko była szkoła podstawowa, do której chodzili dzieci z tej miejscowości oraz oczywiście dzieciaki z bidula.

Zanim wyjechałam, miałam kolegów z podwórka i nikt nie traktował mnie gorzej ze względu na moją sytuację. Nikt się ze mnie nie wyśmiewał. Dzieciaki z sąsiedztwa też miały swoje historie rodzinne i tym, co mieszkali najbliżej, niedziwne były krzyki i awantury. To wzajemne zrozumienie odbywało się w milczeniu, udawaliśmy, że jest normalnie. Traktowaliśmy siebie normalnie. Było normalnie. Nie znałam innego życia, nie wiedziałam, że można inaczej.

Gnębienie ze strony rówieśników poczułam dopiero w nowej szkole, a do-

świadczyłam go ze strony dzieci z tak zwanych dobrych domów. Kazały mi się trzymać z daleka, reagowały obrzydzeniem, mówiąc na mnie „patologia”, krzyczały, że jestem biedna. Nie chciały ze mną rozmawiać. Wychowawcy nic z naszymi skargami nie robili, a te dzieci, które nas źle traktowały, nie dostały informacji od dorosłych, że tak nie wolno. Chodziłam smutna, bardzo się wstydziłam, bo przecież to, co mówiły, było prawdą, która bolała. Byłam biedna, moi rodzice tak pili, że im mnie odebrano, chodziłam głodna i wечно mi czegoś brakowało – czy to już patologia? Pamiętam dzień, gdy stanęła przede mną dziewczynka z bogatego domu, która chwaliła się wakacjami w Kostaryce. Mówi mi, że jestem brudna biedaczka i te buty, co mam na sobie, to dostałam chyba z darów. Tak w moim dziesięcioletnim życiu zaczęła się historia przemocy. To ja byłam agresorem, ponieważ nie mogłam dłużej znosić upokorzeń tych wszystkich bananowych dzieci. Za słowa oddawałam pięścią. Im więcej przykrości mnie spotykało, tym mocniej biłam. Gdy miałam za ciężką rękę, do szkoły byli wzywani wychowawcy. Wyglądało to tak: obrywa mi się od nauczyciela, od rodzica, który wniósł skargę, a na koniec od wychowawcy, który jedyne, co potrafi powiedzieć, to: „Rób tak dalej, a trafisz do ośrodka”. Byłam bardzo zagubiona. Do dziś nie rozumiem, dlaczego nikt wtedy ze mną nie porozmawiał i nie wytłumaczył mi, co się ze mną dzieje. Ja naprawdę kompletnie sobie ze sobą nie radziłam.

Nigdy nie czułam wsparcia ze strony wychowawców domu dziecka, choć za jedno mogę podziękować panu An-

drzejowi – to, że wywalczył, bym trafiła do Krakowa.

W szóstej klasie zaczęłam uciekać i ze szkoły, i z domu dziecka. Uciekałam do swojego miasta rodzinnego, tam miałam znajomych. W domu nic się nie zmieniło, mama nieraz była tak pijana, że mnie nie poznawała. Starszy brat już miał swoje życie, mieszkał z dziewczyną. Nie mogłam do niego jechać, bo on jeszcze by mnie odwiózł do bidula. Zostali znajomi, którzy mieli dobre słowo, ciepły kąpiel i nabitą lufkę. Potem wracałam do bidula i do szkoły, to nie były długoterminowe ucieczki. Wiedziałam już, że trafię do ośrodka wychowawczego, miałam 14 lat. Wtedy pojawił się on – mój wybawca, tak mi się wtedy wydawało. Fajny, znający życie chłopak, w końcu tyle przeszedł, wyszedł z więzienia. Rozumieliśmy się bez słów. Zaproponował, bym zamieszkała u niego, tym samym ocali mnie od ośrodka. Ucieszyłam się i jakiś czas później uciekłam z bidula. Wtedy wydawało mi się, że tak będzie zawsze, że będziemy sobie żyć jak w bajce, nie muszę już nic robić w życiu, nie muszę się uczyć i nikogo słuchać. Jestem wolna.

Na początku było cudownie, a cuda zapewniały narkotyki, które po prostu były na wyciągnięcie ręki. Miałam je na śniadanie, obiad i kolację. Eldorado nie trwało jednak długo. W domu kręciło się mnóstwo różnych ludzi, co chwilę ktoś przychodził, były imprezy, picie i ćpanie, a w takim klimacie nietrudno o awantury. W pewnym momencie poczułam się po prostu zagrożona, zorientowałam się, że to przestępcza elita tego miasta. W tym wszystkim ja – czternastoletnia dziewczyna. Uciekłam od niego zawiedziona i pełna strachu, co teraz będzie. Poszłam do rodziców, ale tam było jeszcze gorzej, mieszkanie było zapuszczone, nie było ogrzewania ani ciepłej wody, nie było nic do jedzenia. Okropnie było przebywać z nimi w jednym pomieszczeniu, szczególnie gdy po alkoholu kłócili się i bili. Nie wiedziałam, co ze sobą zrobić, a gdy pojawił się mój brat, pozwoliłam odwieźć

się do domu dziecka. Wreszcie mogłam się najeść, wykąpać, przebrać w czyste ciuchy, obciąć paznokcie, spojrzeć w lustro na swoją wychudzoną buzię i płakać do utraty tchu.

Rozkręcałam się z braniem, zaczęło mi brakować codziennych rytuałów. Potem doszły dopalacze, piłam też coraz więcej alkoholu. Bardzo się zmieniałam i czułam się okropnie. Całe kieszonkowe i bonusy za sprzątanie wydawałam na używki, nikt nas nie rozliczał z wydatków. Raz zabrało mnie pogotowie, gdy po dopalaczach nie mogłam się podnieść z podłogi, dusiłam się, miałam drgawki. Wystraszyłam się, ale nie na tyle, żeby przestać brać. W tym czasie przyszła decyzja o umieszczeniu mnie w ośrodku wychowawczym.

Ciężko nazwać wychowaniem to, czego doświadczyłam w domu rodzinnym. To raczej jakiś mierny sposób na przetrwanie, bo przecież nie mówię nawet o zaspokajaniu potrzeb. Tak jednak wyglądało moje życie, nie mam innego, to moja przeszłość. Tata pracował do pewnego momentu, później już z mamą zapijali się w domu. Nie wiem, o co się kłócili, ale awantury były stale, wciąż krzyk, który rozdzierał uszy na tych 35 metrach kwadratowych. Kłótnie w nocy, które zrywały ze

snu. Czasem mama wychodziła coś załatwić i nie było jej dzień czy dwa. Pamiętam strach. Nie wiem, czego się bałam, ale bałam się cały czas. Czy jak wrócę do domu, rodzice będą trzeźwi? Czy w ogóle ktoś będzie w domu? Czy dziś się wyśpię? Czy będzie coś do jedzenia? Kiedy znowu zaczną się kłócić? Czy ktoś z kolegów słyszy te awantury? Czy tak będzie zawsze?... Nie wiem, czego się bałam, ale wszystko dookoła było dla mnie zagrożeniem. Teraz mam 23 lata i nadal widzę konsekwencje tego strachu.

W ośrodku w Krakowie nastąpił pewien przełom w moim życiu. Pierwszy raz ktoś przy mnie usiadł i ze mną rozmawiał. To nie było łatwe, ja też nie byłam na początku otwarta i wylewna, ale widziałam, że psycholog i wychowawcy nie poddają się, by trochę rozłupać tę moją skorupę. Agresywnie reagowałam na życzliwość i dobro skierowane w moją stronę. Nie znałam tego, więc na wszelki wypadek odrzucałam. Minęło wiele czasu, zanim nauczyłam się przyjmować pochwały i czerpać z nich radość. To było takie dziwne, że każdy jest dla mnie miły, chce mi pomóc i wesprzeć. Inny świat, w którym ktoś zwrócił uwagę, że jestem smutna. Jak to się stało, że dziewczy-

na, która nie akceptuje siebie, nie czuje, że w ogóle istnieje, przechodzi przemianę i teraz widzi w sobie wartościową kobietę? Odpowiedzią na to pytanie jest całe dobro, jakiego doświadczyłam w tym ośrodku. Powolne stawianie mnie na nogi i przywrócenie mi godności i poczucia wartości. To, kim jestem dziś, zawdzięczam w dużej mierze wychowaniu u Faustyny. Nie wstydę się siebie i dziś patrzę na świat i ludzi z podniesioną głową. Podniesioną, ale nie zadartą.

* Mgr Gabriela Szczerba. Studiowała resocjalizację oraz arteterapię na Uniwersytecie Rzeszowskim. Od 12 lat pracuje w Młodzieżowym Ośrodku Wychowawczym im. św. Siostry Faustyny w Krakowie na stanowisku wychowawcy. Zajmowała się profilaktyką uzależnień i zachowań ryzykownych, prowadząc warsztaty psychoedukacyjne dla dzieci i młodzieży w szkołach w Małopolsce. Od 2018 r. pracuje również jako socjoterapeuta w krakowskich szkołach podstawowych. Prowadzi zajęcia z zakresu rozwijania kompetencji emocjonalno-społecznych, szczególnie wśród dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.



*The group meets monthly
to discuss
stories connected
with womanhood.*

*Over a nice cup of tea, we
chat in English. We use our
intuitive thinking to empower,
support and learn one from the
other.*

JOIN US

either in highheels
or flats

WOMEN GROUP
in Highheels 'n Flats
RZESZOW

second Tuesday of each month

7pm-9pm

@ kinozarogiemcafe

contact: borntorelate@gmail.com



Aleksandra Hytroś-Kiwała*

Women Group in Higheels and Flats

Bycie razem z innymi kobietami otwiera niewiarygodną przestrzeń, by dzielić się wspólnymi doświadczeniami – każda, wnosząc swoją historię i sposób myślenia, ubogaca drugą. W grupie nie ma podziałów pokoleniowych ani narodowych. Wspólnym naszym mianownikiem jest potrzeba używania języka angielskiego, by znaleźć wspólnotę doświadczeń i odnaleźć się po swojemu w polskim kręgu kulturowym, nie zagubiając doświadczeń życia w innym kraju.

Grupa In Higheels and Flats powstała w maju 2018 r. Ja, będąc psychologiem po 11-letnim pobycie w Irlandii, przyjechałam do Rzeszowa z myślą, że potrzebuję znaleźć miejsce dla rozpoczęcia grupy – głębi – dla kobiet, która kielkowała w mojej głowie od jakiegoś czasu, myślałam też o tym, co zrobić, żeby nie zagubić języka angielskiego i znaleźć przestrzeń, w której nadal, po powrocie, będę mogła myśleć nie tylko w języku polskim i po polsku. Przypadek zrzucił, że pijąc kawę w mieszczącej się wówczas przy rzeszowskim Rynku cukierni Millenium, spotkałam Agnieszkę. Okazało się, że Agnieszka kilka miesięcy przede mną wróciła do Polski po długoletnim pobycie w Kanadzie, rozumiała trudy adaptacji powrotowej, rozumiała potrzebę mówienia po angielsku i wsparcia w szoku kulturowym. Wspólnie zaczęłyśmy organizować comiesięczne spotkania grupy, którą nazwałyśmy Women Group in Higheels and Flats. Grupa rosła powoli. Stopniowo zaczęły przychodzić do nas kobiety reemigrantki oraz te, które odnajdują się w Polsce, jako obcokrajowcy, a pochodzą ze Stanów i Anglii, a także kobiety, które szukały innego niż polski wzorca kulturowego rozumienia siebie. Kobiety w różnym wieku, studentki, ale też te już na emeryturze. Każda z różnymi doświadczeniami, tymi domowymi, luźnymi, codziennymi, płaskimi (*flats*), i tymi profesjonalnymi, w których pełnimy różne role „na obcasach” (*in higheels*).

Obecnie spotykamy się co miesiąc w kawiarni Kina za Rogiem, w każdy drugi wtorek, między godziną 19 a 21. Razem czytamy książki w języku an-

gielskim, wyszukujemy takie, które mówią o głębi kobiecej intuicji. Pomagają one wzmocnić się w rozwoju rozumienia siebie i świata, a następnie dyskutujemy. Każda z nas w dyskusję wnosi taką treść, jaką czuje i na jaką jest gotowa. Grupa składa się z osób, które są z nami już stale, ale też z tych, które przychodzą sporadycznie, jest bezpłatna i bez zobowiązań, obecność nie jest obowiązkowa, grupa też ma swój rytm, ale nie ma lidera, moim zadaniem jest koordynowanie spotkania tak, by każda z nas mogła wypowiedzieć się i znaleźć dla siebie przestrzeń.

Poprosiłam dziewczyny z grupy, by napisały coś od siebie. Sami zobaczcie:

“For me the group is the place small enough to feel at home and in the same time is big enough to feel free to open my heart and let my feelings go. The atmosphere of the meetings is like a warm embrace which makes you feel safe and understood and however you are feeling – you are free to be – being silent and calm or happy and laughing aloud or even crying if you feel bad. You just feel embraced with good thoughts and feelings and the women’s understanding whithout any judgement or limitation”. **Cecylia**

“I was looking for people with a similar mindset and found this group to be an excellent antidote to my reverse culture shock. Although women who meet there have very different stories, they share the openness for a different way of doing things and I find this relatable”. **Dominika**

„Po powrocie do Polski po długoletnim pobycie w kraju angielskojęzycznym szukałam grupy, która używa tego języka na spotkaniach. Kiedy stałam się częścią tej grupy, otrzymałam więcej. Ta grupa składa się z ciekawych kobiet i wytworzyła specyficzną dynamikę. Dla mnie to po prostu miejsce, gdzie jestem sobą. Kobiety są ciepłe, z otwartymi ser-



cami i umysłami. Dla mnie to platforma, gdzie mogę swobodnie wyrażać swoje spostrzeżenia i opinie. Mogę tu też dyskutować na tematy, które prawdopodobnie w innych kręgach są ignorowane, niepotrzebne, albo wręcz budzą zażenowanie”. **Grażyna**

Zapraszamy

* Aleksandra Hytroś-Kiwała, psycholog/pedagog, po 11-letnim pobycie i pracy w Irlandii, obecnie pracuje z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi w ZOZ nr 2, Ośrodku Terapii Cogito i Ośrodku Psychoterapii Sensum w Rzeszowie. Miłośniczka głębokich relacji i psychoanalitycznego rozumienia świata i ludzi.

Kawiarenka psychologiczna *Męskość*



Olga Boznańska (1865–1940). Portrait of Paul Nauen (1893). Muzeum Narodowe w Krakowie.
Wikimedia. Public domain

W *Kawiarence psychologicznej* prezentujemy różne poglądy na tematy związane z fundamentalnymi dla zrozumienia człowieka zagadnieniami, dotyczącymi jego psychiki i zachowań. Dziś tematem jest MĘSKOŚĆ. Swoje stanowiska prezentują: **mgr Agnieszka Wróbel-Chmiel**, Zakład Pedagogiki Resocjalizacyjnej, Instytut Pedagogiki UR; **mgr Anna Solecka**, Instytut Pedagogiki UR; dr **Anna Wańczyk-Welc**, Zakład Psychologii UR.

Agnieszka Wróbel-Chmiel

„Męskość – czytamy w *Arytmii uczuć* Janusza Wiśniewskiego i Doroty Wellman – kojarzy mi się przede wszystkim z pewną siłą. Nie chodzi o siłę fizyczną, tylko o pewną siłę i umiejętność podejmowania decyzji. (...) Męskość to również opiekuńczość, umiejętność zapewnienia komuś innemu bezpieczeństwa. Moim zdaniem facet jest męski, kiedy kobieta może się czuć przy nim bezpieczna”.

Myszę, że wiele z nas, kobiet, zadaje sobie pytanie o to, czym właściwie jest męskość i jaki powinien być „prawdziwy” mężczyzna. Współcześnie kobiecie spojrzenie na męskość wydaje się zupełnie inne niż to, jakie towarzyszyło kilkadziesiąt lat temu naszym babkom i prababkom. Tradycyjny wzorzec męskości dzisiaj coraz bardziej traci na popularności. Z pewnością przyczyniają się do tego szybkie i stale postępujące przeobrażenia postaw i ról społecznych kobiet i mężczyzn. Warto zastanowić się również nad tym, co dzisiejszym przedstawicielkom płci pięknej przeszkadza w owym patriarchalnym modelu męskości. Moim zdaniem trudno nam, kobietom, zaakceptować nie tylko wpisane w ten model dążenie mężczyzny do dominacji nad innymi, ale przede wszystkim przywdziwanie przez niego „maski twardziela”, która sprawia, że ukrywa on swoje prawdziwe uczucia, nie potrafi o nich rozmawiać, a tym samym tworzy dystans emocjonalny w związku. Kobiety, z natury posiadające specyficzną wrażliwość emocjonalną, zarówno okazują swoje uczucia partnerowi, jak i pragną, aby on również okazywał im swoje. Wpisana w tradycyjny wzorzec męskości oziębłość uczuciowa mężczyzny staje się zatem cechą coraz częściej zakłócającą satysfakcjonujące relacje intymne między kobietą a mężczyzną.

Rodzące się w obecnej kulturze nowe modele męskości, łączące w sobie myśli postmodernistyczne i elementy psycho-

logii humanistycznej oraz podkreślające równość i partnerstwo mężczyzn i kobiet, coraz bardziej wypierają patriarchalny wzorzec męskości. Światowej sławy psycholog Ph. Zimbardo zwraca uwagę na istniejący kryzys męskości, który w największym uproszczeniu można określić jako swego rodzaju „miotanie się” mężczyzn między chęcią bycia macho a partnerem dla kobiet. Współcześnie za jeden z najbardziej pożądanych przez kobiety modeli męskości uznaje się model mężczyzny uberseksualnego. Jest to typ mężczyzny, który łączy w sobie z jednej strony cechy typowo męskie, takie jak odwaga, siła, zaradność i sprawność fizyczna oraz seksualna, a z drugiej cechy, w których tkwi lekki kobiecy pierwiastek, tj. czułość, opiekuńczość i wrażliwość. Oczekiwania kobiet wynikające z tego modelu dla wielu mężczyzn wydają się niezrozumiałe, a nawet nierealne do spełnienia. Zapewne zastanawiają się oni, jak odnaleźć w sobie cechy tak bardzo sprzeczne z tradycyjnym wzorcem męskości i stereotypem męskiej natury. Od dziecka przecież uczono ich, że czułość i wrażliwość są domeną dziewcząt i kobiet, a „prawdziwy facet nie okazuje emocji”.

Grono kobiet, przyjaciółek i znajomych, z którymi rozmawiałam, na pytanie, jaki powinien być prawdziwy mężczyzna, odpowiada, że powinien mieć w sobie „to coś”. Czym zatem jest „to coś”? Najczęściej próby zdefiniowania mężczyzny, który ma „to coś”, sprowadzają się do przyznania mu takich cech jak: opiekuńczość i czułość, zaradność, szczerść i wierność, inteligencja, poczucie humoru, odpowiedzialność i dawanie poczucia bezpieczeństwa bliskim, kultura osobista i szacunek do innych. „To coś” mają również mężczyźni przystojni, zadbani, wysportowani, a także szarmanccy wobec kobiet oraz atrakcyjni i sprawni seksualnie. Trzeba przyznać, że trudno byłoby odmówić męskości mężczyźnie posiadającemu powyższe cechy!

Nie ulega wątpliwości, że dzisiejsze kobiecie spojrzenie na męskość stanowi wyzwanie dla wielu panów, a przede wszystkim dla tych, którzy wciąż wierzą w tradycyjny i konserwatywny model pojmowania roli mężczyzny. Tymczasem powrót do wzorców kobiecości i męskości z XIX i XX wieku jest już niemożliwy. Współczesny „męski” mężczyzna to dla większości kobiet uosobienie odpowiedzialności i zaradności, czułości i szczerści, a także poczucia humoru oraz atrakcyjności fizycznej i seksualnej.

Anna Solecka

Istnieje wiele definicji męskości. Myszę, że jest ich tyle, ilu ludzi. Każdy z nas wszelkie cechy zachowań, emocji, wyglądu i działań u mężczyzn ocenia i określa inaczej. Zazwyczaj kanon męskości tworzą kobiety, uwzględniając swoje subiektywne potrzeby. Zwracają uwagę na to, czy mężczyzna zapewni im szczęście, wsparcie, bezpieczeństwo na różnych szczeblach ich życia.

Ja chciałabym zrozumieć męskość ogólnie. Bo, czy tylko kobiety mogą oceniać i wymagać u mężczyzn pewnych cech? Myszę, że obecne czasy udowadniają, że męskość to nie tylko dążenie do ideału kobiet. Czy mężczyzna, który porzuca marzenie swojej kobiety, wybierając walkę o wolność swojego kraju, nie przejawia męskości? Czy mężczyzna, który odważnie i głośno mówi o swojej orientacji, swoich potrzebach, który jest szczerzy sam ze sobą i znosi negatywną opinię społeczeństwa, nie jest męski? Czy męska wrażliwość na drugiego człowieka, na pewne sytuacje i wydarzenia – jego łzy – mogą ujmować męskości? Czy skromność i skrytość, porażka czy zwyczajna nieporadność mężczyzn podważają ich męskość? Tak – tematy pełne kontrowersji, które uważam, że należy poruszyć. Pewne zakorzenione stereotypy o męskim wyglądzie czy zachowaniu, które narzuciło społeczeństwo i najbliżsi, powinny zostać obalone, a przynajmniej poddane rozważaniom. Męskość to pewnego rodzaju egoizm naznaczony niezwykłą empatią. Myszę, że jeżeli mężczyzna słucha swojego serca, jest szczęśliwy – szczęście napędza odwagę, odwaga poczucie bezpieczeństwa – to z kolei wiarę w samego siebie, czyli siłę – siłę, która jest napędem do pokonywania swoich słabości i przyznania się do nich, zdobywania pewności siebie, która pozwala poznać własną wartość i dążyć do spełnienia własnych marzeń. Poprzez taki mechanizm mężczyźni dają się poznać w zupełnie inny sposób, który uważam za wyjątkowy.

Męskość to odwaga bycia sobą, bycia szczęśliwym na własnych zasadach, bycia szczerym i autentycznym.

Anna Wańczyk-Welc

Męskość można dziś określić na bazie obowiązującej wiedzy dotyczącej tego, co to znaczy być mężczyzną. Mężczyzna na pewno różni się od kobiety. Uznawanie różnic można zacząć oczywiście już na poziomie biologii, jednak kobiecość i męskość są pojęciami widzianymi przede wszystkim przez pryzmat wyma-

gań kulturowych. Już pobieżny przegląd Internetu wskazuje na określone powinności i zobowiązania mężczyzn. Oczekujemy od mężczyzn, że będą silni i męscy, ale też wrażliwi i czujący, odpowiedzialni i zaradni, a przy tym nieprzywidyjący zbyt dużej wagi i czasu do zarabiania pieniędzy, aby nie zaniedbać rodziny. Że będą ojcami niesurowymi, ale i konsekwentnymi, otaczającymi opieką i bezpieczeństwem. To pokazuje, że tak naprawdę współczesny mężczyzna ma być alfą i omegą. Wydaje się, że kiedyś bycie mężczyzną było dużo jaśniejsze i bardziej jednorodnie niż dziś. Przywołam tu kilka takich „dawnych” przekonań (oczywiście dość stereotypowych i potraktowanych płytko) i zastanowimy się, czy one się obecnie sprawdzają.

Mężczyzna ma wybudować dom – dzisiaj się mieszkania po prostu kupuje. Nie trzeba iść do lasu, żeby ściąć drzewo i wielkie, ciężkie bale przytaczać do domu na budowę chałupy.

Mężczyzna jest obrońcą rodziny – pewnie w dawnych czasach musiał bronić wejścia do jaskini, ale dzisiaj można się z łatwością bez tego obejść.

Mężczyzna zarabia na utrzymanie rodziny – w XXI wieku mężczyźni i kobiety pracują i dostają za to uczciwe wynagrodzenie.

Mężczyzna jest głową rodziny i o wszystkim decyduje – w nowoczesnych związkach partnerzy wspólnie decydują o kluczowych sprawach. I każdy ma swój samochód. Temat zamknięty.

Mężczyzna złota rączka, umie wszystko naprawić – no tu wystarczy zadzwonić po hydraulika czy elektryka i po sprawie. Nie trzeba czekać w nieskończoność i siedzieć po ciemku.

Aby zacząć poszukiwanie współczesnej męskości, trzeba sięgnąć głębiej, do wnętrza mężczyzny, bo tak naprawdę męskość dopełnia i docenia kobiecość. Co to dla mnie oznacza? Że on jest, gdy go po prostu potrzeba. Nie komplikuje rzeczywistości. Pozwala mi złapać odpowiedni dystans. Przy nim czuję się piękna, zmysłowa i kobieca. Pozwala mi rozwinąć skrzydła. Do relacji podchodzi z otwartym sercem i duszą. Wspiera silnym ramieniem w trudnych sytuacjach. Dbą o najbliższych każdego dnia. Jest wzorem dla swoich dzieci. Widzi mnie i to, że byłam u fryzjera. Przy nim czuję się „wszędzie” jak w domu. Czasem mówi podniesionym głosem. Ma własne zdanie w wielu sprawach. No i za szybko jeździ samochodem.

Dobrze, że jesteście, Panowie :)



Auguste Renoir (1841–1919). Dance at Bougival (ok.1882/1883). Museum of Fine Arts Boston. Wikipedia. Public domain

Rezonans

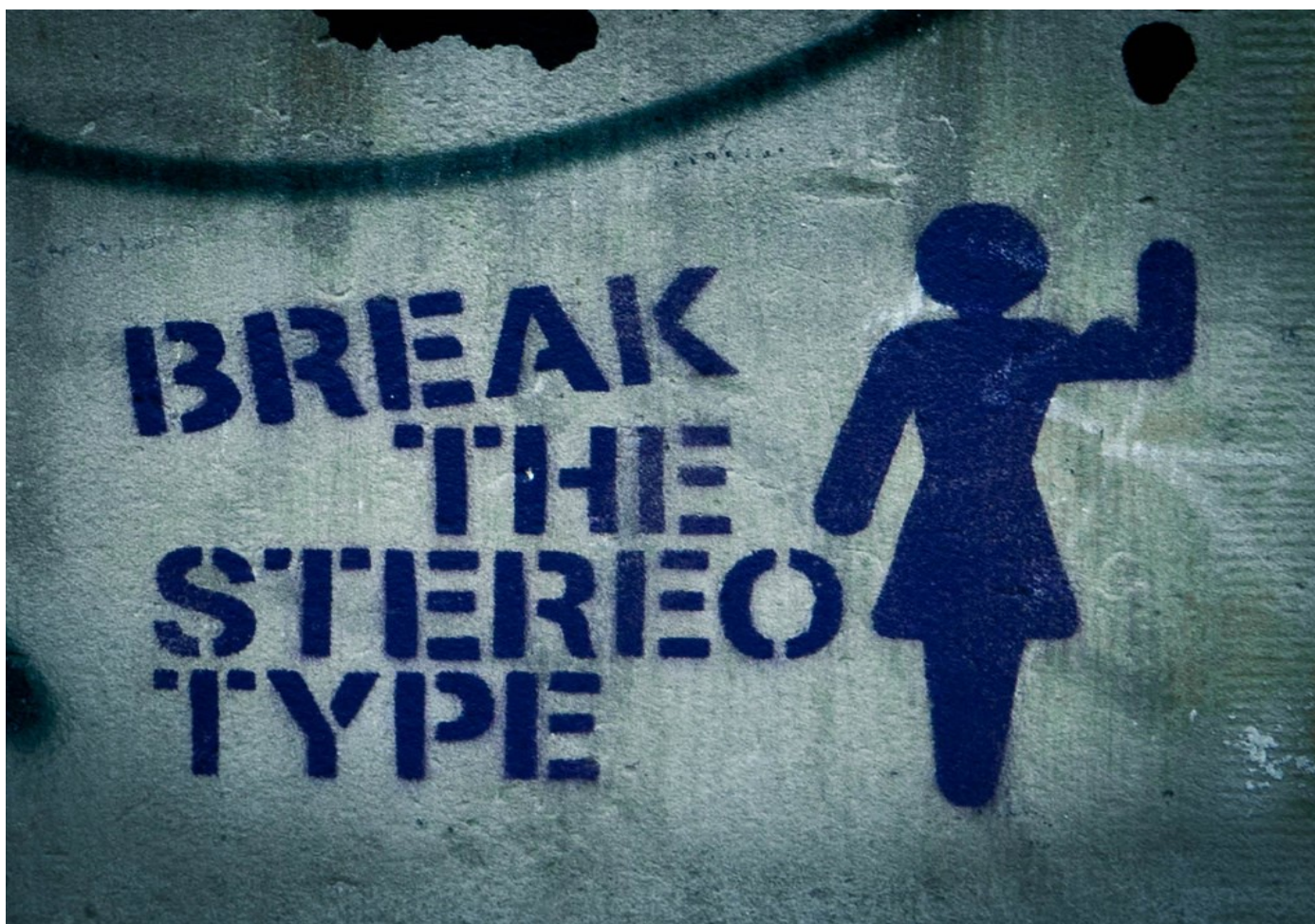
W tej rubryce zamieszczamy refleksje, opinie, uwagi, ewentualne zapytania czy propozycje tematyczne Czytelników. Także sugerowane tekstami zamieszczonymi we *Wglądzie*. Zapraszamy do współpracy!



Porozmawiajmy o stereotypach. Recenzja artykułu *Stereotypy i uprzedzenia* autorstwa Kingi Dobek

Recenzowany artykuł został opublikowany w numerze 14. biuletynu *Wgląd*. Jego autorką jest studentka III roku dziennikarstwa i komunikacji społecznej. Artykuł powstał w ramach zajęć z psychologii społecznej. Już na początku autor-

ka zapoznaje czytelników z pojęciami stereotypu, uprzedzenia i dyskryminacji, wskazuje zarówno na ich powiązanie ze sobą, jak też pewną odrębność. Następnie przechodzi do pierwszej kwestii, podając pierwszą definicję stereotypu, wprowa-



dzoną w 1922 r. przez dziennikarza Waltera Lippmanna. Jak podaje autorka, Lippmann opisał stereotyp jako „małe obrażki, które nosimy w swoich umysłach”, co może być najbardziej podstawową definicją tego pojęcia. Następnie przechodzi do współczesnego rozumienia stereotypu w psychologii, definiując tym samym stereotypy jako „sądy o członkach innej grupy społecznej odznaczające się takimi cechami jak: uogólnienie, uproszczenie i sztywność”. Na podstawie definicji wprowadzonej przez autorkę nawet najbardziej zagubiony czytelnik bardzo łatwo zauważy podział „my” kontra „oni”, który to podział stereotypy zarysowują.

Objaśniając kolejne cechy stereotypów, autorka przechodzi do słusznego stwierdzenia, jak trudne do usunięcia ze świadomości zbiorowej są stereotypy, które wszyscy nabywają podczas „wychowania i procesu socjalizacji, a następnie z doświadczeń i środków masowego przekazu”. Autorka płynnie przechodzi do podziału stereotypów na cztery kategorie: dotyczące wspólnotowości i sprawczości, do których zaliczamy stereotypy jednoznacznie pozytywne i stereotypy jednoznacznie negatywne, a także te związane z ambiwalentnym charakterem stereotypu, do których zaliczamy stereotypy zawistne, czy wreszcie ostatnia grupa, jaką są stereotypy paternalistyczne. O ile pierwsze dwie grupy mają dość oczywiste znaczenie, o tyle przyjrzenie się dwóm pozostałym jest dość ciekawą kwestią. Według autorki stereotypy zawistne dotyczą bowiem grup mających wysoką pozycję społeczną, wykorzystujących swoją zaradność we własnym interesie, co budzi zawiść wśród innych. Przeciwnością tego są stereotypy paternalistyczne, które, chociaż wywołują pozy-

tywne emocje i dobrze się kojarzą, budzą w innych jedynie litość.

W kolejnym akapicie autorka przechodzi do zagadnienia stereotypizowania i jego przyczyn. Nie brakuje tu odniesienia do globalizacji i nowych mediów, które wręcz podsycają zakorzenianie się stereotypów w zbiorowej świadomości. Z nauczycielskiego punktu widzenia mało chlubnym, lecz bez wątpienia niezbędnym elementem osadzania się stereotypu w świadomości indywidualnej, jest nasycenie stereotypami socjalizacja i nauka w szkole. Bardzo dobrym przykładem jest nawiązanie do podzielonego społeczeństwa, nieustannej hierarchizacji i dyskryminacji, powstawania stereotypów celem wzmocnienia własnej pozycji i, w domyśle, dyskredytacji potencjalnego rywala.

W następnej kolejności autorka omawia uprzedzenia. Definiuje je jako postawę wyrażającą stosunek negatywny do określonej grupy społecznej. Wynika to z niekompetentnych lub nieprawdziwych informacji, jakie grupa tworząca uprzedzenia posiada na temat innej grupy. Następnie przechodzi do elementów uprzedzenia, takich jak: myśli i przekonania dotyczące danej grupy, emocje i postawa wobec niej, zazwyczaj wrogie i negatywne, a także działania i zachowania wyrażające postawę wobec „obcych”.

Autorka zwraca uwagę na powiązania między źródłami uprzedzeń. Można więc wysnuć wniosek, że jedno uprzedzenie łatwo prowadzi do kolejnego. Następnie objaśnia, jak można skategoryzować takie źródła, zaczynając od psychologicznych, powiązanych z silną więzią wobec grupy, której jest się członkiem, poczucia dumy i wyższości, a przez to zniekształconym postrzeganiem innych grup. Kolejne jest źródło emocjonalne, będące resulta-

tem poczucia gniewu i frustracji, o które obwinia się „gorsze” grupy społeczne. Następnie przechodzi do rywalizacji, z pewnością tworzącej uprzedzenia już od czasów prehistorycznych, co dobrze nawiązuje do pierwotnych instynktów terytorialnych, wprowadzonych przez Adlera i Junga. Jako ostatnie autorka wymienia poznawcze źródło uprzedzeń i nawiązuje do powszechnego i nieuniknionego myślenia utrwalonymi kategoriami, które potrafi działać jak miecz obosieczny i dotknąć również członków grupy tworzących uprzedzenie.

Ostatnią część artykułu autorka poświęca zjawisku dyskryminacji. Definiuje je jako „negatywne czyny wymierzone w odmienną grupę nieposiadającą uzasadnienia, wynikające jedynie z utrwalonych błędnych przekonań jednostki na temat drugiej grupy”. Przechodzi do form, jakie może przyjąć dyskryminacja, czyli przemocy i złego traktowania.

Podsumowując, artykuł zamieszczony we *Wglądzie*, chociaż krótki, dostarczył sporo informacji na temat mechanizmów powstawania stereotypów i uprzedzeń, ich kategorii oraz sposobów przejawiania. Do plusów, oprócz zwięzłości i jasności przekazu, z pewnością można zaliczyć zdefiniowanie pewnych pojęć. Jeśli chodzi o drobne niedociągnięcia, to brakuje mi tutaj jakiejś myśli na zakończenie, podsumowującej całość. Niemniej jednak oceniam powyższy artykuł bardzo dobrze i z przyjemnością przeczytam kolejne, nawet drobniejsze publikacje autorki.

Joanna Wrzesień, studia podyplomowe – przygotowanie do wykonywania zawodu nauczyciela

Z badań psychologicznych na świecie



Przemoc ze strony partnerów (IPV) dotyka tysiące kobiet na całym świecie. Trudności, jakie napotykają kobiety w dostępie do edukacji, zasobów ekonomicznych i zatrudnienia, zmniejszają ich siłę w związkach intymnych, zwiększając jednocześnie prawdopodobieństwo doznawania przemocy. Czynniki te mogą również mieć znaczący wpływ na zdrowie psychiczne kobiet. IPV jest wyższa w krajach i regionach o niskich i średnich dochodach. Sprawczą podmiotowość (*agency*) to: 1) zdolność do określania swoich celów życiowych i działania zgodnie z nimi (sprawczość wewnętrzna) i 2) autonomiczne podejmowanie decyzji życiowych (sprawczość instrumentalna). Przeanalizowano związek między „siłą” kobiet (mierzoną poziomem edukacji oraz ich sytuacją ekonomiczną) a sprawczością oraz wpływem tych czynników na przemoc ze strony partnera i zdrowie psychiczne kobiet. Obecnie Salwador ma jeden z najwyższych procentów kobietobójstwa na świecie. Badania przeprowadzono na próbie ponad 1200 kobiet w wieku od 15 do 64 lat. Wykazano, że edukacja była czyn-

nikiem chroniącym przed IPV. Jednakże siła ekonomiczna kobiet narażała je na większe ryzyko przemocy, natomiast w innych krajach stwierdzono, że jednak zmniejsza takie ryzyko. Różnice te wskazują na konieczność uwzględnienia dodatkowych czynników kulturowych związanych np. z rolą kobiety. Edukacja była pozytywnie związana zarówno ze sprawczością wewnętrzną, jak i instrumentalną. Sprawczość instrumentalna zmniejszała prawdopodobieństwo stania się ofiarą IPV. Wreszcie zarówno sprawczość wewnętrzna, jak i instrumentalna były pozytywnie powiązane ze zdrowiem psychicznym.

Navarro-Mantas, L. et al., (2022). Defining Power and Agency in Gender Relations in El Salvador: Consequences for Intimate Partner Violence and Women's Mental Health, *Front. Psychol.*, 19 April 2022, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.867945>

(al)

Słow(n)ik psychologiczny



Empatia (gr. *empátheia* – „cierpienie”). Termin *Einfühlung* został po raz pierwszy użyty przez Roberta Vischera w 1872 r. w filozofii estetyki, jako „wczuwanie się” w sztukę i naturę. Następnie przetłumaczony na angielski przez Edwarda B. Titchenera (1909) jako *empathy*, natomiast Theodor Lipps w 1907 wprowadził go do nauk społecznych i humanistycznych. Definicji empatii pojawiło się wiele, co spowodowało pewną niejasność w jej rozumieniu. Nadal też nie ma zgody wśród naukowców zarówno co do jej opisu, jak i czynników, które się na nią składają. Wskazuje się trzy główne teorie, które próbują wyjaśnić jej mechanizm: teorię interakcji, teorię umysłu i teorię symulacji. Empatia to najogólniej zdolność do współodczuwania stanów psychicznych i emocjonalnych z innymi osobami, a także umiejętność przyjęcia ich sposobu myślenia czy spojrzenia na rzeczywistość z ich perspektywy. Umożliwia rozpoznawanie i odpowiednie reagowanie na myśli i uczucia drugiego człowieka. Jest ważnym terminem w kontekście psychoterapii, gdzie jest wskazywana jako niezbędny czynnik dla zrozumienia klienta i rozwijania relacji terapeutycznej. Wyróżnia się empatię poznawczą i empatię afektywną (lub emocjonalną). Ostatnia obejmuje dzielenie

się emocjami oraz empatyczną troską (np. współczucie). Poznawcza związana jest z przyjmowaniem perspektywy, rozpoznawaniem stanów emocjonalnych i stanów psychicznych innych, ale też identyfikowaniem się z postaciami fikcyjnymi. Zauważa się, że koncepcja teorii umysłu obejmuje pewne rodzaje empatii poznawczej. Natomiast w odniesieniu do pojęcia decentracji zwraca się uwagę, że umożliwia ona zrozumienie perspektywy innej osoby, czemu może, ale nie musi, towarzyszyć komponent emocjonalny empatii. Osoby z niskim nasileniem empatii lub jej brakiem mają trudności z oceną myśli lub uczuć innych. Wysoki poziom empatii objawia się między innymi uczuciem bólu, gdy przyglądamy się cierpieniu innej osoby, zdolnością współodczuwania i wczuwania się w sytuację. Empatia wskazywana jest jako jeden z czynników silnie hamujących zachowania agresywne. Obok asertywności jest podstawowym składnikiem tzw. inteligencji emocjonalnej. Dlatego jest tak ważna w kontaktach międzyludzkich, umożliwiając m.in. prowadzenie dialogu, niwelowanie konfliktów czy mediacje.

(al)

Mistrzowie psychologii



Wikipedia. Public domain

Grunya Efimovna Sukhareva

(11.11.1891– 26.04.1981). Urodziła się w Kijowie, w rodzinie żydowskiej. Jej rodzicami byli Chaim Faitelevich i Rachil Iosifovna Sukhareva, miała siostrę Marię. W 1915 r. ukończyła studia medyczne w Kijowskim Instytucie Medycznym, następnie pracowała w sekcji epidemiologicznej, podróżując po Ukrainie i niosąc pomoc tam, gdzie było to najpotrzebniejsze. W latach 1917–1921 pracowała w szpitalu psychiatrycznym w Kijowie, w którym od 1919 r. była kierownikiem Zakładu Defektologii Instytutu Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży. Od 1921 pracowała w Moskwie, a w latach 1933–1935 kierowała katedrą psychiatrii na Uniwersytecie Charkowskim. W 1935 r. obroniła rozprawę doktorską i założyła oddział psychiatrii dziecięcej w Centralnym Instytucie Podyplomowego Kształcenia Medycznego w Moskwie, którym kierowała do 1965. W latach 1938–1969 pełniła funkcję kierownika Kliniki Pediatrycznej Psychozy w Instytucie Psychiatrii RFSRR (Rosyjska Federacyjna Socjalistyczna Republika Radziecka). W czasie II wojny światowej została ewakuowana do Tomsku, gdzie leczyła

ofiary wojny, co skutkowało publikacjami dotyczącymi zaburzeń psychologicznych u dzieci podczas wojny. W 1921 r., w wieku 30 lat, założyła szkołę terapeutyczną (połączenie szpitala i szkoły) dla dzieci z problemami psychicznymi przy Oddziale Psychoneurologicznym dla Dzieci w Moskwie. Uważała ona, że zaburzenia osobowości pojawiają się u dzieci i nastolatków w odpowiedzi na znaczący czynnik społeczny, np. niekorzystne środowisko rodzinne czy struktura. W założonym ośrodku dokonywała ponaddwuletniej obserwacji dzieci, które opisała w artykułach, najpierw w 1925 r. po rosyjsku, a następnie w niemieckim czasopiśmie neurologicznym i psychiatrycznym (z błędnie zapisanym nazwiskiem „Sucharewa”). W roku 1926 r. w artykule *Die schizoiden Psychopathien im Kindesalter* przedstawiła funkcjonowanie sześciu chłopców, które obecnie odpowiada opisowi osób z wysokofunkcjonującym autyzmem, zwracając uwagę m.in. ich wysokie zdolności intelektualne, obecność zaburzeń w sferze sensorycznej czy motorycznej. Podkreśla się, że jej opis jest zbliżony z zawartym w najnowszej klasyfikacji DSM-5 dotyczącym zaburzeń ze spektrum autyzmu (ASD) i może być pierwszym naukowym opisem cech autyzmu. Sukhareva początkowo użyła terminu *schizoid psychopathy* dla podkreślenia nietypowego, ekscentrycznego funkcjonowania opisywanych dzieci, by później zastąpić go słowem *autistic* – skrajnie unikający. W 1927 r. w kolejnym artykule *Die Besonderheiten der schizoiden Psychopathien bei den Mädchen*, będącym kontynuacją tego z 1926 r., przedstawiła studium przypadku pięciu dziewcząt i zwróciła uwagę na różnice międzypłciowe w manifestowaniu się objawów zarówno opisywanego przez nią zaburzenia, znanego obecnie jako ASD, jak i innych zaburzeń psychicznych. Sukhareva opublikowała ponad 150 artykułów, sześć monogra-

fii i kilka podręczników dotyczących m.in. niepełnosprawności intelektualnej, schizofrenii czy zaburzeń osobowości. Zmarła w Moskwie 26 kwietnia 1981 r. w wieku 89 lat po długiej chorobie. Została pochowana na żydowskim cmentarzu Wostriakowskim w Moskwie wraz z rodzicami i siostrą. W 1996 r. brytyjska psychiatra dziecięca, Sula Wolff, przetłumaczyła jej artykuł na język angielski, co przyczyniło się do rozpoczęcia dyskusji o roli tej badaczki w historii opisu autyzmu. Leo Kanner cytował także inne prace Sukharevy w swoich publikacjach, jednak nie ma pewności, czy znał te dotyczące autyzmu, podobnie jak Hans Asperger. Obecnie toczy się dyskusja, czy badacze znali prace Sukharevy i mogli się na nich wzorować, opracowując swoje artykuły, które sprawiły, że zostali uznani za pionierów naukowego opisu autyzmu i zespołu Aspergera. Natomiast sama Sukhareva coraz częściej wskazywana jest jako pierwsza badaczka, która przedstawiła kliniczny opis tego zaburzenia. Powodem nikłej obecności Sukharevy w historii badań nad autyzmem może być fakt, że opublikowany po niemiecku artykuł spotkał się z mniejszym rozgłosem niż te z wiodących czasopism anglojęzycznych. Ponadto wskazuje się, że w tamtych czasach bycie Żydówką, obywatelką Związku Radzieckiego, publikowanie w języku niemieckim i rosyjskim oraz bycie kobietą nie sprzyjało osiągnięciu międzynarodowego rozgłosu i uznania. Sukhareva jest jednak ceniona i pamiętana w Rosji. Prace badaczki, które dotarły poza granice jej kraju, cieszą się dużym uznaniem z uwagi na ich trafność i aktualność nawet wiele lat od ich publikacji. Można śmiało stwierdzić, że wyprzedziła ona swoje czasy w obszarach nauki dotyczących opisu, rozumienia oraz terapii różnych zaburzeń u dzieci

(al)

Czy wiesz, że...?



Czy wiesz, że wielkość piersi autostopowiczki wpływa na odsetek zatrzymujących się kierowców? Według francuskiego psychologa Nicolasa Guéguena (2007) na widok kobiety o naturalnym biuście w rozmiarze A zatrzymało się 14,92% kierowców, lecz gdy biust został powiększony silikonową wkładką, wskaźnik wzrósł znacznie (odpowiednio: 17,79% i 24,01% w przypadku miseczki B i C). Dotyczy to tylko kierowców – mężczyzn.

Czy wiesz, że pisanie o tym, co boli, poprawia nasze samopoczucie? Zespół badaczy na czele z psychologiem Jamesem W. Pennebakerem (2018) zaleca przez cztery dni z rzędu przez 15–30 minut pisanie o swoich emocjach i myślach dotyczących jakiegoś trudnego doświadczenia, konfliktu czy czegoś stresującego. Taki zabieg uspokaja ciało migdałowate w naszym mózgu, a więc pozwala zapanować nad lękiem i zbyt intensywnymi emocjami.

Czy wiesz, że zdaniem kanadyjskich badaczy z Carleton University (Vogel i in. 2020) ludzie czasami wolą odczuwać ból fizyczny niż podejmować wysiłek poznawczy? Ich zdaniem wysiłek poznawczy i ból fizyczny są odczuwane jako nieprzyjemne doświadczenia i mogą być równie wyczerpujące.

Czy wiesz, że rosyjscy rodzice, w porównaniu do amerykańskich, częściej czytają swoim dzieciom książeczki przedstawiające smutek i gniew? Psycholog Amy Halberstadt, kierująca FABB LAB (Family Affect, Beliefs, and Behaviors Lab), zauważa, że w rosyjskich książkach dla dzieci znajdziemy szersze spektrum emocji niż w książkach amerykańskich, gdzie dominują głównie emocje pozytywne. Zdaniem badaczki takie zaznajamianie dzieci z negatywnymi emocjami przez rosyjskich rodziców uczy te dzieci radzenia sobie w przeżywaniu tych trudnych emocji.

(aeb, aww)

Recenzje



Ambroziak, K., Kołakowski, A., Siwek, K. (2018). Depresja nastolatków. Sopot: GWP.

Depresja jest poważną chorobą, która zbiera swoje żniwo wśród „zwykłych” ludzi, jak i wśród tych znanych i sławnych. Ma wielki wpływ na funkcjonowanie człowieka i może na jakiś czas wyłączyć go z aktywnego życia. Jest niebezpieczna zwłaszcza wtedy, gdy nie zostanie właściwie zdiagnozowana i nie jest leczona. Często jej objawy stają się widoczne w okresie adolescencji, kiedy młody człowiek próbuje odpowiedzieć na ważne pytania dotyczące jego tożsamości i kierunku dalszego życia.

Książka została pomyślana jako poradnik dla rodziców nastolatków, by im wyjaśnić, na czym polegają problemy

ich dzieci związane z depresją, jak ją leczyć i jak pomagać. Pierwsza część ma charakter psychoedukacyjny – opisuje funkcjonowanie osób chorych na depresję i metody leczenia. Zaczyna się od opisu wyzwań związanych z dorastaniem, porównując życie nastolatka do poruszania się po nierozpoznanym polu minowym. Podejmuje zagadnienie budowania własnej tożsamości indywidualnej i grupowej, konflikt pokoleń oraz znaczenie grupy rówieśniczej. Następnie w bardzo klarowny i przystępny sposób opisuje depresję od strony medycznej, wyjaśniając, czym jest nastrój i na czym polegają jego zaburzenia oraz objawy depresji ujęte z różnych perspektyw. Podejmuje również zagadnienia dotyczące diagnozowania de-

presji u nastolatków oraz jej wpływu na myślenie, emocje i zachowania, a także problematykę samobójstw. Druga część odnosi się do konkretnych sposobów postępowania z nastolatkami cierpiącymi na depresję i metod pozwalających poprawić jakość ich życia. Poradnik ten może być także przydatny samym nastolatkom oraz osobom z nimi pracującym. Młodzież potrzebuje gruntownej wiedzy, pochodzącej nie tylko z Internetu, ponieważ tam oprócz faktów można znaleźć wiele mitów i niesprawdzonych treści. Warto też zwrócić uwagę na zachęcającą do czytania szatę graficzną i przystępny język.

Małgorzata Marmola



POSŁUSZNI DO BÓLU*

Czy jesteśmy gotowi porazić drugiego, niewinnego człowieka prądem, jeśli dostaniemy taki rozkaz?

Czy bylibyśmy w stanie zabić, bo ktoś nam kazał?

Czy posłuszeństwo autorytetom wystarczy, by przekonać pozornie dobrych ludzi do popełniania złych czynów?

Odpowiedzi na te pytania postanowił poszukać amerykański psycholog Stanley Milgram. W latach 1961–1962 przeprowadził na Uniwersytecie Yale serię eksperymentów, w których uczestniczyło 1000 osób. Badanych podzielono na „nauczycieli” i „uczniów”. Eksperymentator przedstawiał sobie nauczyciela oraz ucznia i udzielał dalszych instrukcji. Nauczyciel, siedząc przed specjalną aparaturą do aplikowania wstrząsów elektrycznych, miał za zadanie odczytywać uczniowi słowa zestawione w parach i prosić o ich powtórzenie. Zadaniem uczniów było po prostu przyswajanie wiedzy, a zadaniem nauczycieli – jej egzekwowanie. Uczeń w trakcie trwania badania znajdował się w sąsiednim pomieszczeniu i do jego ciała doczepione były przewody elektryczne połączone z aparaturą elektryczną znajdującą się w pomieszczeniu, w którym przebywał nauczyciel. Jeśli uczeń się pomylił, nauczyciel miał go razić prądem. Za każdą błędną odpowiedź nauczyciel miał za zadanie aplikować uczniowi coraz mocniejszy wstrząs elektryczny, poczynawszy od 15 V do maksymalnego wstrząsu 450 V. Jednocześnie eksperymentator zapewnił obie strony, że aplikowane bodźce elektryczne nie stwarzają żadnego zagrożenia dla zdrowia i życia ucznia. Nauczyciele mogli nawet na początku zaaplikować sobie próbny wstrząs, by poczuć ból, z jakim będą mieli do czynienia ich uczniowie. Przeprowadzający eksperyment pełnił rolę autorytetu – informował o regułach, przydzielał role i polecał wykonanie zadania nauczycielom, gdy sprzeciwiali się lub wahali.

Jaki był wynik eksperymentu?

Okazało się, większość uczestników eksperymentu aplikowała uczniom kolejne wstrząsy elektryczne nawet wtedy, gdy z sąsiedniego pomieszczenia rozlegały się krzyki i protesty osoby rażonej prądem, odgłosy walenia nogami w ścianę i inne sygnały wskazujące wyraźnie na to, że uczeń doznaje bólu

i cierpienia. Przez cały czas eksperymentator-autorytet uspokajał skonsternowanych uczestników eksperymentu, że sytuacja jest pod kontrolą, nie ma żadnego zagrożenia i należy dalej aplikować wstrząsy elektryczne niepojętnemu uczniowi. Po podsumowaniu wszystkich wyników Milgram stwierdził, że ponad 2/3 uczestników zaaplikowało uczniom w trakcie eksperymentu najsilniejsze wstrząsy elektryczne tylko dlatego, że dostali takie polecenie/ rozkaz od autorytetu.

W rzeczywistości cały eksperyment był mistyfikacją. Uczeń był pomocnikiem eksperymentatora i bezbłędnie grał swoją rolę – często się mylił i błędnie odpowiadał na polecenia, a podłączony do urządzeń elektrycznych, które były atrapą, zachowywał się tak, jakby rzeczywiście był poddawany wstrząsom elektrycznym.

Eksperyment wielokrotnie powtarzano w wielu krajach i w różnych modyfikacjach, również w Polsce, przynosząc, niestety, równie pesymistyczne wnioski. Wszystkie odsłaniają kolejne oblicza naszej uległości wobec autorytetów. Niezmiennie wykazują, że gotowość ludzi do postępowania zgodnie z rozkazami autorytetu (nawet rokującej śmierć człowieka) nie dotyczy tylko zaburzonych czy obłąkanych jednostek. Dają też wyjaśnienie mechanizmów psychologicznych, które skłaniają do skrajnego posłuszeństwa wobec przełożonych wśród żołnierzy dopuszczających się ludobójczych zbrodni.

Zło, w odpowiednich warunkach, może czynić każdy.

(aeb, aww)

* *Posłuszni do bólu. O uległości wobec autorytetu w 50 lat po eksperymencie Milgrama* – to tytuł książki dwóch polskich psychologów Dariusza Dołęckiego i Tomasza Grzyba wydanej nakładem wydawnictwa Smak Słowa.



Fot. Natalia Łukasik-Tomala. W tle Eiger, Alpy Szwajcarskie (2022)

Studenckie Koło Naukowe „URequal”

Przy Zakładzie Psychologii Uniwersytetu Rzeszowskiego powstało Studenckie Koło Naukowe „URequal”. Jesteśmy Kołem Naukowym zrzeszającym osoby LGBTQ+ oraz osoby sojusznicze studiujące na Uniwersytecie Rzeszowskim. Działalność naszego Koła to przede wszystkim prowadzenie badań naukowych, organizacja wydarzeń edukacyjnych o charakterze równościowym oraz dbanie o bezpieczeństwo studentów LGBTQ+ na naszym Uniwersytecie. Opiekunami Koła są dr hab. Andrzej Łukasik, prof. UR, i mgr Anna Lenart z Zakładu Psychologii.

Egzemplarz bezpłatny

Zakład Psychologii UR

Jesteśmy na



Wgląd wydawany jest przy wsparciu
finansowym i organizacyjnym
Dyrektora Instytutu Pedagogiki