



Instytut Problemów
Współczesnej Cywilizacji
im. Marka Dietricha

*Młodzi dorośli:
identyfikacje, postawy, aktywizm
i problemy życiowe*

Warszawa 2021

Instytut Problemów Współczesnej Cywilizacji im. Marka Dietricha, założony w roku 1996, jest międzyuczelnianą jednostką wykonującą zadania badawcze i edukacyjne dotyczące problemów współczesnej cywilizacji oraz podejmującą działania na rzecz integracji społeczności akademickiej. Aktualnie Instytut działa na podstawie porozumienia zawartego przez:

- Politechnikę Warszawską,
- Szkołę Główną Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie,
- SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny,
- Uniwersytet Warszawski,
- Warszawski Uniwersytet Medyczny.

Działalność Instytutu jest nadzorowana przez **Kolegium Rektorów**, w skład którego wchodzi rektorzy uczelni – stron porozumienia.

Rada Instytutu

prof. Tomasz Borecki
prof. Andrzej Eliaz
prof. Marek Krawczyk
prof. Józef Lubacz - przewodniczący
prof. Zbigniew Marciniak
prof. Tomasz Szapiro
prof. Jan Szmidt

Od strony organizacyjnej IPWC jest jednostką Politechniki Warszawskiej.

Biuro Instytutu

ul. Koszykowa 75, lok. 43

00-662 Warszawa

tel.: +48 22 234 70 07, 666 616 696

e-mail: instytut.ipwc@pw.edu.pl

[www: ipwc.pw.edu.pl](http://www.ipwc.pw.edu.pl)

**Instytut Problemów Współczesnej Cywilizacji
im. Marka Dietricha**

***Młodzi dorośli:
identyfikacje, postawy, aktywizm
i problemy życiowe***

pod redakcją Krystyny Skarżyńskiej

Warszawa 2021

© Copyright by Instytut Problemów Współczesnej Cywilizacji im. Marka Dietricha,
Warszawa 2021

Instytut Problemów Współczesnej Cywilizacji im. Marka Dietricha
ul. Koszykowa 75, lok. 43, 00-662 Warszawa
tel. +48 22 234 70 07
e-mail: instytut.ipwc@pw.edu.pl
www.ipwc.pw.edu.pl

ISBN 978-83-89871-48-0

Wydawnictwo SGGW
ul. Nowoursynowska 166, 02-787 Warszawa
tel. +48 22 593 55 20
e-mail: wydawnictwo@sggw.edu.pl
www.wydawnictwosggw.pl

Druk: Libra-Print, al. Legionów 114B, 18-400 Łomża

SPIS TREŚCI

Krystyna Skarżyńska

Młodzi dorośli Polacy: wspólne i indywidualne doświadczenia oraz ich mentalne konsekwencje	5
---	---

Katarzyna Hamer

Identyfikacje społeczne, uznawane kryteria polskości i fundamenty moralne młodych Polaków	17
--	----

Beata Urbańska

Religijność młodych Polaków: ucieczka od religii czy od Kościoła?	35
---	----

Jacek Raciborski

Zachowania wyborcze młodych Polaków: wielka zmiana	53
--	----

Katarzyna Jaśko

Aktywizm młodych: spontaniczność vs. zinstytucjonalizowanie, online vs. offline, powody radykalizacji	63
--	----

Sonia Sokół

Dlaczego i jak protestowałam. Impresje uczestniczki OSK	83
---	----

Maria Baran, Katarzyna Hamer

Młodzi dorośli podczas pandemii COVID-19	99
--	----

Dariusz Doliński

Optymizm czy trauma: młodzież w obliczu pandemii	125
--	-----

Magdalena Śniegulska

Młodzi nauczyciele i ich problemy	139
---	-----

Bartosz Zalewski, Anna Dziubińska-Starska

Problemy emocjonalne młodych dorosłych – perspektywa psychoterapeutów ...	153
---	-----

Autorzy tekstów	167
-----------------------	-----

Wydawnictwa Instytutu Problemów Współczesnej Cywilizacji im. Marka Dietricha	169
---	-----

MŁODZI DOROŚLI POLACY: WSPÓLNE I INDYWIDUALNE DOŚWIADCZENIA ORAZ ICH MENTALNE KONSEKWENCJE

KRYSTYNA SKARŻYŃSKA

Nadzieje, zmartwienia i poglądy Polaków, rozpoznawane w badaniach naukowych i w praktyce terapeutycznej, sygnalizowane w sondażach opinii – są prezentowane, podtrzymywane a czasem wzbudzone przez media i polityków częściej, gdy dotyczą dzieci i nastolatków (od nienarodzonych po licealistów), seniorów albo życia celebrytów, niż gdy są problemami milionów młodych dorosłych. W rezultacie, o codzienności i problemach osób między 18. a 35. rokiem życia wiemy – jako społeczeństwo – znacznie mniej. Tymczasem to właśnie oni, urodzeni w latach 90. XX wieku i później, w pierwszych latach nowego stulecia, przez kilka następnych dekad będą główną siłą sprawczą w naszym kraju, czyli decydować o tym, w jakim kierunku będziemy się rozwijać (czy „zwijać”) i jaki będzie nasz narodowy dobrostan. Myślę nie tylko o poziomie ekonomicznym kraju i zamożności obywateli, innowacyjności, bezpieczeństwie socjalnym, zdrowotnym, międzynarodowym i ekologicznym, ale także o dominującym kształcie relacji międzyludzkich. Dzisiejsi dwudziesto-, trzydziestolatkowie będą nadawać kierunek i ton naszemu społeczeństwu tym bardziej samotnie, im więcej osób ze starszych pokoleń porzuci pracę w wieku 60 lat bądź wcześniej umrze z powodu COVID-19 i powikłań pocovidowych.

Badacze postaw, wartości, orientacji politycznych i stylów życia określonych grup wiekowych zwracają uwagę na pewną ich „wspólnotę pokoleniową”, którą zazwyczaj wyjaśniają wspólnotą doświadczeń, ich dotychczasową podzielaną historią (Kulas, 2017; Marody, 2021; Sears i Levy, 2003; Śpiewak, 2002; Świda-Ziemba, 1999; Twenge, 2019). Wyróżniono co najmniej dwa znaczenia pojęcia „pokolenie”: „mocniejsze” i „słabsze”. Według Hanny Świdy-Ziemby, w znaczeniu mocniejszym oznacza ono „zbiorowość młodych osób, które pod wpływem podobnych doświadczeń społeczno-kulturowych w okresie socjalizacji i dojrzewania wytworzyły to,

co określiłabym mianem „zbiorowego światopoglądu”, a czego konsekwencje stanowiły określone zespoły postaw i wartości, podzielanych przez znaczącą większość tak wyróżnionego pokolenia” (1999, s. 47). Autorka ta dodaje, że światopogląd ten ułatwia trwale porozumiewanie się swoistym kodem wewnątrz danego pokolenia, który to kod ukształtował się w czasie ich młodości. Nawet jeżeli ich „wspólnota światopoglądowa” przestaje istnieć (w efekcie różnych indywidualnych doświadczeń), to pamięć wspólnych pokoleniowych doświadczeń ma wpływ na ich koleje życia. Gdyby tak miało być, poznanie i zrozumienie konsekwencji tych wspólnych doświadczeń dzisiejszych młodych dorosłych nabiera jeszcze większego znaczenia dla przewidywania przyszłości społeczeństwa.

Nie zawsze wspólne doświadczenia prowadzą do wspólnego światopoglądu. Dla psychologa jest oczywiste, że to samo doświadczenie może być rozmaicie przeżywane zależnie od indywidualnych różnic osobowości, postaw bliskiego otoczenia, otrzymanego i spostrzeganego wsparcia społecznego. Dlatego bliższe autorom tej książki jest „słabsze” rozumienie pokolenia – jako grupy ludzi, która dojrzewała w podobnym społecznym i kulturowym kontekście, który współkształtował hierarchię wartości, postawy i rodzaje aktywności.

Zestaw doświadczeń wspólnych i ważnych dla kształtowania postaw młodych dorosłych zależy w dużej mierze od wymagań i zadań rozwojowych, charakterystycznych dla określonego wieku życia. Najmłodsi dorośli (18–24-letni) częściej niż nieco tylko od nich starsi (ale wciąż młodzi) uczą się lub studiują, jeszcze nie pracują, są finansowo zależni od rodziców, prowadzą szerokie życie towarzyskie, snują plany zawodowe. Między 25. a 35. rokiem życia „zadania rozwojowe” stają się inne: wtedy poszukują stałych partnerów życiowych i zakładają rodziny, potrzebują własnego mieszkania, niezależności finansowej, stabilizacji zawodowej. Inne go rodzaju zdarzenia mogą więc formować ich światopogląd i style życia. Dlatego wiele badaczy (także autorów tej książki) porównuje nie tylko młodsze generacje ze starszymi (np. urodzone przed 1990 rokiem vs. późniejsze), ale także te dwie grupy młodych. Zależnie od wyboru do porównań różnych grup wiekowych – otrzymujemy inne wyniki; warto więc – czytając raporty i artykuły – zwracać większą uwagę na dobór grup. Rzadko kiedy badacze dysponują kilkutysięcznymi grupami jednego rocznika (np. osiemnastolatków), porównują ich charakterystyki z właściwościami ich rówieśników z kolejnych roczników i robią to przez kilka dekad (por. Twenge, 2019). Częściej wybierają do porównań grupy wiekowe (roczniki) dorastające w okresie gwałtownych zmian społecznych czy politycznych i odnoszą ich wyniki do charakterystyk roczników dorastających wcześniej, w czasach w miarę spokojniejszych. Na przykład, analizy zmian w zaufaniu społeczeństwa amerykańskiego do ludzi i instytucji dowiodły, że dla roczników wchodzących w dorosłe życie w późnych latach 60. i 70. XX wieku „formatywnym” doświadczeniem, które

znacząco obniżyło poziom zaufania społecznego całego ich pokolenia, były wojna w Wietnamie i afera Watergate (Rahn i Transue, 1998). Podobne zjawisko utraty zaufania do państwa i innych instytucji, do niedawna cieszących się zaufaniem (w Polsce – Kościół i policja), obserwujemy wśród młodych dorosłych Polaków. Dla nich formatywnym doświadczeniem jest coraz bardziej dostępna wiedza o nadużyciach kleru, ubiegłoroczne orzeczenie Trybunału Konstytucyjnego w sprawie zakazu aborcji nawet przy letalnych wadach płodu, brutalność policji wobec protestujących przeciwko temu ograniczeniu ich praw, stan wyjątkowy na granicy z Białorusią i nieludzkie traktowanie imigrantów, ale także pandemia i jej negatywne skutki dla zdrowia psychicznego i fizycznego. Interkulturowo podzielaną traumą jest dla młodego pokolenia kryzys klimatyczny i polityka rządów (czy raczej jej brak) w tej sprawie.

Polscy badacze szukają wspólnych doświadczeń dzisiejszych młodych dorosłych w specyfice dorastania w schyłkowym okresie PRL, stanie wojennym, także w początkach III RP, czyli w okresie transformacji systemowej. Stąd prawdopodobnie porównania roczników urodzonych przed 1974 rokiem z rocznikami urodzonymi później (por. np. Bartkowski, 2021; Ziółkowski, 1999). „Trauma wielkiej zmiany” – bardziej lub mniej boleśnie – dotknęła ich rodziców (Sztompka, 2000). Psychoterapeuci Bartosz Zalewski i Anna Dziubińska-Starska (rozdział o problemach emocjonalnych młodych dorosłych) podkreślają wagę rodzicielskich doświadczeń i oczekiwań, związanych ze zmianą systemu, w procesie socjalizacji i swoiste przenoszenie ich na dorosłe dzieci. Warto też zauważyć, że nie tylko najmłodsze roczniki „młodych dorosłych”, ale także urodzeni wcześniej, w drugiej połowie lat 80. (dziś osoby ok. 35. r.ż.), dorastali w państwie demokratycznym, z kapitalizmem gospodarczym. Nie mają oni osobistych porównań z życiem w realnym socjalizmie, co także może wpływać na ich poglądy i postawy.

Niektórzy socjologowie upatrują głównych wspólnych doświadczeń młodych dorosłych w niejednoznaczności i niepewności świata i obawach o to, że ich życie nie będzie tak dobre i komfortowe, jak mieli ich starsi o dekadę koledzy czy rodzeństwo (Kulas, 2017). Moim zdaniem – to nie tyle są wspólne doświadczenia, ale raczej podobne efekty jakichś zdarzeń, których owo pokolenie doświadczyło: brak stałej pracy, samodzielnego mieszkania, coraz bardziej dostrzegane zmiany klimatyczne, ostatnio także poczucie zamknięcia świata z powodów pandemii (trudniej skorzystać z programu Erasmusa, wymienić się mieszkaniem na wakacje). Podobnie jak inni autorzy tej książki, widzę związki między aktualnymi, wspólnymi dla młodych Polaków, wydarzeniami w sferze polityki i życia społecznego, które mogą formować postawy i oczekiwania wobec siebie samych i otaczającego świata oraz „przesuwać” poglądy i postawy w różnych kierunkach, bardziej progresywnych lub bardziej konserwatywnych. Coraz bardziej widoczny autorytaryzm i egocentryzm

władzy, odchodzenie od zasad liberalnej demokracji i praworządności, kolejne afery pedofilskie w Kościele, prawny zakaz aborcji, pandemia, kryzys uchodźczy na granicy z Białorusią – nie tylko dotyczą młodych dorosłych, ale – co pokazują także badania opisane w naszej książce – wyraźnie zmieniają stosunek młodego pokolenia do polityki, instytucji Kościoła (por. teksty Beaty Urbańskiej, Jacka Raciborskiego oraz Soni Sokół), a także pogorszą stan zdrowia psychicznego młodych dorosłych (por. teksty Marii Baran i Katarzyny Hamer oraz Dariusza Dolińskiego). W różnych grupach zawodowych młodzi Polacy mają także specyficzne problemy, wynikające zarówno z sytuacji politycznej, jak i z pandemii. Takimi grupami są z pewnością młodzi lekarze i młodzi nauczyciele. Wybraliśmy do analizy młodych nauczycieli (rozdział napisany przez Magdę Śniegulską), to oni bowiem w sporej mierze współkształtują mentalnie młode pokolenie i nadal będą to robić (jeśli tylko pozostaną w tym zawodzie).

Ważnym zdaniem rozwojowym wczesnej dorosłości (18–24 lata), niemal niezależnie od systemu politycznego i ekonomicznego kraju, w którym młodzi dorośli mieszkają, jest ukształtowanie tożsamości społecznej, czyli spójnego obrazu własnego miejsca w otaczającym świecie i zbudowanie silnych związków z wybranymi szerszymi kategoriami społecznymi (Sears, Levy, 2003; Skarżyńska, 2005). Wielu badaczy cyklu rozwoju osobniczego w różnych miejscach świata zauważyło w ostatnich rocznikach 18–24-latków zjawisko opóźniania wchodzenia w dorosłość (np.: „przeciąganie” studiów i zmiany wybranego kierunku, późniejsze zakładanie rodziny, odraczanie decyzji o posiadaniu dziecka, brak dbania o ciągłość zatrudnienia). Katarzyna Hamer (autorka rozdziału o identyfikacjach w naszej książce) uważa, że przejawem tego zjawiska „opóźniania” dorosłości są także słabsze niż w starszych pokoleniach społeczne więzi osób w wieku 18–24 lata. Jej własne badania, prowadzone na różnych próbach od kilkunastu lat, dowodzą słabszych niż wśród starszych osób więzi najmłodszych dorosłych z niemal każdą kategorią społeczną, którą uwzględniono w badaniu, np.: mniej silnie identyfikują się zarówno z szerokimi kategoriami jak naród czy religia, jak i z rodziną, przyjaciółmi czy z sąsiadami. W jednym z ostatnich badań (z udziałem studentów) okazało się jednak, że gdy w puli możliwych do wskazania identyfikacji uwzględnia się wiele bardziej specyficznych (nie tradycyjnych kategorii społecznych, ale raczej charakterystyk psychologicznych pewnych grup osób), np.: określona orientacja seksualna, hobby, rodzaj ulubionej muzyki, subkultura – wtedy deklarowana siła związku (identyfikacja z podobnymi do siebie pod jakimś względem) staje się dużo mocniejsza.

Moim zdaniem, to bardzo istotna specyfika dzisiejszych młodych dorosłych. Rozumiem ją jako przejaw niechęci do „starego” sposobu kategoryzowania świata społecznego, który dzieli ludzi niemal „od zawsze” i „na zawsze” (a przynajmniej – raczej trwale), i preferowania pewnej „płynności”, dowolności, indywidualnego

wyboru ludzi, z którymi czuje się silną więź. Przejawem tej tendencji jest, moim zdaniem, także co najmniej ambiwalencja, jeśli nie negowanie, autoidentyfikacji z kategorią inteligencji w środowisku wykształconych (absolwentów i studentów szkół wyższych) młodych dorosłych Polaków. Z moich obserwacji wynika, że kończący dzisiaj studia humanistyczne i społeczne raczej nie opisują siebie jako inteligentów. Co więcej, pojęcie inteligencji, inne niż odnoszące się do wyniku testów inteligencji, często nie jest im znane. A ci, którzy je znają, traktują je jako mało przydatne do opisu ich tożsamości. Ciekawe badania jakościowe na temat tej identyfikacji wśród młodych wykształconych Polaków z różnych środowisk prowadził Piotr Kulas w latach 2013–2015. Wyniki uzyskane na podstawie wywiadów z osobami, które wtedy miały od 29 do 35 lat, czyli reprezentowały pokolenie wchodzące w dorosłe życie w latach 90. XX wieku, przedstawił w książce *„Inteligencja zaprzeczona. Etos i tożsamość młodych inteligentów”* (2017). Jego rozmówcy kojarzyli inteligencję jako klasę ludzi wykształconych, nastawionych prospołecznie, reagujących na wszelką niesprawiedliwość i ludzką krzywdę. Typowo inteligenci bohaterowie literaccy – zdaniem wielu z interlokutorów Kulasa – to postacie rezygnujące z osobistego szczęścia i wygodnego życia dla pracy-służby na rzecz wspólnoty. Początki polskiego kapitalizmu lat 90. nie sprzyjały rozwojowi takich celów życiowych i aspiracji. Wielu badanych w tych czasach młodych wykształconych ludzi określało siebie jako ekspertów, self-made manów, specjalistów, przedstawicieli klasy średniej (por. Ziółkowski, 1999, 2000). Rozmówcy Piotra Kulasa aspirowali nie tyle (czy nie przede wszystkim) do sukcesu materialnego, ale raczej do indywidualnego sukcesu i awansu zawodowego bądź naukowego, mierzonego uznaniem społecznym, możliwościami poznawania świata, publikowaniem w międzynarodowych czasopiśmie naukowych. Wierzyli, że ich status i sukces życiowy jest w ich własnych rękach i głowach. „Etosowa inteligencja” wydawała się im raczej niepotrzebna, a co więcej, często dostrzegali w niej mało demokratyczne poczucie wyższości lub/i wieczne malkontenctwo, narzekanie, niezadowolenie ze wszystkiego wokół.

Dzisiaj młodzi dorośli nie mają już tak wielu szybkich dróg sukcesu, jak w pierwszych dekadach III RP. Bardziej niż starsi o dekadę zdają sobie sprawę z tego, że nie wszystko da się w dorosłym życiu kontrolować, że sukces zawodowy nie zawsze daje szczęście, że ważne są bliskie kontakty, przyjaciele i znajomi. Porównania postaw i identyfikacji kolejnych roczników młodych Polaków – począwszy od urodzonych w 1980 roku – dowodzi, że im późniejsze roczniki, tym rzadziej wymieniana jest praca jako zdecydowanie ważna wartość w życiu, a tym częściej za zdecydowanie ważną uznawane jest posiadanie przyjaciół i znajomych. Zdecydowanie rzadziej niż starsze pokolenia sądzą, że „praca pomaga rozwijać własne talenty” oraz tym rzadziej zgadzają się z twierdzeniem, że „otrzymywanie pieniędzy od państwa bez wykonywania pracy jest upokarzające” – wśród urodzonych w 1991 roku uważa

tak tylko 13,6% respondentów (Sawicka i Karlińska, 2021). Ponadto, im młodsze roczniki, tym częściej uważają „wygodne godziny pracy” za najbardziej pożądaną cechę pracy (Bartkowski, 2021). Wygląda na to, że dzisiaj młodzi dorośli bardziej niż w poprzednich pokoleniach dbają o równowagę między pracą a innymi sferami życia, nie są „bez reszty oddani swoim biznesom i karierze”. Chcą bardziej „być”, i to tam, gdzie chcą i z kim chcą. Stąd także słabsze ich społeczne identyfikacje instytucjonalne i kategoriale (z Kościołem, narodem, rodziną, miejscem zamieszkania i pracy), co pokazuje szerzej Katarzyna Hamer w rozdziale o identyfikacjach.

Silniejsze niż kategoriale są dzisiaj deklarowane przez młodych więzi z dowolnie wybraną grupą osób, dzielących zainteresowania, pasje, wybrane aktywności. To nie muszą być grupy wąskie – fani pewnych nurtów muzycznych czy artystów są na całym świecie, hobbystyczni narciarze, wędkarze, miłośnicy tanga czy wybranej gry planszowej mogą być oddaleni fizycznie o tysiące kilometrów. Ale mogą się łatwo komunikować, przecież jest Internet i są media społecznościowe (podobno to pokolenie rodzi się ze smartfonem przy uchu). Znana amerykańska badaczka pokolenia milenialsów, Jean M. Twenge (2019), używa do ich charakterystyki określenia iGeneration. Uznaje ona, że wszystkie cechy specyficzne dla osób urodzonych około 2000 roku są pochodną tego, że media społecznościowe i komunikowanie się za pomocą esemesów czy e-maili wyparły inne formy nie tylko komunikacji z innymi ludźmi, ale także sposoby spędzania wolnego czasu. W konsekwencji – młodzi dorośli są samotni, mają wysoki poziom lęku, a ich postawy i zachowania zdecydowanie bardziej różnią się od postaw i zachowań starszych generacji niż różniły się od starszych wcześniejsze pokolenia osób wchodzących w dorosłe życie. Nie przekonuje mnie to dość jednostronne wyjaśnienie specyfiki dzisiejszych młodych dorosłych; zdecydowanie więcej jest (przynajmniej w Polsce) czynników, które powodują różnice między osobami urodzonymi na przełomie wieków a starszymi rocznikami. I o tym właśnie piszemy w tej książce. Ponadto, nie wiemy – bez powtórnych badań milenialsów w kolejnych dekadach ich życia – w jakim stopniu ich dzisiejsze postawy i orientacje życiowe okażą się trwałe.

Inne ważne aspekty postaw i przekonań młodych dorosłych o świecie społecznym dorosłych, dotyczące stosunku do demokracji i różnic między postawami młodych kobiet i mężczyzn, są przedmiotem wielu badań, opisanych w opublikowanych wcześniej wielu książkach i artykułach (por. np. Inglehart i Norris, 2009; 2016; Klingemann, 2014; Mandes, 2021; Marody, 2021; Marody i Giza-Poleszczuk, 2020; Marody i in., 2019; Sears i Levy, 2003; Skarżyńska, 2019). Przypomnę więc tylko niektóre z ustaleń, głównie replikowane w badaniach różnych autorów.

W kilku moich badaniach prowadzonych w latach 2015–2018, dotyczących akceptacji reguł liberalnej demokracji oraz stosunku do różnych przejawów autorytaryzmu władzy, młodzi dorośli słabiej niż starsze roczniki Polaków akceptowa-

li zasady liberalnej demokracji oraz silniej niż starsze roczniki akceptowali takie przejawy autorytaryzmu władzy, jak zakaz publicznych protestów i demonstracji czy używanie siły przez policję oraz traktowanie opozycji parlamentarnej jako wroga, ograniczanie działań samorządów i organizacji pozarządowych. Także wyraźnie częściej niż starsi respondenci zgadzali się z opinią, że „Wystarczyłaby w kraju jedna dobra partia, a inne byłyby zbyteczne”. Interpretuję te wyniki jako wyraz braku osobistych doświadczeń młodych osób z autorytarnymi działaniami władzy (większość z nich prawdopodobnie wtedy jeszcze nie doświadczyła bólu uderzenia policyjną pałką, nie była zatrzymywana na 24 godziny za udział w legalnej manifestacji ani też nie obserwowała skutków monopartyjnego systemu). W dodatku, wielu z nich (zwłaszcza tych po 30. roku życia) miało swoje indywidualne lub rodzinne złe doświadczenia w liberalnej III RP, np. problemy rodziców związane z transformacją systemu czy praca „na śmieciówkach” i wysokie ceny mieszkań. Wiek respondentów miał tylko nieco słabszy związek ze stosunkiem do autorytarnej władzy, niż takie zmienne mentalne, jak konserwatywne poglądy czy autorytarne postawy (uległość wobec autorytetu, konwencjonalizm, czyli skłonność do przestrzegania norm akceptowanych przez autorytety, i autorytarna agresja, czyli wrogość i domaganie się silnych sankcji dla osób nieprzestrzegających tradycyjnych norm i zasad). Silniejszym predyktorem poziomu akceptacji przejawów autorytaryzmu władzy, jak i zasad liberalnej demokracji (ale oczywiście z innym znakiem) były natomiast sposoby rozumienia wolności osobistej (jako absolutnej, niczym nieograniczonej swobody działania vs. wolności refleksyjnej, liczącej się z wartościami innych ludzi) oraz akceptacja różnych fundamentów moralnych: indywidualnej troski i sprawiedliwej równości vs. lojalności grupowej, autorytetu i świętości (Skarżyńska, 2018; 2019). Warto zauważyć, że młodzi dorośli, zwłaszcza młodzi mężczyźni, deklarowali wtedy istotnie słabsze poczucie ich osobistej wolności, niż deklarowali to starsi uczestnicy badań. Znowu jest to prawdopodobnie efekt innej perspektywy: starsi porównują swoją aktualną wolność z tą, jaką mieli w czasach realnego socjalizmu. Można też spojrzeć na ten wynik inaczej, z punktu widzenia psychologicznych charakterystyk najmłodszej generacji dzisiejszych dorosłych, mianowicie dość częstej w tym pokoleniu tendencji, by widzieć swoje relacje ze światem w kategoriach „wszystko albo nic”. Badania prowadzone w USA na początku XXI wieku (np. Alford, 2003) dowodzą, że wielu młodych dorosłych wprawdzie nie ma poczucia formalnego ograniczenia swoich praw i wolności – żyje w demokratycznym państwie – ale widzi wiele ograniczeń (np. finansowych), które znacząco utrudniają realizację konstytucyjnych wolności. Zauważono (również w Polsce), że osoby w wieku 18–34 lata wyżej (w porównaniu ze starszymi) niż wolność cenią wartości materialne: pieniądze i władzę. Może dlatego, że bez pieniędzy i wpływu na rzeczywistość trudniej jest im realizować własne potrzeby i pragnienia. Fred Alford

zwrócił uwagę także na to, że młodzi Amerykanie nie tylko częściej definiują wolność w kategoriach wolności negatywnej – czyli wolności od zewnętrznych ograniczeń, ale także widzą ją w kategoriach zero-jedynkowych: albo jest pełna, niczym nieograniczona, albo nie ma jej wcale. Zdaniem tego autora, takie rozumienie wolności jest przejawem narcystycznej kultury współczesnego Zachodu, w której dominujące jest wyobrażenie wolności jako życia w świecie bez granic i bez wszelkich ograniczeń, zakłóceń czy zobowiązań, pełnej możliwości robienia wszystkiego, co chcemy. Młodzi ludzie nie wiedzą, że brak wszelkich ograniczeń w realizacji swoich osobistych potrzeb, bez uwzględniania potrzeb i wartości innych ludzi, jest nie tylko nierealistyczny, ale także szkodliwy społecznie. Inni badacze wiążą narcystyczne oczekiwania młodych ludzi nadmiernie opiekuńczym sposobem traktowania dzieci z pokolenia milenialsów przez ich rodziców. Poświęcanie dzieciom zbyt wiele uwagi, organizowanie każdej ich upragnionej aktywności, bezrefleksyjny brak ograniczeń, starania rodziców, by spełniać wszystkie życzenia, prowadzi do ukształtowania w młodym pokoleniu postawy roszczeniowości, stawiającej siebie i własne potrzeby w centrum świata (Drat-Ruszczak, 2015; Twenge, 2019). Warto zauważyć, że tak wychowywani młodzi Polacy natrafili w swojej dorosłości na poważne bariery systemowe w realizacji swoich podstawowych praw reprodukcyjnych i wolności wyboru. Naruszenie tych praw, zwłaszcza wartości autonomii, przez orzeczenie Trybunału Konstytucyjnego zaktywizowało młodych dorosłych Polaków silniej niż kiedykolwiek w kilku ostatnich dekadach. Dlatego obserwowaliśmy tak silny ich opór i masowe protesty przeciwko prawu zakazującemu aborcji, także przeciw dyskryminacji osób nieheteronormatywnych. W naszej książce pisze o tym Sonia Sokół. Szersze omówienie form i mechanizmów aktywizmu młodych ludzi znajduje się w rozdziale napisanym przez Katarzynę Jaśko.

Zarówno opisane wyżej, jak i późniejsze badania (także innych autorów) dotyczące postaw wobec różnych systemów politycznych wskazują wyraźne różnice w prodemokratycznych postawach i orientacjach życiowych młodych dorosłych kobiet i młodych mężczyzn. W moich badaniach młode kobiety istotnie słabiej niż mężczyźni w podobnym wieku akceptują autorytarne poczynania władzy, a silniej niż młodzi mężczyźni akceptują zasady liberalnej demokracji. Z kolei analizy danych z ostatniej edycji European Value Study (EVS) z 2017 roku, prowadzone przez Mirosławę Marody i jej współpracowników, przekonują, że młode Polki są w swoich poglądach bardziej „progresywne” a mniej „tradycyjne” niż młodzi Polacy (Marody, 2021). Zdaniem Marody – młode kobiety „przedefiniowały swoją tożsamość”, chcą być podmiotem moralnym, a nie „dzielną ofiarą” tradycyjnego systemu podziału ról społecznych. Przejawia się to między innymi wyższymi aspiracjami wolnościowymi i akceptacją równości płci, większą akceptacją osób homoseksu-

alnych jako sąsiadów, przekonaniem, że obecność imigrantów w naszym kraju nie przynosi szkód rdzennym mieszkańcom, większym zgeneralizowanym zaufaniem do ludzi oraz wysokim znaczeniem przypisywanym bliskim więzom przyjaźielskim. Młode kobiety są także mniej rygorystyczne moralnie niż młodzi mężczyźni: ponad połowa badanych kobiet akceptuje sytuacyjne rozumienie tego, co jest dobre, a co złe; zgadza się z twierdzeniem: „Nie istnieją żadne raz na zawsze ustalone zasady pozwalające odróżnić dobro od zła. Co jest dobrem, a co złem, zależy całkowicie od sytuacji w danym momencie”. Warto zauważyć, że omawiane różnice między poglądami kobiet i mężczyzn są największe w grupie osób między 18. a 33. rokiem życia, w starszych grupach znacząco słabną, a w grupie osób 60+ stają się nieistotne. Ponadto, także ponad 50% młodych respondentek odrzuca rygoryzm moralny w ocenie rozwodu, aborcji, eutanazji i homoseksualizmu. Analizując te dane, Sławomir Mandes (2021) zwraca uwagę na to, że chociaż młode kobiety deklarują większą religijność niż młodzi mężczyźni, to jednak to one zdecydowanie częściej deklarują całkowicie odmienne postawy w wymienionych wyżej kwestiach niż zaleca je i propaguje instytucjonalny Kościół katolicki. Więcej o rozbieżności postaw młodych Polek i Polaków wobec Kościoła, mimo deklarowanej własnej religijności, pisze w naszej książce Beata Urbańska.

Autorzy tej książki zdają sobie sprawę z tego, że nie dajemy pełnego obrazu mentalności i problemów młodego pokolenia. Piszemy o tym, co z prowadzonych przez nas badań, obserwacji klinicznych i uczestniczących uznaliśmy za ważne dla zrozumienia młodych dorosłych Polaków. Niektórzy z nas nie przekroczyli jeszcze „kalendarzowo-sondażowej” bariery młodości, dobrze więc wiedzą, co to znaczy „być młodym Polakiem”. Ale wszyscy czujemy więź z młodymi: naszymi dziećmi, studentami, kolegami z pracy. Widzimy, mniej lub bardziej chłodnym okiem, co różni starsze pokolenia od tych, które dzisiaj wchodzi w dorosłe życie. Ale „różni” nie znaczy, że „dzieli”. Mamy nadzieję, popartą empirią, że wiedza o innych ludziach, zrozumienie genezy ich potrzeb i postaw, redukuje stereotypy i uprzedzenia, raczej nas zbliża, niż oddala.

Literatura

- Alford, C.F. (2003). Freedom and borderline experience. *Political Psychology*, 1, 151–173.
- Bartkowski, J. (2021). Opinia publiczna a zmiana populistyczna w Polsce. W: M. Marody (red.), *Wartości w działaniu* (s. 49–104). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Drat-Ruszczak, K. (2018). *Młodzi – roszczeniowi? Czy mamy do czynienia z objawami border-line?* Referat na Konferencji: Znękany świat – jak psychoterapia może nam pomóc? Nadzieje i iluzje. Łochów, 30.08. 2018.

- Inglehart, R., Norris, P. (2009). *Wzbierająca fala: równouprawnienie płci a zmiana kulturowa na świecie* (tłum. B. Hellmann). Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Inglehart, R., Norris, P. (2016). *Trump, Brexit, and the rise of populism: Economic have-nots and cultural backlash*. Philadelphia: Paper presented on Annual Meeting of the American Political Science Association.
- Klingemann, H. (2014). Dissatisfied democrats. Democratic maturation in old and new democracies. W: J.D. Russell, C. Welzel (red.), *The Civic Culture Transformed: From Allegiant to Assertive Citizens* (s. 116–157). New York: Cambridge University Press.
- Kulas, P. (2017). *Inteligencność zaprzeczona. Etos i tożsamość młodych inteligentnych elit*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Mandes, S. (2021). The gender gap in the religiosity of Polish society. *Polish Sociological Review*, 2, 221–240.
- Marody, M. (2021). Od „dzielnej ofiary” do podmiotu moralnego – procesy kształtowania tożsamości społecznej. W: M. Marody (red.), *Wartości w działaniu* (s. 241–296). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Marody, M., Giza-Poleszczuk, A. (2020). Być kobietą, być mężczyzną – czyli o przemianach tożsamości związanej z płcią we współczesnej Polsce. W: M. Marody (red.), *Między rynkiem a etatem. Społeczne negocjowanie polskiej rzeczywistości* (s. 44–74). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Marody, M., Konieczna-Sałamatina, J., Mandes, S., Kacprowicz, G., Bulkowski, K., Borkowski, J. (2019). *Społeczeństwo na zakręcie. Zmiany postaw i wartości Polaków w latach 1990–2018*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Rahn, W., Transue, J. (1998). Social trust and values change. The decline of social capital in American youth. *Political Psychology*, 3, 545–565.
- Sawicka, M., Karlińska, A. (2021). To jest tylko moja praca. Paradoxy pracy we współczesnej Polsce. W: M. Marody (red.), *Wartości w działaniu* (s. 161–186). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Sears, D., Levy, S. (2003). Childhood and adult political development. W: D. Sears, L. Huddy, R. Jervis (red.), *Handbook of Political Psychology* (s. 60–109). New York: Oxford University Press.
- Skarżyńska, K. (2018). Psychologiczne i społeczne aspekty poparcia dla autorytarnej polityki. *Przegląd Socjologiczny*, 2, 93–118.
- Skarżyńska, K. (2019). *My. Portret psychologicznospołeczny Polaków z polityką w tle*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Sztompka, P. (2000). *Trauma wielkiej zmiany: Społeczne koszty transformacji*. Warszawa: Instytut Studiów Politycznych PAN.
- Śpiewak, P. (2002). O pokoleniach. W: K. Janowska i P. Mucharski (red.), *Rozmowy na nowy wiek* (s. 5–20). Kraków: Znak.
- Świda-Ziemba, H. (1999). *Wartości egzystencjalne młodzieży lat dziewięćdziesiątych*. Warszawa: Instytut Stosowanych Nauk Społecznych UW.

- Twenge, J.M. (2019). *iGen. Dlaczego dzieciaki dorastające w sieci są mniej zbuntowane, bardziej tolerancyjne, mniej szczęśliwe i zupełnie nieprzygotowane do dorosłości* (tłum. O. Dziedzic). Sopot: Smak Słowa.
- Ziółkowski, M. (1999). O imitacyjnej modernizacji społeczeństwa polskiego. W: P. Sztompka (red.), *Imponderabilia wielkiej zmiany. Mentalność, wartości i więzi społeczne czasów transformacji* (s. 38–64). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ziółkowski, M. (2000). *Przemiany interesów i wartości społeczeństwa polskiego*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.

IDENTYFIKACJE SPOŁECZNE, UZNAWANE KRYTERIA POLSKOŚCI I FUNDAMENTY MORALNE MŁODYCH POLAKÓW¹

KATARZYNA HAMER

Wprowadzenie

Ludzie mają zarówno tożsamość osobistą (związaną z pojęciem „ja”), czyli spostrzegają siebie jako niepowtarzalną osobę, o własnych celach i wyznawanych wartościach, jak i tożsamość społeczną (związaną z pojęciem „my”), czyli spostrzegają siebie jako należących do grupy społecznej (np. narodowej, zawodowej, grupy przyjaciół itp.). Z taką wybraną grupą czują więź, gotowość do współdziałania, mają poczucie, że dzielą z jej członkami wspólne cele i podobne wartości (Grzelak i Jarymowicz, 2000; Hamer-Gutowska, 2007; Kwiatkowska, 1999). Ludzie należący do takiej grupy nie muszą być nam bezpośrednio znani, wystarczy, że należą do tej samej grupy, z którą czujemy więź (Jarymowicz, 2002), nawet jeśli jest dość szeroka, jak np. Polacy czy fani muzyki. Takie poczucie należenia do grupy to właśnie identyfikacja społeczna.

Możemy mieć wiele takich społecznych identyfikacji, czuć się częścią wielu różnych wspólnot (Hamer-Gutowska, 2007; Jarymowicz, 2002; Marody i Giza-Poleszczuk, 2004), w tym jednych bardziej, a innych mniej. Czy młodzi Polacy² czują się bardziej czy mniej związani np. z przyjaciółmi, narodem, osobami o podobnym hobby albo mieszkańcami Unii Europejskiej niż starsi? Temu, czy identyfikacje społeczne młodych dorosłych w Polsce różnią się od identyfikacji społecznych starszych Polaków, poświęcony jest ten rozdział.

¹ Część badań opisanych w tym rozdziale została sfinansowana z grantu NCN 2014/14/M/HS6/00914 przyznanego autorce tego tekstu.

² Przez młodych ludzi w tym rozdziale rozumiem młodych dorosłych.

Analizuję w nim także powiązane z identyfikacjami społecznymi zagadnienia, takie jak to, jakie kryteria przynależności do grupy narodowej młodzi Polacy uważają za ważne, czyli kogo do takiej wspólnoty są gotowi przyjąć, a także jakimi kierują się fundamentami moralnymi w porównaniu ze starszymi Polakami.

Identyfikacje społeczne i rozwój psychospołeczny

Różne teorie psychologiczne wyjaśniają związki między fazami rozwoju jednostki a siłą identyfikacji społecznych. Klasyczna teoria rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona (1968) pokazuje, jak identyfikacje społeczne kształtują się poprzez kolejne kryzysy rozwojowe. Zgodnie z nią, w każdym stadium rozwoju psychospołecznego człowiek staje przed nowym kryzysem rozwojowym i koniecznością wypracowania nowych form przystosowania się do otaczającego świata oraz realizacji swoich potrzeb i celów. Wypracowuje też potencjalnie lepszy sposób funkcjonowania w relacjach z innymi ludźmi. Dla zrozumienia młodych dorosłych najbardziej przydatne będzie przyjrzenie się stadiom okresu dorastania³ i wczesnej dorosłości. W okresie dorastania młodzi ludzie stają przed rozwiązaniem kryzysu dotyczącego tożsamości – muszą ukształtować nowy spójny obraz siebie w otaczającym świecie. Jest to możliwe wtedy, gdy to, jak osoba „postrzega i ocenia sama siebie i swoje postępowanie jest zgodne i pokrywa się z tym, co sądzą o niej inne osoby. Jeżeli młody człowiek spotyka się jednocześnie z akceptacją i aprobatą otoczenia i stawianymi przed nim wymogami, którym jest w stanie sprostać, wówczas odczuwa krzepiący komfort psychiczny, poczucie bezpieczeństwa, satysfakcji i spełnienia” (Jankowska, 2017, s. 58). Osiągnięcie tego stanu nie jest proste, zwłaszcza że proces ten ma zajść w trudnym okresie przejścia od dzieciństwa do dorosłości pod względem fizycznym, psychicznym i społecznym. Współcześnie jest to tym trudniejsze, że odbywa się w dobie globalizacji i szybko rozwijającego się świata, gdy wymagania, przed którymi stają młodzi ludzie, wciąż się zmieniają. Tymczasem takiej spójności obrazu siebie sprzyjają „spójne społeczne ideologie, wzorce postępowania i sposoby życia, które najbardziej skutecznie przemawiają do młodej osoby” (Jankowska, 2017, s. 58). Współcześnie ogromna wielość możliwych wzorców postępowania i sposobów życia zwielokrotniona przez wpływ globalizacji sprawia, że zadanie, przed którym w tym stadium stają młodzi ludzie, jest jeszcze trudniejsze (Ozer, 2019). Ponadto ukształtowanie się pełnej tożsamości może trwać wiele lat, gdyż wyma-

³ Nie podaję przedziałów wiekowych, gdyż dla każdego stadium są one jedynie umowne – osoby mogą się różnić wiekiem, w którym przechodzą przez dane stadium.

ga „integracji w pełnieniu ról i określenia własnego światopoglądu” (Jankowska, 2017, s. 58). Oczywiście kształtowanie się tożsamości nie byłoby możliwe, gdyby nie wiązało się z odrzucaniem niektórych ról, które dorastającej osobie nie odpowiadają, co może pomóc określić granice własnej tożsamości (Erikson i Erikson, 2011). Jednak gdy mimo tych wszystkich procesów nie udaje się ukształtować spójnej tożsamości, niepowodzenie takie może skutkować wytworzeniem się negatywnej tożsamości (tj. kombinacji społecznie nieakceptowalnych elementów tożsamości; Erikson i Erikson, 2011), albo poczuciem zagubienia i rozproszeniem tożsamości, co w efekcie powoduje niepewność siebie, izolację od świata społecznego, a także rozproszenie podejmowanych ról (Jankowska, 2017).

Kolejne stadium to etap wczesnej dorosłości, w którym głównym zadaniem rozwojowym jest znalezienie własnego miejsca w systemie relacji społecznych, znalezienie sposobów samorealizacji adekwatnych do warunków, w jakich się żyje oraz zintegrowanie doświadczeń z różnych obszarów własnej aktywności. Porażka na tym etapie to ryzyko izolacji, samotność (Erikson i Erikson, 2011) i nieumiejętność budowania bliskich związków, a także godzenia różnych ról społecznych i zawodowych (Harwas-Napierała i Trempała, 2000). Niepowodzenia w tym lub poprzednim stadium będą więc utrudniać wykształcenie pozytywnych więzi społecznych, a zatem i identyfikacji z różnymi grupami; w takiej sytuacji więzi społeczne młodych dorosłych byłyby więc słabe.

Według Eriksona, dopiero w kolejnym stadium (średniej dorosłości) pojawia się chęć niesienia pomocy innym, „troskliwość i opiekuńczość znajdująca wyraz w trosce i opiece nad innymi osobami, ale także nad wytworami, pomysłami i ideami” (Jankowska, 2017, s. 60). Niepowodzenie na tym etapie skutkuje odrzuceniem „troski i opieki nad innymi osobami, na egoistycznym przeżywaniu własnego życia i odmawianiu niesienia pomocy innym ludziom, nawet z najbliższego otoczenia” (Jankowska, 2017, s. 60). Można więc domniemywać, że większość młodych ludzi, którzy nie osiągnęli jeszcze tej fazy rozwoju psychospołecznego, będzie raczej egoistycznie skupiać się na własnym życiu i mniej uwagi poświęcać innym.

Z punktu widzenia etapów rozwoju psychospołecznego identyfikacje społeczne młodych ludzi są więc jeszcze w fazie kształtowania, stąd można spodziewać się, że są słabsze niż starszych osób. Dodatkowo współczesna wielość wzorców życia może powodować zagubienie młodych ludzi w otaczającym ich świecie i opóźnienie w wykształceniu się spójnych tożsamości.

Ponadto etapy rozwojowe ulegają od jakiegoś czasu przesunięciu w czasie. W ostatnich latach obserwujemy bezprecedensowe opóźnienie wchodzenia w dorosłość (*emerging adulthood*; Arnett, 2002, 2014; Côté, 2018; Twenge, 2006, 2019; Wiszejko-Wierzbińska i Kwiatkowska, 2018) – młodzi ludzie dłużej mieszkają z rodzicami, później zaczynają pracować, usamodzielniać się i zakładać rodziny. Narasta

także problem coraz większej samotności w tej grupie wiekowej, np. studentów, co pokazały badania w USA (Twenge, 2006, 2019), Niemczech (Diehl i in., 2018), Turcji (Özdemir i Tuncay, 2008) czy Wielkiej Brytanii (Vasileiou i in., 2019).

Biorąc pod uwagę powyższe koncepcje i wyniki badań można spodziewać się, że identyfikacje społeczne młodych ludzi będą słabsze niż starszych.

Wyniki badań nad identyfikacjami społecznymi młodych dorosłych

Wykonane przez mnie analizy Polskich Generalnych Sondaży Społecznych (PGSS) z lat 1995 i 2005 pokazały, że terytorialne więzi młodych Polaków są słabsze niż starszych: zarówno w 1995, jak i w 2005 roku to starsi Polacy czuli się silniej związani z narodem, Europą i województwem, deklarowali też większą religijność (Hamer, 2009). Podobnie było w badaniu własnym przeprowadzonym na próbie ogólnopolskiej w 2005 roku⁴, gdzie pytałam także o najszerzą identyfikację – z ludźmi na całym świecie: wszystkie grupy identyfikacji (rodzina, sąsiedzi, mieszkańcy tego samego miasta/wsi, Polacy, mieszkańcy Unii Europejskiej i ludzie na całym świecie) ważniejsze były dla osób z dwu najstarszych grup (po 40. roku życia) niż dla osób młodszych (między 15. a 39. rokiem życia; Hamer-Gutowska, 2007).

10 lat później, tuż przed wyborami prezydenckimi w 2015⁵ roku, znów pytałam Polaków o ich więzi z różnymi grupami, uwzględniając także nowe kategorie, takie jak np. osoby o tym samym hobby. Wysłałam z założenia, że być może wcześniej młodych dorosłych nie pytano o grupy, które byłyby im bliższe, stąd ich ogólnie słabsze deklarowane więzi. Jednak młodzi Polacy (18–24 lata) znów najmniej ze wszystkich grup wiekowych czuli się związani z rodziną, przyjaciółmi, sąsiadami, mieszkańcami tej samej miejscowości i narodem. Czuli się także mniej związani z osobami mającymi to samo hobby i wyznanie religijne niż osoby w wieku 45–54 lata. Deklarowali także słabszą więź z mieszkańcami Unii Europejskiej niż osoby powyżej 45. roku życia. Dla identyfikacji z ludźmi na całym świecie nie stwier-

⁴ Badanie typu Omnibus wykonane na próbie ogólnopolskiej 1005 osób przez firmę SMG/KRC w lipcu 2005 roku. Przebadano 491 mężczyzn i 514 kobiet w wieku od 15. do 75. r.ż. (średnia ok. 40 lat). Próbę dobrano w sposób losowy warstwowy (warstwy określone ze względu na wiek, płeć i miejsce zamieszkania).

⁵ Próba ogólnopolska 1052 osób w wieku między 18 a 80 lat (średnio 43,32), 52% kobiet. Badanie online metodą CAWI (wspomagany komputerowo wywiad online) zrealizowane na ogólnopolskim panelu badawczym ARIADNA.

dzono różnic między grupami wiekowymi⁶. Zwraca jednak uwagę, że podobnie jak w 2005 roku na próbie ogólnopolskiej, więzi z oboma tymi ponadnarodowymi zbiorowościami były dość słabe (poniżej środka skali odpowiedzi).

Po gorącym roku wyborczym 2015, w marcu 2016 roku⁷ ponownie zbadałam nasilenie więzi społecznych Polaków. Znow okazało się, że młodzi dorośli (18–24 lata) deklarują słabsze więzi społeczne niż starsi (zwłaszcza niż osoby w wieku powyżej 45 lat): z rodziną, sąsiadami, mieszkańcami tej samej miejscowości i narodem, z mieszkańcami Unii Europejskiej, a także z ludźmi na całym świecie. Jednak tym razem nie było różnic związanych z wiekiem w nasileniu identyfikacji z przyjaciółmi, grupą religijną ani osobami mającymi to samo hobby. Dodatkowo okazało się, że Polacy ulegli propagandzie antychodźczej, wyraźnie obecnej w obu kampaniach wyborczych w 2015 roku: deklarowany strach przed uchodźcami⁸ przekroczył średnią 4 na skali 1–6, a najbardziej bały się osoby w wieku 18–34 (czyli m.in. młodzi dorośli) i 45–54 lata.

W serii sondaży ogólnopolskich z 2020 roku⁹, przeprowadzonych w trakcie trwania pandemii COVID-19, ponownie młodzi dorośli (18–24 lata) czuli się mniej niż starsi (zwłaszcza osoby w wieku 45 lat i więcej) związani z rodziną, przyjaciółmi, sąsiadami, osobami mającymi to samo hobby, mieszkańcami tej samej miejscowości i narodem. Najmłodszy dorośli tym razem byli podobnie słabo związani z mieszkańcami Unii Europejskiej i z ludźmi na całym świecie, jak inne grupy wiekowe; jedynie grupa 25–34 lata była mniej związana z UE niż osoby 45+ i mniej związana

⁶ Identyfikacje społeczne mierzono kwestionariuszem IWAH (McFarland i in., 2012; w polskiej wersji Hamer i in., 2021; przykładowe pytania: *Jak bardzo czujesz się związany/a z każdą z poniższych grup? Kiedy jest taka potrzeba, na ile chcesz pomóc* itd.). Każda z podskal obejmuje 9 pytań, do których respondenci ustosunkowują się na skali od 1 – *wcale* do 5 – *w bardzo dużym stopniu* (lub 1 – *prawie nigdy* do 5 – *bardzo często* itd.). Pytano o więzi z rodziną, przyjaciółmi, sąsiadami, osobami mającymi to samo hobby, wyznanie religijne, mieszkańcami tej samej miejscowości, narodem, mieszkańcami Unii Europejskiej i ludźmi na całym świecie.

⁷ Próba ogólnopolska 1106 osób w wieku 18–82 lata (średnio 44,15), 53% kobiet. Badanie online metodą CAWI (wspomagany komputerowo wywiad online) zrealizowane na ogólnopolskim panelu badawczym ARIADNA.

⁸ Strach wobec uchodźców mierzyłam 12 twierdzeniami pre-testowanymi przez Baran i Penczek, np. *Boję się, że uchodźcy doprowadzą do islamizacji naszego kraju; Boję się, że przez uchodźców bezpieczeństwo kobiet w Polsce będzie zagrożone; Boję się, że przez uchodźców będzie mniej pieniędzy dla Polaków potrzebujących wsparcia*.

⁹ Seria sondaży zrealizowanych metodą CAWI na ogólnopolskim panelu badawczym ARIADNA w schemacie podłużnym (czyli na tych samych respondentach): w marcu, kwietniu, maju i grudniu 2020 roku. Wyjściowa próba losowo-kwotowa 1098 osób dorosłych w wieku 18–85 lat, 52% kobiet. Badania realizował zespół: Hamer, Baran, Marchlewska i Kaniasty.

z całą ludzkością niż osoby 55+. Ponownie nie znaleziono związku wieku z identyfikacją z grupą religijną.

A jak nasilone są identyfikacje społeczne u młodszych i starszych obywateli innych krajów? Analizując dane najnowszej fali World Value Survey (WVS)¹⁰ stwierdziłam, że w wielu krajach na różnych kontynentach najmłodszy respondenci (16–29 lat) mają słabsze więzi narodowe i lokalne niż osoby 50+. Było tak np. w Kanadzie, Meksyku, Australii, Nowej Zelandii, Indonezji, Singapurze, Tajlandii, Pakistanie, Japonii, Korei Południowej, Chinach, Rosji, Rumunii, Grecji, na Cyprze, w Niemczech, Zimbabwe, Jordani, Egipcie, Iranie, Boliwii czy Ekwadorze. Brak takiego związku z wiekiem stwierdziłam w Libanie, Iraku, Etiopii, Malesji, Kirgistanie, Tadżykistanie i Kazachstanie, Brazylii, Argentynie, Chile, Peru czy na Filipinach. Tymczasem inne zależności zaobserwowałam analizując więź ze światem – okazało się, że w kilku krajach była większa u młodych niż u starszych – było tak np. w Boliwii, Rosji, Ukrainie, Grecji, Turcji czy Pakistanie. Okazała się natomiast być mniejsza u młodych w Indonezji, Japonii, na Cyprze czy w Libanie, a z kolei np. w USA, Kanadzie, Zimbabwe, Iraku, Iranie, Etiopii, Malesji, Kirgistanie, Tadżykistanie i Kazachstanie, Rumunii, Niemczech, Brazylii, Argentynie, Chile czy na Filipinach wiek nie miał związku z nasileniem tej więzi.

Słabszą więź młodych z narodem widać też w innych danych, np. w 18 krajach Europy Środkowej i Wschodniej młodzi są mniej niż starsi dumni z bycia obywatelami swojego kraju, np. w Polsce powiedziało tak 31% osób poniżej 35. roku życia w porównaniu z 44% starszych (badanie Pew Research Center; Cooperman i in., 2017).

Może jednak wciąż nie pytamy młodych dorosłych o identyfikacje, które rzeczywiście są dla nich ważne? Badacze podkreślają, że identyfikacje młodych są płynne, zależne od kontekstu i jest ich wiele (Rattansi i Phoenix, 2005). Jednak gdy pytamy o więzi z grupami w sposób otwarty, prosząc, żeby badani sami wypisali grupy, z którymi czują się związani, przychodzi im ich na myśl niewiele takich grup (np. sześć w badaniach Brooksa i in., 2008). Dlatego w jednym z badań (Hamer i in., 2017) pytaliśmy studentów z Polski, USA, Meksyku i Wielkiej Brytanii¹¹ o ponad 80 różnych identyfikacji z takich kategorii, jak najbliższe więzi (rodzina, przyjaciele), identyfikacje terytorialne (lokalne, narodowa, ponadnarodowe), związane z zawodem lub studiowaniem, etniczne, kulturowe, związane z hobby i zamiłowaniem

¹⁰ W fali 7 World Value Survey przebadano prawie 80 tys. respondentów z 51 krajów; pytanie brzmiało „jak blisko czujesz się ... twojego miasta/wsi, ..., kraju, ..., regionu, ..., kontynentu, ..., świata”. Skala odpowiedzi od 1 – wcale do 4 – bardzo blisko. <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSContents.jsp>

¹¹ W badaniu online wzięło udział w sumie 226 studentów z czterech krajów, w różnym wieku (ze średnią dla wieku między 18,5 lat w USA, 21,2 lata w Meksyku, 25,9 lat w Wielkiej Brytanii, do 26,8 lat w Polsce; więcej w Hamer i in., 2017).

(np. gracze komputerowi, fani muzyki, motocykliści, wędkarze, fani sportu itp.), podobnym statusem materialnym, orientacją seksualną, subkulturą, podzielanymi przekonaniami (np. grupy religijne, aktywiści, zwolennicy partii politycznych, ekologów, wegetarianie, wolontariusze itd.) i inne (Hamer i in., 2017). Okazało się, że gdy wypisze się dużo grup, z którymi młodzi ludzie mogą potencjalnie się identyfikować, rzeczywiście deklarują oni silniejsze więzi z ich większą liczbą: badani przez nas studenci czuli się związani w dużym i bardzo dużym stopniu z 15 grupami i zbiorowościami w Wielkiej Brytanii, 19 – w Polsce, 25 – w USA i aż 31 w Meksyku. Nie badaliśmy jednak pozostałych grup wiekowych, dlatego nie wiemy, czy starsi deklarowaliby więzi z większą czy mniejszą liczbą grup społecznych. Porównania między grupami wiekowymi w tego typu badaniach warto są eksploracji w przyszłości.

Analizę więzi z grupą narodową, która jest jedną z ważniejszych identyfikacji społecznych (Hamer-Gutowska, 2007; Skarżyńska, 2020), warto rozszerzyć o przyjrzenie się, jakie są kryteria przynależności, czyli kogo do takiej grupy jesteśmy skłonni włączyć, oraz czy Polacy w różnym wieku różnią się opiniami o tym, na ile ważne są poszczególne kryteria.

Kryteria polskości wskazywane przez młodych dorosłych

W literaturze wyróżnia się rozmaite kryteria włączania do grupy narodowej (Hamer i Penczek, 2016; Ossowski, 1966; Skarżyńska, 2005; Westle, 2014). Często wskazywane są dwie grupy takich kryteriów: 1/ konwencjonalne (możliwe do nabycia, włączające do wspólnoty narodowej na podstawie umownych zasad) i 2/ substancjonalne (wspólne pochodzenie, dziedzictwo krwi itp.). Badania Radkiewicza (2005) wskazują, że przy określaniu, kto może być uznany za Polaka, w latach 1995–2002 kryteria konwencjonalne były ważniejsze niż kryteria substancjonalne. Moje opisywane już badanie z 2016 roku na próbie ogólnopolskiej potwierdziło te ustalenia – najważniejszym kryterium postrzegania kogoś jako Polaka było to, by czuć się Polakiem¹². Nieco mniej ważne było, by mówić po polsku, szanować polskie instytucje i prawo oraz mieć polskie obywatelstwo. Kryteria substancjonalne – by być urodzonym w Polsce, mieć polskich przodków, czy kryterium etniczne były znacznie mniej istotne. A jak wyglądały różnice w ocenie kryteriów w zależności od wieku respondentów? Okazało się, że

¹² Haller (2002) nazywa to kryterium emocjonalnym, w odróżnieniu od kryterium państwowościowego (*state*) – by respektować instytucje i prawo, mieć obywatelstwo, kryterium etnicznego – być urodzonym w danym kraju, mieć przodków z tego kraju, i kulturowego – by znać język i być danego wyznania religijnego. Podobne rozróżnienie często stosowane jest w literaturze międzynarodowej (por. Westle, 2014).

najmłodsi dorośli Polacy (18–24 lata) mniej niż starsi (powyżej 45. lub 55. roku życia) zgadzali się z twierdzeniem, że aby być uznanym za Polaka, należy mieć polskie obywatelstwo, mieszkać w Polsce przez większą część życia, respektować polskie instytucje i prawo, a także, by czuć się Polakiem, znać kulturę, tradycje i zwyczaje Polski oraz mieć wyłącznie polskie obywatelstwo. Nie różnili się w ocenie pozostałych kryteriów, tzn. by być urodzonym w Polsce, mówić po polsku, mieć polskich przodków i być Słowianinem/Słowianką. Kryterium religijne (by być katolikiem), stereotypowo związane z polskością, było najmniej istotne dla wszystkich grup wiekowych (około 3 punkty na skali odpowiedzi 1–7); stosunkowo wyżej od starszych cenili je Polacy w wieku 35–44 lata. Ci nieliczni Polacy, którzy uważali kryterium religijne za ważne, a także ci, którzy w 2016 roku bardziej bali się uchodźców, silniej popierali też obecność krzyża w przestrzeni publicznej (sejmie, urzędach i szkołach).

Podsumowując można stwierdzić, że młodzi dorośli Polacy za nieco mniej ważne niż starsi uważali kryteria konwencyjne, natomiast nie różnili się od starszych w ocenie kryteriów substancjonalnych (tj. tych, których nie można nabyć, a które ogólnie oceniane były jako mniej ważne przez większość respondentów).

W moim sondażu z 2019¹³ roku, który przeprowadzany był przez ankietę w formule twarzą w twarz z badanym, jedyna różnica między młodymi (18–24 lata) respondentami a starszymi dotyczyła kryterium, by znać historię Polski – młodzi uważali to kryterium za mniej ważne niż osoby 55+. Znowu najważniejszym kryterium dla wszystkich respondentów było to, by czuć się Polakiem.

A jak to wygląda w innych krajach? Badanie Pew Research Center z końca 2020 roku (Silver i Cornibert, 2021) przeprowadzone na 4 tys. osób z USA, Francji, Niemiec i Wielkiej Brytanii pokazało, że młodzi (poniżej 30. roku życia) przywiązują mniejszą wagę niż starsi do kryterium religijnego (z wyjątkiem Zjednoczonego Królestwa), znajomości języka i miejsca urodzenia w danym kraju (inaczej niż młodzi Polacy) oraz zaadaptowania tradycji kraju (tu podobnie jak młodzi Polacy), w tym przestrzegania zwyczajów i tradycji.

Jak więzi społeczne łączyły się z kryteriami polskości i innymi postawami? We wspomnianym sondażu ogólnopolskim z 2016 roku, gdzie badałam także postawy Polaków wobec krzyża w przestrzeni publicznej i strach przed uchodźcami, osoby silniej utożsamiające się z grupą religijną silniej popierały wieszanie krzyża w przestrzeni publicznej (w sejmie, szkołach i urzędach) i nieco bardziej bały się uchodźców, a w kwestii kryteriów polskości uważały kryterium religijne i kryteria substancjonalne (np. by być urodzonym w Polsce, mieć polskich przodków, mieszkać w kraju większą część życia, być Słowianinem/Słowianką itd.) za ważniejsze niż

¹³ Sondaż przeprowadzony na próbie reprezentatywnej 1000 obywateli Polski metodą CAPI (tj. badania ankietowe face-to-face wspomagane komputerowo) w maju 2019 roku.

osoby mniej z taką grupą związane. Z kolei osoby o silniejszych szerokich identyfikacjach (z mieszkańcami UE i z ludźmi na całym świecie), które są z reguły bardziej otwarte i empatyczne (por. Hamer i in., 2019), mniej bały się uchodźców i bardziej popierały rozwiązanie, by zamiast krzyża zorganizować ekumeniczną salę do modlitwy i krzyż, razem z symbolami innych religii, wieszać tylko tam. Nasilenie tych dwu najszerzych identyfikacji nie miało za to znaczenia dla stosunku do kryteriów polskości. Z kolei osoby o silniejszej identyfikacji narodowej silniej popierały rozwiązanie, by taka sala do modlitwy była tylko dla katolików, a w kwestii kryteriów polskości uważały wszystkie kryteria za ważne (choć najmniej kryterium religijne i by być urodzonym w Polsce).

Jak wspomniałam na początku rozdziału, elementem dorastania w koncepcji Eriksona (1968) jest kształtowanie tożsamości, w tym konieczność podjęcia wiążących wyborów dotyczących dalszego życia. Te wybory dotyczą m.in. pracy zawodowej i światopoglądu, w tym wartości (Cieciuch, 2013). Zdaniem Cieciucha (2013), także wiele propozycji teoretycznych, wyrastających z tradycji Eriksonowskiej, jest zgodnych, że jednym z kluczowych elementów tożsamości są właśnie wartości (np. Berzonsky i in., 2011; Marcia, 1966, 1980; Meeus, 1996; Schwartz i in., 2011, za: Cieciuch, 2013). Według Rokeacha, jednym z rodzajów wartości są wartości moralne (1973, za: Cieciuch, 2013) i im właśnie przyjrę się w kolejnym podrozdziale.

Fundamenty moralne

W psychologii zyskuje na popularności pogląd, że ludzkiej moralności nie można opisać za pomocą jednej, uniwersalnej reguły moralnej (Haidt, 2014; Jarmakowski-Kostrzanowski, 2020). Zgodnie z teorią fundamentów moralnych (*Moral Foundation Theory*; Graham i in., 2013; Haidt, 2014), ludzie stosują co najmniej pięć kryteriów (fundamentów, kodów) oceny danego zachowania jako moralnego lub niemoralnego (Haidt, 2014; Jarmakowski-Kostrzanowski i Jarmakowska-Kostrzanowska, 2016). Fundament *troski/krzywdy*, czyli zasada niekrzywdzenia innych, wrażliwość na ich cierpienie i potrzeba pomocy, oparty jest na empatii i współczuciu. Fundament *sprawiedliwości/oszustwa* odwołuje się do zasady wzajemności (czyli normy odwzajemnienia się za przysługę) oraz tendencji do potępiania tych, którzy jej nie przestrzegają, a także do sprawiedliwości dla wszystkich i równego traktowania. Opiera się na poczuciu wdzięczności za okazaną pomoc i poczuciu winy, gdy nie możemy się odwzajemnić, oraz złości na osoby, które próbują wykorzystywać innych. Fundament *lojalności/zdrady* odwołuje się do lojalności i zobowiązań wobec własnej grupy oraz potępienia osób wobec niej niełojalnych. Opiera się na dumie z przynależności grupowej. Fundament *autorytetu/buntu* odwołuje się

do reguły poszanowania hierarchii, norm i tradycji oraz szacunku wobec osób stojących wyżej w hierarchii (np. rodziców, osób na wyższych stanowiskach). Opiera się na emocjach szacunku i strachu. Kolejny fundament, *świętości/upodlenia*, odwołuje się do reguły traktowania własnego ciała jako świątyni, reagowania wstrętem na to, co może je zanieczyścić, oraz kontroli swoich cielesnych impulsów. Opiera się na emocji wstrętu, a u jej podłoża leży potrzeba unikania pasożytów i patogenów. Później dodano jeszcze szósty fundament: *wolność/opresję* (Haidt, 2014; Iyer i in., 2012), który opiera się na odczuciach oporu wobec tych, którzy próbują nas zdominować i ograniczyć naszą wolność¹⁴. Zgodnie z teorią fundamentów moralnych, oceny moralnej czynów dokonujemy szybko, automatycznie i na podstawie odczuwanej emocji (Jarmakowski-Kostrzanowski, 2020), np. w zależności od czynu może to być empatia, szacunek albo wstręt.

Czy ludzie w różnym wieku w innym stopniu deklarują kierowanie się fundamentami moralnymi w swoich ocenach? Według Haidta (2014), rodzimy się już z pewnymi intuicjami moralnymi, ale w toku dorastania i uspołeczniania kultura, w której żyjemy, może zawęzać lub rozszerzać zakres „włączników” każdego z fundamentów. W metaanalizie badań na temat związków fundamentów moralnych z wiekiem nie stwierdzono uniwersalnej zależności między wiekiem człowieka a wagą poszczególnych fundamentów moralnych (Castilla-Estévez i Blázquez-Rincón, 2021). Siła tego związku zależy natomiast to od kraju, w którym prowadzono badania. I tak, np. starsi w USA deklarują kierowanie się wszystkimi pięcioma fundamentami moralnymi częściej niż młodszy (Friesen, 2019; Miles, 2014), a np. w Szwecji taką zależność stwierdzono tylko dla fundamentów troski i sprawiedliwości, ale nie dla pozostałych (Nilsson i in., 2020). A jak będzie w Polsce? Jaka jest siła różnych fundamentów moralnych wśród Polaków w różnym wieku?

We wspomnianym już sondażu przeprowadzonym przeze mnie w 2015 roku Polacy w wieku 45–54 lata najsilniej deklarowali kierowanie się wszystkimi pięcioma badanymi wtedy fundamentami moralnymi¹⁵. Młodzi Polacy (18–24 lata) w 2015 roku mniej niż pozostali przywiązani byli do fundamentu troski, sprawiedliwości, lojalności, czystości i autorytetu. Analogiczne wyniki uzyskałam we wspomnianym sondażu ogólnopolskim z czasów pandemii, a dokładniej z maja 2020 roku: Polacy w wieku 18–24 lata (a także nieco starsi) nieco mniej przywiązani byli do wszystkich fundamentów moralnych (troski, sprawiedliwości, lojalności, czystości i autorytetu) niż Polacy po 45. roku życia. W tym badaniu pytaliśmy dodatkowo o fundament wolności i tu także młodzi Polacy uzyskali niższe wyniki niż ci po 45. r.ż.

¹⁴ Za <https://moralfoundations.org/>

¹⁵ Fundamenty moralne mierzono skalą MFQ (Haidt, w polskiej wersji Jarmakowskiego-Kostrzanowskiego i Jarmakowskiej-Kostrzanowskiej, 2016; skala odpowiedzi: od 1 – zdecydowanie nieważne do 6 – zdecydowanie ważne).

Dodatkowe analizy pokazały też, że osoby silniej identyfikujące się z którąkolwiek z grup, o które pytaliśmy, uważały kierowanie się wszystkimi fundamentami moralnymi za ważniejsze niż osoby o słabszych identyfikacjach zarówno w sondażu z 2015 roku, jak i z 2020 roku. Jedynie w przypadku więzi z grupą religijną związek ten w maju 2020 roku stwierdziłam tylko dla tradycyjnie konserwatywnych kodów, tj. lojalności, autorytetu i czystości, podczas gdy w 2015 roku – dla wszystkich fundamentów. Podobnie w sondażu na polskiej próbie reprezentacyjnej z 2019 roku osoby silniej identyfikujące się z którąkolwiek z grup, o które pytałam, uważały też kierowanie się wszystkimi fundamentami moralnymi za ważniejsze niż osoby o słabszych identyfikacjach, z wyjątkiem kodu autorytetu, którym kierowały się głównie osoby identyfikujące się z narodem i miejscem zamieszkania, ale nie te identyfikujące się z mieszkańcami UE czy ludźmi na całym świecie.

Fundamenty moralne także wiążą się z określonymi społecznymi postawami, podobnie jak identyfikacje społeczne. Przykładowo w ogólnopolskim sondażu z 2019 roku silniejsze kierowanie się kodami troski i sprawiedliwości wiązało się z większą chęcią pomagania innym zarówno z kraju, jak i z zagranicy. Z kolei silniejsze kierowanie się którymkolwiek z fundamentów moralnych miało w maju 2020 roku dodatni związek ze stosowaniem się do zaleceń w pandemii (maseczki, dystans, dezynfekcja itd.)¹⁶.

Fundamenty moralne, którymi kierujemy się przy ocenie postępowania, różnią osoby należące do różnych grup, np. kierowanie się głównie kodami troski i sprawiedliwości jest charakterystyczne dla liberałów, a kierowanie się wszystkimi kodami – dla konserwatystów (Haidt, 2014; Jarmakowski-Kostrzanowski i Jarmakowska-Kostrzanowska, 2016). W badaniu z 2015 roku, w którym pytałam też o stosunek do symboli religijnych w miejscach publicznych, osoby kierujące się kodami lojalności, autorytetu i czystości, a więc bardziej powiązanymi z konserwatyzmem, silniej popierały obecność krzyża w przestrzeni publicznej, a także to, by zorganizować w miejscach publicznych sale do modlitwy, ale tylko dla jednego wyznania – katolickiego.

Dyskusja i wnioski

Formowanie tożsamości społecznych jest ważnym procesem w rozwoju psychospołecznym (Benish-Weisman i in., 2015; Erikson, 1968; Meeus, 2011). Od dwudziestu pięciu lat wielokrotnie i w różnych krajach można zauważyć tę samą zależność: w znacznej większości krajów więzi społeczne młodych dorosłych są słabsze niż

¹⁶ O samopoczuciu młodych w pandemii na podstawie tych samych sondaży można przeczytać w innym rozdziale tego tomu, autorstwa Mai Baran i Katarzyny Hamer.

starszych. Zwłaszcza dotyczy to identyfikacji narodowych i lokalnych, a także z rodziną czy sąsiadami (bo np. więź z przyjaciółmi, wspólnotą religijną czy osobami o tym samym hobby nie w każdym badaniu zależała od wieku). Najprawdopodobniej jest to kwestia stadiów rozwoju i faktu, że identyfikacje społeczne oraz poglądy i postawy (kryteria włączania do grupy narodowej, moralność) dopiero się kształtują. Jest to czas odnajdywania swojego miejsca w społeczeństwie i świecie, a także podejmowania nowych ról. Słabsze więzi społeczne mogą być też efektem globalizacji i związanych z nią wielu różnych wzorców i stylów życia, a więc i potencjalnego zagubienia w sprzecznych wymaganiach (zob. np. Arnett, 2002, 2014; Ferguson i in., 2015; Ozer, 2019). Te kraje, w których takiego związku nie stwierdzono, to często kraje arabskie lub południowoamerykańskie, gdzie być może reguły i wytyczne dla młodych odnośnie do dopuszczalnych wzorców życia są stawiane bardziej kategorycznie, a wpływ globalizacji jest mniejszy.

Słabszym więziom społecznym sprzyja fakt, że cały proces wykształcania tożsamości i poglądów jest dodatkowo spowalniany przez stwierdzone powszechnie w różnych krajach zjawisko opóźnienia wchodzenia w dorosłość (Arnett, 2014, Twenge, 2005, 2019). Poza tym przechodzenie od tradycjonalizmu do nowoczesności zwiększa rolę wartości indywidualistycznych, a zmniejsza – kolektywistycznych (Miluska, 2005), co nie sprzyja budowaniu więzi z grupami społecznymi. Najnowszy raport dotyczący młodych Polaków i polityki (Marchlewska i in., 2021) pokazuje, że czują się wykluczeni z polityki, a niektórzy są rozczarowani życiem społeczno-politycznym i w efekcie odcinają się od niego.

Także wyniki badań Wiszejko-Wierzbickej i Kwiatkowskiej (2018) mogą pomóc wyjaśnić, skąd biorą się słabsze identyfikacje młodych. Wykazały one, że młodzi Polacy pochłonięci są rozwijaniem kariery, zarabianiem pieniędzy, odnajdywaniem swojego miejsca w społeczeństwie i innymi sprawami osobistymi. Również badanie Arnetta (2001) pokazało, że młodzi utożsamiają dorosłość z wartościami indywidualistycznymi: zdobyciem samodzielności, niezależności finansowej, podejmowaniem własnych decyzji itd. Podobnie w Polsce: „to, co okazuje się ważne dla współczesnych młodych, to potrzeba autonomii oraz aspiracje do zdobycia niezależności, a także potrzeba rozwoju wewnętrznego” (Wiszejko-Wierzbiccka i Kwiatkowska, 2018, s. 171). W przypadku warunków polskich dochodzą do tego jeszcze transformacja ustrojowa i kryzysy ekonomiczne oraz pogarszająca się sytuacja młodych na rynku pracy, które ukierunkowały myślenie młodych i ich rodziców na zabezpieczenie własnej sytuacji materialnej (Wiszejko-Wierzbiccka i Kwiatkowska, 2018). Ponadto słaba pozycja ekonomiczna intensyfikuje lęk przed „obcymi” (Arant i in., 2021), co może tłumaczyć silniejszy lęk młodych przed uchodźcami w sondażu z 2016 roku.

Słabsze więzi narodowa i lokalna mogą też sugerować zjawisko wykorzenienia młodych z tradycyjnych wspólnot. Według socjologów (np. Marody i Giza-Poleszczuk, 2004), takie wykorzenienie jest charakterystyczne dla okresów przejścia do nowej formy organizacji społecznej, stanowi próbę adaptacji do nowych warunków i ułatwia rozwiązywanie nowych problemów, których przykładami mogą być choćby wyzwania związane z globalizacją i wielością możliwych stylów i miejsc życia oraz trudną sytuacją młodych na rynku pracy. Wyjątkiem wydaje się tu być identyfikacja ze światem, która w kilku wspomnianych wcześniej krajach¹⁷ (w których trwa kryzys gospodarczy lub polityczny) jest silniejsza u młodszych niż starszych. Być może więc ze światem jest dla młodych z tych krajów rodzajem łącznika z ludźmi na całym świecie, sposobem ponadnarodowego otwarcia się na innych, a nawet manifestacją poszukiwania zmian społecznych w kraju. Sugerowałaby to słabsza identyfikacja narodowa u młodych w tych krajach. Zagadnienie to wymagałoby jednak dalszych pogłębionych badań.

Młodzi obywatele różnych krajów wykazują też słabsze przywiązanie do niektórych kryteriów włączania do wspólnoty narodowej, zwłaszcza substancjonalnych, czyli takich, które są niemożliwe do nabycia. Możliwe, że jest to spowodowane tym, iż mniej są do narodu przywiązani, a może także świadomością rosnącej mobilności ludzi związanej z globalizacją – młodzi mogą w większym stopniu niż ich rodzice czy dziadkowie wybierać, w jakim kraju chcą żyć i pracować. Ale może to być też efekt większej otwartości młodych osób w różnych sprawach społecznych, widocznej np. w badaniu Pew Research Center z lat 2015–2016 przeprowadzonym w 18 krajach Europy Środkowej i Wschodniej: młodszy (18–34) respondenci częściej niż starsi (35+ lat) byli za przyznaniem praw mniejszościom, np. w Polsce 42% młodych i 28% starszych było za legalizacją związków małżeńskich dla osób homoseksualnych, podobnie więcej młodych niż starszych było za dopuszczalnością aborcji niemal we wszystkich sytuacjach (Cooperman i in., 2017).

Badania nad fundamentami moralnymi pokazały, że młodzi Polacy przy ocenie różnych czynów mniej niż starsi kierują się tak rozumianą moralnością. Być może to także jest związane z etapem rozwojowym. Badania prowadzone w innych krajach, np. badanie Arnetta (2001) w USA pokazało, że dopiero osoby po 30. roku życia w większym stopniu niż młodsze (13–19 i 20–29 lat) uważały, że stosowanie się do norm grupowych (np. żeby nie prowadzić po alkoholu) jest elementem dorosłości. We wspomnianym wcześniej badaniu Pew Research Center z lat 2015–2016 przeprowadzonym w 18 krajach Europy Środkowej i Wschodniej to starsi (powyżej

¹⁷ W Boliwii, Rosji, Ukrainie, Grecji, Turcji i Pakistanie; dane z 7. fali World Value Survey. <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSCContents.jsp>.

35. roku życia) częściej uważali, że upadek wartości moralnych jest w ich narodzie bardzo dużym problemem (Cooperman i in., 2017); młodzi mniej się tym martwili.

Zgodnie z koncepcją rozwoju psychospołecznego Eriksona, słabsze więzi społeczne młodych i słabsze kierowanie się w ocenie fundamentami moralnymi to etap przejściowy. Dodatkowo obserwowane w wielu krajach zjawisko opóźnienia wchodzenia w dorosłość przesuwają jeszcze w czasie pozytywne zakończenie tego procesu. Z tego wynika, że większość młodych ludzi będzie egoistycznie skupiać się na własnym życiu i mniej uwagi poświęcać innym, gdyż chęć niesienia pomocy innym, troskliwość i opiekuńczość pojawiają się dopiero w kolejnych stadiach rozwoju tożsamości. Rzeczywiście młodzi wydają się być bardziej skupieni na sobie, bardziej egoistyczni i egocentryczni: we wspomnianej serii sondaży ogólnopolskich z 2020 roku uzyskaliśmy dodatnie związki wieku z empatią (z empatyczną troską i przyjmowaniem cudzej perspektywy; Davis, 1994) oraz ujemne z tzw. ciemną triadą osobowości (Jonason i Webster, 2010): psychopatią, narcyzmem i makiawelizmem¹⁸, która ujemnie wiąże się z większością społecznych identyfikacji i postawami prospołecznymi, a dodatnio m.in. z egocentryzmem, skłonnością do wykorzystywania innych, bezdusnością czy rasizmem (Klimczak, 2019). Czyli im starsi respondenci, tym byli bardziej empatyczni oraz mniej narcystyczni, psychopatyczni i makiaweliczni.

Jeśli główną przyczyną opisywanych w tym rozdziale zjawisk jest fakt, że młodzi dorośli są jeszcze na wczesnym etapie w rozwoju psychospołecznym, to jest prawdopodobne, że identyfikacje młodych, empatia wobec innych i kierowanie się przez nich kodami moralnymi z czasem wzrosną. Miejmy nadzieję, że tak się stanie.

Literatura

- Arant, R., Larsen, M., Boehnke, K. (2021). Acceptance of Diversity as a Building Block of Social Cohesion: Individual and Structural Determinants. *Frontiers in Psychology*, 12, 594. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612224>
- Arnett, J. (2001). Conceptions of the Transition to Adulthood: Perspectives From Adolescence Through Midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133–143.

¹⁸ Skala Dirty Dozen (Jonason i Webster, 2010; w polskiej adaptacji Czarnej i in., 2016); Narcyzm to poczucie uprzywilejowania, egoizm i przekonanie o własnej wyższości. Makiawelizm to cynizm, oszustwo i manipulacja innymi w celu osiągnięcia własnych korzyści. Psychopatia przejawia się głównie przez tendencję do zachowań impulsywnych i antyspołecznych oraz brak poczucia winy (Klimczak, 2019). Przykładowe twierdzenia w skali to: *Zwykle nie odczuwam wyrzutów sumienia* (psychopatia); *Mam skłonność do wykorzystywania innych do swoich własnych celów* (makiawelizm); *Zwykle oczekuję szczególnych względów od innych* (narcyzm); skala odpowiedzi: od 1 – wcale nieprawdziwe do 5 – skrajnie prawdziwe.

- Arnett, J. (2002). The psychology of globalization. *American Psychologist*, 57, No. 10, 774–783.
- Arnett, J. (2014). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Benish-Weisman, M., Daniel, E., Schiefer, D., Möllering, A., Knafo-Noam, A. (2015). Multiple social identifications and adolescents' self-esteem. *Journal of Adolescence*, 44, 21–31. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.06.008>
- Brook, A. T., Garcia, J., Fleming, M. A. (2008). The effects of multiple identities on psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(12), 1588–1600.
- Castilla-Estévez, D., Blázquez-Rincón, D. (2021). Age and Moral Foundations: A Meta-Analytic Approach. *The Spanish Journal of Psychology*, 24, E41. doi: 10.1017/SJP.2021.35
- Cieciuch, J. (2013). *Kształtowanie się systemu wartości od dzieciństwa do wczesnej dorosłości*. Warszawa: Wydawnictwo Liberi Libri.
- Cooperman, A., Sahgal, N., Schiller, A. (2017). *Religious Belief and National Belonging in Central and Eastern Europe*. Pew Research Center.
- Côté, J. E. (2018): The Enduring Usefulness of Erikson's Concept of the Identity Crisis in the 21st Century: An Analysis of Student Mental Health Concerns, *Identity*. doi: 10.1080/15283488.2018.1524328
- Czarna, A. Z., Jonason, P. K., Dufner, M., Kossowska, M. (2016). The Dirty Dozen Scale: Validation of a Polish version and extension of the nomological net. *Frontiers in Psychology*, 7, 445.
- Davis, M. H. (1994). *Empathy: A social psychological approach*. Madison. WI: Brown & Benchmark.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at Universities: Determinants of Emotional and Social Loneliness among Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Grzelak, J., Jarymowicz, M. (2000). Tożsamość i współzależność. W: J. Strelau (red.), *Psychologia*, t. 3: *Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Ellemers, N., Pagliaro, S., Barreto, M. (2013). Morality and behavioural regulation in groups: A social identity approach. *European Review of Social Psychology*, 24(1), 160–193. <https://doi.org/10.1080/10463283.2013.841490>
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson, E. H., Erikson J. M. (2011). *Dopełniony cykl życia*. Gliwice: Wydawnictwo Helion SA.
- Friesen, A. (2019). Generational Change? The Effects of Family, Age, and Time on Moral Foundations. *The Forum*, 17(1), 121–140. <https://doi.org/10.1515/for-2019-0005>
- Graham, J., Haidt, J., Koleva, S., Motyl, M., Iyer, R., Wojcik, S. P., Ditto, P. H. (2013). Moral foundations theory: The pragmatic validity of moral pluralism. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 55–130.
- Grzelak, J., Jarymowicz, M. (2000). Tożsamość i współzależność. W: J. Strelau (red.) *Psychologia*, t. 3: *Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

- Haidt, J. (2014). *Prawy umysł. Dlaczego dobrych ludzi dzieli religia i polityka?* Sopot: Smak Słowa.
- Haller, M. (2002). Theory and method in the comparative study of values: Critique and alternative to Inglehart. *European Sociological Review*, 18(2), 139–158. <https://doi.org/10.1093/esr/18.2.139>
- Hamer, K. (2009). Polacy w ciągu dekady zmiany systemowej, W: P. Radkiewicz, R. Siemińska (red.). *Spółeczeństwo w czasach zmiany: badania Polskiego Generalnego Sondażu Społecznego 1992–2009* (s. 86–105). Warszawa: ISS.
- Hamer, K., McFarland, S., Łuźniak-Piecha, M., Golińska, A. (2017). Multiple social identifications and their relation to life satisfaction, physical well-being, and feeling of discrimination in the cross-cultural context. *Fides et Ratio*, 4(32), 396–419.
- Hamer, K., McFarland, S., Penczek, M. (2019). What lies beneath? Predictors of Identification with All Humanity. *Personality and Individual Differences*, 141. 258–267. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.019>
- Hamer, K., Penczek, M. (2016). *Co jest ważne, by być uznanym za Polaka? Kryteria polskości a orientacja polityczna, społeczne identyfikacje Polaków i lęk przed uchodźcami*. XIII Zjazd Polskiego Stowarzyszenia Psychologii Społecznej, Wrocław.
- Hamer, K., Penczek, M., McFarland, S., Włodarczyk, A., Łuźniak-Piecha, M., Golińska, A., Manrique Cadena, L., Ibarra, M., Bertin, P., Delouvé, S. (2021). Identification With All Humanity – a test of the factorial structure and measurement invariance of the scale in five countries. *International Journal of Psychology*, 56(1), 157–174. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.019>
- Hamer-Gutowska, K. (2007). Co to znaczy MY we współczesnej Polsce? W: U. Jakubowska, K. Skarżyńska, J. Wasilewski (red.). *Konflikty polityczne: przejawy, źródła i metody rozwiązywania*. Warszawa: Wydawnictwo Academica.
- Harari, Y. N. (2018). *21 lekcji na XXI wiek*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Harwas-Napierała, B., Trempała, J. (2000). *Psychologia rozwoju człowieka*. Tom 2. *Charakterystyka okresów życia człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Iyer, R., Koleva, S., Graham, J., Ditto, P., Haidt, J. (2012). Understanding libertarian morality: The psychological dispositions of self-identified libertarians. *PLoS ONE*, 7(8): e42366. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0042366>
- Jankowska, M. (2017). Sposoby rozwiązywania kryzysów w teorii psychospołecznego rozwoju E. H. Eriksona w aspekcie rozwoju człowieka i zdrowia psychicznego oraz zaburzeń w rozwoju. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 32(4), 45–64.
- Jarmakowski-Kostrzanowski, T. (2020). Fundament moralny świętości jako predyktor potępienia zachowań dotyczących traktowania własnego ciała, tom XXV(3). doi: 10.14656/PFP20200302
- Jarmakowski-Kostrzanowski, T., Jarmakowska-Kostrzanowska, L. (2016). Polska adaptacja Kwestionariusza kodów moralnych (MFQ-PL). *Psychologia Społeczna*, 11, 489–508.
- Jarymowicz, M. (red.) (2002). *Poza egocentryczną perspektywą widzenia siebie i świata*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.

- Jonason, P. K., Webster, G. D. (2010). The Dirty Dozen: A concise measure of the Dark Triad. *Psychological Assessment*, 22, 420–432. doi: 10.1037/a0019265
- Klimczak, A. (2019). Mroczna triada a kody moralne: mediacyjna rola kodów moralnych w relacji między płcią a psychopatią. *Polskie Forum Psychologiczne*, 24, 1, 25–41.
- Kwiatkowska, A. (1999). *Tożsamość a społeczne kategoryzacje*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Marchlewska, M., Molenda, Z., Szczepańska, D., Michalski, P., Furman, A., Rogoza, M., Górka, P., Maison, D. (2021). *Aktywizacja obywatelska młodych Polek i młodych Polaków*. Raport z badań psychologicznych. Warszawa: Instytut Psychologii PAN.
- Marody, M., Giza-Poleszczuk, A. (2000). *Przemiany więzi społecznych*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- McFarland, S., Webb, M., Brown, D. (2012). All humanity is my ingroup: A measure and studies of “Identification with all humanity”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103, 830–851. <http://dx.doi.org/10.1037/a0028724>
- Miles, A. (2014). Demographic correlates of moral differences in the contemporary United States. *Poetics*, 46, 75–88. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2014.09.004>
- Miluska, J. (2005). Psychologiczne konsekwencje globalizacji w wymiarze kulturowym. W: Blok, Z. (red.) *Spoleczne problemy globalizacji*. Poznań: UAM.
- Meeus, W. (1996). Studies on identity development in adolescence: An overview of research and some new data. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(5), 569–598.
- Meeus, W. (2011). The study of adolescent identity formation 2000–2010: a review of longitudinal research. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 75e94. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00716.x>
- Nilsson, A., Erlandsson, A., Västfjäll, D. (2020). Moral foundations theory and the psychology of charitable giving. *European Journal of Personality*, 34(3), 431–447. <https://doi.org/10.1002/per.2256>
- Ossowski, S. (1966). *Więź społeczna i dziedzictwo krwi*. Warszawa: PWN.
- Özdemir, U., Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2, 29. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-2-29>
- Ozer, S. (2019). Towards a psychology of cultural globalisation: A sense of self in a changing world. *Psychology and Developing Societies*, 31(1), 162–186. <https://doi.org/10.1177/0971333618819279>
- Rattansi, A., Phoenix, A. (2005). Rethinking Youth Identities: Modernist and Postmodernist Frameworks, *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 5:2, 97–123 doi: 10.1207/s1532706xido502_2
- Radkiewicz, P. (2005). Postawy narodowe Polaków w okresie zmiany systemowej. W: U. Jakubowska, K. Skarżyńska (red.). *Demokracja w Polsce. Doświadczenie zmian*. Warszawa: Academica.
- Schieman, S., Van Gundy, K. (2000). The personal and social links between age and self-reported empathy. *Social Psychology Quarterly*, 152–174. <https://doi.org/10.2307/2695889>

- Silver, L., Cornibert, S. (2021). Views About National Identity Becoming More Inclusive in U.S., Western Europe. Pew Research Center.
- Skarżyńska, K. (2005). *Człowiek a polityka. Zarys psychologii politycznej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Skarżyńska, K. (2020). *MY. Portret psychologiczno-społeczny Polaków z polityką w tle*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Twenge, J. M. (2019). iGen. *Dlaczego dzieciaki dorastające w sieci są mniej zbuntowane, bardziej tolerancyjne i mniej szczęśliwe*. Sopot: Smak Słowa.
- Twenge, J. M. (2006). *Generation Me: Why today's young Americans are more confident, assertive, entitled--and more miserable than ever before*. Free Press.
- Vasileiou, K., Barnett, J., Barreto, M., Vines, J., Atkinson, M., Long, K., Bakewell, L., Lawson, S. Wilson, M. (2019). Coping with loneliness at university: A qualitative interview study with students in the UK. *Mental Health & Prevention*, 13, 21–30. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2018.11.002>
- Westle, B. (2014, September). How to Measure or not to Measure National and European Identity-Problems in Quantitative Approaches and Possible Directions of Solution. W: *ECPR General Conference, Glasgow, UK* (Vol. 3, No. 6).
- Wiszejko-Wierzbicka, D., Kwiatkowska, A. (2018). Wchodzenie w dorosłość. Ogólnopolskie badanie młodych Polaków w wieku 18–29 lat. *Studia Socjologiczne*, 2(229), 147–176.

RELIGIJNOŚĆ MŁODYCH POLAKÓW: UCIECZKA OD RELIGII CZY OD KOŚCIOŁA?

BEATA URBAŃSKA

Wprowadzenie

W Polsce od wielu lat utrzymuje się jeden z najwyższych na tle Europy wskaźników religijności – około 90% Polaków deklaruje się jako katolicy (Sadłoń, 2021). Z drugiej strony procesy sekularyzacji, jakie zachodzą w większości krajów, dotyczą też Polski. Nawet jeśli odsetek osób uważających się za wierzących spadł tylko nieznacznie (o ok. 5% w ciągu ostatnich 20 lat), to w tym samym czasie zmalała liczba osób praktykujących regularnie (w 2020 roku wynosiła ona ok. 50%) (Bożewicz, 2020). Jeszcze mniej osób deklaruje, że żyje zgodnie z nauczaniem Kościoła (tylko ok. 1/4). To, co socjologowie nazwają „pełzającą sekularyzacją” (Mariański, 2019), w grupie osób młodych w ostatnich latach przybiera jednak szybsze tempo niż w przypadku osób starszych. Zmiany te w różnym stopniu dotyczą różnych aspektów religijności – identyfikacji z wiarą, praktyk związanych z religią czy moralności.

Religia a religijność – definicje pojęć

Czym są religia, religijność oraz duchowość – pojęcie, które w ostatnich latach coraz częściej pojawia się jako przedmiot analiz religioznawczych, socjologicznych i psychologicznych? Zdaniem Dominiki Motak, która prześledziła historyczną ewolucję tych trzech pojęć, „religia to przede wszystkim wspólnotowe działania związane z kultem” (2010, s. 4). Istotny jest tu więc udział w ustalonych aktach rytualnych, a nie subiektywne przeżycia osób w nich uczestniczących. W ciągu wieków (a szczególnie ostatnich dekad) w społeczeństwach zachodnich ten subiektywny aspekt

religii, wewnętrzne stany i doświadczenia, stawał się jednak coraz ważniejszy, co doprowadziło do powstania pojęcia religijności. Jej podstawą jest osobista wiara, a nie wspólnotowy kult, jak w przypadku religii – choć oczywiście religijność pozostaje związana z religią i jej wspólnotowym charakterem. Obecnie podkreśla się, że religijność ma charakter wielowymiarowy – jest związana z psychiką, przekonaniami, wartościami czy zachowaniem człowieka. Walesa (1982) definiuje religijność jako „wszystko, co człowiek przeżywa, doznaje, doświadcza, a także to wszystko, co w nim się dzieje, zachodzi, funkcjonuje w bezpośrednim związku z jego ustosunkowaniem się do Boga”.

W ostatnich dwudziestu latach przedmiotem zainteresowań socjologii stały się też tzw. nowa religijność i nowa duchowość, która kształtuje się w opozycji do instytucji kościelnych (Marianiński, 2020). Od tradycyjnych form religijności nową duchowość odróżnia silna orientacja na subiektywne doświadczenie, czerpanie z różnych tradycji religijnych (np. wschodnich, archaicznych, okultystycznych, mistycznych) oraz sprzeciw wobec dogmatów.

Pojęcia duchowości używa się też w psychologii – jest ona definiowana m.in. jako „poczucie bliskiej osobistej relacji z Bogiem (lub naturą, Wszechświatem czy innym terminem stosowanym przez badanych wobec siły wyższej) i istotne źródło codziennego przewodnictwa” (Miller, 2016) lub jako indywidualne podejście do poszukiwania sensu i celu życia (Bussing i in., 2005; za: Zwingman, 2011).

Wśród badaczy nie ma zgody co do tego, w jaki sposób ujmować relacje pomiędzy duchowością a religijnością. W jednym z podejść religijność jest bardziej związana ze zorganizowanymi praktykami lub określonymi aktywnościami religijnymi, przynależnością do określonego kościoła i przywiązaniem do wyznaczonego przez ten kościół systemu przekonań (Jarosz, 2010). Duchowość może się jednak przejawiać także w opozycji do religijności, jako indywidualne doświadczenie kontaktu z boskością lub połączenie z naturą. Jest to więc podejście zbliżone do opisywanego powyżej sposobu definiowania tych pojęć na gruncie socjologii i religioznawstwa.

Żeby zrozumieć, jak współczesni młodzi dorośli traktują religię i religijność, poniżej przedstawione zostaną najważniejsze ustalenia dotyczące funkcji religii oraz obserwowanych w społeczeństwach zmian w stosunku do niej.

Po co człowiekowi religia...?

Religia towarzyszyła nam niemal od początku historii ludzkości i stanowiła ważny czynnik w procesie kształtowania kultury. Potrzeba szukania sensu jest nieodłącznym elementem natury ludzkiej. Religia była odpowiedzią na tę potrzebę, a związany

z nią system norm i wierzeń dawał poczucie bezpieczeństwa w nieprzewidywalnym świecie. Pozwalał on też utrzymać razem społeczności oraz ograniczyć przemoc i inne niepożądane zachowania.

Także z perspektywy socjologów, takich jak Marks, Weber czy Durkheim (Boguszewski i in., 2020), religia pomaga przede wszystkim nadać znaczenie cierpieniu, niesprawiedliwości, radzić sobie z trudnościami. Legitymizuje także rzeczywistość społeczną i integruje społeczeństwo. Nawet Marks, który religię traktował jako zbiór złudzeń, nie zaprzeczał temu, że pomaga ona radzić sobie z otaczającą rzeczywistością.

Klasycy socjologii (tacy jak Comte, Spencer, Durkheim, Marks, Weber) przewidywali jednak, że w wyniku postępu technologicznego, opierającego się na racjonalistycznym myśleniu, rola religii w nowoczesnych społeczeństwach będzie się zmniejszała. Ten paradygmat myślenia został nazwany sekularyzacyjnym i przez wiele lat dominował w socjologii. Jednak od lat 70. XX wieku był on krytykowany za to, że nie wyjaśniał takich zjawisk, jak powstawanie nowych ruchów religijnych czy fundamentalizm religijny.

Niezależnie od teorii socjologicznych, zajmujących się religią na poziomie społeczeństw, powstała także gałąź psychologii zajmująca się religijnością i duchowością. Zdaniem psychologów, religijność pełni wiele funkcji w życiu jednostki. Jedną z najważniejszych jest odkrywanie sensu życia (Wnuk, 2012). W ten sposób religijność pomaga w radzeniu sobie ze stresującymi zmianami w życiu, daje nadzieję w chorobie i cierpieniu. Religijność jest też związana z systemem wartości, który pomaga dokonywać wyborów, wyznaczać cele, zachować poczucie własnej tożsamości.

Kolejna funkcja religijności została przez Wnuka i Marcinkowskiego (2012) nazwana terapeutyczną – polega ona na odwoływaniu się do Boga i religii w kryzysowych sytuacjach, takich jak choroba, strata ukochanej osoby itd. Modlitwa, poszukiwanie oparcia i ukojenia w Bogu, zaufanie, że jest to element boskiego planu, pomaga zaakceptować zaistniałe sytuacje i poradzić sobie z kryzysami. Pełni też istotną rolę w kształtowaniu i podtrzymywaniu nadziei. Ostatnią z funkcji religijności jest identyfikacja z grupą osób o podobnych wartościach i celach życiowych. Dzięki temu osoby religijne mogą liczyć na wsparcie członków grup wyznaniowych czy społeczności, do których należą.

Nie znaczy to jednak, że osoby niereligijne nie są w stanie nadać sensu swojemu życiu czy radzić sobie w kryzysowych sytuacjach. Mogą one kierować się w życiu świeckimi wartościami, takimi jak rodzina, pomaganie innym, niezależność, rozwój, przyjaźń czy miłość. Podobnie religijność nie zawsze pełni pozytywne funkcje – może stać się ujęciem dla zaburzeń psychicznych.

Sekularyzacja, desekularyzacja i resekularyzacja

Międzynarodowe badania prowadzone od lat 80. XX wieku w ramach World Value Survey pokazują, że od 2007 roku w większości krajów religijność zaczęła szybko spadać. We wcześniejszych rundach badania obserwowano jej wzrost, zwłaszcza w krajach postkomunistycznych. Zdaniem Ronalda Ingleharta, przyczyną tych zmian był najpierw spadek poczucia bezpieczeństwa w tych krajach (a zwrócenie się do religii takie poczucie dawało i wypełniało pustkę po komunizmie) (Licherowicz, 2021). Kiedy jednak poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji wzrosło, religia w swojej dotychczasowej formie przestała być niezbędna. Zmieniły się także związane z religią normy i zasady dotyczące roli kobiety, rozwodów, aborcji, stosunku do osób nieheteronormatywnych. Jak zauważa Ingelhart, w czasach, kiedy śmiertelność, zwłaszcza niemowląt, była wysoka, religia i związane z nią normy, dotyczące m.in. prokreacji i roli kobiety, pozwalały społecznościom przetrwać. W obecnych czasach, kiedy śmiertelność jest znacznie mniejsza, a kobiety nie muszą być zamknięte w domach i rodzić jak najwięcej dzieci, normy te tracą na znaczeniu. W krajach zsekularyzowanych na znaczeniu zyskują natomiast takie wartości, jak wolność, indywidualna ekspresja, prawa człowieka, równość płci czy ochrona środowiska. Ta prawidłowość dotyczy jednak krajów bogatych, gdzie poziom bezpieczeństwa i stabilizacji jest wysoki (Norris, Inglehart, 2006). Tam, gdzie nadal istnieje duże zagrożenie związane z katastrofami ekologicznymi, głodem, chorobami czy konfliktami etnicznymi i religijnymi, tradycyjna religijność nadal ma duże znaczenie. W tych krajach wskaźnik dzietności jest także 2–3-krotnie większy niż w bogatych. Wyższy poziom tradycyjnej religijności dotyczy także ludzi biednych, starszych, słabo wykształconych i kobiet – nawet w krajach zsekularyzowanych.

W krajach Europy Zachodniej instytucje kościelne przestają pełnić dominującą rolę w kształtowaniu przekonań, decyzji i celów życiowych ludzi (Marianiński, 2016). Inne przejawy sekularyzacji, jakie można w nich zaobserwować, to spadający odsetek osób deklarujących przynależność do jakiegokolwiek kościoła, osób uczestniczących w mszach i nabożeństwach czy malejący prestiż społeczny organizacji religijnych (Czachorowski, 2015). Jednak zdaniem krytyków teorii sekularyzacyjnych, znaczenie religijności w społeczeństwach bogatych nie tyle maleje, co przyjmuje ona inny charakter, przechodzi swego rodzaju metamorfozę (Kutyło, 2008).

Religijność nie znika więc całkowicie, a raczej sposób jej realizowania w życiu staje się prywatnym wyborem jednostki. Coraz większą popularność zyskują też nowe, pozakościelne formy religijności i duchowości. Można mówić o dwóch nurtach zmian: przechodzeniu od religijności tradycyjnej, instytucjonalnej, do bardziej

selektywnej, wybiórczej i odinstytucjonalizowanej, lub do całkowicie prywatnej, zindywidualizowanej i pozakościelnej. Towarzyszy temu jednak mniejsza i również wybiórcza identyfikacja z wartościami i normami, które głoszą kościoły.

Procesom sekularyzacyjnym zaprzeczają też pojawiające się tendencje fundamentalistyczne w obszarze religii. Te tendencje są jednak charakterystyczne raczej dla społeczeństw ubogich, o niestabilnej sytuacji gospodarczej i politycznej. Biorąc jednak pod uwagę zarówno zmiany polegające na odchodzeniu od religijności zinstytucjonalizowanej, jak i na rosnącym znaczeniu tradycyjnych form religijności, niektórzy badacze mówią o swojego rodzaju desekularyzacji czy resakralizacji (Czachorowski, 2015). Jak na tym tle prezentuje się religijność i moralność młodych Polaków?

Religijność młodych Polaków (w liczbach)

Młodzi dorośli są w różnych badaniach nieco odmiennie identyfikowani wiekowo. Najczęściej mówi się o grupie wiekowej 19–29 lub 19–34 lata, ale w niektórych badaniach tym terminem objęto grupę osób w wieku 19–39 lat. Zdarza się też, że obejmowane są nimi osoby młodsze – w wieku od 15 czy nawet od 14 lat.

W prowadzonych obecnie badaniach dotyczących religijności najczęściej bierze się obecnie jej cztery obszary: udział w praktykach kolektywnych (mszach, nabożeństwach), praktyki indywidualne (modlitwa), subiektywna ocena własnej religijności oraz moralność. Przytoczone poniżej wyniki badań będą się skupiały na tych aspektach. Uzupełnieniem sondaży socjologicznych są także badania prowadzone przez psychologów, dotyczące bardziej sposobu rozumienia religijności przez młodych ludzi czy funkcji, jaką religijność pełni w ich życiu. Takich badań jest jednak mniej.

Z badań przeprowadzonych przez Guzik i Marzęckiego (2018) na próbie 994 studentów wynika, że większość z nich identyfikuje się z wyznaniem rzymskokatolickim (82%). Pozostałe wyznania stanowią jedynie niewielki odsetek: po 2% młodych osób należy do wyznania protestanckiego i religii wschodnich, po 1% do wyznania greckokatolickiego i innych. Wynik ten nie odbiega od tego, jak wygląda przynależność religijna w innych grupach wiekowych.

Religijność to jednak nie tylko deklaracja dotycząca wyznania. Analizy badań dotyczących religijności z prowadzonego co dwa lata Europejskiego Sondażu Społecznego (European Social Survey – ESS) z lat 2002 (edycja 1.) i 2016 (edycja 8.) dokonała Ewa Stachowska (2019). Pytania sondażu dotyczące religijności odnosiły się do trzech obszarów: udziału w mszach i nabożeństwach („Poza sytuacjami szczególnymi, takimi jak śluby czy pogrzeby, mniej więcej jak często bierze

Pan/Pani obecnie udział w mszach, nabożeństwach lub spotkaniach religijnych?”), codziennej modlitwy („Poza udziałem w mszach, nabożeństwach i spotkaniach religijnych, jak często się Pan/Pani modli – o ile w ogóle się Pan/Pani modli?”) oraz subiektywnej oceny religijności („Niezależnie od swojej przynależności do konkretnej religii lub wyznania, jak określiłby/określiłaby Pan/Pani stopień swojej religijności?”).

Wyniki ESS pokazują, że praktyki religijne zarówno w grupie 15–24, jak i 25–34 lata utrzymują się w Polsce na poziomie najwyższym spośród badanych krajów europejskich (Austria, Belgia, Francja, Hiszpania, Włochy, Portugalia), jednak w każdym z wymienionych krajów odnotowano spadek deklarujących uczestnictwo w praktykach religijnych pomiędzy latami 2002 i 2016. W Polsce spadek wśród osób deklarujących udział w praktykach religijnych przynajmniej raz w tygodniu wynosił 11,5% (z 56,6 do 45,1%) w grupie wiekowej 15–24 lata oraz 16,1% (z 48 do 31,9%) w grupie wiekowej 25–34 lata. Osoby młodsze częściej biorą udział w nabożeństwach, jednak zdaniem Stachowskiej może to wynikać z faktu, że są pod większym wpływem i kontrolą ze strony rodziców. Jednocześnie wzrosła też liczba osób deklarujących całkowity brak uczestnictwa w praktykach religijnych – w grupie wiekowej 15–24 lata z 3,8 do 12,1%, a wśród osób w wieku 25–34 lata z 4,3 do 8,9%.

Odsetek młodych osób w Polsce deklarujących codzienną modlitwę jest również największy spośród krajów europejskich objętych badaniem, ale i on spadł pomiędzy latami 2002 i 2016. W grupie wiekowej 15–24 lata 36,6% badanych podało, że modli się codziennie, a w 2016 roku – 22,5% (spadek o 14,1%). Wśród osób w wieku 15–34 lata spadek ten jest jednak mniejszy – z 28,4 do 22,0%. Wzrosła natomiast liczba osób niemodlących się w ogóle – z 9,7 do 19,1% (wzrost o 9,4%) w grupie wiekowej 15–24 lata.

Także subiektywna religijność młodych Polaków jest na najwyższym poziomie. Ponadto w omawianych badaniach z serii ESS Polska jest jedynym krajem, w którym liczba osób deklarujących wysoki poziom religijności jest większa niż tych, którzy określają się jako niereligijni. Jednak i tu widać, że liczba osób bardzo religijnych stopniowo się zmniejsza, choć spadek ten jest mniejszy niż w dwóch poprzednich aspektach religijności. W kohorcie wiekowej 15–24 lata wynosi on 4,3% (z 33,3 do 28,9% w latach 2002–2016) oraz 6,8% w kohorcie 25–34 lata (z 33,1 do 26,3%). Rośnie natomiast odsetek osób deklarujących się jako niereligijne – z 7,1 do 16,2% (wzrost o 9,1%) w grupie wiekowej 15–24 lata oraz z 7,2 do 12,5% (wzrost o 5,3%) w grupie wiekowej 25–34 lata.

Z raportu opublikowanego przez Pew Research Center w 2018 roku na podstawie danych zebranych w 106 krajach wynika, że w Polsce w odpowiedzi na pytanie o to, czy religia jest istotna w ich życiu, różnica między osobami w wieku 19–39 lat

i powyżej 40. r.ż. jest największa i wynosi aż 23 punkty procentowe. Wśród młodych dorosłych tylko 16% uważa ją za ważną, podczas gdy w grupie osób powyżej 40. r.ż. ten odsetek wynosi prawie 40%.

Gdy w tych samych badaniach zapytano o codzienną modlitwę, Polska była na drugim miejscu pod względem różnicy między osobami do 39. r.ż. i powyżej – starsi o 25 punktów procentowych częściej deklarowali codzienną modlitwę niż młodsi. Większą różnicę między młodszymi i starszymi stwierdzono tylko w Japonii – tam wynosi ona 29 punktów procentowych. Jeśli chodzi o uczestnictwo w nabożeństwach, tutaj także rozbieżność międzypokoleniowa w Polsce jest największa spośród wszystkich badanych krajów i wynosi 29 punktów procentowych. Jedynie 26% młodych Polaków uczestniczy w nich co tydzień, podczas gdy wśród osób starszych cotygodniowy udział w nabożeństwach deklaruje 55%. Tak duża różnica między obiema grupami wiekowymi w Polsce może wynikać, zdaniem autorów raportu, z faktu, że Kościół był tutaj związany z tożsamością narodową i sprzeciwiał się komunizmowi. Dla starszych Polaków Kościół pełnił zatem ważniejszą rolę niż dla młodszych, którzy nie doświadczyli komunizmu wcale lub tylko w małym stopniu.

Jednak ten sam raport pokazuje, że jeśli chodzi o identyfikację z chrześcijaństwem, różnica między osobami młodszymi i starszymi to tylko 6 punktów procentowych. Spośród osób w wieku do 39. r.ż. z chrześcijaństwem utożsamia się 89% Polaków, a w grupie powyżej 40. r.ż. – 95%. Widać tu więc, że chociaż młodzi dorośli w Polsce uważają się za osoby religijne, to jednak rola religijności oraz udział w praktykach zbiorowych są mniejsze niż w przypadku starszych.

Zmiany wśród młodych ludzi dotyczące znaczenia religijności zaczynają się jednak nie z momentem uzyskania pełnoletności, lecz wcześniej. Raport z badania Centrum Polityki Społecznej „Młodzi uciekają z Kościoła” (Zawadka, 2021) pod kierunkiem Mariusza Jędrzejki i Tomasza Kozłowskiego na próbie 1051 nastolatków w wieku 14–18 lat pokazuje, że jeśli chodzi o samo znaczenie religii, to dla 64,7% osób w tej grupie wiekowej wartości wynikające z wyznawanej przez nich religii są ważne. Jednak stosunek do Kościoła jest już dużo bardziej negatywny i wpływa na zmianę religijności. Nieco ponad połowa badanych nastolatków (59%) deklaruje, że w ostatnich latach ich religijność osłabła, a jako najważniejsze przyczyny podawali: niezgodność między tym, co mówi religia, a jak reaguje Kościół (64,8%), brak adekwatnych działań związanych z pedofilią w Kościele (63%), zaangażowanie Kościoła w politykę (43,2%), nieuzasadniony przepych i bogactwo (41,2%). Nieco ponad 1/3 nastolatków (38,9%) uważa też, że Kościół nie rozumie potrzeb młodych osób, a 34,7% – że nie rozumie też współczesnego świata.

Zmiany dotyczące religijności i stosunku do Kościoła nie dotyczą jednak wszystkich młodych ludzi w jednakowym stopniu. Jak podano w raporcie CBOS (Bogu-

szewski, 2018), większy dystans wobec Kościoła widać przede wszystkim u tych, którzy są lepiej wykształceni, mieszkają w dużych miastach oraz mają lewicowe lub centrowe poglądy. Najwięcej osób niewierzących jest w grupie wiekowej 18–24 lata – są to częściej osoby uczące się i mieszkające w dużych miastach. Te osoby są też najbardziej krytyczne wobec Kościoła. Częściej też niż osoby starsze deklarowały one, że przemyślały dokładnie, w co wierzą lub nie wierzą, i to mogło być jednym z powodów rezygnacji z praktyk.

Także wcześniejsze badania prowadzone przez CBOS (Boguszewski i in., 2014) pokazywały, że w grupie uczniów ostatnich klas szkół ponadgimnazjalnych występowały różnice ze względu na płeć czy miejsce zamieszkania. Nieco bardziej religijne okazały się dziewczęta. Nie było co prawda różnicy między dziewczętami i chłopcami, jeśli chodzi o określanie siebie jako osoby głęboko wierzące (po 6%), jednak dziewczęta częściej deklarowały się jako wierzące (69% vs. 61% chłopców), za to rzadziej określały siebie jako niewierzące (8% dziewcząt i 13% chłopców wybrało taką odpowiedź).

Uczniowie i uczennice mieszkający na obszarach miejskich częściej deklarują, że są osobami głęboko wierzącymi lub wierzącymi oraz mają mniej wątpliwości co do istnienia Boga. Z kolei uczniowie i uczennice mieszkający w miastach częściej są niezdecydowani lub niewierzący i rzadziej biorą udział w nabożeństwach. W wielkich miastach niewierzących uczniów w 2013 roku było trzykrotnie więcej niż na wsi (odpowiednio 17 i 6%), a niepraktykujących dwa razy więcej (35 i 17%) (Boguszewski i in., 2014).

Jednym z możliwych wyjaśnień różnic pomiędzy osobami mieszkającymi w dużych i małych miastach lub wsiach może być fakt, że na wsiach parafie są małe i mają większe znaczenie dla utrzymania więzi społecznych. Tych, którzy nie należą, łatwo więc zidentyfikować. W dużych miastach parafie są większe, bardziej anonimowe, co nie sprzyja przywiązaniu do wspólnoty religijnej i identyfikacji z jej wartościami (Jedynak, 2014). Mniejszy jest też wpływ tradycji, jaką młody człowiek wnosi z domu rodzinnego. Stąd procesy sekularyzacyjne są bardziej widoczne w dużych miastach.

Moralność młodych Polaków – religijna czy areligijna?

Odrębnym obszarem przemian dotyczących religijności jest kwestia tego, na ile moralność młodych dorosłych pozostaje w zgodzie z religijnością i zasadami Kościoła. Jak zauważają Boguszewski i Bożewicz (2019), przemianom w obszarze religijności towarzyszą podobne w kwestiach moralności. Wraz z dystansowaniem

się od instytucji także moralność staje się mniej związana z naukami kościołów. Młodzież w wieku 18–24 lata jest dużo bardziej liberalna w swoich osądach i wyborach moralnych niż osoby z innych grup wiekowych i w dużo większym stopniu akceptuje np. aborcję, zdradę w bliskich związkach, rozwód, antykoncepcję, życie w związku bez ślubu itp. Tendencja ta nie jest nowa – te przemiany można było zaobserwować ponad 20 lat temu. Już w 1998 roku 73% młodzieży uważało seks bez ślubu za dopuszczalny, a w kolejnych latach ten odsetek wzrastał o kilka procent (77% w 2016 roku). Młodzi ludzie częściej niż osoby z pozostałych grup wiekowych są zwolennikami złagodzenia prawa do aborcji. Wśród ogółu dorosłych Polaków ok. 80% jest przeciwnikami aborcji w sytuacji, gdy kobieta po prostu nie chce mieć dziecka lub znajduje się w trudnej sytuacji osobistej i materialnej. W przypadku osób w wieku 18–24 lata te odsetki wynoszą odpowiednio 63–66% w zależności od powodu aborcji.

O sekularyzacji moralności świadczy także to, w jaki sposób młodzi ludzie odpowiadają na pytanie o wzajemne związki między moralnością a religijnością. W 2009 roku 33% badanych uważało, że nie ma potrzeby uzasadniać moralności przez religię, natomiast w 2016 roku takich osób było 48%. Z kolei odsetek osób, dla których wyłącznie religia uzasadnia słuszne nakazy moralne, w 2009 roku wynosił 12% badanych, a w 2016 roku – 7% (Boguszewski i Bożewicz, 2019).

W sferze moralności młodzi ludzie w coraz większym stopniu polegają na własnych osądach. Między latami 2005 a 2016 odsetek osób w wieku 18–24 lata, uważających, że to, czym jest dobro i zło, powinno stanowić wewnętrzną sprawę każdego człowieka, wzrósł z 6 do 70%. W tym samym okresie odsetek badanych, uważających, że o tym, czym jest dobro i zło, powinno decydować społeczeństwo, spadł z 24 do 10%, a tych, którzy uważają, że o tym powinny decydować przede wszystkim prawa Boże – spadł z 28 do 8%.

Dane Instytutu Statystyki Kościoła pokazują, że między latami 1988 a 2005 odsetek młodych ludzi wskazujących, że wiara stanowi dla nich pomoc w codziennym życiu spadł niemal o połowę – z 70,8 do 37,7% (Guzik i Marzęcki, 2018). Dane z badań przeprowadzonych przez tych autorów w 2012 roku na reprezentatywnej próbie studentów wskazują także, że na pytanie: „Czy stara się Pan/i kierować w życiu zasadami zawartymi w Dekalogu (10 przykazaniach Bożych)?”, tylko 23% spośród osób wierzących wybrało odpowiedź „zdecydowanie tak”, a 63% – „raczej tak”. Zdaniem autorów, świadczy to o powierzchownym traktowaniu Dekalogu. Jeszcze bardziej wybiórczo traktowane są zasady dotyczące życia seksualnego – 91% badanych akceptuje używanie środków antykoncepcyjnych, a 85% dopuszcza seks przedmałżeński. Jeśli chodzi o rozwody, to akceptuje je 70% studentów.

Badanie dotyczące moralności młodych Polaków przeprowadził także w 2020 roku Zespół Pracowni Badawczej – Polski Pomiar Postaw i Wartości na próbie 621 studentów (Zaręba i Choczyński, 2020). Jak zauważają autorzy tego badania, Kościół raczej nie jest uważany przez młodzież akademicką za autorytet instytucjonalny – tylko 11,1% wybrało odpowiedź pozytywną lub zdecydowanie pozytywną. Około jedna trzecia studentów (35,4%) stwierdziła też, że skandale pedofilskie miały wpływ na ich religijność.

Inny segment omawianego badania dotyczył akceptacji zachowań niedopuszczalnych z punktu widzenia chrześcijaństwa. Aborcję i eutanazję dopuszczała prawie połowa badanych studentów (odpowiednio 47,8 i 49,3%). Także adopcję dzieci w związkach jedнопłciowych akceptuje 46,4%. Jeszcze większy odsetek badanych deklarował przychyłność wobec: antykoncepcji (84,7%), związków niesformalizowanych (70,4%), zapłodnienia metodą *in vitro* (68,1%) i rozwodów (60,7%). Z mniejszą akceptacją studenci odnosili się natomiast do związków homoseksualnych (34,3%), zmiany płci (19,6%) oraz zdrady (11,0%).

Studenci mieszkający w dużych miastach oraz pochodzący z rodzin inteligentnych częściej dopuszczali eutanazję, przerywanie ciąży, zapłodnienie *in vitro*, rozwód, związki homoseksualne oraz adopcję dzieci przez osoby żyjące w takich związkach.

W przypadku rozstrzygania problemów moralnych studenci najczęściej kierują się własnym sumieniem (77,6%) i doświadczeniem (66,8%). Instytucje religijne i rady osób duchownych wybierało odpowiednio jedynie 8,4 i 5,8%.

Na pytanie o to, co jest sensem życia dla badanych, jedynie 16,4% podało, że jest to religia, a 12%, że są to doznania duchowe. Najczęstsze odpowiedzi to: udany związek z drugim człowiekiem (70,0%), przyjaźń z drugim człowiekiem (66,9%), samorealizacja (65,0%), hobby i zainteresowania (58,4), udane życie rodzinne (56,3%), przyjemność z życia (48,0%).

Zmiany moralności, jakie widać wśród młodych dorosłych, to część procesów, jakie dotyczą wszystkich społeczeństw pluralistycznych. Sekularyzacja sfery moralnej i jej oddzielenie się od religii to nie wszystko. Można mówić jeszcze o dwóch procesach: permissywności i relatywizmie moralnym. Ten pierwszy dotyczy tolerancji wobec łamania norm moralnych (zwłaszcza przez bliskich lub znajomych), nawet jeśli normy te są akceptowane i uważane za istotne. Relatywizm z kolei to przekonanie o braku uniwersalnych norm i wartości – są one jedynie wynikiem subiektywnych wyborów człowieka. Wzrost permissywności i relatywizmu moralnego w Polsce nie jest wysoki w porównaniu z krajami Europy Zachodniej. Jednak, zdaniem Janusza Mariańskiego, procesy te, nawet jeśli w I dekadzie XXI wieku nie były jeszcze bardziej nasilone, będą narastały wśród młodych ludzi (Mariański, 2010).

Psychologiczny obraz religijności młodych ludzi

Badania własne przeprowadzone w 2020 roku na próbie 857 dorosłych Polaków (w wieku od 18 do 84 lat) potwierdzają różnice między osobami młodymi i starszymi, jeśli chodzi o przynależność wyznaniową. Osoby biorące udział w tym badaniu zostały podzielone na trzy grupy wiekowe: 18–24 lata (101 osób), 25–34 lata (146 osób) i powyżej 35. r.ż. (610 osób). W grupie osób w wieku 18–24 lata przynależność do konkretnego wyznania religijnego deklarowało 76,2%, podczas gdy jako ateści lub agnostycy zadeklarowało się 23,8% badanych. W grupie 25–34 lata osoby deklarujące przynależność do jakiegoś wyznania to 82,9%, a ateści i agnostycy to 17,1% badanych. Wśród osób powyżej 35. r.ż. 87,4% określiło się jako należący do jakiegoś wyznania religijnego, a 12,6% to ateści i agnostycy. Widać więc, że liczba osób religijnych jest najmniejsza wśród osób, które stosunkowo niedawno ukończyły 18. rok życia, ale rośnie w kolejnych grupach wiekowych i różnice te są istotne statystycznie ($p = 0,009$). Jeśli jednak przyjrzeć się bliżej różnym aspektom religijności i duchowości młodych osób, to ocena, czy poziom religijności osób młodych jest niższy niż starszych, nie jest już taka oczywista.

W moim badaniu wykorzystano kwestionariusz do badania religijności i duchowości ASPIRES autorstwa Ralpha Piedmonta (2016). Zgodnie z koncepcją tego autora, duchowość jest uniwersalną właściwością ludzi na całym świecie i jest uwarunkowana genetycznie, podobnie jak cechy osobowości. Duchowość stanowi wewnętrzne źródło motywacji i jako takie wywiera wpływ na nasze zachowanie. To, w jaki sposób przejawia się na zewnątrz, zależy jednak od wpływu kultury. Religijność jest właśnie tym, co powstaje w wyniku oddziaływań społecznych i edukacyjnych – jest odzwierciedleniem tego, co cenimy i uznajemy za ważne. Stworzone przez Piedmonta narzędzie bada zarówno religijność, jak i transcendencję duchową (zdolność do nadania życiu głębszego znaczenia, wykraczającego poza bezpośrednie poczucie czasu i miejsca, widzenia życia z szerszej perspektywy). W skład skali badającej religijność wchodziły dwie podskale: zaangażowanie w religię (określająca, w jakim stopniu osoby badane są zaangażowane w praktyki związane ze swoją wiarą i mają poczucie więzi z Bogiem i swoją wspólnotą religijną) oraz kryzys religijny (zmaganie się z trudnościami związanymi z wiarą, np. poczucie izolacji, opuszczenia). W skład skali transcendencji duchowej weszły trzy podskale: spełnienie w modlitwie (zdolność do tworzenia osobistej przestrzeni, która umożliwia odczuwanie pozytywnego połączenia z większą, transcendentną rzeczywistością), uniwersalność (wiara w to, że istnieje wyższy sens i cel życia) oraz więź (poczucie przynależności i odpowiedzialności za większą rzeczywistość).

Wyniki badania pokazują, że między trzema grupami wiekowymi nie ma różnic pod względem zaangażowania religijnego, kryzysu religijnego i więzi. Duża rozbieżność w liczebności grup sprawia, że wyniki należy traktować z ostrożnością, niemniej jednak ten wynik różni się od wcześniejszych badań, pokazujących, że zaangażowanie młodych ludzi w praktyki religijne jest mniejsze niż osób starszych. Okres dojrzewania i wczesnej dorosłości może być też czasem formowania się tożsamości (także religijnej) i wiązać się z kryzysami z tym związanymi. Można byłoby więc oczekiwać, że nasilenie kryzysu religijnego u młodych ludzi będzie większe, ale przytoczone powyżej liczby tego nie potwierdzają. Nie różnią się także od starszych pod względem poczucia przynależności do rzeczywistości wykraczającej poza tu i teraz. Różnice dotyczą natomiast spełnienia w modlitwie oraz uniwersalności – w obu przypadkach osoby w wieku 18–24 lata uzyskały słabsze wyniki od osób powyżej 35. r.ż. (nie stwierdzono różnic między osobami w wieku 18–24 i 25–34 lata oraz 25–34 i powyżej 35. r.ż.). Obecnie młodzi ludzie mają więc być może większą trudność w nadaniu szerszego znaczenia swojemu życiu i odczuwania pozytywnej więzi z Bogiem i/lub wspólnotą religijną – różnice te, pomimo istotności statystycznej, nie są jednak duże i mogą być związane raczej z etapem rozwoju, na którym są młodzi ludzie, a nie kryzysem wiary w ogóle.

Interesujące badanie na temat tego, jak młodzi ludzie definiują religijność i jej funkcje, przeprowadziła wcześniej Ewa Wysocka (2010). Wzięło w nim udział 213 studentów śląskich szkół wyższych, przy czym 137 z nich zadeklarowało się jako osoby religijne, a 72 – jako niereligijne (definicji 4 osób nie dało się zakwalifikować). Analiza definicji religijności, jakie podawali studenci, pokazuje, że jest ona najczęściej kojarzona z osobistym kontaktem z Bogiem i sacrum. W taki sposób religijność definiuje 55,5% studentów (przy czym odsetek osób definiujących w ten sposób religijność wśród osób religijnych i niereligijnych jest zbliżony, wynosi 52,5 i 61%).

Na kolejnym miejscu znalazły się definicje zawierające odniesienia do formowania się i przestrzegania zasad moralnych oraz poszukiwania w religijności odniesień dla własnego postępowania – pojawiły się one u 45,5% studentów. Różnica między osobami religijnymi i niereligijnymi jest tutaj duża – jest to istotny element definicji religijności dla 66,6% osób religijnych i tylko 5,5% osób areligijnych.

Elementy dotyczące praktyk religijnych w swoich definicjach uwzględniło 41% studentów (wśród studentów religijnych jest to 57%, a niereligijnych – prawie 10%). Dla prawie 31% studentów istotnym elementem definicji religijności jest poszukiwanie źródła wsparcia w sytuacjach trudnych. Częściej pojawia się on jednak w definicjach osób areligijnych (36%) niż religijnych (28%).

Na kolejnych miejscach znajdowały się definicje odnoszące się do odrzucenia Kościoła jako zewnętrznego autorytetu (13,4%) i negowania tradycyjnych praktyk

religijnych (12,9%). Odsetki osób religijnych i niereligijnych definiujących religijność w taki sposób nie różniły się znacząco.

Zdaniem autorki omawianych badań, istotny jest fakt, że jedynie 11% studentów wskazuje w swoich definicjach na duchowość i jej funkcję rozwojową. Częściej w taki sposób religijność definiują osoby areligijne (15,3%) niż religijne (8,8%). Analiza treści tych definicji ujawniła jednak, że osoby religijne rozwojowy aspekt religijności wiążą z jej funkcją normotwórczą, a niereligijne rozdzielają duchowość od religijności, traktując tę pierwszą jako wrodzoną właściwość człowieka (Wysoka, 2010). Jako odrzucenie dogmatów niemających logicznego potwierdzenia religijność definiuje 2,4% studentów, a jako wiarę w dogmaty – 1,9%.

Jeśli chodzi o funkcje religii, to studenci religijni wskazywali następujące:

- nadaje sens życiu, stanowiąc źródło zasad moralnych – 86,4%,
- pozwala pokonać lęk przed pustką i bezsenssem – 77,9%,
- pozwala pokonać lęk przed winą i potępieniem – 65,7%,
- pozwala pokonać lęk przed losem i śmiercią – 60,7%,
- nadaje sens życiu, chroniąc przed rozpaczą i bólem egzystencjalnym – 56,4%.

Wyniki obu przedstawionych wyżej badań wskazują, że nawet jeśli mniej młodych niż starszych osób deklaruje się jako religijne, to jednak religia pełni istotną rolę w ich życiu. Większe znaczenie ma dla nich jednak osobisty wymiar religijności, związany z kontaktem z Bogiem, a nie wymiar kolektywny, związany z praktykowaniem i przynależnością do Kościoła. Funkcje, jakie w ich życiu pełni religia, to także raczej nadawanie sensu życiu i funkcja terapeutyczna (radzenie sobie z lękiem), a nie związana z przynależnością do wspólnoty osób dzielących podobne wartości. Warto także dodać, że nawet jeśli wśród młodych ludzi związek między religijnością i moralnością ulega osłabieniu, to nadal jest ona dla wielu z nich źródłem zasad moralnych.

Konkluzje

Przytoczone w tym rozdziale wyniki badań dowodzą, że obecnie w Polsce można zaobserwować zmiany dotyczące religijności wśród młodych ludzi i osłabienie jej roli życiowej, w porównaniu z osobami starszymi oraz z danymi pochodzącymi z początku XX wieku. Przejawiają się one jednak raczej w zdystansowaniu i bardziej krytycznym podejściu do Kościoła, udziału w tradycyjnych praktykach zbiorowych oraz norm moralnych wynikających z przynależności do konkretnej religii niż w całkowitej rezygnacji z wiary.

Zmiany dotyczą też sfery moralności – stopniowo oddziela się ona od sfery religijnej. Tutaj – być może nawet bardziej wyraźnie – widać procesy sekularyza-

cyjne: młodzi ludzie w coraz mniejszym stopniu potrzebują religii do uzasadniania swoich wyborów moralnych. To rozluźnianie związków między religijnością i moralnością widać najbardziej w sferze seksualności oraz życia małżeńskiego. Nie znaczy to jednak, że religia całkowicie przestała być źródłem zasad moralnych dla młodych ludzi.

Przyczyn zmniejszenia znaczenia religijności instytucjonalnej socjologowie upatrują m.in. w przemianach społecznych, jakie zaszły w Polsce po upadku komunizmu oraz śmierci polskiego papieża. W czasie komunizmu Kościół katolicki miał istotne znaczenie w utrzymywaniu tożsamości i poczucia wspólnoty Polaków. Fakt, że papieżem był również Polak, pomagał Kościołowi pełnić taką funkcję. Polska zaczęła też podlegać tym samym przemianom, jakim podlega Europa Zachodnia i cały świat, a mianowicie globalizacji oraz związanej z nią relatywizacji wartości i niepewności. Do Polski dotarła też, choć z dużym opóźnieniem, rewolucja obyczajowa i seksualna. Takie tematy jak orientacja seksualna i tożsamość płciowa, problematyka gender zaczęły pojawiać się w debacie publicznej. Kościołowi na pewno nie pomogły też skandale związane z pedofilią. Jednak odsetek młodych osób deklarujących się jako głęboko wierzące i praktykujące nie zmienia się, a wiara nadal pełni ważną rolę w życiu wielu młodych Polaków – także tych, którzy nie czują się silnie związani z Kościołem.

Jeśli przyjąć, że duchowość i potrzeba kontaktu z Bogiem/wymiarem transcendentnym jest wrodzoną cechą człowieka, to wbrew temu, co zapowiadali zwolennicy teorii sekularyzacyjnych, nie zniknie ona całkowicie, ale może adaptować się do zmian społecznych i przyjmować nowe formy. Tęsknota za sacrum, poszukiwanie sensu i duchowych doznań znajdują ujście w powstających nowych ruchach religijnych czy nowej duchowości. Jak pisze Dyczewski „Wielu młodych ludzi wybiera coś dla siebie z różnych religii, ale nie według określonej zasady, a na skutek długotrwałych przemyśleń, lecz to, co w danej chwili odpowiada osobistym potrzebom” (2016, s. 26).

Można więc przypuszczać, że teza o tym, że religijność wśród młodych dorosłych przyjmuje dziś bardziej zindywidualizowane formy, ukierunkowane na prywatne potrzeby duchowe, jest słuszna. Brakuje jednak badań dotyczących tego, w jaki sposób te wybory się dokonują oraz na czym dokładnie polega owa indywidualizacja i w jaki sposób praktykują religijność młodzi dorośli. Dodatkowo, w przypadku młodych ludzi na przemiany społeczne nakładają się też procesy psychologiczne, jakich doświadczają młodzi ludzie wchodząc w dorosłość. Ten okres to rozstanie się z rolą dziecka i uczenie się nowych, „dorosłych” ról. Niepewność, potrzeba określenia na nowo swojej tożsamości oraz sprawdzanie różnych możliwości sprawiają, że młodzi ludzie są szczególnie podatni na odejście od Kościoła i religijności (Ruszel, 2016). Zwłaszcza że wybór, jakim dziś dysponują, jest znacznie większy niż kiedyś.

Aby więc można było powiedzieć, że zmiany, jakie widać w obrazie religijności młodych ludzi, są trwałe i nie wynikają jedynie z etapu życia, na jakim się oni znajdują, potrzeba także badań pokazujących, jak ich religijność będzie się zmieniała (lub nie będzie się zmieniała). Tymczasem badacze w Polsce są zgodni, że nie da się jednoznacznie określić, w jakim kierunku zmierza religijność – zarówno w naszym kraju, jak i poza nim (Jedynak, 2014; Mariański, 2021). Sekularyzacja, desekularyzacja i nowa duchowość wśród młodych dorosłych to trzy współwystępujące i wzajemnie przenikające się nurty – dopiero czas pokaże, czy któryś z nich zyska na sile w kolejnych latach.

Literatura

- Boguszewski, R., Makowska, M., Bożewicz, M., Podkowińska, M. (2020). The covid-19 pandemic's impact on religiosity in Poland. *Religions*, 11(12), 646. <https://doi.org/10.3390/rel11120646>
- Boguszewski, R., Bożewicz, M. (2019). Religijność i moralność polskiej młodzieży – zależność czy autonomia? *Zeszyty Naukowe KUL*, 62, nr 4 (248). doi: 10.31743/zn.2019.62.4.02
- Boguszewski, R. (2018). Komunikat CBOS. Religijność Polaków i ocena sytuacji Kościoła katolickiego. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K_147_18.PDF
- Boguszewski R., Feliksiak M., Gwiazda M., Kalka J. (2014). Młodzież o sobie: wartości, obyczajowość, grupy odniesienia. W: *Młodzież 2013*. Fundacja Badania Opinii Społecznej CBOS.
- Bożewicz, M. (2020). Komunikat z badań CBOS. Religijność Polaków w ostatnich 20 latach. https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_063_20.PDF
- Czachorowski, K. (2015). Między sekularyzacją i desekularyzacją – przemiany współczesnej religijności w ujęciu Janusza Mariańskiego. *Roczniki Nauk Społecznych*, 43, nr 2.
- Dyczewski, L. (2016). Sacrum w przestrzeni publicznej. W: J. Adamkowski, M. Tymochowicz, *Sacrum w kulturze tradycyjnej i współczesnej* (s. 15–27). Lublin – Wrocław: Polskie Towarzystwo Ludoznawcze, Wydawnictwo UMCS.
- Guzik, A., Marzęcki, R. (2018). Niemoralna religijność. Wzory moralności młodego pokolenia Polaków. *Roczniki Nauk Społecznych*, 10(46), zeszyt 1. doi: <http://dx.doi.org/10.18290/rns.2018.46.1-7>
- Jarosz, M. (2010). Pojęcie duchowości w psychologii. W: O. Gorbaniuk, B. Kostrubiec-Wojtachnio, D. Musiał, M. Wiechetek, (red.), *Studia z psychologii w KUL*, tom 16, 9–22.
- Jasińska-Kania, A. (2012). Między rygoryzmem a permissywnością: przemiany moralności w Polsce i w Europie. W: A. Jasińska-Kania (red.), *Wartości i zmiany. Przemiany postaw Polaków w jednoczącej się Europie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Jedynak, W. (2014). Wybrane aspekty przemian religijności i moralności młodzieży polskiej. W: P. Długosz, H. Kotarski, W. Jedynak (red.), *Czy stracone pokolenie? Młodzież i jej dylematy na początku XXI wieku*. Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego.

- Kućko, W. (2019). Przemiany religijności młodzieży i dorosłych w Polsce – próba diagnozy na podstawie wybranych badań sondażowych Pew Research Center oraz CBOS. *Studia Teologiczne: Białystok, Drohiczyn, Łomża 1*, 195–214.
- Kutyło, L. (2008). Ponowoczesna „ucieczka od wolności”? Analiza fundamentalizmu religijnego jako współczesnej utopii. *Folia Sociologica*, 33.
- Licherowicz, A. (2021). Sekularyzacja przyspiesza także w Polsce. *Gazeta Prawna*. <https://www.gazetaprawna.pl/wiadomosci/kraj/artykuly/8094742,sekularyzacja-przyspiesza-takze-w-polsce-wywiad.html>
- Mariański, J. (2021). O nowej duchowości – próba opisu zjawiska. *Nauki o wychowaniu. Studia Interdyscyplinarne*, 1(12).
- Mariański, J. (2019). Religijność młodzieży szkolnej w procesie przemian (1988–2017). *Edukacja Międzykulturowa*, 1(10). doi: 10.15804/em.2019.01.01
- Mariański, J. (2017). Sekularyzacja jako megatrend społeczno-kulturowy. *Intercultural Relations*, 1(1), 231–257. <https://doi.org/10.12797/RM.01.2017.01.12>
- Mariański, J. (2016). Religia i religijność w zsekularyzowanych społeczeństwach. *Zeszyty Naukowe KUL*, 59, nr 4(236).
- Mariański, J. (2010). Permisywizm i relatywizm moralny młodzieży maturalnej. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio I, Philosophia-Sociologia*, Vol. 35, z. 1.
- Motak, D. (2010). Religia – religijność – duchowość. Przemiany zjawiska i ewolucja pojęcia. *Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Jagiellońskiego MCCCXVII Studia Religiosa*, 43.
- Miller, L. (2016). Czy dzieci powinny wierzyć w Boga? Białystok: Wydawnictwo Samsara.
- Norris, P., Inglehart, R. (2006), *Sacrum i profanum. Religia i polityka na świecie*. Wydawnictwo „NOMOS”, Kraków.
- Piedmont, R.L., Toscano, M.E. (2016) Assessment of Spirituality and Religious Sentiments (ASPIRES) Scale. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham.
- Pew Research Center (2018). The Age Gap in Religion Around the World. <https://www.pewforum.org/2018/06/13/young-adults-around-the-world-are-less-religious-by-several-measures/> (dostęp: 6 września 2021 r.).
- Ruszel, M. E. (2016). Psychologiczne aspekty zamykania się młodzieży na religię. *Studia Gdańskie*, 39, 245–255.
- Sadłoń, W. (2021). Wstęp. W: Kościół w Polsce. Raport. Katolicka Agencja Informacyjna. <https://ekai.pl/wp-content/uploads/2021/03/Raport-Kosciol-w-Polsce-2021.pdf>
- Stachowska, E. (2019). Religijność młodzieży w Europie – perspektywa socjologiczna. *Kontynuacje. Przegląd Religioznawczy*, 3(273).
- Walesa, Cz. (1982). Psychologiczna analiza rozwoju religijności człowieka ze szczególnym uwzględnieniem pierwszych jego okresów życia, W: Z. Chlewiński (red.), *Psychologia religii*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Wnuk, M., Marcinkowski, J. (2012). Psychologiczne funkcje religii. *Problemy Higieny i Epidemiologii*, 93(1), 239–243.

- Wysocka, E. (2010). Religijność młodego pokolenia jako podstawa autokracji i obrony przed zagrożeniami rozwojowymi. W: M. Libiszewska-Żółtkowska, S. Grotowska (red.), *Religijność i duchowość – dawne i nowe formy*. Kraków: Wydawnictwo Nomos.
- Zawadka, G. (2021). Sondaż: Co młodzi Polacy sądzą o Kościele? *Rzeczpospolita*: <https://www.rp.pl/kosciol/art224801-sondaz-co-mlodzi-polacy-sadza-o-kosciele>
- Zaręba, S., Choczyński, M. (2020). Rodzina i religia w czasie pandemii. Raport z ogólnopolskich badań socjologicznych PPPIW wśród młodzieży akademickiej w 2020 roku. *Collectanea Theologica*, 4, 157–172.
- Zwingmann, C., Klein, C., Bussing, A. (2011). Measuring Religiosity/Spirituality: Theoretical Differentiations and Categorization of Instruments. *Religions*, 2, 345–357.

ZACHOWANIA WYBORCZE MŁODYCH POLAKÓW: WIELKA ZMIANA

JACEK RACIBORSKI

Wprowadzenie

Postawy polityczne młodzieży to standardowy temat socjologii politycznej, budzący przy tym spore społeczne zainteresowanie. Powodem jest zapewne przekonanie, że to młodzi zadecydują, jaka będzie przyszłość kraju, a tym samym, jaki też będzie w przyszłości los ludzi starych. Czy będą mieli godziwe emerytury, opiekę, czy też kraj pogrąży się w biedzie i konfliktach głęboko rozdzierających społeczeństwo. Ten sposób myślenia dawno temu wyraził Jan Zamoyski: „Takie będą Rzeczypospolite, jakie ich młodzieży chowanie...”. W tle tego typu oczekiwań jest założenie, że istnieją pokolenia jako realne grupy społeczne, obdarzone pewnymi cechami, formowanymi zwłaszcza w okresie młodości za sprawą wspólnych warunków życia i tzw. przeżyć pokoleniowych. I że te cechy pokolenia są trwałe, młodzi realizować będą swoje wartości i projekty ładu społecznego także wtedy, kiedy już będą dorosłymi i odpowiedzialnymi za los swój, swojej rodziny i kraju.

Rozumienie pokolenia jako realnej bądź potencjalnej grupy społecznej, spajanej pewnymi więziami, jest w duchu Diltheya (1982) i Mannheima (1992/1993), a z polskich badaczy wypada wymienić Marię Ossowską (1963) i Jana Garewicza (1983). Gdy mówimy o wartościach i postawach konkretnego pokolenia, to nie oczekujemy absolutnej ich powszechności w danym pokoleniu. Idzie raczej o postawy *liderów pokolenia*, o dominujące wzorce ideowe w danej grupie wiekowej w danym czasie, bardziej więc o ideologię niż o praktykę. Istnienie pokoleń nie jest socjologiczną oczywistością. Bardzo często tzw. przeżycie pokoleniowe okazuje się krótkotrwałe a to, co w jakimś momencie uważano za przeżycie pokoleniowe – tego rodzaju doświadczeniem nie było. Tak się chyba sprawa ma z pokoleniem Jana Pawła II kreowanym nie tylko przez katolickich publicystów, ale i przez socjologów (Szawiel,

2008). Pokolenia bywają też świadomie konstruowane *ex post*. Są społecznymi mitami, jak pokolenie Kolumbów, czy pokolenie Października '56, pokolenie Solidarności '80. Skądinąd jako mity są zjawiskami o pewnej społecznej doniosłości.

Od efektu pokolenia trzeba odróżniać efekt cyklu życiowego. Postawy i wartości młodych mogą być konsekwencją bardzo konkretnych doraźnych wydarzeń wpływających na ich sytuację życiową, a przede wszystkim interesów wynikających z potrzeb typowych dla poszczególnych faz życiowych. Młodzi ludzie będą więc szczególnie zainteresowani kwestią mieszkaniową, a starzy emeryturami i opieką zdrowotną; młodzi są wrażliwi na wszelkie ograniczenia wolności osobistej, a starzy mają szczególnie rozwinięte potrzeby związane z bezpieczeństwem. W praktyce bardzo trudno jest separować owe interesy od pokoleniowych doświadczeń i przeżyć.

Nie musimy w punkcie wyjścia analizy postaw politycznych młodzieży przesądzać, czy mamy do czynienia z pokoleniem w sensie socjologicznym. Najważniejsze jest stwierdzenie, czy te postawy istotnie różnią się od postaw politycznych starszych roczników. Dopiero na tej empirycznej podstawie można szukać wyjaśnień w kategoriach pokoleniowych. Najlepszym wskaźnikiem postaw politycznych są preferencje wyborcze oraz samo uczestnictwo w wyborach.

Wyborcza mobilizacja młodych

Ogląd zachowań wyborczych młodych Polaków w ostatnich wyborach parlamentarnych i prezydenckich wskazuje, że mamy w Polsce radykalną zmianę ich dotychczasowego wzorca. Zmianę sygnalizującą pokoleniowy bunt. Spektakularnie ujawnił się on w demonstracjach jesienią 2020 roku po wyroku Trybunału Konstytucyjnego. Przypomnijmy, Trybunał uznał, że przesłanka dopuszczająca aborcję z powodu ciężkiej i niedającej się usunąć wady płodu, tzw. przesłanka embriopatologiczna, jest niezgodna z konstytucją. Tym samym prawie całkowicie zdelegalizował w Polsce aborcję. Grunt pod pokoleniowy bunt młodych uformował się jednak wcześniej i wyraził początkowo w formach całkowicie konwencjonalnych – w wyborach. Dlatego nie został należycie opisany i doceniony. Zasygnalizowałem zjawisko w formie publicystycznej na łamach „Gazety Wyborczej” („Młodzież się przebudziła, ale ten bunt może zgasnąć”; GW z 8 listopada 2020). Teraz chciałbym ten obraz nieco pogłębić. Podtrzymuję wyjściową tezę tamtego artykułu, że zmiana postaw politycznych młodzieży, zwłaszcza młodych kobiet, i jej zachowań wyborczych jest ogromna, szybka i będzie prawdopodobnie miała poważne konsekwencje polityczne.

W Polsce nigdy w przeszłości młode pokolenie wyborców aż tak wyraźnie nie odróżniło się od pokoleń starszych, a zwłaszcza od pokolenia dziadków. Pewne poruszenie młodzieży zaobserwowano w wyborach 2007 roku. Jak podaje Krystyna

Szafraniec powołując się na badania PGSW, frekwencja wyborcza w najmłodszej grupie 18–25 lat wzrosła wtedy o ok. 10 punktów procentowych (pkt proc.) w stosunku wyborów w latach 2001 i 2005, ale i tak pozostała dużo niższa niż w następnych kohortach wiekowych. Mimo to nie ma większych wątpliwości, że nawet ta relatywnie niewielka mobilizacja młodzieży w istotnym stopniu wpłynęła wówczas na wynik wyborów i przyczyniła się do zwycięstwa PO. W grupie wyborców 18–24 lata PO uzyskała poparcie ok. 56%, podczas gdy wśród wyborców powyżej 60 lat było to ok. 28% (Szafraniec, 2012, s. 46–47). Mobilizacja młodych okazała się krótkotrwała. W wyborach zarówno parlamentarnych, jak i prezydenckich w 2015 roku pokoleniowa luka w partycypacji wróciła. Spektakularny przyrost frekwencji młodych nastąpił w wyborach prezydenckich w 2020 roku. Trzeba jednak zauważyć, że frekwencja wzrosła we wszystkich grupach wiekowych, prawdopodobnie w konsekwencji bardzo głębokiej polaryzacji. Ale w młodym pokoleniu przyrost frekwencji był szczególnie duży i zlikwidował prawidłowość, obserwowaną prawie we wszystkich demokracjach świata, że młodzi ludzie zazwyczaj uczestniczą w wyborach istotnie rzadziej niż starsi. Frekwencja w II turze wyborów prezydenckich w kohorcie 18–29 lat wyniosła 67% – tyle samo, co w następnej kohorcie wiekowej 30–39 lat (dane exit poll IPSOS, patrz tab. 1). To zupełne novum. W wyborach prezydenckich 2015 roku luka między tymi kohortami wynosiła 10 pkt proc., a w wyborach parlamentarnych 2019 roku była nawet większa, bo wyniosła 14 pkt proc. A więc w ostatnich wyborach prezydenckich młode pokolenie zmobilizowało się, całkowicie zasypało lukę i wyraziło przy tym istotnie odmienne preferencje.

Tabela 1. Frekwencja wyborcza w latach 2011–2020 a wiek (dane w %)

Wiek (lata)	2011 parlamentarne	2015 parlamentarne	2015 prezydenckie II tura	2019 parlamentarne	2020 prezydenckie I tura	2020 prezydenckie II tura
18–29	47,1*	46,4	48,2	46,4	62,3	67,2
30–39	47,0**	60,3	58,3	60,3	62,9	66,6
40–49	51,4	75,7	64,8	75,7	68,1	74,9
50–59	51,4	59,6	60,5	59,6	71,2	76,3
60 i więcej	48,2	66,2	52,6	66,2	56,1	64,2

*ściślej, w grupie wiekowej 18–25 lat, ponieważ taki był przedział w badaniu exit poll IPSOS w 2011 r.

**ściślej, jest to frekwencja w grupie wiekowej 26–39 lat, ponieważ taki był przedział w badaniu exit poll IPSOS w 2011 r.

Źródło: dane exit polls IPSOS: 2011; 2015; 2019; 2020.

Porównanie preferencji wyborczych młodzieży w wyborach prezydenckich 2015 i 2020 roku pokazuje bardzo głęboką ich zmianę. Wtedy w najmłodszej kohorcie Duda wygrał z Komorowskim w proporcji 60:40, w następnej kohorcie (30–40 lat)

też wygrał Duda, ale już z niewielką przewagą (51:49). W 2020 roku Rafał Trzaskowski, reprezentant tej samej co Komorowski formacji, odnotował wśród młodzieży spektakularny sukces. W grupie wyborców 18–29 lat poparło go w II turze 64%, w dwóch następnych kohortach wiekowych (obejmujących łącznie wyborców w wieku 30–50 lat) też wygrał Trzaskowski, ale tu proporcja była bardziej zrównoważona: 55 do 45. Wśród młodzieży z dużych miast przewaga Trzaskowskiego nad Dudą była miażdżąca. Ponad 80% młodzieży z miast powyżej 200 tys. mieszkańców popierało Trzaskowskiego, ale nawet na wsi w młodym pokoleniu przewaga Dudy była zaledwie 2-punktowa, podczas gdy wśród ogółu mieszkańców wsi proporcja była 63:37 na korzyść urzędującego prezydenta (patrz tab. 2). Przyjrzyjmy się bliżej związkowi poparcia dla R. Trzaskowskiego z wiekiem przy kontroli zmiennej miejsce zamieszkania (tab. 2). We wszystkich kategoriach wiekowych zmienna ta silnie różnicuje poparcie dla Trzaskowskiego. Znaczące są trzy progi tego poparcia. Na wsi wśród młodych poparcie dla Trzaskowskiego było o ok. 20 pkt proc. mniejsze niż w miastach małych i średnich oraz o ok. 35 pkt proc. mniejsze niż w miastach dużych. Podobny wzorec utrzymał się w miastach w następnych grupach wiekowych, z tym że wśród wyborców w wieku powyżej 40 lat zróżnicowanie słabło i dystans ten wyniósł ok. 20 pkt proc. we wszelkiego rodzaju miastach. Możemy więc z całą pewnością stwierdzić, że młode pokolenie w wyborach prezydenckich zaznaczyło swoją odrębność w miastach dużych i małych, a także na wsi.

Tabela 2. Wiek wyborców i miejsce ich zamieszkania a preferencje w II turze wyborów prezydenckich 2020 roku* (dane w %)

Miejsce zamieszkania	Wiek									
	18–29		30–39		40–49		50–59		60+	
	AD	RT	AD	RT	AD	RT	AD	RT	AD	RT
Wieś	51,2	48,8	59,1	40,9	58,2	41,8	70,9	29,1	75,6	24,4
Miasto do 50 tys.	32,3	67,7	39,7	60,3	40,2	59,8	53,0	47,0	61,4	38,6
Miasto 50–200 tys.	30,4	69,6	42,1	57,9	40,4	59,6	59,9	40,1	61,8	38,2
Miasto 200–500 tys.	20,1	79,9	33,5	66,5	34,0	66,0	48,7	51,3	48,8	51,2
Miasto pow. 500 tys.	16,2	83,8	25,7	74,3	30,8	69,2	46,5	53,5	47,4	52,6

*AD – Andrzej Duda, RT – Rafał Trzaskowski

Źródło: obliczono na podstawie danych exit poll IPSOS 2020.

Mylny byłby jednak wniosek, że za wynikiem Trzaskowskiego z II tury kryje się wysokie poparcie dla PO. Nie, ten wynik wyraża olbrzymią niechęć młodego pokolenia do PiS i nieco mniejszą dla Dudy – sądząc po jego ostatecznym wyniku. Będzie to bardziej widoczne, gdy prześledzimy preferencje najmłodszych wyborców w wyborach parlamentarnych 2015 i 2019 roku (tab. 3).

Tabela 3. Preferencje wyborcze młodego pokolenia w wyborach do Sejmu w 2015 i 2019 roku (dane w %)

Partia	Wybory 2015		Wybory 2019	
	ogół wyborców	18–29 lat	ogół wyborców	18–29 lat
PiS	39,1	26,6	43,6	26,2
PO	23,4	14,4	27,4	24,0
PSL	5,2	3,7	9,6	10,3
SLD	6,6	3,4	11,9	17,7
Konfederacja	–	–	6,4	20,2
Razem	3,9	5,2	–	–
Korwin	4,9	16,8	–	–
Kukiz'15	9,0	20,6	–	–
Nowoczesna Petru	7,1	7,8	–	–

Źródło: dane z exit polls IPSOS 2015 i 2019.

W wyborach 2015 roku wśród młodych wyborców wygrało PiS, ale z wynikiem dużo gorszym niż w całym elektoracie. Zwraca uwagę bardzo wysokie poparcie młodzieży dla partii i ruchów skrajnych. Na ugrupowania firmowane przez Janusza Korwin-Mikke i Pawła Kukiza głosowało łącznie ponad 37% wyborców w wieku 18–29 lat (przy wyniku 14% w całym elektoracie, por. tab. 4). Nikłe było poparcie w tym środowisku dla partii jednoznacznie lewicowych. SLD i Razem zebrały łącznie tylko 8,6% głosów. Obraz postaw politycznych młodzieży w 2015 roku wydaje się jednoznaczny. Dominowały postawy prawicowo-nacjonalistyczne, zwłaszcza jeśli uwzględni się, że PiS w głównym nurcie też taką ideologię reprezentował. Jedno zastrzeżenie warto jednak poczynić: te postawy były bardzo niespójne, tworzone z przemieszania sprymitywizowanych liberalnych haseł z hasłami typowo nacjonalistycznymi i typowymi dla wszelkich populizmów hasłami anty-elitystycznymi.

Wybory parlamentarne 2019 roku nie przyniosły zmiany politycznej na poziomie całego elektoratu. Stabilność preferencji wyborców okazała się olbrzymia. Główne partie odnotowały podobne wyniki jak cztery lata wcześniej. Wzmocniły się nieco PiS, PSL (zasilony Kukizem) i SLD (zasilone Wiosną i Razem). Ale preferencje młodzieży zmieniły się znacząco. Wprawdzie na PiS nadal głosowało 26,2% wyborców w wieku 18–29 lat, ale znacznie poprawił się w tej grupie wynik PO i przede wszystkim SLD (patrz tab. 3). Nastąpiło więc wzmocnienie w tej grupie orientacji centrolewicowej, która jednak nie zrównoważyła w pełni orientacji prawicowo-nacjonalistycznej. Tendencja jednak się odwróciła i w wyborach prezydenckich rok później w I turze wśród wyborców w wieku 18–29 lat najwięcej głosów otrzymał Rafał Trzaskowski (23,8%), następny był wprawdzie Krzysztof Bosak (23,0%), ale tuż za nim Szymon Hołownia (22,3%). Jeżeli do tego dodamy jeszcze głosy

zebrane w tym pokoleniu przez Roberta Biedronia (7,2%) i Władysława Kosiniaka-Kamysza (2,0), to przewaga orientacji centrolewicowej była wyraźna. Krzepnie jednak też w tym pokoleniu orientacja radykalnie prawicowonacjonalistyczna. To konsekwencja ogólnego procesu polaryzacji i kurczenia się amorficznego centrum. Młodzież bardzo się w ostatnim czasie upolityczniła. Najważniejsza zmiana w młodym pokoleniu ostatnich 2–3 lat to polityczna mobilizacja kobiet i ich zwrot na lewo.

Tabela 4. Frekwencja wyborcza w Polsce w latach 2011–2020 z uwzględnieniem płci (dane w %)

Wyszczególnienie	2011 parlamentarne	2015 prezydenckie II tura	2015 parlamentarne	2019 parlamentarne	2020 prezydenckie I tura	2020 prezydenckie II tura
Frekwencja wg exit poll (late poll) IPSOS (w nawiasach frekwencja rzeczywista – PKW)	48,8 (48,9)	56,1 (55,3)	51,0 (50,9)	61,1 (61,7)	62,9 (64,51)	68,9 (68,2)
Mężczyźni	50,1	54,9	52,2	60,8	61,2	65,3
Kobiety	47,6	57,2	49,9	61,5	64,5	72,1

Źródło: dane exit polls IPSOS: 2011; 2015; 2019; 2020.

Młode kobiety: awangarda pokolenia

Polityczna mobilizacja kobiet, którą widzieliśmy gołym okiem na ulicach miast i miasteczek jesienią 2000 roku, została poprzedzona ich próbą wpłynięcia na wyniki wyborów parlamentarnych i prezydenckich. Kobiety w dwóch ostatnich elekcjach wykazały się istotnie większą partycypacją niż mężczyźni (por. tab. 4). Niższa frekwencja kobiet jest zjawiskiem dość typowym we współczesnych demokracjach. Polska nie była wyjątkiem. Jeszcze w wyborach parlamentarnych 2011 i 2015 roku frekwencja wśród mężczyzn była o ponad 2 pkt. proc. większa niż wśród kobiet. Punkt przełomu to wybory parlamentarne 2019 roku. Frekwencja wśród kobiet wyniosła 61,5% a wśród mężczyzn 60,8%. Prawdziwie jakościowy skok dokonał się w wyborach prezydenckich 2020 roku. W II turze do urn poszło 72,1% kobiet, a tylko 65,3% mężczyzn. A więc prawie siedmiopunktowa różnica (w I turze trzypunktowa na korzyść kobiet). Zważywszy dodatkowo, że w wśród uprawnionych do głosowania kobiet jest o 3.8 pkt proc. więcej niż mężczyzn, dało to bardzo znaczącą nadreprezentację kobiet w II turze wyborów prezydenckich. Głosowało w niej ok. 11,25 mln kobiet i ok. 9,39 mln mężczyzn (oszacowanie własne na podstawie danych

GUS i exit poll IPSOS). Nie mamy danych o strukturze wieku głosujących kobiet, ale wiele wskazuje, że szczególnie zmobilizowały się młode kobiety i głosowały na Trzaskowskiego. Wygrał on wśród ogółu kobiet uzyskując w II turze 50,4% głosów. Przyjrzyjmy się sprawie bliżej. Obie strony dość skutecznie zabiegały o poparcie kobiet, o czym świadczy wyrównany wynik kandydatów wśród nich. Apele obu kandydatów okazały się więc skuteczne, ale wobec kobiet z innych kohort wiekowych. Kobiety w wieku 18–29 lat głosowały zdecydowanie częściej na Trzaskowskiego (66,1%, przy 61,0% mężczyzn) niż na Dudę. W dwóch następnych kohortach wiekowych kobiet, tj. 30–39 i 40–49 lat, nadal wygrywał Trzaskowski w proporcji 55 do 45, chociaż różnica między preferencjami kobiet i mężczyzn w tych grupach nie była już duża. Z kolei kobiety z obu kohort powyżej 50 lat wsparły Dudę mniej więcej w proporcji 60 do 40 i nie odróżniły się od mężczyzn z tej grupy wiekowej. Ten wynik może być interpretowany jako wyraz niechęci kobiet w wieku rozrodczym wobec Prawa i Sprawiedliwości, która to formacja nie od dziś zmierza do zaostreżenia ustawy antyaborcyjnej, i tak represyjnej, ograniczania dostępu do środków antykoncepcyjnych oraz ogólnie jest niechętna wszelkim feministycznym postulatam. W odmowie poparcia kobiet dla PiS ujawniły się też narastające ograniczenia skuteczności polityki 500+ (Sadura, Sierakowski, 2021). Oto beneficjentki tego programu, którymi przede wszystkim są kobiety w wieku 18–50 lat, wyraźnie częściej poparły Rafała Trzaskowskiego. Ale zarazem płeć oddziałuje na preferencje tylko w łączności z innymi atrybutami, w szczególności z wykształceniem, wiekiem i miejscem zamieszkania. Kobiety mieszkające na wsi wsparły A. Dudę równie często co mężczyźni (ok. 64%). Podobnie wyborcy z wykształceniem wyższym niezależnie od miejsca zamieszkania znacznie częściej poparli R. Trzaskowskiego niż A. Dudę.

Tabela 5. Preferencje wyborcze w wyborach parlamentarnych 2019 roku a wiek oraz płeć wyborców (dane w %)

Wiek	Płeć	PSL	PiS	SLD	Konfederacja	KOBW
18–29	M	9,1	26,0	13,9	28,4	20,9
	K	10,3	26,6	22,9	11,0	27,7
30–39	M	11,0	37,4	11,8	11,3	27,1
	K	10,1	36,5	13,8	5,5	32,4
40–49	M	10,4	42,7	12,0	5,2	28,7
	K	9,4	39,4	12,2	3,1	34,7
50–59	M	10,1	52,2	9,1	2,9	24,9
	K	8,7	50,2	9,9	2,7	27,6
60+	M	7,6	56,7	11,3	1,4	22,4
	K	6,3	55,0	9,6	1,1	27,6

Źródło: obliczono na podstawie danych exit poll IPSOS 2019.

Specyfika preferencji kobiet, zwłaszcza młodych kobiet, jeszcze lepiej uwioczniała się w wyborach parlamentarnych 2019 roku (tab. 5). Oto wśród młodych wyborców (18–29 lat) na SLD głosowało 23% kobiet i tylko 14% mężczyzn, zupełnie odwrotnie niż w wypadku Konfederacji, którą poparło 28% młodych mężczyzn i tylko 11% kobiet. Koalicja Obywatelska też odnotowała w grupie młodych kobiet znacząco większe poparcie niż wśród młodych mężczyzn, chociaż starsze kobiety też częściej niż mężczyźni popierały koalicję wokół PO, ale różnice były nieco mniejsze. Prawo i Sprawiedliwość odnotowało w grupie młodych wyborców poparcie dwukrotnie mniejsze niż w grupie wyborców po 50. roku życia, ale w przypadku PiS płęć w ogóle nie różnicowała poparcia.

Protesty, jakie wybuchły po wydaniu wyroku TK w sprawie dopuszczalności aborcji, były gwałtowne, były przede wszystkim sprawą ludzi młodych i miały niekonwencjonalne elementy, takie jak powszechność wulgaryzmów, miejsca demonstracji (m.in. przed kościołami) znaczne emocjonalne zaangażowanie uczestników. Były próbą przełamania rytualizmu, schematyczności demonstracji w warunkach demokracji i świadczyły o rozczarowaniu młodego pokolenia konwencjonalnym uczestnictwem w polityce. Jego wyborcza mobilizacja w wyborach prezydenckich nie przyniosła bowiem końcowego sukcesu.

Pokolenie Polski europejskiej

Wiemy nieco o dalszych losach buntu młodych z jesieni 2020 roku za sprawą analizy CBOS (2021). Otóż w okresie styczeń – wrzesień systematyczne comiesięczne sondaże preferencji wyborczych pokazały, że utrzymuje się odmiennosc preferencji młodzieży od preferencji wyborców starszych. W analizie CBOS skonstrastowano respondentów w wieku 18–24 lata z respondentami mającymi 25 i więcej lat, co dodatkowo utrudnia bezpośrednie porównanie z wynikami exit poll. Wydaje się, że różnica w poparciu dla PiS między młodymi a starszymi powiększyła się w stosunku do wyborów 2019 roku. W grupie najmłodszej PiS zbierało średnio 8-procentowe deklarowane poparcie wyborcze, a w pozostałej grupie było to 37%. Utrzymuje się dość duże poparcie dla Konfederacji (14%), ale jest ono sporo mniejsze niż uzyskane wśród młodzieży w wyborach 2019 roku (grupa nieco szersza). W przypadku Konfederacji też jest duża różnica w preferencjach młodych i „starych”. Ci drudzy jedynie incydentalnie udzielają tej dziwnej formacji poparcia. Utrzymuje się wśród młodzieży relatywnie wysokie poparcie dla Lewicy i Hołowni. W wynikach sondaży CBOS zwraca też uwagę znacznie większy odsetek respondentów niezdecydowanych niż w grupie starszej. Postawy lewicowo-liberalne wśród młodzieży są wyraźniej częstsze niż postawy narodowo-katolickie i narodowo-liberalne.

Mamy jeszcze zbyt mało przesłanek, aby jednoznacznie stwierdzić, że uformowało się nowe pokolenie w sensie socjologicznym i że ono wcześniej czy później zmieni polską politykę. W pewnym sensie jest to pokolenie pęknięte. Znaczący jego odłam popiera siły wręcz faszyzujące (podobne do włoskich ugrupowań neofaszystowskich), ale większość jest centrolewicowa. Właściwie to pęknięta jest kohorta demograficzna złożona z roczników 18–29 lat. Z tej kohorty prawdopodobnie wyodrębniło się pokolenie o pewnej socjologicznej realności. Nazwijmy je pokoleniem Polski europejskiej. Ono od urodzenia żyje już w epoce cyfrowej, jest znacznie lepiej wykształcone niż pokolenia wcześniejsze, jest całkowicie zlaicyzowane, proeuropejskie, dominuje w nim syndrom wartości zbiorczo nazywany wartościami post-materialistycznymi. Bardzo dobrą dokumentację takiego kierunku przemian wartości wśród młodzieży przyniosły badania ostatniej fali Europejskiego Sondażu Wartości (Marody, 2021). Jeżeli polityczna mobilizacja tego pokolenia się utrzyma, to można z pewnym optymizmem myśleć o szansach polskiej demokracji.

Literatura

- CBOS (2021). Komunikat nr 122/2021. Preferencje partyjne najmłodszych wyborców i ich ewolucja w ostatnich dwóch dekadach.
- Dilthey, W. (1982). *Pisma estetyczne*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Garewicz, J. (1983). Pokolenie jako kategoria socjologiczna. *Studia Socjologiczne*, 1, 75–87.
- Mannheim, K. (1992/1993). Problem pokoleń. *Colloquia Communia*, 1/12, 136–169.
- Marody, M. (red.) (2021). *Wartości w działaniu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Ossowska, M. (1963). Koncepcja pokolenia, *Studia Socjologiczne*, 2, 47–51.
- Sadura, P., Sierakowski S. (2021). *Koniec hegemonii 500 plus. Raport z badań*. Warszawa: Krytyka Polityczna.
- Szafraniec, K. (2012). *Dojrzewający obywatele dojrzewającej demokracji*. Warszawa: Instytut Obywatelski.
- Szawiel, T. (red.) (2008). *Pokolenie JP 2. Przeszłość i przyszłość zjawiska religijnego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

AKTYWIZM MŁODYCH: SPONTANICZNOŚĆ VS. ZINSTYTUCJONALIZOWANIE, ONLINE VS. OFFLINE, POWODY RADYKALIZACJI

KATARZYNA JAŚKO

Wprowadzenie

„Nie ufaj nikomu, kto ma więcej niż 30 lat” radził aktywista amerykańskiego ruchu studenckiego Jack Weinberg w 1964 roku (Berkley Daily Planet, 2000). Za tym ostrzeżeniem wydaje się stać sugestia, że ludzie z wiekiem stają się mniej skłonni do walki o polityczne ideały, a na ich zaangażowanie w działania polityczne nie należy przesadnie liczyć. Studenckie protesty z lat 60. czy bardziej współczesne przykłady aktywistek takich jak Greta Thunberg i Malala Yousafzai zdają się również potwierdzać, że motywacja do zmieniania świata w większym stopniu charakteryzuje młodsze niż starsze osoby. Powstaje jednak pytanie: czy systematyczne analizy naukowe potwierdzają te anegdotyczne obserwacje? Czy rzeczywiście polityczne zaangażowanie częściej można spotkać wśród młodszych osób? A może są to raczej wyjątki wśród młodych osób, które przeciętnie charakteryzuje raczej apatia i wyalienowanie ze świata polityki? Czym charakteryzuje się aktywizm polityczny młodych osób? I wreszcie, czy możemy wskazać trendy w tym zakresie, których konsekwencje będziemy obserwować w przyszłości?

Pytanie o to, jaka jest relacja pomiędzy wiekiem a zaangażowaniem politycznym, jest pytaniem nie tylko ważnym teoretycznie, ale ma także istotne praktyczne implikacje, m.in. dla tych osób, których celem jest mobilizacja społeczna. Celem tego rozdziału jest przedstawienie badań i podejść teoretycznych odpowiadających na to pytanie. Przyjrzę się w nim formom zaangażowania politycznego, które są bardziej specyficzne dla młodszych osób, a także przeanalizuję potencjalne mechanizmy radykalizacji w tej grupie wiekowej. Postaram się tam, gdzie to możliwe zilustrować omawiane tendencje na przykładzie własnych badań zrealizowanych zarówno w Polsce, jak i za granicą.

Skala zaangażowania młodych osób w politykę

Jednym z kontekstów politycznych, w których systematycznie prowadzone są analizy zaangażowania politycznego i ich relacje ze zmiennymi demograficznymi, są kampanie poprzedzające wybory prezydenckie w Stanach Zjednoczonych. Szukając przykładów znaczącego zaangażowania politycznego młodych osób, można przywołać wybory z 2008 roku, które wygrał Barack Obama. Analizy tych wyborów pokazały, że głosy młodych osób w największym stopniu sprzyjały kandydatowi partii demokratycznej – aż 66% osób pomiędzy 18. a 29. rokiem życia zagłosowało na Obamę (Rosentiel, 2008). Tym, co było nawet bardziej wyjątkowe w tej kampanii, był poziom zaangażowania młodych ludzi. W porównaniu do starszych wyborców o wiele więcej młodych osób wzięło udział w wydarzeniach takich jak wiece czy prowadząc bezpośrednią kampanię na rzecz kandydata. Nieproporcjonalnie wysoki poziom mobilizacji młodych osób można było również obserwować w latach 2016 i 2020 w kampaniach Berniego Sandersa, kiedy to młodzi ludzie masowo wpłacali małe kwoty na kampanię i przeprowadzali wiele rozmów zachęcających innych do głosowania na tego kandydata (Soherr, Lundberg, Medina, 2021). Te przykłady mogłyby potwierdzać obraz młodych Amerykanów entuzjastycznie zaangażowanych w działania na rzecz sprawy bliskiej ich sercu. Bardziej pesymistycznie nastawieni obserwatorzy życia politycznego mogliby jednak zauważyć, że w obu swoich kampaniach Bernie Sanders przegrał już na etapie prawyborów. Kampanie polityczne, które opierały się na podobnej do kampanii Obamy idei mobilizacji młodych wyborców, nawet jeśli zdołały wzbudzić entuzjazm na spotkaniach organizowanych na kampusach uniwersyteckich i w Internecie, poniosły porażki w ostatecznych wyborach, ponieważ nie zdołały przyciągnąć wystarczająco wiele młodych osób do urny wyborczej. Także bardziej dokładne analizy wyborów w 2008 roku pokazały, że głosy młodych osób, choć ważne, nie były kluczowe dla wygranej Baracka Obamy. Jak zatem wygląda zaangażowanie młodych osób w życie polityczne?

Wbrew przywołanym wcześniej przykładom młodych aktywistek i działaczy, badacze prowadzący bardziej systematyczne analizy zwracają uwagę, że – używając standardowych wskaźników zaangażowania politycznego – młodzi ludzie są ogólnie mniej zaangażowani w działania polityczne niż ich starsi współobywatele i współobywatelki. Takie wnioski wypływają także z analiz frekwencji wyborczej, w których młodzi wyborcy wypadają najslabiej, ponieważ najrzadziej uczestniczą w wyborach. Przykładowo, raport przygotowany przez Pippę Norris (2004) pokazuje, że zaangażowanie w działania obywatelskie, definiowane m.in. poprzez frekwencję wyborczą i członkostwo w partiach politycznych, jest największe w pokoleniach w średnim wieku (pomiędzy 30 a 60 lat), a znacząco mniejsze w grupach najmłod-

szych i najstarszych. Taką krzywoliniową relację pomiędzy wiekiem a zaangażowaniem politycznym można zaobserwować we wszystkich analizowanych typach społeczeństw, w tym także w kategorii obejmującej kraje postkomunistyczne, takie jak Polska. Młodzi są również grupą wiekową przejawiającą najmniejsze zainteresowanie kwestiami politycznymi (Kimberlee, 2002). Przypisuje się im także wyższy poziom ignorancji w sprawach politycznych i mniejsze zaangażowanie w śledzenie informacji o polityce (Weiss, 2020). Badania prowadzone w Polsce przez Zespół Laboratorium Poznania Politycznego Instytutu Psychologii PAN (2021) pokazują, że ponad 40% młodych Polek i Polaków ma poczucie wykluczenia młodych ludzi z polityki, a jedynie co czwarty z nich wykazuje zainteresowanie polityką. Na podstawie tych i podobnych danych młodzi ludzie częściej opisywani są jako apatyczni, zniechęceni do polityki i wyobcowani z życia politycznego. Czy jednak rzeczywistość ten obraz niewielkiego zaangażowania młodych jest trafną reprezentacją rzeczywistości?

Pesymistyczny obraz zarysowany powyżej komplikuje się nieco, jeśli przyjrzymy się bliżej temu, jak interpretowane są miary zaangażowania politycznego zarówno przez badaczy, jak i przez osoby biorące udział w badaniach. Przykładowo, problem z interpretacją odpowiedzi na pytanie o zaangażowanie polityczne pojawia się, kiedy osoby badane deklarują mniejszą aktywność tylko dlatego, że nie uznają swoich działań za mieszczące się w kategorii działań politycznych (Quintelier, 2007). Nieliczne badania, w których przyglądano się definicji polityczności wśród młodych dorosłych, sugerują, że faktycznie młodzi dorośli używają często węższych definicji niż zarówno badacze, jak i starsi wiekiem obywatele/ki (np. Andolina i in., 2002). Może to przyczyniać się do tego, że wiele młodych osób ma bardziej cyniczny obraz polityki. Powoduje to, że młodzi dorośli są mniej zainteresowani polityką i nie mają celu włączenia się aktywnie w politykę (Bynner i Ashford, 1994). Jednocześnie brak zaufania i odwrócenie się od zinstytucjonalizowanej polityki nie oznacza, że młode osoby nie angażują się w działania, które są w rzeczywistości polityczne. Badania pokazują, że robią to w innych kontekstach i przy użyciu innych środków niż te najczęściej używane przez pokolenia ich rodziców i dziadków.

Przykładowo, wspomniane wyżej analizy Norris (2004) wskazują na istotne rozróżnienie pomiędzy zinstytucjonalizowanymi i uogólnionymi formami działania politycznego a zaangażowaniem pozainstytucjonalnym i skoncentrowanym na konkretnej kwestii politycznej. W kontraście do tradycyjnie rozumianej aktywności politycznej związanej z zaangażowaniem w działalność partii politycznych i udział w wyborach, nowe formy zaangażowania mają bardziej bezpośrednią formę, związaną z konkretnymi sprawami, jak np. podpisywanie petycji, udział w proteście czy w bojkocie konsumenckim. Analizy te sugerują, że wbrew tezie o apatii, młodzi ludzie częściej niż ich rodzice i dziadkowie angażują się w działania polityczne

ukierunkowane na określone kwestie polityczne. Adresatami ich działania nie są wyłącznie typowi aktorzy polityczni, jak np. rządzący, ale próbują także wpłynąć na innych aktorów życia społecznego w taki sposób, aby zmienić normy i zachowania szeroko rozumianego społeczeństwa. Przykładami takich działań są np.: uczestnictwo w kooperatywach, podejmowanie się wolontariatu, zakupy produktów przyjaznych dla środowiska naturalnego. Analizy sondaży (np. European Social Survey) potwierdzają, że wiek jest pozytywnie skorelowany z działaniami politycznymi rozumianymi wąsko, a negatywnie skorelowany z działaniami rozumianymi szeroko. Co więcej, ten wzór można zaobserwować w kolejnych kohortach we wszystkich społeczeństwach europejskich, co według Norris sugeruje trwałą zmianę pokoleniową, a nie tylko zależność od wieku.

Polskim przykładem zaangażowania politycznego skoncentrowanego na konkretnej kwestii mogą być protesty Strajku Kobiet w 2020 roku. Kwestia zaostrenia prawa aborcyjnego sprowokowała setki tysięcy Polek i Polaków do wyjścia na ulice w proteście przeciwko decyzji Trybunału Konstytucyjnego i do zaangażowania się w wiele innych działań wyrażających sprzeciw wobec nowego prawa. Kwestia wieku była istotnym aspektem tych protestów. Przykładowo, w badaniu przeprowadzonym na reprezentatywnej ogólnopolskiej próbie 57% respondentów/ek wyraziło poparcie dla akcji organizowanych przez Strajk Kobiet, a 13% czynnie (przynajmniej raz) zaangażowało się w protesty (Kołodziejczyk, 2020). Jednocześnie, zaangażowanie polityczne było ponaddwukrotnie większe wśród młodych osób. W grupie najmłodszych uczestników/czek badania w wieku od 18 do 24 lat prawie co trzecia osoba (29%) aktywnie uczestniczyła w protestach.

W pierwszych dwóch tygodniach protestów przeprowadziłyśmy w naszym zespole badania z udziałem osób uczestniczących w protestach (Jaśko i in., 2020). W badaniu wzięło udział 3050 osób sprzeciwiających się wyrokowi Trybunału Konstytucyjnego. Do udziału w badaniu zaprosiłyśmy osoby, które korzystają z mediów społecznościowych. 79% grupy stanowiły kobiety. Średnia wieku osób badanych wyniosła 33,2 lata, a 50% osób badanych stanowiły osoby do 31. roku życia. Zdecydowana większość osób badanych była aktywnie zaangażowana w protesty Strajku Kobiet. Jednocześnie dla wielu osób było to pierwsze tego typu działanie zbiorowe, ponieważ w przeszłości angażowały się na rzecz spraw społecznych mało lub wcale. Wiek korelował pozytywnie z przeszłym zaangażowaniem, a więc im osoby starsze, tym miały więcej doświadczeń. Nie jest to zaskakujące, ponieważ obiektywnie miały one więcej czasu i możliwości, żeby w przeszłości angażować się w aktywizm. Zaprezentowałyśmy osobom również listę dwunastu różnych działań z prośbą o zaznaczenie tych, w które się angażowały. Przeciętnie osoby biorące udział w badaniu angażowały się w ok. 6–7 różnych działań, ale osoby młodsze średnio angażowały się w większą liczbę działań niż starsze wiekiem uczestniczki. Tak więc w tym przypadku wiek korelował negatywnie ze skalą zaangażowania w protesty.

Co ciekawe, o ile dla wszystkich osób uczestniczących w badaniu powstrzymanie decyzji TK było niezwykle ważne, to młodsze uczestniczki były jednocześnie mniej przekonane o tym, że protesty odniosą sukces, jednak mimo to angażowały się bardziej. W całej grupie chęć zaangażowania się wiązała się z doświadczaniem silnych emocji w czasie protestu. O ile wyrok TK wywołał w osobach badanych silne uczucia wściekłości i zagrożenia, o tyle zaangażowanie w sprzeciw wobec wyroku TK wiązało się z dużym nasileniem pozytywnych emocji, takich jak dumy czy poczucie, że uczestniczy się w czymś ważnym. Zarówno wściekłość wywołana wyrokiem TK, jak i pozytywne emocje czerpane z zaangażowania w protesty były powiązane z chęcią działania na rzecz tej sprawy w przyszłości. Z większą chęcią zaangażowania pozytywnie wiązało się także postrzeganie innych protestujących osób, jako dobrze skoordynowanych i solidarnych ze sobą nawzajem. Im bardziej pozytywne były te oceny, tym bardziej osoby chciały angażować się w przyszłości. Emocje i percepcje nie były jednak zależne od wieku uczestniczek, więc nie tłumaczą one większej skali zaangażowania młodszych osób.

Podsumowując, Strajk Kobiet i jego profil demograficzny dobrze wpisują się w rozróżnienie między zinstytucjonalizowanymi i niezinstytucjonalizowanymi formami zaangażowania politycznego. Ciekawe w związku z tym jest sprawdzenie, czy i jeśli tak, to w jakim stopniu większy udział w spontanicznych i w dużej mierze reaktywnych formach takich jak protesty przekłada się w dłuższej perspektywie na zaangażowanie w tradycyjne formy aktywności politycznej, takie jak głosowanie? Bardziej ogólnie, rozróżnienie na dwie formy zaangażowania politycznego wydaje się szczególnie ważne dla wyciągania wniosków o poziomie aktywności młodych osób. Ogólny trend, jaki można zaobserwować, czyli przejście od tradycyjnych i uogólnionych działań politycznych do działań skoncentrowanych na jednej sprawie i angażujących nowe środki wyrazu, ma szczególne znaczenie w tym kontekście.

Zaangażowanie online *versus* offline

Drugim potencjalnym źródłem różnic między starszymi i młodszymi osobami może być medium, za pośrednictwem którego różne grupy wiekowe realizują swoje polityczne cele. Wcześniej widzieliśmy, że młodsze osoby w większym stopniu angażują się na rzecz konkretnych spraw niż w kwestie związane z tradycyjną polityką partyjną. Jeśli dodatkowo wybierają one inne środki wyrażenia swoich przekonań politycznych, których typowe sondaże nie obejmują, może to także sprawiać wrażenie, że są średnio mniej zaangażowane politycznie. Takim środkiem wyrazu, którego wykorzystanie może być zróżnicowane ze względu na wiek, wydaje się być działalność online.

Statystyki pokazują, że aktywność polityczna w Internecie w ogóle i w mediach społecznościowych w szczególności ma określony profil wiekowy. Przykładowo, badanie przeprowadzone w 2020 roku przez Centrum Badawcze Pew (2020) pokazało, że o ile tylko 36% osób w wieku od 30 do 49 lat w ciągu ostatniego miesiąca korzystało z mediów społecznościowych w poszukiwaniu informacji o protestach odbywających się w ich okolicy, to ponad połowa osób w wieku od 18 do 29 lat deklarowała taką aktywność. Młodszy użytkownicy mediów społecznościowych (poniżej 30 lat) częściej niż starsze osoby deklarowali także użycie hasztagu związanego z kwestiami społeczno-politycznymi. Co ważne, nie tylko średni poziom zaangażowania politycznego online jest wyższy wśród młodych osób, ale wiele wskazuje na to, że wzrasta on także z czasem. Tak więc teza o większej aktywności politycznej online wśród młodych osób wydaje się mieć silne podstawy.

W kontekście dyskusji nad poziomem zaangażowania online pojawia się zwykle pytanie o to, czy rzeczywiście można traktować je jako realne działanie polityczne. Badacze społeczni zastanawiają się nad tym, czy tego rodzaju zaangażowanie prowadzi do, a przynajmniej czy współwystępuje z zaangażowaniem politycznym w świecie poza Internetem. A może jest to substytut „rzeczywistego” zaangażowania, którego efektem jest zmniejszenie aktywności politycznej? Zwolennicy tego drugiego podejścia argumentują, że aktywność online (np. podpisanie petycji lub udostępnienie informacji w mediach społecznościowych), jako łatwiejsza, szybko daje ludziom poczucie, że wykonali już jakieś działanie na rzecz sprawy. W związku z tym zyskują oni poczucie, że nie muszą już angażować się w bardziej wymagające działania offline, jak np. udział w ulicznym proteście (Christensen, 2011). Krytycy „kliktywizmu” twierdzą, że aktywność online zaspokaja potrzebę dobrego samopoczucia i posiadania korzystnego obrazu siebie, jako osoby aktywnej społecznie. Wsparciem dla takiego postrzegania zaangażowania internetowego są badania Sandy Schumann i Olivera Kleina (2016). Wyniki tego badania sugerują, że napisanie komentarza online wyrażającego poparcie dla protestu zmniejszało szansę faktycznego zaangażowania się w działania offline. Mechanizmem odpowiadającym za ten efekt była redukcja poczucia obowiązku i odpowiedzialności za losy sprawy, wywołana poczuciem, że napisanie komentarza stanowiło już wystarczający wkład w ten proces. Wyniki tego badania sugerowałyby więc, że większe zaangażowanie młodych osób w działania online może prowadzić do mniejszej chęci zaangażowania offline. Czy faktycznie tak jest?

Drugi wątek obecny w literaturze sugeruje, że zaangażowanie w działania online i offline mogą być ze sobą powiązane pozytywnie. Bardziej radykalna wersja tego stanowiska sugeruje wręcz kierunek przyczynowo-skutkowy. Zgodnie z nim, działania online zwiększają indywidualne umiejętności i możliwości angażowania się. Nie tylko dostarczają wiedzy, ale też pomagają zbudować sieć

społeczną, która do takiego zaangażowania motywuje. Jeśli widzę, że moi znajomi w mediach społecznościowych ogłaszają, że właśnie wzięli udział w wyborach, ja również będę bardziej skłonna do pójścia na wybory (Bond i in., 2012). Znajomi mogą również bezpośrednio zaprosić mnie do uczestnictwa w działaniach politycznych, np. wysłać mi petycję do podpisania, zaprosić na demonstrację czy oznaczyć mnie w poście o treści politycznej. W minimalnym wymiarze ich wpływ może polegać na tym, że zwiększają moją ekspozycję na treści związane z daną kwestią społeczną lub polityczną, co może ostatecznie zwiększać dostępność i zakres posiadanej wiedzy na ten temat (Boulianne, 2015). Wszystko to może w konsekwencji skłonić mnie do zaangażowania politycznego również poza Internetem, przyczyniając się do pozytywnej relacji pomiędzy aktywnością polityczną online i offline.

Analizy, w których łącznie mierzono zaangażowanie online i offline, sugerują istnienie takiego pozytywnego, wzajemnie się wzmacniającego wpływu tych dwóch form zaangażowania. Przykładowo, dane z Europejskiego Sondażu Społecznego pokazały pozytywną korelację pomiędzy działaniem politycznym w Internecie a zaangażowaniem poza siecią. Osoby zaangażowane online częściej niż osoby nieaktywne w mediach społecznościowych uczestniczyły w takich działaniach, jak: branie udziału w akcjach partii politycznej lub innej organizacji społecznej, umieszczanie w widocznych miejscach wlepek promujących kwestie polityczne, podpisywanie petycji, demonstrowanie i bojkot konsumencki (Besta, Jaśko, Grzymała-Moszczyńska, Górską, 2019).

Bardziej systematyczny wgląd w relację pomiędzy działaniem online i offline w grupie młodych osób dała metaanaliza opublikowana w 2020 roku (Boulianne i Yannis, 2020). W artykule tym wykorzystano dane ze 106 innych badań (w sumie 965 współczynników) poświęconych relacji pomiędzy korzystaniem z Internetu przez młode osoby a zaangażowaniem w życie społeczno-polityczne mierzonym na poziomie zachowań. Analiza wyników skłoniła autorów do kilku wniosków. Po pierwsze, uzyskane wyniki były w większości zgodne z tezą o pozytywnej relacji między zaangażowaniem politycznym online i zaangażowaniem offline. Zdecydowana większość była pozytywna i istotna statystycznie, a tylko niewielka część współczynników była ujemna i istotna statystycznie. W uśrednieniu wyniki sugerują silną korelację między uczestnictwem online i offline w życiu społecznym i politycznym. Wyniki te przeczą zatem obawom, że zaangażowanie online obniża chęć angażowania się offline. Jednocześnie trzeba pamiętać, że istotne znaczenie ma charakter korzystania z Internetu, w szczególności to, czy służy ono realizacji celów politycznych czy innych, nie postrzeganych jako polityczne. Pozytywne i silne korelacje pomiędzy aktywizmem online i offline uzyskano wtedy, gdy analizowane badania zawężono tylko do tych, w których korzystanie z Internetu było

w dużym stopniu poświęcone sprawom politycznym. Aktywność online, która nie miała charakteru politycznego, nie była powiązana z zaangażowaniem społeczno-politycznym offline.

Na koniec warto jednak zwrócić uwagę na istotne ograniczenie entuzjastycznego wniosku o pozytywnej relacji pomiędzy aktywnością polityczną online i offline, który mógłby wynikać z tej analizy. Zdecydowana większość analizowanych badań miała charakter korelacyjny, co powoduje, że zdolność do wnioskowania o tym, co jest przyczyną, a co skutkiem jest znacząco ograniczona. Bardzo niewiele z tych badań miało schemat pozwalający na określenie kierunku oddziaływania. Te nieliczne badania podłużne, umożliwiające śledzenie zachowań osób przez dłuższy czas, przyniosły znacznie mniej optymistyczne wyniki. W szczególności pokazały one, że relacja ta jest znacznie słabsza niż uzyskiwana w badaniach korelacyjnych. Co więcej, jej kierunek może być przeciwny do oczekiwanego. Konkretnie, dane wydają się sugerować, że bardziej prawdopodobny może być kierunek zależności prowadzący od aktywności offline do zaangażowania online niż w drugą stronę. Oznaczałoby to, że młode osoby, które już działają politycznie w świecie poza Internetem, mają w konsekwencji większą skłonność do podejmowania działań o podobnym charakterze online. Autorzy przeglądu zaznaczają, że precyzyjne określenie kierunku zależności ma znaczenie dla tego, czy zachęcanie do działalności politycznej online traktowane jest jako mechanizm mobilizowania nowych osób, czy raczej tylko podtrzymywania już istniejącego zaangażowania.

Podsumowując, ważną charakterystyką zaangażowania politycznego młodych osób wydaje się być forum do wyrażania swoich opinii i przekonań politycznych. W kolejnej części przedstawię inny obszar, w którym młodzi ludzie wydają się być bardziej zaangażowani politycznie, który tym razem jest wyróżniony nie ze względu na formę, ale ze względu na treść sprawy, jaką są kwestie zmian klimatu.

Zaangażowanie młodych osób w kontekście aktywizmu klimatycznego

Jednym z bardziej wyrazistych przykładów zaangażowania aktywistycznego młodych osób obecnie są działania na rzecz walki ze zmianami klimatu (Haugestad, Skauge, Kunst, Power, 2021). W 2018 roku protest wówczas 15-letniej Greta Thunberg przed szwedzkim parlamentem wzbudził zainteresowanie i przykuł uwagę mediów m.in. dlatego właśnie, że był samotnym działaniem. W ciągu kolejnych trzech lat protesty klimatyczne zorganizowane przez młodych ludzi osiągnęły światowy zasięg. Przykładowo, akcja „Piątki dla klimatu”, w ramach której zamiast uczestnictwa w zajęciach szkolnych młodzież szkolna protestuje przeciwko bezczynności polityków

w kwestii klimatycznej, przyciągnęła miliony uczestników i uczestniczek na całym świecie. W 2200 strajkach, które odbyły się w ramach globalnego wydarzenia, 15 marca 2019 roku wzięło udział ponad milion strajkujących w 128 krajach (Carlington, 2019). Inne organizacje klimatyczne, takie jak Extinction Rebellion, także przyciągają rzesze młodych osób zainteresowanych działaniem na rzecz tej kwestii.

Co mobilizuje młodych ludzi do aktywizmu klimatycznego? Pierwsza odpowiedź, która się nasuwa automatycznie, dotyczy specyfiki problemu, jakim są zmiany klimatu. Pomimo tego, że konsekwencje dotkną (lub już dotykają) znacznie większą część ludzkości niż tylko obecne młode pokolenia, łatwo sobie wyobrazić, że najsilniej dotkniętą oddalonymi w czasie konsekwencjami będzie właśnie ta grupa. Dodatkowo, osoby wkraczające w dorosłość mogą mieć uzasadnione obawy, że to one będą musiały się zmagać ze skutkami braku zdecydowanej, globalnej reakcji już teraz. Sondaże potwierdzają, że osoby młode w większym stopniu są przekonane o tym, że zmiany klimatu są poważnym zagrożeniem dla ludzkości a walka z nimi powinna być priorytetem dla polityków (Reinhart, 2018).

Młodsze osoby nie tylko są bardziej przekonane co do skali problemu, ale także odczuwają w tym kontekście silne negatywne emocje. Jednym z projektów badawczych skoncentrowanych na opiniach i emocjach młodych osób względem zmian klimatu było badanie przeprowadzone w 2021 roku na grupie 10 000 osób w wieku 16–25 lat z dziesięciu krajów (m.in. Brazylia, UK, USA, Portugalia; Hickman, Marks i in., 2021). Badanie to pokazało duże nasilenie negatywnych emocji, takich jak m.in. niepokój, smutek, bezsilność i gniew, w kontekście tego problemu. Prawie połowa uczestników badania przyznała, że ich odczucia związane ze zmianami klimatu wpływają na ich codzienne życie. Największy poziom zaniepokojenia raportowały osoby badane w krajach takich jak Filipiny (84%), Indie (68%) czy Brazylia (67%), gdzie zmiany klimatu już teraz są silniej odczuwane. Nasilenie negatywnych emocji wiązało się także z poczuciem, że próby podejmowania tematu zmian klimatu w rozmowach z bliskimi nie spotyka się ze zrozumieniem. Prawie połowa osób, które przyznały, że rozmawiały z innymi o zmianach klimatu, stwierdziła, że ich obawy zostały zignorowane lub zlekceważone.

Podobne poczucie niezrozumienia i bezczynności młode osoby dostrzegają ze strony rządzących. Większość respondentów oceniała, że rządy zawodzą młodych ludzi oraz że lekceważą cierpienie ludzi. Wyniki pokazały, że większe nasilenie lęku klimatycznego częściowo wiąże się z poczuciem młodych ludzi, że rządy nie robią wystarczająco dużo, aby uniknąć katastrofy klimatycznej. Z drugiej strony, gdy młodzi ludzie sądzą, że rządy działają w tej sprawie, czują się uspokojeni. Wyniki tego badania są spójne z wcześniejszymi analizami, które także pokazały rozpowszechnienie stanów lękowych wzbudzanych przez zmiany klimatu oraz pesymistycznych przekonań na temat przyszłości wśród młodych osób.

Ciekawe w tym kontekście są różnice pokoleniowe w stopniu polaryzacji politycznej wokół tego tematu. Wyniki badań prowadzonych w Stanach Zjednoczonych pokazują większą polaryzację opinii pomiędzy Republikanami i Demokratami wśród osób starszych niż wśród młodszych (Funk i Hefferon, 2019). Od 2011 roku młodszy Republikanie coraz bardziej akceptują fakt, że zmiany klimatyczne są spowodowane przez człowieka, nawet jeśli wśród starszych Republikanów niewiele się zmieniło w opiniach o tym problemie. Może to oznaczać, że poglądy klimatyczne w młodszych pokoleniach będą w tej kwestii mniej spolaryzowane niż w starszych grupach wiekowych. Generalnie analizy te pokazują, że młodych ludzi obchodzi to, co dzieje się ze zmianami klimatu i reagują na to adekwatnie silnymi emocjami.

Powstaje pytanie, czy silniejsze reakcje na problem zmian klimatu wśród młodych osób wiążą się również z większą skłonnością do działania w tej sprawie w tej grupie. Można przywołać tu m.in. badania prowadzone w Stanach Zjednoczonych, w których porównywano deklaracje zaangażowania osób z trzech pokoleń. Wyniki pokazały, że osoby z najmłodszego pokolenia milenialsów chętniej angażowały się w działania polityczne na rzecz klimatu niż starsi Amerykanie i Amerykanki (Funk i Hefferon, 2019). W porównaniu ze starszymi pokoleniami młodszy dorośli częściej wspierali i/lub identyfikowali się z aktywistami klimatycznymi. Osoby z młodszego pokolenia chętniej także zgłaszały się na wolontariat lub przekazywały darowizny na rzecz organizacji zajmującej się globalnym ociepleniem. Wyrażały także większą chęć osobistego zaangażowania się w bardziej radykalne działania takie jak nieposłuszeństwo obywatelskie, włączając w to strajki okupacyjne czy blokady w celu zaprotestowania wobec działań korporacji lub rządu.

Co ciekawe, różnice pojawiły się także w przypadku konwencjonalnych zachowań politycznych takich jak głosowanie. Około sześciu na dziesięciu (59%) dorosłych z pokolenia milenialsów lub młodszych twierdziło, że zagłosowałoby na kandydata ze względu na jego lub jej stanowisko w sprawie globalnego ocieplenia. Wśród osób z pokolenia X (48%) i Baby Boomer (46%) wskaźniki te były niższe i obejmowały mniej niż połowę osób badanych. Młodsze pokolenia Amerykanów mają również silniejsze poczucie zbiorowej skuteczności w zakresie walki z globalnym ociepleniem. Przykładowo, były bardziej pewne, że obywatele mogą wpływać na działania decydentów politycznych w tym zakresie. Dane nie tylko ze Stanów Zjednoczonych pokazują więc, że młodsze osoby nie tylko mają sprzyjające walce ze zmianami klimatu opinie, ale także częściej angażują się w spójne z tymi opiniami zachowania.

O wzrastającym zaangażowaniu młodych dorosłych na rzecz klimatu mogą również świadczyć aktywnie działające młodzieżowe ruchy aktywistyczne, takie jak Extinction Rebellion czy Strajk dla Klimatu. W kontekście tych ruchów powstaje pytanie o to, czy mamy do czynienia z nową formą aktywizmu, czy też są to gru-

py, których profil nie różni się zbyt wiele od innych aktywistycznych organizacji. Analiza wywiadów w aktywistkami i aktywistami tych ruchów przeprowadzonych w marcu i wrześniu 2019 roku pokazała zarówno podobieństwa, jak i różnice w tym zakresie (de Moor, De Vydt, Uba, Wahlström, 2021). Po pierwsze, zebrane dane pokazały, że znacznie więcej badanych aktywistów i aktywistek nigdy wcześniej nie była zaangażowana politycznie. Podobnie jak w przypadku wcześniej przytoczonego przykładu Strajku Kobiet, częściowo wynika to z młodego wieku zaangażowanych osób, które obiektywnie miały mniej możliwości nabycia aktywistycznego doświadczenia w przeszłości. Z drugiej strony, jest to ważny aspekt profilu tych organizacji, który pokazuje, że mają one zdolność do zmobilizowania wielu młodych ludzi – zwłaszcza dziewcząt i kobiet – którzy doświadczają aktywizmu po raz pierwszy w swoim życiu. Może stać się to dla nich formatywnym doświadczeniem, które potencjalnie może zwiększyć prawdopodobieństwo ich zaangażowania przez całe życie (Fisher, 2019). Po drugie, chociaż zastosowany repertuar środków aktywistycznych nie jest całkowicie odmienny od tych stosowanych we wcześniejszych ruchach społecznych, relatywnie duży nacisk na obywatelskie nieposłuszeństwo wydaje się być silniejszy w badanych grupach klimatycznych. W kontekście opisanego w dalszej części potencjału radykalizacyjnego młodych osób, ważne byłoby określenie zagrożenia ekstremizmem w przypadku tych ruchów, w porównaniu do bardziej zbalansowanych wiekowo grup aktywistycznych. Trzecią ciekawą charakterystyką, na którą zwracają uwagę badaczki, jest fakt, że obie grupy kierują swoje postulaty przede wszystkim do rządzących, zarówno tych na szczeblu lokalnym, jak i krajowym oraz międzynarodowym. Jest to ciekawe, ponieważ, jak wspomniano już wcześniej, młodzi ludzie mają małe zaufanie do polityków oraz słabe poczucie, że ci robią wystarczająco dużo w celu rozwiązania problemu zmian klimatu. To poczucie charakteryzuje także osoby zaangażowane w Strajk dla Klimatu oraz Extinction Rebellion. Być może oznacza to, iż rozpoznają, że jest to grupa mająca największy wpływ i poprzez kierowanie nacisku na tych odbiorców mają szansę na najbardziej produktywnie zmiany.

W tym kontekście warto również zastanowić się, jak młodzi aktywiści i aktywistki klimatyczne widzą rolę dorosłych w ruchu młodzieżowym. Czy postrzegają ich jako pomoc i wsparcie, czy jako grupę, która jest sama przede wszystkim źródłem problemu? Badanie jakościowe (Elsen i Ord, 2021), w którym przeprowadzono wywiady z siedmioma młodymi aktywistami i aktywistkami na temat roli dorosłych osób w młodzieżowym ruchu klimatycznym dostarczają kilku wstępnych sugestii w tym względzie. Po pierwsze, dorośli aktywiści wydają się odgrywać znaczącą rolę we wzbudzeniu motywacji do działania dla młodych aktywistek. Wszyscy uczestnicy zidentyfikowali przynajmniej jedną dorosłą, działającą aktywistycznie osobę, która odegrała kluczową rolę w ich własnym aktywizmie. Młodzi ludzie byli

także w większości zgodni, że dorośli w wielu sytuacjach są pomocni, wspierając ich swoją wiedzą czy innymi praktycznymi umiejętnościami wynikającymi z doświadczenia i szerszych możliwości. Jednocześnie młodzi aktywiści postrzegają sukces we współpracy z dorosłymi jako zależny od stopnia, w jakim oni sami będą odgrywać podmiotową rolę w ruchu. Zachowanie sprawczości młodzieży wydaje się być więc istotnym czynnikiem umożliwiającym skuteczną współpracę między-pokoleniową.

Ostatnie pytanie w kontekście aktywizmu klimatycznego młodych osób dotyczy ich szerszego wpływu społecznego i skuteczności ich oddziaływania. Generalnie, badania nad percepcją aktywistów i aktywistek (nie tylko młodych i nie tylko klimatycznych) pokazują, że są oni często odbierani negatywnie i oceniani przez pryzmat stereotypów. Przykładowo, typowy aktywista środowiskowy kojarzony jest z naiwnością i wojowniczością, a jego stereotypowy obraz to tulący się do drzew wegetarianin, który w dodatku niekoniecznie dba o higienę osobistą (Bashir, Lockwood, Chasteen, Nadolny, Noyes, 2013). Z drugiej strony, można by oczekiwać, że jak każda spójna i konsekwentnie działająca mniejszość, aktywistki takie jak Greta Thunberg mogą przesuwac granicę dyskursu publicznego, aktywizować wartości moralne, a także bezpośrednio inspirować do działania. Jednym z badań, w którym bezpośrednio testowano relację pomiędzy wiedzą o działaniach młodej szwedzkiej aktywistki a chęcią działania na rzecz kwestii klimatycznej, było badanie przeprowadzone przez Sabherwal i współpracowników (2021). Wyniki zebrane w grupie ponad tysiąca Amerykanów pokazały, że te osoby, którzy miały większą wiedzę na temat działalności Greta Thunberg, deklarowały częściej intencje zaangażowania się w klimatyczne działania kolektywne. Mechanizmem pośredniczącym było silniejsze przekonanie o zbiorowej skuteczności. Ten wynik, chociaż korelacyjny, sugeruje, że obecność młodych aktywistów i aktywistek w przestrzeni publicznej może mieć istotny i pozytywny wpływ. W kolejnej części zajmę się tym mniej pozytywnym aspektem aktywizmu młodych osób, jakim jest kwestia radykalizacji.

Zagrożenie ekstremizmem i radykalizacją

Ważnym pytaniem w kontekście zaangażowania politycznego młodych osób jest ich skłonność do radykalizacji (Dahl, 2019; Gavray, Fournier, Born, 2012). Zrozumienie tego, w jakim stopniu ta grupa wiekowa jest podatna na wkroczenie na ścieżkę agresji politycznej, jest ważne nie tylko ze względów teoretycznych, ale także praktycznych, np. pod kątem projektowania działań profilaktycznych (Komisja Europejska, 2016). W sytuacji nasilającego się konfliktu politycznego i polaryzacji społecznej potencjał radykalizacyjny może łatwo zamienić się w udział w agresywnych działaniach.

Istniejące dane sugerują, że adolescenti i młodzi dorośli rzeczywiście są bardziej skłonni do poparcia, jak i zaangażowania się w bardziej radykalne czy wręcz przemocowe zachowania niż starsi dorośli. Przykładem mogą być dane zebrane w niemieckiej grupie osób w wieku od 13 do 30 lat (Watts, 1999). W badaniu tym sprawdzano, jak kształtuje się poparcie dla trzech grup działań politycznych. Pierwszą grupę stanowiły działania nieinstytucjonalne, ale pokojowe i normatywne, takie jak petycje czy legalne demonstracje, drugą – działania w ramach obywatelskiego nieposłuszeństwa, takie jak nielegalne demonstracje czy odmowa płacenia podatków, a trzecią – radykalne nienormatywne działania obejmujące niszczenie własności prywatnej czy wyrządzanie bezpośredniej krzywdy innym osobom. Wyniki pokazały, że o ile starsi badani byli bardziej skłonni do poparcia normatywnych i pokojowych działań niż nastoletnie osoby, to te z kolei wyrażały większą aprobatę dla radykalnych działań politycznych (Watts, 1999). Najmłodsze osoby uczestniczące w badaniu charakteryzowały się jednocześnie najmniejszym poziomem zainteresowania polityką. Według autorki badania, stanowi to szczególnie problematyczne i potencjalnie niebezpieczne połączenie ignorancji politycznej z preferencją dla skrajnych form zaangażowania.

Dane te są spójne ze starszym badaniem przeprowadzonym również w Niemczech (Matz i Schmidtchen, 1983, za: Watts, 1999), w którym respondenci w różnym wieku odpowiadali m.in. na pytania o aprobatę dla przemocy politycznej. Krzywa poparcia podobnie osiągnęła najwyższy punkt dla osób w wieku 16–17 lat i stopniowo opadała w kolejnych grupach wiekowych. Wyniki spójne z tezą o większej skłonności do radykalizacji młodych osób uzyskaliśmy także w badaniach własnych przeprowadzonych razem z Garym LaFree i Arie Kruglanskim (2017). W badaniu tym testowaliśmy predyktory stosowania przemocy w celach politycznych w grupie amerykańskich radykałów politycznych. W tym celu przeanalizowaliśmy dane prawie 1500 Amerykanów zebrane przez centrum START. Osoby, których dane były uwzględnione w zestawieniu trafiły do niego, ponieważ w pewnym momencie podjęły ideologicznie motywowane nielegalne działania, które były albo przemocowe, albo nielegalne, ale nieprzemocowe. Przykładem tych pierwszych mogło być np. zabójstwo polityczne lub porwanie. Przykładami drugiej kategorii były np. pranie pieniędzy w celu wsparcia finansowego grupy politycznej, nielegalne posiadanie broni czy oszustwa podatkowe. Informacje na temat życia i działań sprawców pochodziły ze źródeł archiwalnych, takich jak dokumenty sądowe, doniesienia prasowe czy książki. Średni wiek amerykańskich radykałów wyniósł 34 lata. Z punktu widzenia tego tomu ważnym wynikiem jest negatywna relacja pomiędzy wiekiem a prawdopodobieństwem zaangażowania się w formy przemocowe. Oznacza to, że młodsze osoby z większym prawdopodobieństwem podejmowały nielegalne działania polityczne z użyciem przemocy.

Wiele teorii radykalizacji politycznej podkreśla znaczenie negatywnych doświadczeń życiowych i osobistych frustracji jako warunków wpływających na wkroczenie na ekstremistyczną ścieżkę (Jasko, Webber, Kruglanski, 2020; Kruglanski i in., 2017). Głównym celem naszego badania było również sprawdzenie, jak trudne doświadczenia w życiu sprawców, takie jak brak pracy, odrzucenie w relacjach romantycznych czy brak osiągnięć (szeroko rozumiane przez pojęcie utraty osobistego znaczenia), są powiązane z wyborem bardziej przemocowej strategii. Wyniki analiz pokazały, że w badanej grupie radykałów doświadczenia utraty osobistego znaczenia były powiązane z większym prawdopodobieństwem tego, że działania te będą miały agresywny charakter.

Zależność pomiędzy zagrożeniem samooceny a skłonnością do radykalizacji może mieć istotne znaczenie w kontekście relacji pomiędzy wiekiem a radykalizacją. Młodzi ludzie w okresie dorastania częściej przeżywają kryzysowe sytuacje, związane np. z odrzuceniem ze strony rówieśników. Jednocześnie na tym etapie życia mogą nie mieć jeszcze wystarczających zasobów poznawczych, społecznych lub emocjonalnych, żeby sobie z tym adekwatnie radzić. Biorąc tę okoliczność pod uwagę, w innym badaniu weryfikowaliśmy rolę poczucia odrzucenia jako czynnika zwiększającego prawdopodobieństwa radykalizacji politycznej (Miklikowska, Jasko, Kurdnac, 2021). W 5-falowym badaniu podłużnym przeprowadzonym w grupie prawie 900 szwedzkich nastolatków zbadaliśmy wpływ nękania przez rówieśników na uczestnictwo w radykalnych działaniach politycznych. Wyniki pokazały, że w okresie, kiedy nastolatki odczuwały większe nasilenie negatywnych reakcji rówieśników, były jednocześnie bardziej zaangażowane w radykalne i nienormalne działania polityczne. Z drugiej strony, wyniki pokazały, że ta młodzież, która miała bardziej wspierających nauczycieli lub rodziców, była mniej podatna na negatywne konsekwencje nękania niż młodzież, która w swoim otoczeniu miała mniej wspierających dorosłych.

Podsumowując, chociaż ogólny poziom poparcia dla przemocy jest niski w każdej grupie wiekowej, młodzi ludzie wydają się być bardziej skłonni do poparcia radykalnych form aktywizmu politycznego. Badacze radykalizmu zwracają uwagę, że o ile w bardziej zrównoważonym kontekście społecznym ten potencjał radykalizacyjny może nie znaleźć ujścia w realnej agresji a młodzi ludzie w naturalny sposób wyrastają z tej skłonności, o tyle w bardziej konfliktowych warunkach mogą oni stanowić obiekt mobilizacji ze strony aktorów zainteresowanych przyciągnięciem ich do radykalnych działań. Przykładowo, część propagandy ISIS była szczególnie skierowana do młodych mężczyzn, obiecując im przygodę, poczucie wspólnoty i przeżycie czegoś znaczącego (Jaśko, Kruglanski, Hassan, Gunaratna, 2018).

Podsumowanie

Celem tego rozdziału było podsumowanie ustaleń dotyczących szeroko rozumianego zaangażowania politycznego młodych osób. Przegląd istniejących badań i danych sondażowych daje wielowymiarowy obraz młodych osób i ich stosunku do polityki. Jednocześnie nie potwierdza on uproszczonej wizji młodych ludzi jako apatycznych i wyalienowanych z polityki. Z jednej strony, w mniejszym stopniu niż starsi wiekiem obywatele angażują się oni w typowe zachowania polityczne, takie jak głosowanie czy zaangażowanie w życie partyjne. Z drugiej strony, wyrażają swoje przekonania polityczne w mniej zinstytucjonalizowany sposób poprzez uczestnictwo w protestach, kampaniach społecznych czy wolontariacie na rzecz wybranych kwestii. Częściej także angażują się w działania polityczne online. Powyższe prawidłowości zilustrowałam przykładem zaangażowania, w którym młode pokolenie wydaje się być szczególnie aktywne, czyli aktywizmem klimatycznym. Pozostaje oczywiście wiele pytań, na które ten rozdział (jak i obecny stan wiedzy) nie udziela pełnej odpowiedzi.

Pierwsze z nich dotyczy rozróżnienia pomiędzy efektami wieku a efektem kohorty. Z jednej strony, różnice w zaangażowaniu politycznym młodszych i starszych osób mogą być efektem naturalnego cyklu życia. Mniejsze doświadczenie i wiedza związana z udziałem w wyborach oraz mniejsza nawykowość tego zachowania w młodym wieku mogą odpowiadać za mniejszy poziom zaangażowania (Nolas, Varvantakis, Aruldoss, 2017). Także takie zmiany życiowe jak wejście w związek małżeński, mieszkanie w stałej lokalizacji oraz posiadanie stałej pracy to czynniki, które mają pozytywny wpływ na frekwencję wyborczą a jednocześnie pojawiają się w późniejszym etapie życia. Większość z tych różnic zanika w ciągu życia wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia, stabilizacją miejsca zamieszkania i integracją z lokalnym środowiskiem. Z drugiej strony, moment dojścia do tych kamieni milowych w obecnym młodym pokoleniu jest pod tym względem przesunięte na późniejszy moment w stosunku do pokolenia rodziców lub dziadków. Podobnie, dostęp do nowych środków wyrazu, takich jak np. media społecznościowe, może odpowiadać za specyfikę tej grupy wiekowej, wynikającą z określonych warunków społecznych, a nie chronologicznego wieku. Przyszłe badania z pewnością będą bardziej szczegółowo adresować pytanie o to, jakie dokładnie mechanizmy psychologiczne i społeczne odpowiadają za różnice opisane w tym rozdziale.

Interesującym jest również pytanie o tendencje lokalne, tzn. o poziom zaangażowania młodych Polaków i Polek w politykę. O ile poziom zainteresowania polityką – podobnie jak we wcześniej opisanych danych międzynarodowych – jest niższy niż

wśród ogółu społeczeństwa, o tyle w ostatnich latach dokonuje się w tym wymiarze znacząca zmiana w polskim społeczeństwie. Przykładowo, w badaniach na próbie reprezentatywnej (Scovil, 2021) bardzo duże zainteresowanie polityką deklaruje obecnie 4% młodych osób (wskaźnik w całej badanej grupie to 5%), a duże – 14% (16% w całej grupie). Jednocześnie stanowi to jednak ponaddwukrotny wzrost liczby młodych ludzi deklarujących bardzo duże zainteresowanie w porównaniu z 2019 rokiem i ponad 50-procentowy wzrost w zakresie dużego zainteresowania. Inna specyfika polega na tym, że w grupie osób w wieku 18–24 lata dominują poglądy lewicowe – deklaruje je 30% osób w tym wieku, co stanowi znaczącą różnicę w stosunku do pozostałych grup wiekowych, w których bardziej popularne są poglądy prawicowe. Młodzi Polacy i Polki czują się także komfortowo w obszarze korzystania z nowych mediów, które zapewniają im poczucie łączności zarówno w kraju, jak i w skali międzynarodowej. Uważają się za bardziej tolerancyjnych w porównaniu do starszych pokoleń, ale nie są optymistycznie nastawieni do swojego wpływu na sprawy wewnętrzne i globalne. Taka kompozycja postaw politycznych w stosunku do ogółu społeczeństwa może być źródłem ciekawych procesów społecznych w nadchodzącym czasie. W jakim stopniu większe zaangażowanie młodych osób na rzecz progresywnych spraw politycznych będzie trwałą tendencją oraz czy przełoży się na udział w konwencjonalnych formach polityki, takich jak głosowanie w wyborach i większe poparcie dla określonych partii, to jedno z pytań, na które odpowiedź powinien przynieść rozdział o podobnym tytule w kolejnej książce poświęconej młodym osobom i polityce.

Literatura

- Andolina, M. W., Jenkins, K., Keeter, S., Zukin, C. (2002). Searching for the meaning of youth civic engagement: Motes from the field. *Applied Developmental Science*, 6, 189–195.
- Auxier, B. (2020). *Activism on social media varies by race and ethnicity, age, political party*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2020/07/13/activism-on-social-media-varies-by-race-and-ethnicity-age-political-party/>
- Bashir, N. Y., Lockwood, P., Chasteen, A. L., Nadolny, D., Noyes, I. (2013). The ironic impact of activists: Negative stereotypes reduce social change influence. *European Journal of Social Psychology*, 43, 614–626.
- Berkeley Daily Planet (2000). *Don't trust anyone over 30, unless it's Jack Weinberg*. Retrieved from: <https://www.berkeleydailyplanet.com/issue/2000-04-06/article/759?headline=Don-t-trust-anyone-over-30-unless-it-s-Jack-Weinberg--Daily-Planet-Staff>
- Besta, T., Jasko, K., Grzymała-Moszczyńska, J., Górską, P. (2019). *Walczy, protestuj, zmieniaj świat*. Sopot: Smak Słowa.

- Bond, R. M., Fariss, C. J., Jones, J. J., Kramer, A. D., Marlow, C., Settle, J. E., Fowler, J. H. (2012). A 61-million-person experiment in social influence and political mobilization. *Nature*, 489(7415), 295–298.
- Boulianne, S., & Theocharis, Y. (2020). Young people, digital media, and engagement: A meta-analysis of research. *Social Science Computer Review*, 38(2), 111–127.
- Bynner, J., Ashford, S. (1994). Politics and participation: Some antecedents of young people's attitudes to the political system and political activity. *European Journal of Social Psychology*, 24, 223–236.
- Carrington, D. (2019). *School climate strikes: 1.4 million people took part, say campaigners*. The Guardian. <https://www.theguardian.com/environment/2019/mar/19/school-climate-strikes-more-than-1-million-took-part-say-campaigners-greta-thunberg>
- Christensen, H. S. (2011). Political activities on the Internet: Slacktivism or political participation by other means? *First Monday*, 16(2). <http://firstmonday.org/htbin/cgiwrap/bin/ojs/index.php/fm/article/view/3336/2767>
- Dahl, V. (2019). Adolescents' development of approval of violent political action: Evidence from six waves of longitudinal data. *Acta Politica*, 55, 538–559.
- de Moor, J., De Vydt, M., Uba, K., Wahlström, M. (2021). New kids on the block: Taking stock of the recent cycle of climate activism. *Social Movement Studies*, 20(5), 619–625.
- Elsen, F., Ord, J. (2021). The role of adults in “youth led” climate groups: Enabling empowerment. *Frontiers in Political Science*, 3, 30.
- Fisher, D. R. (2019). The broader importance of #FridaysForFuture. *Nature Climate Change*, 9(6), 430–431.
- Funk, C., Hefferon, M. (2019). *U.S. Public views on climate and energy*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/science/2019/11/25/u-s-public-views-on-climate-and-energy/>
- Gavray, C., Fournier, B., & Born, M. (2012). Non-conventional/illegal political participation of male and female youths. *Human Affairs*, 22(3), 405–418.
- Haugestad, C. A., Skauge, A. D., Kunst, J. R., & Power, S. A. (2021). Why do youth participate in climate activism? A mixed-methods investigation of the # FridaysForFuture climate protests. *Journal of Environmental Psychology*, 76, 101647.
- Jaśko, K., Grzymała-Moszczyńska, J., Maj, M., Tańska, M., Pyrkosz-Pacyna, J., Szastok, M. (2020). *Strajk kobiet. Raport z badania*. <http://cscs.edu.pl/wp-content/uploads/2020/11/Strajk-Kobiet-badania-IPS-UJ.pdf>
- Jasko, K., Kruglanski, A., Hassan, A., Gunaratna, R. (2018). ISIS: Its history, ideology, and psychology. W: *Handbook of contemporary Islam and Muslim lives*. New York: Springer.
- Jasko, K., LaFree, G., Kruglanski, A. W. (2017). Quest for significance and violent extremism: The case of domestic radicalization. *Political Psychology*, 38, 815–831.
- Jasko, K., Webber, D., Kruglanski, A. (2020). Political extremism. W: P. A. M. Van Lange, E. T. Higgins, A. W. Kruglanski (red.), *Social psychology. Handbook of basic principles*. Guilford Press.
- Kimberlee, R. H. (2002). Why don't British young people vote at general elections? *Journal of Youth Studies*, 5, 85–98.

- Kołodziejczyk, K. (2020) *Najnowszy sondaż. Ile osób popiera demonstracje w ramach Strajku Kobiet?* <https://wiadomosci.wp.pl/najnowszy-sondaz-ile-osob-popiera-demonstracje-w-ramach-strajku-kobiet-6577381775772448a>
- Komisja Europejska (2016). *Supporting the prevention of radicalization leading to violent extremism*. <https://ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2016/EN/COM-2016-379-F1-EN-MAIN-PART-1.PDF>
- Kruglanski, A. W., Jasko, K., Chernikova, M., Dugas, M. i Webber, D. (2017). To the fringe and back: Violent extremism and the psychology of deviance. *American Psychologist*, 72, 217–230.
- Marks, E., Hickman, C., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, E. R., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C. van Susteren, L. (2021). *Young People's Voices on Climate Anxiety, Government Betrayal and Moral Injury: A Global Phenomenon*. Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3918955> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3918955>
- Miklikowska, M., Jasko, K., Kurdnac, A. (2021). The making of a radical: The role of peer harassment in youth political radicalism. *Personality and Social Psychology Bulletin*. In press.
- Nolas, S., Varvantakis, C., Aruldoss, V. (2017). Political activism across the life course, *Contemporary Social Science*, 12, 1–2.
- Norris, P. (2004). Young people and political activism. Referat wygłoszony na konferencji „Civic engagement in the 21st century. Toward a scholarly and practical agenda”. University of Southern California, październik, 1-2, 2004.
- Pauwels, L., De Waele, M. (2014). Youth involvement in politically motivated violence: Why do social integration, perceived legitimacy, and perceived discrimination matter? *International Journal of Conflict and Violence*, 8(1), 135–153.
- Quintelier, E. (2007). Differences in political participation between young and old people. *Contemporary Politics*, 13, 165–180.
- Rainsford, E., Saunders, C. (2021). Young climate protesters' mobilization availability: Climate marches and school strikes compared. *Frontiers in Political Science*, 96.
- Reinhart, R. (2018). *Global warming age gap: Younger Americans most worried*. Gallup. <https://news.gallup.com/poll/234314/global-warming-age-gap-younger-americans-worried.aspx>
- Rosentiel, T. (2008). *Young voters in the 2008 election*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/2008/11/13/young-voters-in-the-2008-election/>
- Sabherwal, A., Ballew, M. T., van Der Linden, S., Gustafson, A., Goldberg, M. H., Maibach, E. W., ..., Leiserowitz, A. (2021). The Greta Thunberg effect: Familiarity with Greta Thunberg predicts intentions to engage in climate activism in the United States. *Journal of Applied Social Psychology*, 51(4), 321–333.
- Schumann, S., Klein, O. (2015). Substitute or stepping stone? Assessing the impact of low-threshold online collective actions on offline participation. *European Journal of Social Psychology*, 45, 308–322.

- Scovil, J. (2021). *Zainteresowanie polityką i poglądy polityczne młodych Polaków na tle ogółu badanych. Komunikat z badań*. CBOS. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2021/K_016_21.PDF
- Silvers, J. A., McRae, K., Gabrieli, J. D., Gross, J. J., Remy, K. A., Ochsner, K. N. (2012). Age-related differences in emotional reactivity, regulation, and rejection sensitivity in adolescence. *Emotion*, 12(6), 1235–1247.
- Soherr, L., Lundberg, K., Medina, A. (2021). *Keeping youth engaged from the primaries to the general*. Center for Information and Research on Civic Learning and Engagement. <https://circle.tufts.edu/latest-research/keeping-youth-engaged-primaries-general>
- Watts, M. W. (1999). Are there typical age curves in political behavior? The “age invariance” hypothesis and political socialization. *Political Psychology*, 20(3), 477–499.
- Weiss, J. (2020). What is youth political participation? Literature review on youth political participation and political attitudes. *Frontiers in Political Science*, 2, 1.
- Zespół Laboratorium Poznania Politycznego Instytutu Psychologii PAN (2021). Aktywizacja obywatelska młodych Polek i młodych Polaków. Raport z badań psychologicznych. http://politicalcognition.psych.pan.pl/images/Raporty/DIALOG_raport.pdf

DLACZEGO I JAK PROTESTOWAŁAM. IMPRESJE UCZESTNICZKI OSK

SONIA SOKÓŁ

Długo nie zapomnę tego dnia, 22 października. Pisały do mnie koleżanki, przyjaciółki, znajome, oburzone orzeczeniem TK w sprawie aborcji. Rozczarowane, zrozpaczone, złe. Moja reakcja była jednoznaczna. Poczułam falę obezwładniającej bezsilności, która tak bardzo mnie przytłoczyła, że postanowiłam po prostu zaakceptować fakt, że nie jestem w stanie realnie nic z tym zrobić. Muszę pogodzić się z tym, co się stało. Postawiłam więc po raz kolejny w swoim życiu grubą kreskę pomiędzy tym, co dzieje się w naszym państwie, a moją wrażliwością i poczuciem sprawiedliwości. Ignorowałam wszelkie informacje z mediów i bez entuzjazmu odpisywałam na kolejne wiadomości od znajomych. Posty wrzucone na Facebooka i Instagram, pełne ostrego sprzeciwu i oburzenia wobec decyzji tzw. TK, odbierałam jako bezsensowne i bezwartościowe. Ze spuszczoną głową pojechałam do mojego przyjaciela na Żoliborz, żeby napić się wina i nie rozmawiać o tym, że właśnie państwo potraktowało nas – kobiety i obywatelki – gorzej niż złego psa.

Wyszłam od niego po 22. Może bliżej 23. Wsiadłam do tramwaju w kierunku Arkadii, włożyłam do uszu słuchawki, przygotowałam się na dłuższą podróż w kierunku Pragi. W dość dobrym humorze, lekko śpiąca, jechałam do domu. Nagle tramwaj stanął na dłużej. Byłam wtedy na rondzie Radosława. Rozglądałam się, szukając przyczyny postoju i szybko ją znalazłam. Zobaczyłam morze ludzi, usłyszałam okrzyki i poczułam tak ogromną ich siłę, że bez chwili zawahania wstałam i podeszłam do drzwi. Zobaczyłam tęczową flagę LGBT i pomyślałam „ok, to nasi”. Nie mając jeszcze pojęcia, że to protest przeciwko zakazowi aborcji, wybiegłam z tramwaju i pod wpływem bardzo silnego impulsu dołączyłam do protestujących. Jeszcze zanim zorientowałam się, czego chce ten cały pochód, poczułam ogromną euforię. Pierwszy raz tego dnia uśmiechnęłam się. Szłam z tłumem młodych ludzi, którzy wydali mi się wspaniali, ciekawi, piękni. O dziwo, ta złość, którą każdy z nich wtedy wykrzykiwał i czuł, była wyrażana w połączeniu z żartem,

z uśmiechem. Jestem osobą, która ma trudność w zgraniu się ze swoimi rówieśnikami. Często miałam poczucie niezrozumienia, oceny ze strony innych. Wśród nich poczułam się wreszcie jak wśród swoich. Patrzyłam na nich i miałam ochotę każdego poznać, zaprzyjaźnić się, wykrzyzczyć wspólnie, co nam leży na sercu.

Średnia wieku uczestników tego marszu wynosiła pewnie 20 lat. Prawie nie było osób starszych. Pewno z powodu pandemii nie wyszły tego dnia na ulice. Tym bardziej dało się odczuć, że to, co się dzieje, to jest protest nowej generacji. Rozglądałam się dookoła, widziałam same inteligentne twarze, specyficzne ubrania, fryzury, a przede wszystkim determinację w ich oczach. Poczułam, że możemy wszystko. Szłam z tym tłumem, śmiałam się, czytałam transparenty. Pierwszy okrzyk, który do mnie dotarł to słynne „Jebać PiS”. Głośne i wyraźne, odważne, wprost na ulicy, nie w domowym zaciszu. Moja radość eskalowała. W moim domu rodzinnym nie lubimy rządzącej partii, zawsze krytkowało się jej posunięcia i sposób rządzenia. Ale przez kilka ostatnich lat wszystko im uchodziło na sucho, nikt nie miał odwagi się im przeciwstawić. Nie mieliśmy na tyle nadziei na zmianę, żeby cokolwiek zrobić w tym kierunku. Ja sama wcześniej także nie wierzyłam do końca w możliwość zmiany w Polsce poprzez protesty uliczne. Byłam jednak kilka razy na protestach KOD-u, byłam też na marszu Czarnych Parasolek. Ale wtedy miałam 17 czy 18 lat, polityka nie była w mojej głowie. Dopiero tego dnia pierwszy raz poczułam, że jestem w tym marszu obecna całą sobą, że wyrażam oburzenie i gniew na to, co osobiście mnie dotyka, boli, przeraża. Dlatego uradował mnie ten prosty, ale trafnie wyrażający nasze uczucia, okrzyk. Nareszcie ludzie publicznie i głośno wyrażali to, co wielu z nas miało w głowach od dawna. Dookoła mnie chodziły dziewczyny z garnkami, w które uderzały rytmicznie drewnianymi łyżkami. Z okien wyglądali ludzie. Część z nich machała do nas radośnie, część z irytacją i oburzeniem czytała napisy na transparentach. Zadzwoiłam natychmiast do kolegi, od którego wyszłam; kazałam mu wyjść przed dom i zobaczyć co się dzieje. Dotarł do nas, nie wierzył swoim oczom. Staliśmy tak razem z szeroko otwartymi ustami i rosnącą ekscytacją w sercu. Po chwili zobaczyliśmy niesiony przez jakieś 10 osób transparent na szerokość całej ulicy z wielkim napisem „Wypierdalać”. Nie można było jaśniej wyrazić naszych pragnień. Trzeba było iść z mocnym słowem. Władza ostatecznie przekroczyła nasze najintymniejsze granice. Ten marsz był bojowy w słowach, jakby szła grupa szturmowa. Ale nie byliśmy szaleńcami, nie było w nas szalu niszczenia co popadnie. Wyrażaliśmy złość wobec władzy a troskę i życzliwość wobec siebie wzajemnie. W tym wspólnym krzyku oburzenia była tak ogromna moc, że tego dnia naprawdę uwierzyłam, szczerze, z ręką na sercu, że coś się wreszcie dzięki naszym protestom zmieni. Ta wiara w możliwość zmiany zmotywowała mnie do uczestniczenia w proteście kolejnego dnia.

Gdy dowiedzieliśmy się, że celem tego marszu jest dom Kaczyńskiego, skoczyliśmy z radości. Była prawie północ, ciemne, puste ulice, cisza i my wkraczający w nią jak taran. Myślę, że fakt, że protest odbywał się na ulicach Żoliborza, wpłynął na uzyskane wsparcie od mieszkańców. Mimo późnej pory zdecydowanie częściej na balkony wychodziły osoby, radośnie nas pozdrawiające, machały do nas, krzyczały z nami, pokazywały kciuki na znak wsparcia. Przez chwilę pomyślałam o tym, co my przed tym domem pana K. zrobimy, jak się tam zachowamy, co ten gniewny tłum tam zrobi. Moje uczucia co do celu tego marszu stały się mieszane. Jednak tam nie doszliśmy. Gdy wkroczyliśmy na plac Wilsona, przywitał nas kilometrowy kordon policyjnych wozów. Wiedzieliśmy, że zabawa się skończyła. I pewnie gdyby wśród nas znalazł się wtedy choć jeden szaleniec, to rozpoczęłaby się jatka. Jednak prawda jest taka, że mimo złości i gniewu nie byliśmy hordą gotowych na wszystko szaleńców, ale zbiorowością młodych, kulturalnych, wykształconych osób. Wiedzieliśmy, że agresja fizyczna, przemoc, nie jest rozwiązaniem naszych problemów. Kolejne dni wzmocniły to przekonanie. Uderzaliśmy naszego wroga inteligentnym dowcipem, nie kamieniami.

Tego pierwszego wieczoru nie było lidera, nie było planu, nie było wyraźnego celu. Był wyrażany ból, tłumiona w tłumie rozpacz i ogromna, ale to ogromna złość. Czułam, że swoją decyzją TK osobiście we mnie uderzył, dołożył mi problemów w i tak trudnej sytuacji życiowej. Mojej i całego pokolenia. Dostaliśmy kolejny cios w twarz. Był to czas pandemii, nie wiedzieliśmy, co będzie z naszymi stanowiskami pracy, z uczelnią, z naszym zdrowiem i naszymi bliskimi. W kręgu moich znajomych większość z nas ledwo wiązała koniec z końcem. Szczepionki nie było, wirus mutował i niepewność była z dnia na dzień coraz większa. I w tym właśnie momencie, kiedy zagrożona była najbardziej podstawowa potrzeba – bezpieczeństwo, rządzący postanowili wprowadzić całkowity zakaz aborcji. Nie mam słów, aby to spokojnie komentować. Cała Europa patrzyła na nas i nie mogła uwierzyć. Jak bardzo trzeba być bezczelnym i po prostu złym człowiekiem, żeby zdecydować się na taki ruch. I szczerze mówiąc, nie jest dla mnie istotne, czy miało to na celu przykrycie porażki władzy w walce z pandemią, czy też miało przekierować winę za skalę epidemii na nas, „niefrasobliwie, nieodpowiedzialnie rozsiewających zarazę”, czy stały za tym inne chore motywy. Niezależnie od przyczyny, to co się stało było po prostu zbrodnią przeciwko prawom jednostki. Pokazano ludziom, jak bardzo bezwzględny stosunek ma do nas nasz „pan i władca”. Nieważne jest dla niego nasze życie i zdrowie. Jesteśmy dla niego tylko narzędziem potrzebnym do zachowania przyjaznych stosunków z Kościołem (z oczekiwaniem wzajemności przy wyborach), utrzymania władzy i zarabiania pieniędzy. Życie obywateli, ich prawa, istotne potrzeby i cele życia – dla Prawa i Sprawiedliwości są bez znaczenia. Może i dobrze, że namówiony przez nich „niezależny” TK orzekł antyaborcyjną ustawę jako zgodną

z Konstytucją. Jak na dłoni pokazali, co dla nich się liczy. Dzięki temu co zrobili mogłam zmyć swoją „grubą kreskę” separacji od myślenia o beznadziejnej polityce i dopuścić do siebie te wszystkie negatywne emocje, dotyczące tej sfery. Tylko tym razem – z wiarą, że będę mogła coś tu zmienić.

Całą noc nie mogłam zasnąć, podekscytowana. W głowie dalej słyszałam skandujących ludzi. Następnego dnia od samego rana Warszawa nie mówiła o niczym innym. Wiadomości o nocnym proteście rozeszły się szybko, wzbudzając u jednych podziw, u innych oburzenie. Kontrowersyjne, uznane za wulgarne hasła i okrzyki zostały poddawane głównie emocjonalnej ocenie, a cały protest zaczął być nazywany Strajkiem Kobiet. Już około południa większość moich znajomych dodała do zdjęć profilowych na Facebooku czerwone błyskawice lub już uznane jako nasze logo: maseczkę z błyskawicą. Poczuliśmy, że dzieje się coś wielkiego, czuć było napięcie w powietrzu. Dzwoniłam do mamy i przyjaciół, żeby opowiedzieć o tym, jak niesamowite było wczorajsze wydarzenie i moje doświadczenie. Mama najpierw zareagowała z przychylną ekscytacją, jednak później zaczęła się martwić. Bardzo się bała o moje bezpieczeństwo i zdrowie. Nie było wiadomo, w którą stronę pójdzie ten ruch i do jakich reakcji będzie zdolna policja. Mama pamiętała czas komuny i swoje potyczki z milicją, dlatego obawiała się o to, że policjanci i władza użyją wobec nas podobnie drastycznych środków, wykorzystując pandemię jako pretekst do agresywnych reakcji i szykan. Poza tym przebywanie w tak dużej liczbie osób wydawało się jej nierozsądne, niebezpieczne z uwagi na możliwość złapania COVID-a. Moja siostra – właśnie z uwagi na zagrożenie zdrowia własnego i innych – nie była zadowolona z mojego uczestnictwa w marszach. W związku z jej dość ostrą reakcją i własnym strachem przed zarażeniem bliskich mi osób przez pierwsze tygodnie protestów nie spotykałam się z moją rodziną.

W Internecie pojawiły się informacje o tym, że wieczorem odbędzie się kolejny „spacer”, także w wielu innych miastach. Świadomość, że protestuje z nami cała Polska dodawała otuchy. Później dowiedziałam się o protestach w małych miejscowościach, na przykład w Działdowie, w którym wielokrotnie bywałam, czy w Otwoku, z którego pochodzę. Nigdy wcześniej nie widziałam tam na ulicach tak głośnego wołania o wolność i prawa kobiet. Osoby, które nie uczestniczyły w proteście pierwszego dnia, były teraz bardzo zmotywowane, opowiadały, jak bardzo chcą dołączyć do marszu i osobiście wyrazić swój sprzeciw wobec wyroku TK. Wiedziałam, że będzie nas coraz więcej. Cały dzień informowałam znajomych o planowanym wydarzeniu i zapraszałam, by szli razem ze mną. Było dla mnie zabawne, że nawet osoby z mojego otoczenia, które nigdy nie interesowały się polityką, były widocznie podekscytowane tym pomysłem. Miałam poczucie, że Strajk Kobiet wejdzie do pokoleniowego mainstreamu.

Punktem docelowym wieczornego spotkania był dom Kaczyńskiego na warszawskim Żoliborzu. Umówiona z kilkoma znajomymi dojechałam tam ok. 19. Na stacji metra przy placu Wilsona z pociągu wychodziły masy ludzi. Znów poczułam wielką falę przyjemnej ekscytacji. Cała stacja metra była po brzegi wypełniona ludźmi z tęczowymi flagami i czerwonymi błyskawicami. Jeszcze w metrze słyszałam (echo niosło) już powszechnie znane hasła protestowe, grała muzyka, ludzie tańczyli i śpiewali. Tłum był tak gęsty, że nie byłam w stanie precyzyjnie się do moich znajomych, którzy stali na początku ulicy Mickiewicza. Nie udało nam się stać blisko siebie. Stałam więc razem z nieznanymi ludźmi, którzy traktowali mnie jak najbliższą przyjaciółkę, częstowali gorącą herbatą z termosu, pytali jak się czuję. A czułam się z nimi bezpiecznie i przyjemnie. Krzyczeliśmy te same hasła, śmialiśmy się. Protestujących było co najmniej trzy razy więcej niż poprzedniego dnia. Nie mogłam napatrzeć się na to morze głów. Atmosfera była równie radosna, wręcz miłosa, pełna poczucia wspólnoty. Czuliśmy naszą siłę, ale także jakąś nieokreśloną groźbę tego, co może zrobić władza. Większość zgromadzonych nie wiedziała jeszcze dokładnie, czym jest ten nasz ruch, czy jest jakiś przewodniczący, czy ma to jakiś inny sens i cel, niż tylko wyrażenie sprzeciwu, gniewu, oburzenia. Tłum, głośnie muzyka i skandowanie haseł tworzyły pewien chaos. Nie wiedzieliśmy, co dzieje się z przodu czy z tyłu marszu. Nie było jeszcze mocnych głośników i jeżdżących z nami platform. Z Internetu i z relacji telewizyjnych poznawaliśmy sylwetki i nazwiska trzech najbardziej aktywnych kobiet: Marty Lempart, Klementyny Suchanow i Agnieszki Czereddeckiej. Większość z nas nie wiedziała wiele na ich temat. Biorąc pod uwagę średnią wiek, myślę, że spora część protestujących nie brała udziału w poprzednich protestach KOD czy nawet w marszu Czarnych Parasolek. Dało się wyczuć, że jest to spontaniczny, nagły zryw z potrzeby serca. I świadomy protest w odpowiedzi na wyrok tzw. TK. Byłam dumna, że to kobiety się postawiły władzy, że tak jednoznacznie, masowo, głośnie wyraziłyśmy sprzeciw, publicznie zabrałyśmy głos w sprawie obrony naszej wolności i godności. To nie była zorganizowana przez jakąś partię zagrywka polityczna. W te pierwsze dni poczucie jedności, nie miało znaczenia za kim jesteś, na kogo głosujesz; ważne było przeciwko czemu i komu tu stoisz. Nie mieliśmy politycznej etykiety, innego celu niż wyrażenie wspólnego gniewu i sprzeciwu. Nawet jasnego planu. Ważne było przede wszystkim, żeby wykrzyczeć swoją złość.

Wyszliśmy masowo na ulice w czasie pandemii, chociaż władza zarządziła lockdown i zakaz zgromadzeń. To jest kluczowe dla zrozumienia intensywności emocjonalnej naszych protestów, naszych problemów, ale i scenografii naszych ulicznych „spacerów”. Wbrew temu, co pisały o nas niektóre media – przez te dni na palcach jednej ręki mogłam policzyć wśród maszerujących osoby bez maseczek. Fakt, że trudno było zachować dystans, jednak jeśli ktoś chciał go zachować, to mógł to

zrobić. Wyglądało to wszystko filmowo – tysiące ludzi w maseczkach, z zakrytą do połowy twarzą, z tęczowymi flagami stały pod domem prezesa rządzącej partii i krzyczały to, co leży im na sercu. Nie było tam z naszej strony żadnej agresji fizycznej, nawet śladów wandalizmu. Jak na tak bardzo dużą liczbę zezłoszczonych osób zachowywaliśmy się bardzo grzecznie. Jak się później okazało – zbyt grzecznie.

Po kilku dniach protesty stały się stałym, ważnym elementem mojej codzienności. Media mówiły o nich codziennie i dużo. Coraz więcej osób pojawiała się na marszach. Czułam, że biorę udział w czymś istotnym, co zmieni ten kraj. Czasem myślałam, że dołączą do nas miliony i będzie to powtórka „Solidarności”. Że doprowadzimy do tego, że władza nie będzie miała innego wyjścia, jak tylko dostosowanie się do naszych żądań, że spowodujemy głębokie zmiany w systemie. W moim otoczeniu zaczęły się dyskusje o szerszym sensie naszych tych protestów, szacowaliśmy nasze szanse na pożądaną zmianę. Właściwie nie mówiło się o niczym innym niż tylko o tym, co i po co robimy i co z tego wyjdzie. Tworzyły się różne oczekiwania i nowe grupowe identyfikacje. Na towarzyskich spotkaniach jednym z pierwszych pytań było „chodzisz na strajki?”. Mój krąg znajomych podzielił się na tych, którzy tak jak ja poczuli, że mogą coś zmienić, że jest nadzieja, że w tym momencie obowiązki codzienne mają zejść na drugi plan, bo walczymy tu o lepsze jutro, i na tych, którzy patrzyli na nas z jakimś pobłażaniem. Uważali, że nasza próba zmiany nie ma sensu, że trzeba przyjąć ten nasz kiepski los i żyć dalej bez wiary w jakąkolwiek zmianę. Pamiętam bardzo dobrze rozmowę z moim przyjacielem, który studiuje prawo i bardzo długo przekonywał mnie, że to co robimy, z całym szacunkiem, ale nie ma sensu. Debatowaliśmy z nim długie godziny. Próbował ściągnąć do ziemi moją idealistyczną wizję. Mówił, że robimy dokładnie to, czego władza chciała, aby zrzucić na nas winę za rosnącą liczbę chorych. Mówił, że możemy krzyczeć do woli, a na władzy nie robi to wrażenia. A przede wszystkim, że przebywanie teraz w takich tłumach jest zwyczajnie niebezpieczne. I było. I brutalne było właśnie to, że w takim momencie władza zmusiła nas do wychodzenia na ulice. Bo nie były to zwyczajne protesty. Każdy z nas w tamtym momencie brał pod uwagę, że być może ryzykuje swoje zdrowie lub życie. Notabene nikt z moich znajomych na protestach się nie zaraził. Argumenty mojego przyjaciela były trudne do odparcia. Przyjmowałam, że to, co robimy, nie jest już do końca racjonalne. Wynika głównie z potrzeby serca. „Chodź ze mną i zobacz sam” – mówiłam. Poszedł. Po skończonym „protestacyjnym spacerze” też poczuł, tak jak ja, dobrą energię i uznał, że miałam rację, mówiąc, że ten protest daje nadzieję. „Nawet przez chwilę uwierzyłem, że możemy coś zmienić.” Wprawdzie więcej już nie towarzyszył mi w kolejnych marszach, ale nigdy więcej przy mnie nie powątpiewał w nasz ruch i nie krytykował go.

Koleje dni miały, a Strajk Kobiet rósł w siłę. Już trzeciego dnia nastąpiła pełna organizacja – mieliśmy już nazwę, wyraźne liderki, symbole, okrzyki, własne pio-

senki i plan na nadchodzący tydzień. Zaczynał się on od akcji „Słowo na niedzielę”. Jak już protestować, to przeciwko wszystkiemu, co nam się nie podoba. A szerząca się pedofilia w kościele jest zdecydowanie tym, na co nie możemy się godzić. Mimo tego, że szczerze, z całego serca chcę i marzę, żeby księża odpowiedzieli za to, co złego robią każdego dnia, nie potrafiłam wejść do kościoła w trakcie mszy i tam gniewnie protestować. Czułam wewnętrzny opór, wynikający chyba z szacunku do szczerzej wiary niektórych tam obecnych, budynku, czy tego pachnącego kadzidłem spokoju, którego można często zaznać w kościele. Postanowiłam, że zrobię sobie dzień odpoczynku po trzech dniach chodzenia kilku kilometrów i stale podwyższonego poziomu adrenaliny. Jednak bacznie obserwowałam w mediach to, co się działo tego dnia. Moja koleżanka stanęła w kościele w trakcie mszy z wielkim plakatem „Módlmy się o prawo do aborcji”. Zdjęcie z jej „wyczynu” natychmiast obiegiło cały kraj i rozpoczęło protesty w kilku kościołach. Zadzwoiłam do niej, żeby powiedzieć, że z radością widzę ją w „Wyborczej”. Obejrzałam też nagrania z protestów w innych kościołach, czerwone błyskawice „wysprawy” na budynkach kościołów i zamazywane tablice ogłoszeń. Oczywiście za chwilę w świat poszły wypowiedzi oburzonych księży i wiernych. Ale szczerze mówiąc uważam, że zasłużyli na dużo ostrzejsze słowa niż te, które wtedy padły.

Kolejnego ranka wypoczęta, ale dalej podekscytowana, szykowałam się na poniedziałkowy protest. W planie była blokada najbardziej newralgicznych punktów w Warszawie. Moje zaangażowanie rosło z każdym dniem. Nieważna była dla mnie w tamtych dniach praca i uczelnia, moje myśli i plany były związane przede wszystkim ze Strajkiem Kobiet. Rozbudziła się moja dusza buntownika. Blokada była zaplanowana na godz. 16. Od rana szykowałam transparent. Namalowałam czerwoną błyskawicę, a na niej wielkimi, czarnymi literami „Kobiet się nie wkurwia!”. Miejsca do blokad zostały ogłoszone na Facebooku, jednak ja z koleżanką pojechałam na plac Powstańców Warszawy pod siedzibę TVP. Byłyśmy tam tuż przed 16, nikogo jeszcze nie było. Objechałyśmy plac raz dookoła i postanowiłyśmy zostać tam same. Stanęłyśmy na światłach, a gdy zmieniły się na zielone wyszłam z transparentem i zablokowałam pas obok. Nie wiedziałam, czego się mam spodziewać i z jak dużą złością kierowców będę musiała się mierzyć. O dziwo, chwilę po tym z samochodów za nami zaczęły wystawać flagi strajku kobiet, ludzie machali do mnie, z głośników słychać było „Imperial March”, który stał się jednym z naszych hymnów. Na ulicę wybiegło kilkunastu młodych ludzi z transparentami – ulica została zablokowana. Wbrew temu, co TVP mówiła tego dnia na nasz temat – bardzo sprawnie przepuszczaliśmy karetki. Na dźwięki sygnałów natychmiast rozstępowałyśmy się na boki. Przepuściliśmy też kuriera DPD, który był akurat w pracy, oraz matkę, która wiozła dzieci do domu. Na placu panowała atmosfera jedności. Uśmiechaliśmy się do siebie, wiedzieliśmy i czuliśmy, że możemy współpracować i ufać

sobie wzajemnie. Po mniej więcej 40 minutach przenieśliśmy się dalej, w stronę Centrum. Tam dołączyliśmy do przeogromnego tłumu ludzi, który blokował Marszałkowską. Wielki, głośny tłum. Bębny, muzyka, okrzyki, setki transparentów, flagi. W takim otoczeniu człowiek dostaje zastrzyku adrenaliny. Myślę nawet, że nie do końca sam fakt buntu jest tak przyjemnie ekscytujący, co poczucie wspólnoty, której bardzo nam brakuje. Ten moment, w którym czuje się, że tysiące ludzi dookoła siebie są z tobą, że jesteście razem przeciwko czemuś złemu, razem w słusznej sprawie. Nie jesteście już obcymi sobie ludźmi, którzy obojętnie mijają się na ulicy. Działamy wspólnie, wspieramy się, nikt nie da nikomu zginąć, każdy jest pomocny. To uczucie jedności i wsparcia było naprawdę wyjątkowe. Działało uzależniająco – miało się potrzebę i ochotę na więcej i częściej. Jest się wtedy w stanie posunąć dużo dalej i robić rzeczy, na które normalnie by się nie zdecydowało, aby ochronić, wesprzeć i wspomóc swoją wspólnotę. Ja w tym przyływie emocji wskoczyłam na maskę samochodu, podniosłam swój transparent najwyżej, jak się dało. Wszyscy dookoła zaczęli się cieszyć, skandowaniu jego treści nie było końca. To była moc i życzę każdemu/każdej, by choć raz takiej mocy mógł/mogła doświadczyć. Moja dusza buntownika była przeszcześliwa.

Rano włączyłam TVP Info, żeby zobaczyć, czy i co mówią o protestach. Trafiłam akurat na moment, w którym opozycja wyrażała swój protest na posiedzeniu Sejmu. Pod transmisją widniały paski: „Opozycja chce sparaliżować państwo”, „Lewicowy faszyzm niszczy Polskę”. Więcej nie będę przytaczać, wszystko jest na specjalnej stronie na Facebooku. Można pośmiać się do woli. W tamtym momencie działało to na mnie wręcz zachęcająco do kontynuowania protestu, było kontrskuteczne z zamierzeniami tego nadawcy. Nie mogłam uwierzyć w to, że można legalnie siać taką kłamliwą propagandę w publicznej telewizji. Przesyłałymi sobie ze znajomymi coraz to śmieszniejsze teksty z pasków TVP.

Organizacja Strajku Kobiet działała coraz prężniej. Mieliśmy już symbol błyskawicy, były flagi LGBT. Mieliśmy swoje hymny – „Imperial March” z Gwiezdnych wojen oraz uliczną przeróbkę hitu z lat 2000 „Call on me”, do której w trakcie jednego z marszów ktoś zaczął dośpiewywać, co należy – zgodnie z naszym krótkim i dosadnym hasłem – zrobić z PiS-em. A tłum mu ochoczo wtórował. Jeszcze w październiku została utworzona grupa na aplikacji Telegram, która służyła i nadal funkcjonuje jako nasz komunikator. Jest bezpieczniejsza, mniej kontrolowana. Stamtąd w sekundę tysiące ludzi mogły dowiedzieć się, jaki jest plan danego dnia, gdzie iść, a gdzie nie iść. Informowano o każdej zmianie planu czy potrzebnej szybkiej pomocy. Współczesna technologia była naszym wiernym sojusznikiem. Organizatorki Strajku Kobiet zaczęły prowadzić debaty i konferencje, które były transmitowane live na ich koncje na Instagramie. Były wyraźnie formułowane nasze postulaty i pierwsze propozycje, jak wprowadzić je w życie. Głównym była oczywiście

bezpieczna aborcja na żądanie kobiety, pojawiły się też propozycje proekologiczne i dotyczące dofinansowania psychiatrii dziecięcej. Większość znajomych uczestniczących w protestach była zadowolona z tak sprawnej organizacji i z pracy liderek. Żeby wziąć na swoje barki tak wielki zryw protestu przeciwko decyzjom władzy, trzeba wykazać się dużą odwagą i kompetencjami społecznymi. Mieliśmy nadzieję, że podołają temu zadaniu i mądrze poprowadzą cały ten ruch do zwycięstwa. Przede wszystkim chcieliśmy legalizacji aborcji na życzenie.

Każdy kolejny dzień po 22 października był dla mnie dniem protestu. Codziennie do mojej grupy dołączało coraz więcej znajomych ze studiów czy z pracy. Mimo naprawdę bolących nóg, robiliśmy przecież kolejne kilometry w marszu i spędzaliśmy godziny stojąc, ból szybko znikał. W dniu Strajku Studentek naszym punktem startu była główna brama Uniwersytetu Warszawskiego. Przyszło jeszcze więcej ludzi. Nie dało się dopchać pod samą bramę. Znowu zastrzyk optymizmu i energii: tańce, muzyka, wspólnota. W każdym proteście była z nami grupa kilkunastu dziewczyn i chłopaków z bębnami i innymi instrumentami, którzy zagrzewali do marszu. Wszystko to w tłumie, w ruchu, a w środku nich dziewczyna, która gwizdkiem dyrygowała całą orkiestrą. Chyba każdy, kto brał udział w protestach, najlepiej bawił się idąc blisko nich. Dźwięki bębnów dodawały energii nawet w chwilach fizycznego zmęczenia. Szliśmy razem, ale w sporych odstępach, tym razem w kierunku Sejmu. Gdy mijaliśmy kościół Świętego Krzyża, stało przy nim – za balustradą – może 20–30 osób w bardzo różnym wieku i przez mikrofon odmawiali „Zdrowaś Maryjo” w intencji ochrony Polski przed nami. Większość z nich wystawiła różańce za balustrady i machała nimi na nas, jak w filmach o egzorcyzmach. Dla nas było to dziwne, raczej śmieszne niż poruszające. Z uśmiechem zamachaliśmy do nich poszliśmy dalej.

Mieliśmy też czas, by uważnie poczytać niesione transparenty. Zawsze to robię, jak widzę jakieś manifestacje. Pozwala to poznawać intencje protestujących. Żeby określić, jacy ludzie chodzili na protesty Strajku Kobiet, trzeba było uważniej czytać napisy na naszych transparentach. Były one inteligentne, bystre, nawiązujące do literatury, pełne nieoczywistego humoru. Ale bez ogródek wyrażające nasze życzenia. Bo tacy właśnie jesteśmy. Słyszałam, że ktoś napisał pracę magisterską na temat treści tych transparentów. Powstał także fanpage na Instagramie, na którym można znaleźć wiele tych najlepszych. Mój ulubiony tekst: „Duda myśli, że in vitro to pizzeria”. Ale przebierać można do woli: „Jest tak źle, że nawet introwertycy przyszli”, „Nawet mefedron ma lepszy skład niż rząd”, „Nawet w »Milionerach« pytają publiczność o zdanie”.

Na naszej drodze od UW do Sejmu mijaliśmy kolejny kościół (Św. Aleksandra) na placu Trzech Krzyży. Wokół niego stali na czarno ubrani mężczyźni, w pozycji bojowej, głównie w kominiarkach, większość z nich bardzo dobrze zbudowana.

Stali tam podobno po to, by chronić swój kościół. Byli otoczeni kordonem policji, który także był skierowany w naszą stronę. Wyglądało to tak, jakby policjanci chronili tych panów w kominiarkach przed nami – pokojową manifestacją bardzo młodych dziewczyn i chłopaków, idących z uśmiechem na ustach. Wydało się to nam naprawdę komiczne, absurdałne i żenujące. Okazało się, że patrolują teren wokół tego kościoła całą dobę, a żandarmeria wojskowa pilnuje kościoła na Nowym Świecie. Tak było w środę. Według planu w czwartek odpoczywamy, zbieramy siły na piątek. A w piątek „cała Polska na Warszawę”. Odliczaliśmy godziny.

Nadszedł wreszcie piątek. Rzeczywiście tego dnia przyjechało kilkoro moich znajomych z innych miast. Na protest przyszły także osoby, które wcześniej nie były ani razu na żadnym proteście. Wiedziały, chyba też czuły, że to jest dzień, w którym trzeba się bardzo zmobilizować. Ruszyliśmy z placu Zawiszy, a zmierzaliśmy w kierunku ronda Dmowskiego. Dookoła nas były tłumy, nadchodzące z różnych stron. Z naszej strony jechała platforma Wixapolu – kolektywu, który od lat zajmuje się imprezami z muzyką elektroniczną. Morze głów ciągnęło się w nieskończoność, zewsząd dochodziła muzyka. Nie byliśmy w stanie spotkać się z resztą umówionych znajomych, ponieważ wszyscy mieliśmy problem z telefonami, traciły sygnał, nie można było się połączyć, Internet przerywał. W oczekiwaniu na resztę platform w Centrum, na samym środku ronda, rozpoczęła się impreza. Tańce, śmiechy, okrzyki. Było nas zbyt wiele, by ktokolwiek mógł nas tknąć. W końcu odbyło się głosowanie okrzykami, dotyczące dalszego kierunku naszego marszu. Najwięcej okrzyków zebrał dom Kaczyńskiego. Myślę, że jest to dość znaczące, że mając do wyboru Sejm czy siedzibę Trybunału, tłum wybiera dom tego jednego człowieka, którego posądza o odpowiedzialność za wszystko złe, co się wydarzyło. Tłum ruszył, lecz zanim my mogliśmy postawić krok naprzód – minęło dobre 20 minut. W końcu ruszyliśmy, znów tysiące ludzi ramię w ramię, platformy z muzyką dookoła nas i śpiewane przez wszystkich hity, powiewające flagi i transparenty. Policja ochraniała nasz marsz na wszystkich skrzyżowaniach. Telegramem dostawaliśmy wiadomości o jakichś agresywnych bojkówkach, które czatowały w bocznych ulicach na tych, którzy postanowili się na chwilę odłączyć. Tłum nieco rozluźnił się, telefony zaczęły działać, mogliśmy być teraz w stałym kontakcie z naszymi znajomymi. Podobnie jak ja, wszyscy oni wiązali ogromne nadzieje z tym ogromnym marszem protestu. To chyba było apogeum tego, co mogliśmy zrobić. Szliśmy w stronę domu Kaczyńskiego. Rozmawialiśmy tylko o tym, ile nas jest, jak dużo to zmieni, jaka siła w tysiącach zdesperowanych obywateli. Słyszać było podobne rozmowy wokół nas. Ludzie wierzyli w to, że teraz jest czas zmian. Byliśmy pewni, że taki wielki zryw młodych Polaków poruszy władzę, że to ją wystraszy, poruszy, skłoni do przyjęcia naszych postulatów.

Następnego dnia podliczono, że było nas ok. 100 tysięcy. Wikipedia określa te protesty jako największe demonstracje w Polsce od czasu przemian ustrojowych w 1989 roku. Z wielką nadzieją czytałam wiadomości. Niestety, okazało się, że żadnej reakcji władzy nie było. Tego dnia byliśmy jeszcze pozytywnie naładowani, ale też rozczarowani brakiem reakcji. Pytaliśmy samych siebie, czy nie byliśmy wczoraj zbyt grzeczni. Widocznie nie stanowiliśmy takiego problemu, żeby władza musiała z nami rozmawiać. Ale trudno oczekiwać od pogodnych, wykształconych ludzi brutalności, siania zagrożenia, wandalizmu czy atakowania policji.

Szeregi Strajku Kobiet zamiast się poszerzać – malały. Myślę, że większość postrzegала mijający tydzień i zwieńczający go piątek jako coś ostatecznego, co zmieni wszystko albo nic. Jednak nikt z władzy nie chciał z nami nawet tylko rozmawiać. Ludzie z mojego otoczenia tracili poczucie wpływu i motywację do protestu. Ja jeszcze byłam jedną z tych osób, które mówiły, że nie można się poddawać, że dalej trzeba chodzić, protestować i że właśnie czas i wytrwałość będą naszymi najlepszymi sprzymierzeńcami. Namawiałam znajomych, by szli maszerować ze mną. Sama wróciłam do protestowania dwa tygodnie później, w połowie listopada. Atmosfera na ulicach znacznie się zmieniła. Policji było więcej niż nas. Policjanci zjeżdżali teraz z całego kraju do Warszawy. Przed protestami widziałam jadące z Garwolina czy Otwocka wozy policyjne. Frustrujący ogromnie był dla mnie fakt, że 11 listopada, w moje od dawna już zniełubione święto, bo zawłaszczone przez nacjonalistów, banda pseudopatriotów przeszła przez Warszawę, paląc po drodze mieszkanie i niszcząc, co popadnie. A policji było tam dwa razy mniej niż na naszym pokojowym proteście. To wszystko znowu wzbudziło we mnie silną złość, od której nie umiałam już się uwolnić. Zmiana sposobu działania policji, która coraz częściej używała wobec nas środków bezpośredniego przymusu, dawała mi nową motywację do działania. Niestety, z każdym dniem czułam się i myślałam coraz bardziej radykalnie, a mniej pokojowo-wspólnotowo. Miałam chęć przekraczania granic agresji, walczyć z policjantami, obrażać ich, niszczyć ich sprzęt. To już nie było łagodne, trochę imprezowe protestowanie z przyjaciółmi, ale raczej coraz bardziej buntownicze, wściekłe, prawie szalone. Któregoś ranka po obejrzeniu filmu „Don Stanislao. Druga twarz kardynała Dziwisza” tak strasznie coś we mnie pękło, zadrżało, że chociaż tego dnia nie były organizowane żadne protesty, sama zrobiłam transparenty, wykleiłam nimi samochód i jeździłam dookoła Sejmu i innych ważnych miejsc, puszczając z głośników nasze hymny. Musiałam dać upust swojej złości, nie chować jej do kieszeni, bo „przecież i tak nic z tym złem już nie zrobię”.

Był późny listopad. Protesty trwały, kolejny rozpoczął się w Alejach Ujazdowskich. Już na samym początku ja i moje znajome zostałyśmy wylegitymowane przez policjantów. Nagrywano nas na kamerę, kazano zdjąć maskę z twarzy i przedstawić się. Było czuć, że kończy się era tańców i śpiewów, a zaczyna walka. Tłum

protestujących był już mniejszy niż wcześniej, choć wciąż pokaźny. Nasz spacer zatrzymał siłą stający przed nami kordon policji. Przewodziła nam Agnieszka Czerederecka. Krzyknęła z platformy „Jak nie w tę, to wracamy!”. Odwróciliśmy się więc w drugą stronę i zaczęliśmy iść przed siebie. Nagle zauważyłam, że bokiem wzdłuż budynku biegnie już kolejny kordon policji. Złapałam za rękę moją przyjaciółkę i przepychając się przez policyjne szeregi – uciekłyśmy z tego kotła. Mojej grupie także udało się precyzować, jednak ok. 100 osób zostało zamkniętych w tym kotle. „Kocioł” to metoda policjantów na rozbijanie „nielegalnych zgromadzeń” poprzez stopniowe odcinanie od reszty grupy protestujących osób i trzymanie ich siłą w jednym miejscu. Często nie wypuszczano ich z takiego okrążenia przez kilka godzin. Zamysłem takiego postępowania policji jest doprowadzenie zatrzymanych w takim kotle osób do skrajnych emocji, na przykład szarpania czy wyzywania policjantów. Przez takie zachowania policja prowokuje bójki (z policją) a potem oskarża protestujących o agresję i obrazę funkcjonariuszy. Wszyscy spoza tego kotła staliśmy wszyscy, jak wryci w ziemię, aż moja koleżanka krzyknęła „Pomóżmy im!” i zobaczyłam, jak wbiega sama w ten kordon i przepycha swoim drobnym ciałem silnych mundurowych. Długo nie myśląc, wszyscy dookoła ruszyliśmy się jej pomagać. Z tego napięcia, poczucia absurdu, kontrastu między siłą dziewczyn i policji, zaczęłam się głośno śmiać. Policjanci nie rozumieli co się dzieje. Stali w kaskach, uzbrojeni, a grupa dziewczyn próbowała przepchać ich swoimi ciałami. Próbowali jeszcze chwilę nas powstrzymać, aż w końcu jeden z nich machnął ręką i powiedział „chrzanić to”. Odsunął się na bok, zrobiła się szczelina a z niej wylała rzeka uwolnionych ludzi. Pobiegliśmy radośnie dalej. I tak zaczęła się nasza gra w berka z policją. Telegram – aplikacja ułatwiająca nam szybką komunikację – działał już bardzo sprawnie. Co chwilę dostawaliśmy informacje o kolejnym kordonie blokującym ulice oraz o tym, jak go można obejść. W mojej grupie były dwie starsze, koło czterdziestki, koleżanki. Widziałam je jak przeskakiwały nad barierkami na rondzie de Gaulle’a z transparentami w dłoni. Byłyśmy dzielne. Czułam się jak partyzant. Byliśmy władcami ulic, znaliśmy wszystkie skróty i bramy, a policjanci spoza Warszawy nie mieli pojęcia, którędy możemy uciekać. Biegałyśmy bocznymi uliczkami, skakałyśmy przez barierki przy przystankach tramwajowych. Skutecznie mijałyśmy kordon za kordonem, ciesząc się jak dzieci, którym udało się coś ważnego zrobić. Na Nowym Świecie jakiś mieszkaniec podał nam drabinę, po której przechodziliśmy przez płot, bo wejście na podwórze było zamknięte. Koniec końców udało nam się dotrzeć na plac Powstańców Warszawy, pod siedzibę TVP. Tam jednak policja zablokowała absolutnie każdą drogę wyjścia z placu. Trzeba było stać tam i marznąć, była przecież już połowa listopada. Wszyscy byliśmy wycieńczeni po czterokilometrowym biegu z przeszkodami, głodni i spragnieni. Atmosfera zrobiła się nerwowa. Przez Telegram dostawaliśmy informacje o tym, że gdzieś odbyła się bójka

z policją, a w innym miejscu panowie wciągają przypadkowych protestujących do czarnych samochodów, nie było wiadomo, czy to nieoznakowane auta policji, czy jakieś bojówki. Po kilku godzinach w końcu udało się nam większą grupą uciec z tego kotła. Poszliśmy coś zjeść i odpocząć. Niecałe dwie godziny później szliśmy na komendę przy Wilczej, by dołączyć do kolejnego protestu i wesprzeć zatrzymane tam osoby. Po drodze zobaczyliśmy, że na placu przed TVP wciąż stoją nasi ludzie, otoczeni przez policję. Było około północy i już na Wilczej, blisko komisariatu, zobaczyliśmy jak około trzydziestu „białych kasków” wbiega znienacka w protestujący tłum i zaczyna po prostu bić pałkami kogo popadnie. Wyglądało to naprawdę brutalnie. Tłum uciekał, my razem z nim. Wiadomo było, że zabawa się skończyła.

Kolejne protesty były mniejsze, nie mieliśmy właściwie szans na pokojowe spacerowanie. Na jednego protestującego przypadało przynajmniej dwóch policjantów. Myślę, że większość osób straciła nadzieję albo zaczęła się po prostu bać konsekwencji prawnych, a przede wszystkim fizycznego uszczerbku na zdrowiu. Jednak każdego dnia Strajk Kobiet dawał głos i nie pozwalał władzom odpoczywać od naszego protestu. 28 listopada protest rozpoczął się na rondzie Dmowskiego. Wtedy Klementyna Suchanow zmieniła nazwę tego miejsca na rondo Praw Kobiet, zawieszając tam odpowiednią tabliczkę. Bardzo to nas ucieszyło, owacjom nie było końca. Zebrała się naprawdę pokaźna liczba osób. Czuliśmy się znów jak w pierwszym tygodniu protestów. Miałam wrażenie, że protestującym wróciła wcześniejsza energia. Znowu było widać flagi, słychać było bębny, a ludzie nieśmiało tańczyli. Z kim nie rozmawiałam, każdy był mocno zaskoczony frekwencją i chyba ta „nasza masa” dostarczała nam nadziei. Średnia wieku też znacząco się podwyższyła. Były już matki z dziećmi, starsze osoby. Ale i policja zwiększyła siły. Policjanci nauczeni poprzednimi wydarzeniami tym razem stworzyli kordon wraz z wozami, tarczami i ostrzegali, że użyją gazu łzawiącego. Z głośników leciał znany wszystkim protestującym komunikat: „Uwaga, uwaga, policja informuje. Mamy stan epidemii...” i dalej nakaz rozejścia się. Nie było już łatwo uciekać. Ci, którzy byli młodzi i sprawni, przeskakiwali przez płoty, jednak osoby starsze, z dziećmi czy z jakimś bagażem, musiały odłączyć się od protestu. W pierwszym kotle zostało odciętych jakieś sto osób. Nie wiedzieliśmy, co dalej robić. Jak ich wyciągnąć, czy czekać dalej i narażać się na wciągnięcie do środka, czy mimo to kontynuować „spacer”. Dostaliśmy informację, że ci co przeszli, mają iść dalej. Niestety, kolejnych 300 metrów dalej czekał kolejny kordon. Ponownie część osób została odseparowana od reszty. Powtarzało się to co chwilę a ci, którym udało się uciec, nie wiedzieli, gdzie się kierować. W końcu udało się wszystkim zebrać niedaleko placu Unii. Nasze samochody blokowały dojazd wozów policyjnych. Gdy już nieco spokojniejsi zaczęliśmy śpiewać i tańczyć, dobiegły do nas kolejne uzbrojone kordony. Byliśmy w pułapce. Zaczął padać pierwszy śnieg.

Całej mojej grupie udało się uciec w głąb jakiegoś osiedla. Długo nie wiedzieliśmy co robić. Zrobiło się naprawdę zimno. Postanowiliśmy odpuścić i wrócić do domu. Po drodze mijaliśmy na skrzyżowaniach uwięzionych w kotłach naszych ludzi! Stali tam już dwie czy trzy godziny! Musieliśmy naprawdę się nakombinować, żeby znaleźć w miarę bezpieczną drogę do domu. Byliśmy bardzo zmęczeni fizycznie i psychicznie. Zaczęliśmy się poważnie martwić o to, czy damy radę jeszcze protestować, czym to nam grozi a co może dać dobrego. Im bardziej ostro policja ingerowała w kolejne protesty, tym więcej pojawiało się trudności i nowych problemów. Próbowalam podtrzymywać moją aktywistyczną motywację, ale to, co zaczęło dziać się na protestach, skutecznie ją gasiło. Konflikt: my kontra policja – wyraźnie się zaostrzał. Hasła z 22 października zostały zastąpione przez słowa wyrażające nienawiść do policji. Nie widziałam w tym sensu, nie przemawiało to do mnie. Czułam, że moją ideą nie była walka z mundurowymi, tylko z władzą, a ten cel jakby zniknął nam z oczu. Na protestach pojawiały się coraz to bardziej radykalne osoby. Widziałam policjanta, który stoi nieruchomo przez trzy godziny, a dosłownie nad jego uchem jeden z protestujących bije w gong. Usłyszałam, jak mówi do niego: „Błagam cię, człowieku, pracuję już trzeci dzień, odejdź z tym, bo zaraz nie wytrzymam”. Widziałam też policjanta, który bez powodu wyciąga pałkę w tłumie i bije nią dziewczyny po nogach. Byli protestujący, którzy nie tracili nad sobą panowania, ale byli i tacy, którzy bardzo wyraźnie prowokowali policjantów, podchodząc bardzo blisko i krzycząc im w twarz wulgarne wyzwiska. Na pewno nie raz policjanci przekroczyli mocno granice swojej roli i przyzwoitości, zwłaszcza gdy nieoznakowani, w czarnych dresach krążyli wśród nas z teleskopowymi pałkami. Przez to my, protestujący, straciliśmy z oczu nasz główny cel, czyli walkę o bezpieczną aborcję, a daliśmy się ponieść agresywnej grze z policją. I przegraliśmy. Może trzeba było wtedy na chwilę się zatrzymać i pomyśleć. Chyba większość protestujących nie była gotowa na taką formę wyrażania sprzeciwu. Ja także po kilku protestach z użyciem fizycznej siły z obu stron przestałam w nich uczestniczyć. Zrezygnowałam też z czytania powiadomień z Telegramu. Ze smutkiem patrzyłam, jak dość szybko wszystko, co wydawało się nie do wygaszenia – rozpada się. Liderki OSK udostępniły link do strony, na której wspólnie mieliśmy pracować nad listą proponowanych postulatów. Nie było wśród nich prawa pełnego dostępu do aborcji. To mocno wzburzyło większość protestujących kobiet. Liderki OSK próbowały wytłumaczyć ten fakt, może była w tym jakaś racja, ale straciły dla nas wiarygodność. Zarzucono im, że „zostały kupione”, „przecignięte na złą stronę”, że są niegodne naszego zaufania. Te łatki zostały przyklejone i przez to Ogólnopolski Strajk Kobiet stracił sporo poparcia. Niedługo potem krążyły plotki o wewnętrznych sporach między organizatorkami i między samymi protestującymi. Jedni chcieli dalej i mocniej iść po wszystko, nie chcieli żadnych kompromisów, inni byli skłonni walczyć przy-

najmniej o jeden nasz postulat, o cokolwiek dla nas ważnego, aby nie skończyło się tak „jak zwykle” z obywatelskimi protestami. Znowu daliśmy się podzielić lub sami się podzieliliśmy i nasza siła osłabła. Osobiście czuję, że przegraliśmy. Nasz rząd dalej robi, co mu się podoba, same Strajki Kobiet nie zmieniły nic, oprócz tego, że ich porażka w pewnym sensie odebrała nam nadzieję na najbliższą przyszłość. Nie chcę oceniać organizacji i działaczek OSK, bo sama nie odważyłabym się wziąć odpowiedzialności za prowadzenie tak dużego, silnego gniewem ruchu, ale wydaje mi się, że mniej radykalne a bardziej kompromisowe podejście do naszych postulatów zjednoczyłoby więcej ludzi, a dopóki nie będzie z nami milionów – niewiele da się zmienić.

Pandemia spowodowała, że połowę swojego czasu spędzam teraz na wsi. Tam oglądam codziennie prawicowy elektorat, którego nie widziałam tak blisko w Warszawie. Tu widzę jego ilościową przewagę i siłę oddziaływania, wielodzietne rodziny, tłumy w kościołach. To właśnie tacy jak oni wybrali dzisiejszą władzę i nie są z niej niezadowoleni. Teraz wyraźniej widzę, jak bardzo Polacy są różni, podzieleni kulturowo, światopoglądowo. Znamy i rozumiemy potrzeby tylko tych, którzy są blisko nas. My – młodzi – w większości jesteśmy progresywni, zmiany kulturowe i obyczajowe nas raczej nie przerażają, z nimi wiążemy nasze nadzieje. Ale potrzebujemy pokazania naszych idei i marzeń tak, by nie były one zagrożeniem dla tych, którzy wolą „żyć po staremu”.

MŁODZI DOROŚLI PODCZAS PANDEMII COVID-19

MARIA BARAN, KATARZYNA HAMER

Wprowadzenie

Koronawirus SARS-CoV-2 powodujący ostrą chorobę zakaźną układu oddechowego został oficjalnie po raz pierwszy wykryty 31 grudnia 2019 roku w Chinach, w Wuhan, skąd zaczął rozprzestrzeniać się na cały świat. Od tamtej pory liczba przypadków COVID-19 wywołanych przez wirus oraz powiązanych z nim śmierci rośnie drastycznie na całym świecie. 11 marca 2020 roku Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła pandemię COVID-19 (tj. epidemię o wymiarze globalnym; WHO, 2020a). Tego dnia przypadki tej choroby odnotowano w 114 krajach świata (WHO, 2020a). 8 września 2021 roku, gdy piszemy ten rozdział, statystyki dotyczące COVID-19 przekroczyły 4 mln 582 tys. zgonów i 221 mln 648 tys. zakażonych na świecie (w Polsce odpowiednio ponad 75 tys. zgonów i ponad 2 mln 891 tys. zakażonych; WHO, 2021a). Pandemia wywołała bezprecedensowy, globalny kryzys, któremu rządy wielu krajów, w tym Polski, starały się zaradzić, wprowadzając różnego typu restrykcje dotyczące przemieszczania się, zamykania biznesów czy opuszczania domu w celach innych niż konieczne¹. Pandemia i restrykcje przyczyni-

¹ W Polsce pierwszy przypadek COVID-19 odnotowano 4 marca 2020 roku, a pierwszą śmierć w wyniku tej choroby – 12 marca 2020 roku (Duszyński i in., 2020). Między 12 a 15 marca zamknięto w Polsce szkoły, przedszkola i uczelnie, restauracje oraz granice państwa. 20 marca ogłoszono stan epidemii, a 24 – zalecenie, by zostać w domu. 20 kwietnia zaczęto „luzować” wprowadzone wcześniej obostrzenia, otwierając parki i lasy, a 18 maja zakłady fryzjerskie i restauracje. Granice Polski zostały ponownie otwarte dla obywateli państw Unii Europejskiej 13 czerwca 2020 r. Następnie, 6 sierpnia powiaty o najwyższym przyroście zakażeń zostały podzielone na tzw. żółte i czerwone strefy, w których obowiązywały odmienne restrykcje. Do końca roku obostrzenia pojawiały się i znikwały w zależności od statystyk zachorowalności w danym regionie. Obowiązek powszechnego noszenia masek wprowadzono w Polsce 10 października – gdy rozpędziała się druga fala pandemii (Bartkiewicz, 2020; Widyk, 2020), a resort zdrowia informował o 5300 zakażeniach i 53 zgonach chorych na COVID-19. 15

ły się też do gwałtownych zmian w zakresie warunków życia, osobistych wolności, aktywności ekonomicznych oraz życia społecznego (Shevlin i in., 2020).

Sytuacja ta jest wyjątkowo trudna dla młodych dorosłych, a więc, jak przyjmujemy na potrzeby tego tekstu, osób w wieku 18–34 lata², którzy niezależnie od pandemii muszą radzić sobie z poważnymi zmianami życiowymi. Wchodzenie w dorosłość wiąże się bowiem z koniecznością usamodzielnia się, często wyprowadzką z domu rodziców (Pustulka i in., 2021), nawet do innego miasta czy kraju, rozpoczęciem studiów, znalezieniem pierwszej pracy i budowaniem nowych, znaczących relacji (Erikson i Erikson, 2011). Innymi słowy, pandemia znacząco utrudniła młodym dorosłym realizację ważnych celów rozwojowych, związanych z odnajdywaniem własnego miejsca w systemie relacji społecznych (Erikson i Erikson, 2011; Jankowska, 2017). Badania wskazują, że podczas gdy dla starszych najwyższe koszty pandemii dotyczą ryzyka dla zdrowia i życia, to dla młodych koszty związane są przede wszystkim ze zmianą planów i codziennej rutyny (Eurofund, 2020; Jin i in., 2021).

W wyniku pandemii część młodych dorosłych utraciła świeżo zdobytą autonomię (Gruber i in., 2020). Niektórzy byli zmuszeni do powrotu do domu rodzinnego, co prowadziło do zmian w rolach społecznych, spowalniając lub wręcz blokując osiągnięcie kamieni milowych w rozwoju (por. Małecka, 2020), takich jak na przykład niezależność w związkach seksualnych, wyrażanie swojej tożsamości, możliwość angażowania się w sprawy polityczne, religijne lub inne (Gruber i in., 2020).

Ze względu na izolację fizyczną oraz przyspieszoną cyfryzację kontaktów społecznych i zawodowych, na przykład w formie zajęć online na uczelniach, oraz komunikację wspomaganą przez media tworzenie bliskich relacji przyjacielskich i miłosnych było utrudnione. Młodzi musieli niejako zawiesić nawiązywanie tych relacji lub ograniczyć się do kontaktów online, które, jak wskazują najnowsze badania, mają inną formę i pełnią odmienną funkcję psychologiczną niż kontakty *twarzą-w-twarz* (Prinstein i in., 2020). Co więcej, kontakty osobiste powodują silniejszą więź emocjonalną niż kontakty online (Sherman i in., 2013). Tego typu nagłe zmiany w funkcjonowaniu społecznym u progu dorosłości mogą przyczyniać się

października w Polsce wykryto 8099 zakażeń, zmarło 91 chorych na COVID-19, a 7 listopada było już 27 875 nowych przypadków koronawirusa wykrytych w Polsce w ciągu doby. 19 listopada resort zdrowia poinformował o zgonie w ciągu doby 637 chorych na COVID-19. Grudzień 2020 roku zakończył się edukacją zdalną i obostrzeniami w hotelach, które dostępne były tylko dla podróżujących służbowo.

²Przedziały wiekowe stadiów rozwojowych według Erika Eriksona (Erikson i Erikson, 2011) są jedynie umowne, gdyż różne osoby mogą się różnić okresem, w którym przechodzą przez dane stadium (Jankowska, 2017). W wielu badaniach przyjmuje się jednak, że termin „młodzi dorośli” odnosi się w do osób w wieku 18–34 lata (por. Romm i in., 2021) lub 18–35 lat (por. Alonzi i in., 2020; Jacques-Aviñó, 2020).

do interpretowania pandemii w kategoriach kryzysu (Venuleo i in., 2020), obniżać jakość kontaktów społecznych, pogarszać zdolność efektywnego radzenia sobie ze stresem i w konsekwencji pogarszać dobrostan.

W niniejszym rozdziale na podstawie przeprowadzonych przez nas badań (Hamer i Baran, 2021) odpowiemy na pytanie, w jaki sposób młodzi dorośli w Polsce radzili sobie podczas pandemii COVID-19. Omawiając nasze wyniki, przeanalizujemy czynniki, które wpłynęły na ogólny dobrostan i zdrowie psychiczne młodych dorosłych. Rozdział zakończymy rozważaniami dotyczącymi potencjalnych dalekosiężnych konsekwencji doświadczenia pandemii dla młodych dorosłych.

Wpływ pandemii na funkcjonowanie psychiczne

Pandemia niesie ze sobą nie tylko bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia fizycznego, wpływa negatywnie na ekonomię (Bonaccorsi i in., 2020; International Monetary Fund, 2020), edukację (Engzell i in., 2020; Maldonado i De Witte, 2020), mobilność (Bonaccorsi i in., 2020), równość³, stanowi też poważne zagrożenie dla zdrowia psychicznego obywateli. Mimo to media i instytucje zajmujące się zdrowiem publicznym koncentrują się głównie na fizycznych i biologicznych aspektach epidemii (Tucci i in., 2017). Bagatelizowanie psychospołecznych konsekwencji chorób zakaźnych jest niebezpieczne, w wielu bowiem badaniach prowadzonych w trakcie epidemii odnotowywano zwiększone występowanie symptomów lęku, traumy, paniki, psychoz czy myśli samobójczych (Tucci i in., 2017). Konsekwencją katastrof i pandemii są często symptomy depresji oraz innych poważnych chorób psychicznych (Kessler i in., 2006; Lau i in., 2005; Mak i in., 2009), które według badaczy zaostrzają się w wyniku poczucia samotności i braku wsparcia społecznego (Kaniasty i Norris, 1993; Wang i in., 2018). Na przykład australijskie badania Taylor i współpracowników (2008) nad psychospołecznymi konsekwencjami epidemii końskiej grypy z 2007 roku wykazały, że osoby zamieszkujące tereny o wyższym ryzyku zakażenia były bardziej narażone na dystres psychologiczny, a więc występowanie symptomów lęku i depresji, niż osoby mieszkające w strefach wolnych od ognisk choroby. Jest to o tyle ciekawe, że końska grypa nie stanowi bezpośredniego zagrożenia dla życia i zdrowia fizycznego ludzi. Pojawienie się i rozprzestrzenianie nowych chorób zakaźnych wiąże się więc nie tylko ze zwiększonym lękiem o zdrowie i życie swoje i bliskich, ale również o bezpieczeństwo finansowe czy zmianę

³ Okazuje się, że większym ryzykiem śmierci w wyniku COVID-19 obarczeni są nie tylko starsi, ale i osoby o niższym statusie socjoekonomicznym (Strang i in., 2020). Istnieją też dane wskazujące na większe ryzyko zgonu wśród mniejszości etnicznych, np. Afroamerykanów (Shah i in., 2020).

trybu życia (por. Hamer i Baran, 2021). Ludzie zmagają się nie tylko z obawami o nieprzewidywalne jutro, ale i z przełomowymi wydarzeniami życiowymi (*critical life events*, krytyczne zdarzenia życiowe, Zięba i in., 2010), a więc istotnymi wydarzeniami emocjonalnymi, które mają duże znaczenie dla życia człowieka (Zięba i in., 2010), takimi jak utrata pracy na skutek zamykania biznesów czy restrykcji, ciężki przebieg choroby czy śmierć w rodzinie i żałoba (Bahr i Harvey, 1979), co też może przyczyniać się do pogorszenia funkcjonowania psychicznego.

Nie inaczej jest w przypadku pandemii COVID-19 (Wang i in., 2020). Wzrost symptomów depresji, lęku i stresu w populacji podczas pandemii COVID-19 odnotowano m.in. w Wielkiej Brytanii (Jia i in., 2020), we Włoszech (Mazza i in., 2020) oraz w Szwajcarii (Elmer i in., 2020). W wielu badaniach uchwyciono również wzrost poczucia samotności zarówno wśród starszych (Heidinger i Richter, 2020) jak i młodszych osób (Elmer i in., 2020). Relatywnie wysokie wskaźniki lęku, depresji, zespołu stresu pourazowego, psychologicznego dystresu i stresu uzyskano również wśród mieszkańców Chin, Hiszpanii, Włoch, Iranu, Stanów Zjednoczonych, Turcji, Nepalu i Danii (Xiong i in., 2020). W badaniach zrealizowanych w Izraelu uchwyciono z kolei antagonistyczny efekt dystansowania się fizycznego, które z jednej strony zwiększa poczucie bezpieczeństwa, a z drugiej wzmacnia poczucie izolacji, stres i frustrację (Levkovich i Shinan-Altman, 2021).

Ważną rolę w kształtowaniu społecznych postaw i emocji w okresie pandemii odgrywają media (Venuleo i in., 2021). Podczas pierwszego roku pandemii koronawirusa przekaz medialny koncentrował się głównie na negatywnych informacjach, co, jak okazało się w badaniach, wzmacniało lęk u osób śledzących wiadomości dotyczące koronawirusa (Moghanibashi-Mansourieh, 2020; Stainback i in., 2020; Xiong i in., 2020). Ponadto, media upowszechniły termin „społecznego” dystansowania się (WHO, 2020b) – zamiast „fizycznego” – co potęgowało wrażenie izolacji i braku dostępności wsparcia społecznego (Saltzman i in., 2020), i to wbrew popularnemu w pandemii hasłu „jesteśmy w tym razem”⁴ (por. Hamer i in., w druku).

Jednym ze środków zaradczych w pandemii COVID-19, poza częstym myciem rąk, noszeniem maseczek, kichaniem czy kasłaniem w łokieć i niepodawaniem sobie rąk na powitanie, były ograniczenia fizyczne, obejmujące dystansowanie się, kwantannę i izolację (WHO, 2020c). Istnieją silne dowody na związek izolacji społecznej i poczucia samotności (Brooks i in., 2020; Heidinger i Richter, 2020) z gorszym zdrowiem psychicznym i fizycznym (Leigh-Hunt i in., 2017; Wang i in., 2018).

Większość badań, których celem było śledzenie związku poczucia samotności (a więc niezadowolenia z ilości i/lub jakości kontaktów społecznych; Peplau i Perl-

⁴ Hasło zostało spopularyzowane poprzez kampanię społeczną Polskiej Akcji Humanitarnej. Strona internetowa: https://www.pah.org.pl/razem/?enable_cookies=all

man, 1982) ze zdrowiem fizycznym, koncentrowała się na osobach starszych. W badaniach tych stwierdzono m.in. związek poczucia samotności z pogorszeniem stanu zdrowia fizycznego (Perissinotto i in., 2012), prawdopodobieństwem zawału czy udaru (Valtorta i in., 2016) i pogorszeniem funkcjonowania poznawczego (Shankar i in., 2013). Inne badania wykazały, że zarówno samotność, jak i izolacja społeczna (a więc posiadanie niewielu kontaktów społecznych; Valtorta i in., 2016) są związane z obniżoną odpornością oraz podwyższonym ciśnieniem krwi (Grant, i in., 2009; Hawkey i in., 2010). Są również predyktorami przedwczesnej śmierci (Perissinotto i in., 2012), i to na równi z takimi czynnikami ryzyka, jak palenie czy otyłość (Elvainen i in., 2017; Holt-Lunstad i in., 2010). Choć długoterminowe skutki poczucia samotności i izolacji wśród młodych dopiero niedawno znalazły się w centrum zainteresowań badaczy, to w świetle wcześniejszych badań należy przypuszczać, że negatywne konsekwencje poczucia samotności nie ograniczają się jedynie do osób starszych. Wiadomo na przykład, że młody wiek jest czynnikiem ryzyka samotności (Victor i Yang, 2012; Shovestul i in., 2020), a niezależnie od wieku poczucie samotności związane jest z występowaniem symptomów depresji (Cacioppo i in., 2010).

W badaniach podłużnych Matthews i współpracowników (2019) okazało się, że izolacja społeczna w dzieciństwie była związana z późniejszym poczuciem samotności u młodych dorosłych. Poczucie samotności było z kolei pozytywnie związane z występowaniem zaburzeń zachowania, prób samobójczych, ADHD, a najsilniej – z występowaniem lęku i depresji. Bardziej samotni młodzi dorośli częściej podejmowali ryzykowne dla zdrowia zachowania, jak palenie papierosów, czy też unikali aktywności fizycznej. Mieli też niższą satysfakcję z życia i bardziej negatywne strategie radzenia sobie z problemami. Badacze sprawdzali również, jak młodzi dorośli zapatrują się na przyszłość. Okazało się, że samotni młodzi dorośli byli mniej pewni swoich perspektyw zawodowych, niżej oceniali swoje umiejętności pracy w zespole i odznaczali się niższym stopniem optymizmu w związku z możliwościami odniesienia sukcesu w życiu. Częściej też, w porównaniu z osobami mniej samotnymi, funkcjonowali poza systemem edukacji i byli bezrobotni. Bezrobocie może z kolei zwrócić przyczyniać się do zwiększonego poczucia samotności (Luhmann i Hawkey, 2016). Samotni młodzi dorośli cechowali się również bardziej problematycznym użyciem technologii, tzn. kompulsywnie sięgali po media społecznościowe i komunikatory, kosztem innych aktywności i zobowiązań.

W badaniach Taylor i współpracowników (2008) okazało się, że jedną z grup bardziej narażonych na problemy psychiczne podczas epidemii końskiej grypy były osoby młode. Również w badaniach Sim i współpracowników (2010) nad psychospołecznymi reakcjami w odpowiedzi na epidemię SARS w Singapurze okazało się, że na większe problemy psychiczne (symptomy lęku, depresji, problemy somatyczne czy dysfunkcje społeczne) najbardziej narażeni byli młodzi. Współczesne

badania sprzed pandemii COVID-19 wskazują na poważny problem samotności wśród studentów w Niemczech (Diehl i in., 2018), Turcji (Özdemir i Tuncay, 2008) czy Wielkiej Brytanii (Vasileiou i in., 2019). A jak pokazały badania przeprowadzone na początku pandemii COVID-19 w Polsce, młode osoby samotne wykazywały większe obawy związane z negatywnymi skutkami długotrwałej izolacji w odniesieniu do swoich relacji z innymi i dobrostanu psychicznego, a także uznawały problemy finansowe wywołane pandemią za bardziej prawdopodobne (Okruszek i in., 2020).

Choć to zaawansowany wiek jest związany z poważnym przebiegiem COVID-19 oraz śmiercią w wyniku tej choroby, powyższe dane wskazują na to, że najbardziej zagrożeni negatywnymi psychologicznymi skutkami pandemii COVID-19 są młodzi dorośli. Problem jest poważny, zwłaszcza jeśli weźmie się pod uwagę, że to od nich zależy przyszłość gospodarczo-ekonomiczna krajów (Moghanibashi-Mansourieh, 2020). To właśnie młodzi dorośli są najczęściej dotknięci takimi konsekwencjami pandemii, jak przejście na edukację zdalną, zamykanie biznesów czy bezrobocie (Joyce i Xu, 2020), które, jak pokazują badania, istotnie wiąże się z gorszym zdrowiem psychicznym (Paul i Moser, 2009).

Stan psychiczny młodych dorosłych podczas pandemii COVID-19 – wyniki badań własnych

Z badań online na próbach ogólnopolskich, które zrealizowaliśmy w 2020 roku w trakcie trwania pandemii COVID-19⁵, wynika, że choć młodzi dorośli obawiali się pandemii w mniejszym stopniu niż osoby starsze (por. Shevlin i in., 2020; Skarżyńska i Maj, 2020) i w mniejszym stopniu stosowali się do zaleceń, to jednak to dla nich skutki psychologiczne pandemii były najbardziej dotkliwe (Hamer i Baran, 2021).

W badaniach dotyczących młodych dorosłych często dzieli się te grupy wiekową (18–35 lat) na podgrupy: osoby w wieku 18–25 lat, a więc tzw. wschodzącą dorosłość (*emerging adulthood*), i osoby w wieku 25–35 lat, a więc tzw. wczesną dorosłość (*early adulthood*). Jest to podyktowane odmiennymi problemami, celami i doświadczeniami życiowymi młodych dorosłych na tych etapach życia. Dla wschodzącej dorosłości charakterystyczne jest na przykład usamodzielnienie się

⁵ Badanie zostało zrealizowane metodą CAWI (Computer-Assisted Web Interview, tj. wspomagany komputerowo wywiad online) na Ogólnopolskim panelu badawczym Ariadna. Badanie zostało przeprowadzone w schemacie podłużnym (czyli na tych samych respondentach), w czterech pomiarach: 2–24 marca, 8–10 kwietnia, 20 maja – 1 czerwca i 4–15 grudnia 2020 roku. Próba została dobrana metodą losowo-kwotową i w pierwszym pomiarze objęła 1098 osób dorosłych w wieku 18–85 lat, 52% kobiet. Badania realizował zespół: K. Hamer, M. Baran, M. Marchlewska i K. Kaniasty.

poprzez opuszczenie domu rodzinnego i zdobywanie samodzielności, okres eksperymentowania, częste zmiany pracy czy związków (Arnett, 2000), nierzadko podjęcie edukacji na uczelni. Z kolei wczesna dorosłość charakteryzuje się już większą stabilnością, osiągnięciem niezależności finansowej od rodziców, dla niektórych również rodzicielstwem. Poniżej prezentujemy wyniki naszych badań w odniesieniu do tych dwóch podkategorii młodych dorosłych i odnosimy się jedynie do istotnych statystycznie wyników.

Dystres psychologiczny

Podczas gdy na początku pandemii, tzn. w marcu 2020 roku, osoby poniżej 45. roku życia deklarowały większe natężenie symptomów dystresu psychologicznego⁶, a więc symptomów depresji i lęku uogólnionego (por. Gambin, 2021; Mazza i in., 2020; Shevlin i in. 2020), niż osoby powyżej 55. roku życia, to w kwietniu oraz na przełomie maja i czerwca większy dystres dotyczył młodych dorosłych (osób w wieku 18–34 lata w porównaniu z osobami powyżej 44. roku życia). W grudniu najmłodszy dorośli (w wieku 18–24 lata) doświadczali większego dystresu niż osoby powyżej 55. roku życia, a osoby w wieku 25–34 lata – większego niż osoby powyżej 44. roku życia. Nasze dane pozwalają twierdzić, że pod względem występowania symptomów depresji i lęku uogólnionego w 2020 roku najtrudniej było młodym dorosłym – to oni odczuwali największy dystres psychologiczny.

Poczucie samotności

Na początku pandemii, w marcu, najmłodszy (18–24 lata) deklarowali większe poczucie samotności⁷ niż osoby powyżej 44. roku życia, a osoby w wieku 25–34 lata czuły się bardziej samotne niż osoby w wieku 45–54 lata. Na przełomie maja i czerwca osoby w wieku 25–34 lata czuły się bardziej samotne niż osoby powyżej 55. roku życia. W grudniu 2020 roku osoby w wieku 18–34 lata czuły się bardziej samotne niż osoby w wieku 45–54 lata. Można więc stwierdzić, że w każdym momencie pomiaru (czyli od początku pandemii) to młodzi dorośli czuli się bardziej samotni niż starsi.

⁶ Dystres psychologiczny mierzyliśmy, wykorzystując 7 pozycji z Kwestionariusza Lęku Uogólnionego (GAD-7, General Anxiety Disorder-7, Spitzer i in., 1999, np.: Jak często, od kiedy trwa epidemia koronawirusa, niepokoiły {Pana/Panią} którekolwiek z poniższych dolegliwości? Uczucie podenerwowania, niepokoju lub roztrzęsienia;) oraz 6 itemów z Patient Health Questionnaire (PHQ, Spitzer i in., 1999; np.: Jak często, od kiedy trwa epidemia koronawirusa, niepokoiły Pana/ią którekolwiek z poniższych dolegliwości? Uczucie zmęczenia lub brak energii; itd). Skala odpowiedzi od 1 – wcale do 5 – bardzo często.

⁷ Do pomiaru poczucia samotności wykorzystaliśmy Skalę Samotności (Hughes i in., 2004) składającą się z 3 pozycji, np.: Tak ogólnie, jak często odczuwa Pan/i brak towarzystwa innych ludzi?

Poczucie kontroli osobistej

Najmłodsi dorośli (w wieku 18–24 lata) deklarowali w marcu mniejsze poczucie kontroli osobistej⁸ niż osoby powyżej 55. roku życia, a w kwietniu i w grudniu – mniejsze niż osoby powyżej 44. roku życia. Osoby w wieku 25–34 lata odczuwały w grudniu mniejsze poczucie kontroli osobistej niż osoby powyżej 54. roku życia. Podobnie więc, jak w przypadku dystresu psychologicznego i poczucia samotności, okazało się, że to młodzi dorośli odczuli najmocniej negatywne skutki pandemii. Młodzi silniej niż starsi czuli, że mają nikły wpływ na swój los i małe poczucie kontroli, a ich przyszłość jest nieprzewidywalna. Jest to ważny wynik z tego względu, że poczucie kontroli nad własnym życiem ułatwia adaptację do zmian (Howe i in., 2012), z kolei zewnętrzne umiejscowienie kontroli, a więc uogólnione przekonanie, że zdarzenia życiowe są wynikiem działania przypadku czy innych sił zewnętrznych, a nie własnej aktywności (Rotter, 1966), jest dodatnio związane z symptomami depresji (Cheng i in., 2013; Presson i Benassi, 1996).

Poczucie wsparcia społecznego

Choć we wcześniejszych pomiarach (w marcu, kwietniu oraz na przełomie maja i czerwca) nie wystąpiły istotne statystycznie różnice w poczuciu wsparcia społecznego pomiędzy osobami w różnych grupach wiekowych, w grudniu, po 10 miesiącach pandemii, to młodzi dorośli w wieku 25–34 lata odczuwali niższy poziom wsparcia społecznego⁹ niż osoby powyżej 44. roku życia.

Strategie radzenia sobie

Poza wskaźnikami zdrowia psychicznego interesowało nas również to, jakich strategii radzenia sobie¹⁰ z sytuacją pandemii używają Polacy. Style radzenia sobie są bowiem jednym z ważniejszych czynników kształtujących zachowanie człowieka w sytuacji stresowej (Heszen-Niejodek, 2000). W badaniu pytaliśmy m.in.

⁸ Do pomiaru poczucia kontroli osobistej wykorzystaliśmy Skalę Kontroli Osobistej (Marchlewska i in., 2020; 4 pozycje, np.: Mam małe poczucie kontroli nad własnym życiem, Mam duży wpływ na swój los).

⁹ Do pomiaru poczucia wsparcia społecznego wykorzystaliśmy Skalę Spostrzeganego Wsparcia Społecznego (Kaniasty, 2003) składającą się z 15 pozycji, np.: Jest ktoś, z kim mogę swobodnie i bezpiecznie porozmawiać o swoich osobistych sprawach i trudnościach.

¹⁰ Do pomiaru strategii radzenia sobie wykorzystaliśmy autorską Skalę Strategii Radzenia Sobie z Pandemią, wzorowaną na skali CISS (Endler i Parker, 1990). Skala obejmowała 5 podskal: Unikową, Zadaniową, Skupioną na emocjach, Depresyjną i Zaprzeczania. Opisujemy wyniki w zakresie tych strategii, w których pojawiły się istotne różnice pomiędzy osobami w różnym wieku.

o: strategię zaprzeczania (polegającą na negowaniu niebezpieczeństwa, restrykcji i zaleceń zdrowotnych; przykładowe pozycje: *Nie stosuję się do zaleceń w sprawie pandemii, bo wole teraz pożyć naprawdę, niż potem żałować; Nie będę zmieniać stylu życia, bo uważam, że niebezpieczeństwo związane z koronawirusem jest rozdmuchane*), skupioną na emocjach (polegającą na koncentracji na przeżywanych, negatywnych emocjach; przykładowe pozycje: *Sytuacja epidemiologiczna sprawia, że niepokoję się, czy sobie poradzę; Obwiniam się o to, że za często myślę o pandemii koronawirusa*), depresyjną (polegającą na niepodjęmowaniu działań ze względu na przekonanie o ich bezcelowości; przykładowe pozycje: *Nie myje rąk częściej niż zwykle, bo uważam, że to i tak nic nie da; Mam poczucie, że w zaistniałej sytuacji praca nie ma sensu*) i zadaniową (polegającą na koncentracji na problemie i podjęciu aktywnych działań w celu jego rozwiązania; przykładowe pozycje: *Robię co mogę, by uchronić się przed koronawirusem; Śledzę aktualne wiadomości na temat koronawirusa, żeby móc podjąć najlepsze możliwe działania ochronne*).

Strategia zaprzeczania

W marcu, kwietniu i grudniu młodzi dorośli (w wieku 18–34 lata) częściej stosowali strategię zaprzeczania niż osoby powyżej 44. roku życia. Na przełomie maja i czerwca najmłodszy badani (18–24 lata) stosowali tę strategię częściej niż osoby powyżej 44. roku życia, a osoby w wieku 25–34 lata – częściej niż osoby powyżej 55. roku życia.

Strategia skupiona na emocjach

W kwietniu¹¹ młodzi dorośli (18–34 lata) częściej niż osoby powyżej 54. roku życia stosowali strategię skoncentrowaną na emocjach, z kolei w grudniu częściej niż osoby powyżej 54. roku życia stosowały ją osoby w wieku 25–34 lata.

Strategia depresyjna

W marcu najmłodszy (18–24 lata) stosowali strategię depresyjną częściej niż osoby powyżej 34. roku życia, a osoby w wieku 25–34 lata – częściej niż osoby powyżej 44. roku życia. Podobnie w pozostałych pomiarach, tzn. w kwietniu, na przełomie maja i czerwca oraz w grudniu, młodzi dorośli (w wieku 18–34 lata) stosowali tę strategię częściej niż osoby powyżej 44. roku życia.

¹¹ W marcu i na przełomie maja i czerwca nie wystąpiły istotne statystycznie różnice pomiędzy osobami w różnym wieku.

Strategia zadaniowa

W marcu, na przełomie maja i czerwca oraz w grudniu młodzi dorośli rzadziej stosowali strategię zadaniową niż osoby powyżej 44. roku życia. W kwietniu najmłodszy (18–24 lata) stosowali tę strategię rzadziej niż osoby powyżej 34. roku życia, a osoby w wieku 25–34 lata – rzadziej niż osoby powyżej 44. roku życia. Radzenie sobie w sposób zadaniowy było dodatnio związane z poczuciem wsparcia społecznego i poczuciem osobistej kontroli, a dodatkowo w marcu również ujemnie, aczkolwiek słabo, związane z poczuciem samotności. Okazało się więc, że ta korzystna dla dobrostanu psychicznego strategia radzenia sobie z pandemią COVID-19 była najrzadziej wykorzystywana przez młodych dorosłych. Strategie najczęściej wykorzystywane przez młodych, a więc strategia zaprzeczania i depresyjna, były dodatnio związane z poczuciem samotności, dystresem psychologicznym i ujemnie z poczuciem kontroli osobistej oraz poczuciem wsparcia społecznego¹². Tak samo strategia skoncentrowana na emocjach – częściej stosowana przez młodych w kwietniu i w grudniu – okazała się pod koniec roku dodatnio związana z poczuciem samotności oraz dystresem psychologicznym, a ujemnie z poczuciem wsparcia społecznego i poczuciem kontroli osobistej. Podsumowując można więc stwierdzić, że młodzi dorośli w sytuacji stresowej związanej z pandemią COVID-19 stosowali mniej skuteczne strategie radzenia sobie.

Podsumowanie i dyskusja

Nasze badania wskazują na ogólnie gorszy dobrostan młodych dorosłych podczas pandemii COVID-19 w 2020 roku w porównaniu z osobami starszymi. Analizując dane ze wszystkich naszych pomiarów można stwierdzić, że osoby w wieku 18–34 lata generalnie odczuwały więcej symptomów dystresu psychologicznego, miały mniejsze poczucie kontroli osobistej i większe poczucie samotności niż starsi Polacy. Okazało się również, że młodzi dorośli najrzadziej wykorzystywali zadaniową strategię radzenia sobie. Częściej niż starsi zaprzeczali pandemii, koncentrowali się na własnych, często negatywnych emocjach i przejawiali brak wiary w sensowność jakichkolwiek działań zaradczych.

Dane wskazujące na wyższy poziom dystresu u młodych dorosłych Polaków w porównaniu z osobami starszymi w maju, czerwcu, lipcu i grudniu 2020 roku uzyskał również zespół Małgorzaty Gambin (2021). Wiek był ujemnie związany z objawami depresji i lęku uogólnionego (Gambin i in., 2021), co oznacza, że im osoby są młodsze, tym bardziej prawdopodobne, że gorzej radzą sobie z pandemią.

¹² Na przełomie maja i czerwca nie wystąpił istotny statystycznie związek pomiędzy stosowaniem strategii zaprzeczania i depresyjnej a poczuciem wsparcia społecznego.

Podobne wyniki, świadczące o wyższym poziomie lęku wśród populacji poniżej 44. roku życia podczas epidemii COVID-19 badacze uzyskiwali także w Iranie (Moghaniabashi-Mansourieh, 2020) i w Wielkiej Brytanii (Jia i in., 2020; Shevlin i in., 2020). Również metaanaliza przeprowadzona przez zespół Jiaqi Xiong (2020) potwierdziła, że wśród takich czynników ryzyka dystresu psychologicznego, jak bycie kobietą, obecność chronicznych lub psychicznych chorób, bezrobocie, częsta ekspozycja na informacje dotyczące koronawirusa, znajdują się także młodszy wiek (poniżej 41. roku życia) oraz posiadanie statusu studenta. Z innych badań wynika, że młodzi są grupą szczególnie narażoną także na poczucie samotności (Beam i Kim, 2020; Bu i in., 2020; Groarke i in., 2020; Heidinger i Richter, 2020; Li i Wang, 2020; Losada-Baltar i in., 2020; Luchetti i in., 2020).

W naszych badaniach najbardziej adaptacyjną z punktu widzenia dobrostanu psychicznego w pandemii strategią, a więc związaną dodatkowo ze wskaźnikami zdrowia psychicznego, była strategia zadaniowa. Była to też strategia, po którą najrzadziej sięgali młodzi dorośli. Istnieją badania wskazujące na związek stosowania mniej efektywnych strategii radzenia sobie, tj. wycofywania się i obsesyjnego myślenia o problemie z poczuciem samotności u młodych (Matthews i in., 2019). Jest to o tyle niebezpieczne, że poczucie samotności jest czynnikiem ryzyka dystresu, depresji i lęku (Killgore i in., 2020a, b; Losada-Baltar i in., 2020; Palgi i in., 2020; Park i in., 2020; Tso i Park, 2020). Wygląda na to, że młodzi dorośli tkwią w swoistym błędnym kole: czują się samotni, co zwiększa podatność na stres (Hawkley i in., 2003), wobec czego w pandemii odczuwają więcej symptomów depresji i lęku uogólnionego, a jednocześnie w mniejszym stopniu niż starsi sięgają po strategie, które mogłyby pomóc im skutecznie poradzić sobie z tą sytuacją (Matthews i in., 2019).

Aby w pełni zrozumieć trudności psychologiczne młodych dorosłych podczas pandemii, należy przyjrzeć się specyficznym wyzwaniom, z jakimi musieli mierzyć się w tym czasie. W tym celu przeanalizujemy sytuację studentów, osób pracujących i rodziców. Rozdział kończymy próbą odpowiedzi na pytanie, czy pandemia ukształtowała pokolenie młodych przegranych oraz rozważaniami na temat przyszłości.

Sytuacja życiowa młodych dorosłych a psychologiczne konsekwencje pandemii: studenci, osoby pracujące oraz rodzice

Zalecenie dystansowania się fizycznego, przeniesienie kontaktów do sieci oraz związana z nimi nauka zdalna znacząco wpłynęły m.in. na edukację młodych dorosłych. Studenci pierwszego roku zderzyli się z nowym systemem nauczania i większość z nich ani razu nie widziała na żywo swoich nowych kolegów i koleżanek z roku.

Badania Wanga i współpracowników (2020), potwierdzają, że osoby o statusie studenta w większym stopniu doświadczały stresu i lęku niż osoby pracujące. Może to być związane z tym, że zmiana stylu życia była najbardziej drastyczna w przypadku najmłodszych, u których sfrustrowana została rozwojowa potrzeba afiliacji, czyli pozytywnych kontaktów z innymi. Być może stąd bierze się silny sprzeciw młodych wobec ograniczeń pandemicznych (PAP, czerwiec 2021; Pargana, styczeń 2021), organizowanie nielegalnych „imprez” (Turlej i Falaciński, kwiecień 2021) i stosowanie strategii zaprzeczania. Na przykład Elmer i współpracownicy (2020) wśród czynników ryzyka dla izolacji i rozwoju chorób psychicznych obok mieszkania samemu, płci żeńskiej, braku wsparcia społecznego wymieniają też słabiej rozwiniętą sieć kontaktów z innymi studentami. Z badań jakościowych Lippke, Fischer i Ratz (2021) wynika, że dla studentów jednym z najpoważniejszych problemów związanych z izolacją społeczną i fizycznym dystansowaniem się były brak głębokich przyjaźni uniwersyteckich i niespełniona potrzeba „prawdziwego”, znaczącego kontaktu. Studenci opisywali swoje uniwersyteckie znajomości jako płytkie, tymczasowe i zorientowane na cel. Loades i współpracownicy (2020) zwracają uwagę na większe prawdopodobieństwo pojawienia się poczucia samotności wśród studentów, którzy w wyniku pandemii mieli mniej bezpośrednich kontaktów z rodziną i przyjaciółmi niż przed pojawieniem się COVID-19. Studenci mierzyli się nie tylko z obawami dotyczącymi zdrowia swojego i bliskich czy finansów, ale dodatkowo również z obawami o to, jak tryb nauki zdalnej wpłynie na postępy w nauczaniu oraz szanse na przyszłym rynku pracy (Elmer i in., 2020).

Pandemia COVID-19 w wielu przypadkach zmieniła też, i to nagle, formę świadczenia pracy, upowszechniając pracę zdalną (Spagnoli i in., 2020). Praca zdalna niesie ze sobą sporo pozytywnych konsekwencji dla organizacji, takich jak niższe koszty, większa efektywność i satysfakcja pracowników (Barbuto i in., 2020; Thulin i in., 2020). Z drugiej jednak strony, w trakcie trwania pandemii COVID-19 wyzwaniem okazało się zachowanie równowagi praca-życie. Na przykład Molino wraz ze współpracownikami (2020) wykazała, że w warunkach dużego obciążenia pracą osoby pracujące zdalnie czują, że muszą pracować więcej i szybciej oraz mają wrażenie, że technologia wtargnęła do ich życia prywatnego, co rodzi konflikty życie-rodzina (a więc problemy z wywiązywaniem się ze sprzecznych zobowiązań rodzinnych i profesjonalnych) oraz nasila stres. Podczas pandemii COVID-19 pojawiło się wiele badań na temat tzw. technostresu (*technostress*, Tarafdar i in., 2010), a więc stresu będącego wynikiem ciągłej dostępności online, wielozadaniowości, przeładowania informacjami, dyskomfortu i lęku wynikającego z permanentnego użytkowania Internetu, maili, wiadomości i smartfonów (Salanova i in., 2013). Na przykład badanie Alvarez-Risco i współpracowników (2021) z udziałem studentów w Peru wykazało, że technostres prowadzi do wyczerpania, które z kolei negatyw-

nie wpływa na poziom osiągnięć akademickich. Izolacja i praca z domu mogą zaburzać kreatywność i produktywność, które obok prokreacji i opieki są kluczowe dla rozwoju psychospołecznego na etapie średniej dorosłości (Jankowska, 2017).

Dla młodych dorosłych będących rodzicami wyzwaniem było łączenie obowiązków zawodowych i rodzicielskich, takich jak na przykład wsparcie w nauczaniu online (por. Gambin i in., 2021). Wyniki badań zespołu Gambin (2021) potwierdzają, że predyktorem ryzyka depresji pod koniec 2020 roku było posiadanie dziecka poniżej 18. roku życia. Inne badania wskazują na wyższy poziom stresu i lęku u kobiet niż u mężczyzn (Venuleo i in., 2020), co może być związane z tym, że kobiety są trzykrotnie bardziej niż mężczyźni odpowiedzialne za tzw. nieodpłatną pracę opiekuńczą (Hutt, 2020). Można więc założyć, że w większości opieka nad dziećmi i starszymi spoczywa w pandemii na barkach kobiet, które często muszą łączyć te obowiązki z pracą zawodową (Rinaldi, 2020; za: Venuleo i in., 2020). ONZ (2020) alarmuje, że w czasie pandemii skala nieodpłatnej pracy na rzecz najbliższych, wykonywanej przez kobiety, drastycznie wzrosła (KDS, kwiecień 2021).

O przyszłości ukształtowanej przez COVID-19

Przyszłość również rysuje się pesymistycznie: gdy powstaje ten rozdział, medycy mówią o początku kolejnej, czwartej fali pandemii (Krajewska, 2021), pojawiają się też nowe, bardziej zakaźne warianty wirusa (np. Delta, Mu; WHO, 2021b). Wiele omawianych w tym rozdziale badań wykazało, że to młodzi dorośli byli psychologicznie najbardziej poszkodowani skutkami pandemii COVID-19. Młodzi ludzie obawiają się również o swoją przyszłość, zwłaszcza w kontekście zatrudnienia i kariery: np. 86% Brytyjczyków w wieku 22–26 lat stwierdziło, że pandemia negatywnie wpłynęła na osiągnięcie kwalifikacji wymaganych w wymarzonej ścieżce kariery oraz poważnie utrudniła nawiązywanie kontaktów profesjonalnych i interpersonalnych potrzebnych do znalezienia pracy (Health Foundation, 2021). Obraz ten nie jest jednak jednorodny; poza licznymi obawami związanymi z pandemią COVID-19, młodzi byli w stanie dostrzegać też plusy nowej sytuacji, takie jak mniejsza konkurencja na studiach czy też mniejszy syndrom FoMO (FoMO, *fear of missing out*, Czerski, 2021), czyli lęk przed pominięciem (Elmer i in., 2020).

Czy można więc stwierdzić, że do efektów ubocznych epidemii należy doliczyć powstanie przegranego „pokolenia koronawirusa” dotkniętego „nieodwracalną traumą”, jak czytamy w mediach (Nowakowska, 2021)? Badania nad konsekwencjami psychospołecznymi różnego rodzaju klęsk wykazały, że katastrofy powodują istotne i dość trwale szkody psychologiczne. Z drugiej jednak strony wyniki badań podłużnych nad zdrowiem psychicznym ludzi ocalałych z katastrof wskazują na

ich zdumiewającą odporność: relatywnie mała część uczestników badań wykazuje poważny poziom dystresu psychologicznego (Bonanno i in., 2010). Istnieją też badania, które wskazują na to, że pracownicy ochrony zdrowia, strażacy i policjanci, pomimo że stanowią przecież grupy bardziej narażone na ryzyko związane z COVID-19, byli jednocześnie bardziej odporni na dystres psychologiczny podczas pierwszego lockdownu w Wielkiej Brytanii niż ogólna populacja (Pink i in., 2021). Implikacje tych badań mogą być bardzo różne: od przesłanek dotyczących pozytywnego wpływu podejmowania ważnych i proaktywnych ról społecznych podczas kryzysu na zdrowie psychiczne, po zwiększoną odporność psychiczną osób podejmujących takie zawody. Niezależnie od przyczyn większej odporności psychicznej wśród pracowników na pierwszej linii frontu walki z COVID-19, należy zauważyć, że nawet w przypadku wysokiej ekspozycji na negatywne skutki pandemii możliwe jest zachowanie odporności psychicznej. Warto byłoby więc skoncentrować się na eksploracji czynników, które pomagają tę odporność kształtować i zachować w obliczu pandemii.

W wielu badaniach poświęconych konsekwencjom psychologicznym katastrof naturalnych, np. w wyniku huraganu Katrina czy „powodzi tysiąclecia” w Polsce w 1997 roku, wykazano, że rolę bufora przed negatywnymi skutkami psychologicznymi katastrof pełni wsparcie społeczne (Chan i in., 2015; Hansel i in., 2013; Kaniasty, 2003; Weems i in., 2007) będące również predyktorem potraumatycznego wzrostu (*posttraumatic growth*, Hall i in., 2010; Saltzman i in., 2018; Xu i Ou, 2014), a więc pozytywnych zmian po doświadczeniu traumy (Ogińska-Bulik, 2014). Również współczesne badania prowadzone w trakcie trwania pandemii podkreślają pozytywną rolę wsparcia społecznego w zachowaniu zdrowia psychicznego. Badania nad skutkami kwarantanny wskazują, że poczucie wsparcia społecznego było ujemnie związane z depresją, lękiem, drażliwością i samotnością, a pozytywnie z jakością snu (Grey i in., 2020). Wsparcie społeczne było w pandemii ujemnie związane z lękiem (Cao i in., 2020; Leodoro i in., 2020), jak również dodatnio z odpornością psychiczną (*resilience*, Li i in., 2021). Biorąc pod uwagę pozytywną rolę wsparcia społecznego w radzeniu sobie z negatywnymi skutkami pandemii, jak również pandemiczne realia związane z dystansowaniem się fizycznym czy izolacją, przyszłe badania powinny koncentrować się na alternatywnych dla *twarzą-w-twarz* sposobach niesienia wsparcia i pomocy. Z jednej strony okazuje się, że osoby samotne, które tego wsparcia potrzebują, korzystają z technologii w sposób nieadaptacyjny, a z drugiej, że media społecznościowe i komunikatory dają szansę formowania i zacieśniania więzi z innymi (Nowland i in., 2018). Dostęp do technologii, charakterystyczny dla czasów pandemii COVID-19 (Saltzman i in., 2020), może chronić przed poczuciem samotności i izolacją społeczną (Smith i in., 2018) oraz podnosić odporność na stres i traumę (Sippel i in.,

2015). Przyszłe badania powinny eksplorować możliwości, jakie niosą ze sobą media społecznościowe oraz nowe technologie, przy jednoczesnej świadomości takich zagrożeń jak technostres (Tarafdar i in., 2010) czy negatywne aspekty korzystania z mediów społecznościowych, jak promowanie doskonałych, ale nieosiągalnych standardów (Gil-Or i in., 2015).

Literatura

- Alonzi, S., La Torre, A., Silverstein, M. W. (2020). The psychological impact of preexisting mental and physical health conditions during the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 236–238. <https://doi.org/10.1037/tra0000840>
- Alvarez-Risco, A., Del-Aguila-Arcentales, S., Yáñez, J. A., Rosen, M. A., Mejia, C. R. (2021). Influence of technostress on academic performance of university medicine students in Peru during the COVID-19 pandemic. *Sustainability*, 13, 8949. <https://doi.org/10.3390/su13168949>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Bahr, H. M., Harvey, C. D. (1979). Correlates of loneliness among widows bereaved in a mining disaster. *Psychological Reports*, 44, 367–385. <http://dx.doi.org/10.2466/pr0.1979.44.2.367>
- Barbuto, A., Gilliland, A., Peebles, R., Rossi, N., Shrout, T. (2020). *Telecommuting: Smarter Workplaces*. Strona internetowa: <http://hdl.handle.net/1811/91648>
- Bartkiewicz, A. (2020). *Druga fala epidemii w Polsce? A kiedy skończyła się pierwsza?* Strona internetowa: <https://www.rp.pl/komentarze/art8752231-artur-bartkiewicz-druga-fala-epidemii-w-polsce-a-kiedy-skonczyyla-sie-pierwsza>
- Beam, C. R., Kim, A. J. (2020). Psychological sequelae of social isolation and loneliness might be a larger problem in young adults than older adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 58–60. <https://doi.org/10.1037/tra0000774>
- Bonaccorsi, G., Pierri, F., Cinelli, M., Flori, A., Galeazzi, A., Porcelli, F., Schmidt, A. L., Valensise, C. M., Scala, A., Quattrocio, W., Pammolli, W. (2020). Economic and social restrictions under COVID-19. *PNAS*, 117(27), 15530–15535. <https://doi.org/10.1073/pnas.2007658117>
- Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., Greca, A. M. (2010). Weighing the costs of disaster: consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychol Sci Public Interest*, 11(1), 1–49. <https://doi.org/10.1177/1529100610387086>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid

- review of evidence. *The Lancet*, 395, 10227, 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bu, F., Steptoe, A., Fancourt, D. (2020). Loneliness during lockdown: trajectories and predictors during the COVID-19 pandemic in 35,712 adults in the UK. *Social Science & Medicine*, 265. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113521>
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Thisted, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychol Aging*, 25(2), 453–63. <https://doi.org/10.1037/a0017216>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Chan, C. S., Lowe, S. R., Weber, E., Rhodes, J. E. (2015). The contribution of pre- and post-disaster social support to short- and long-term mental health after Hurricanes Katrina: A longitudinal study of low-income survivors. *Social Science & Medicine*, 138, 38–43. <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.05.037>
- Cheng, C., Cheung, S. F., Chio, J. H.-M., Chan, M.-P. S. (2013). Cultural meaning of perceived control: A meta-analysis of locus of control and psychological symptoms across 18 cultural regions. *Psychological Bulletin*, 139(1), 152–188. <https://doi.org/10.1037/a0028596>
- Czerski, W. M. (2021). Syndrom FoMO w świetle polskiej i zagranicznej literatury. W: K. Kuszak i J. Mizera (red.), *Nowe media i informatyzacja a poznawcze i społeczne funkcjonowanie jednostek i grup społecznych* (s. 96–106). Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at Universities: Determinants of Emotional and Social Loneliness among Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Daszyński, J., Afelt, A., Ochab-Marcinek, A., Owczuk, R., Pyrc, K., Rosińska, M., Rychard, A., Smiatacz, T. (2020). *Zrozumieć COVID-19. Opracowanie zespołu ds. COVID-19 przy prezesie Polskiej Akademii Nauk*. Strona internetowa: https://informacje.pan.pl/images/2020/opracowanie-covid19-14-09-2020/ZrozumiecCovid19_opracowanie_PAN_interactive.pdf
- Elmer, T., Mepham, K., Stadtfeld, C. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *PLOS ONE*, 15(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>
- Elovainio, M., Hakulinen, C., Pulkki-Råback, L., Virtanen, M., Josefsson, K., Jokela, M., Vahtera, J., Kivimäki, M. (2017). Contribution of risk factors to excess mortality in isolated and lonely individuals: an analysis of data from the UK Biobank cohort study. *Lancet Public Health*, 2(6), e260–e266. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(17\)30075-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(17)30075-0)
- Endler, N. S., Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844–854. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.844>

- Engzell, P., Frey, A., Verhagen, M. D. (2020). Learning loss due to school closures during the COVID-19 pandemic. <https://doi.org/10.31235/osf.io/ve4z7>
- Erikson, E. H., Erikson, J. M. (2011). *Dopełniony cykl życia*. Gliwice: Wydawnictwo Helion S.A.
- Eurofound (2020). *Living, working and COVID-19, COVID-19 series*. Publications Office of the European Union, Luxembourg. Strona internetowa: https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef20059en.pdf
- Gambin, M., Sękowski, M., Woźniak-Prus, M., Pisula, E., Jansen, K., Kmita, G., Kubicka, K., Gorgol, J., Huflejt-Lukasik, Holas, P., Łyś, A. E., Wnuk, A., Oleksy, T., Szczepaniak, A., Cudo, A., Łojek, E., Bargiel-Matusiewicz, K. (2021). *Objawy depresji i lęku wśród Polaków w trakcie epidemii COVID-19. Raport z badań podłużnych*. Strona internetowa: http://psych.uw.edu.pl/wp-content/uploads/sites/98/2021/01/Raport_objawy_depresji_leku_IV_fale.pdf
- Gil-Or, O., Levi-Belz, Y., Turel, O. (2015). The “Facebook-self”: Characteristics and psychological predictors of false self-presentation on Facebook. *Frontiers in Psychology*, 6, 99. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00099>
- Grant, N., Hamer, M., Steptoe, A. (2009). Social isolation and stress-related cardiovascular, lipid, and cortisol responses. *Ann Behav Med*, 37(1), 29–37. <https://doi.org/10.1007/s12160-009-9081-z>
- Grey, I., Arora, T., Thomas, J., Saneh, A., Tohme, P., Abi-Habib, R. (2020). The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 293, 113452. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113452>
- Groarke, J. M., Berry, E., Graham-Wisener, L., McKenna-Plumley, P. E., McGlinchey, E., Armour, C. (2020). Loneliness in the UK during the COVID-19 pandemic: cross-sectional results from the COVID-19 psychological wellbeing study. *PLOS One* 15(9): e0239698. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239698>
- Gruber, J., Prinstein, M. J., Clark, L. A., Rottenberg, J., Abramowitz, J. S., Albano, A. M., Aldao, A., Borelli, J. L., Chung, T., Davila, J., Forbes, E. E., Gee, D. G., Hall, G. C. N., Hallion, L. S., Hinshaw, S. P., Hofmann, S. G., Hollon, S. D., Joormann, J., Kazdin, A. E., Weinstock, L. M. (2021). Mental health and clinical psychological science in the time of COVID-19: Challenges, opportunities, and a call to action. *American Psychologist*, 76(3), 409–426. <https://doi.org/10.1037/amp0000707>
- Hall, B. J., Hobfoll, S. E., Canetti, D., Johnson, R. J., Palmieri, P. A., Galea, S. (2010). Exploring the association between posttraumatic growth and PTSD: a national study of Jews and Arabs following the 2006 Israeli-Hezbollah war. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(3), 180–186. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3181d1411b>
- Hamer, K., Baran, M. (2021). Wpływ pandemii COVID-19 na zachowania, postawy i dobrostan Polaków. Strona internetowa: <https://covid19psychologia.com/2021/02/22/podsumowanie-wplyw-pandemii-na-zachowania-postawy-i-dobrostan-polakow-w-2020-roku/>
- Hamer, K., Baran, M., Marchlewska, M., Kaniasty, K. (w druku). Zmiany w identyfikacjach społecznych, myśleniu spiskowym, obawach, dobrostanie i zachowaniach Polaków podczas pierwszej fali pandemii COVID-19. W: J. Paluchowski i L. Bakiera (red.), *Psycho-*

- społeczny obraz pierwszej fali pandemii COVID-19 w Polsce*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Hansel, T. C., Osofsky, J. D., Osofsky, H. J., Friedrich, P. (2013). The effect of long-term relocation on child and adolescent survivors of Hurricane Katrina. *Journal of Traumatic Stress*, 26, 613–620. <http://dx.doi.org/10.1002/jts.21837>
- Hawkley, L. C., Thisted, R. A., Masi, C. M., Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness predicts increased blood pressure: 5-year cross-lagged analyses in middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 25, 132–141. <http://dx.doi.org/10.1037/a0017805>
- Health Foundation (2021). Young people say their prospects are dwindling and wellbeing suffering in the wake of the pandemic. Strona internetowa: <https://www.health.org.uk/news-and-comment/news/young-people-say-their-prospects-are-dwindling-and-wellbeing>
- Heidinger, T., Richter, L. (2020). The effect of COVID-19 on loneliness in the elderly. An empirical comparison of pre-and peri-pandemic loneliness in community-dwelling elderly. *Front Psychol*, 11: 585308. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.585308>
- Heszen-Niejędek, I. (2000). Psychologiczne problemy chorych somatycznie. W: Strelau J. (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (s. 513–531). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLOS Med*, 7(7), e1000316. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Howe, A., Smajdor, A., Stöckl, A. (2012). Towards an understanding of resilience and its relevance to medical training. *Medical Education*, 46, 349–356. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2011.04188.x>
- Hutt, R. (2020). *The coronavirus fallout may be worse for women than men. Here's why*. World Economic forum COVID Action Platform. Strona internetowa: <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/the-coronavirus-fallout-may-be-worse-for-women-than-men-heres-why/>
- International Monetary Fund (2020). An early view of the economic impact of the pandemic in 5 charts. Strona internetowa: <https://blogs.imf.org/2020/04/06/an-early-view-of-the-economic-impact-of-the-pandemic-in-5-charts/>
- Jacques-Aviñó, C., López-Jiménez, T., Medina-Perucha, L., de Bont, J., Gonçalves, A. Q., Duarte-Salles, T., Berenguera, A. (2020). Gender-based approach on the social impact and mental health in Spain during COVID-19 lockdown: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 10: e044617. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-044617>
- Jankowska, M. (2017). Sposoby rozwiązywania kryzysów w teorii psychospołecznego rozwoju E. H. Eriksona w aspekcie rozwoju człowieka i zdrowia psychicznego oraz zaburzeń w rozwoju. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 32(4), 45–64.
- Jia, R., Ayling, K., Chalder, T., Massey, A., Broadbent, E., Coupland, C., Vedhara, K. (2020). Mental health in the UK during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional analyses from a community cohort study. *BMJ Open*, 10, e040620. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2020-040620>

- Jin, S., Balliet, D., Romano, A., Spadaro, G., van Lissa, C. J., Agostini, M., Belanger, J. J., Gutzkow, B., Kreienkamp, J., PsyCorona Collaboration, Leander, N. P. (2021). *Personality and Individual Differences*, 171, 110535. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110513>
- Joyce, R., Xu, X. (2020). *Sector shutdowns during the coronavirus crisis: which workers are most exposed?* Institute for Fiscal Studies. Strona internetowa: <https://ifs.org.uk/uploads/BN278-Sector-Shutdowns.pdf>
- Kaniasty, K. (2003). *Kłęsa żywiołowa czy katastrofa społeczna? Psychospołeczne konsekwencje polskiej powodzi 1997 roku*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kaniasty, K., Norris, F. H. (1993). A test of the social support deterioration model in the context of natural disaster. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(3), 395–408. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.3.395>
- KDS (2021). *Nieodpłatna praca kobiet jest warta trzy razy więcej niż przemysł technologiczny*. Strona internetowa: <https://www.pulshr.pl/wynagrodzenia/nieodplatna-praca-kobiet-jest-warta-trzy-razy-wiecej-niz-przemysl-technologiczny,80648.html>
- Kessler, R. C., Adler, L., Barkley, R., Biederman, J., Conners, C. K., Demler, O., Faraone, S. V., Greenhill, L. L., Howes, M. J., Secnik, K., Spencer, T., Ustun, T. B., Walters, E. E., Zaslavsky, A. M. (2006). The prevalence and correlates of adult ADHD in the United States: results from the National Comorbidity Survey Replication. *Am J Psychiatry*, 163(4), 716–723. <https://doi.org/10.1176/ajp.2006.163.4.716>
- Killgore W. D., Cloonen S. A., Taylor E. C., Dailey N. S. (2020a). Loneliness: a signature mental health concern in the era of COVID-19. *Psychiatry Res.*, 290: 113117. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113117>
- Killgore W. D., Cloonan S. A., Taylor E. C., Miller M. A., Dailey N. S. (2020b). Three months of loneliness during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry Res.*, 293: 113392 <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113392>
- Krajewska, M. (2021). *Lekarze ogłosili początek czwartej fali. „To jest na razie jeden-dwa w skali Beauforta”*. Strona internetowa: <https://www.medonet.pl/koronawirus/to-musisz-wiedziec,covid-19--lekarz--mamy-poczatek-czwartej-fali,artykul,27507938.html>
- Lau, J. T., Yang, X., Pang, E., Tsui, H. Y., Wong, E., Wing, Y. K. (2005). SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerging Infectious Diseases*, 11, 417–424.
- Leigh-Hunt, N., Bagguley, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N., Caan, W. (2017). An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 152, 157–171. <http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2017.07.035>
- Leodoro, J. L., De los Santos, J. A. A. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organisational support, personal resilience and social support. *Journal of Nursing Management*, 28(7), 1653–1661. <https://doi.org/10.1111/jonm.13121>
- Levkovich, I., Shinan-Altman, S. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on stress and emotional reactions in Israel: a mixed-methods study. *Int Health*, 13(4), 358–366. <https://doi.org/10.1093/inthealth/ihaa081>
- Li, F., Luo, S., Mu, W., Li, Y., Ye, Y., Zheng, X., Xu, B., Ding, Y., Ling, P., Zhou, M., Chen, X. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of dif-

- ferent age groups during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry*, 21, 16. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>
- Li, L. Z., Wang, S. (2020). Prevalence and predictors of general psychiatric disorders and loneliness during COVID-19 in the United Kingdom. *Psychiatry Res.* 291: 113267. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113267>
- Lippke, S., Fischer, M. A., Ratz, T. (2021). Physical activity, loneliness, and meaning of friendship in young individuals – A mixed-methods investigation prior to and during the COVID-19 pandemic with three cross-sectional studies. *Front Psychol.*, 12, 617267. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.617267>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Losada-Baltar, A., Martínez-Huertas, J. Á., Jiménez-Gonzalo, L., Pedroso-Chaparro, M., Gallego-Alberto, L., Fernandes-Pires, J., Márquez-González, M. (2021). Longitudinal correlates of loneliness and psychological distress during the lockdown situation due to COVID-19. Effects of age and self-perceptions of aging. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, gbab012. Advance online publication. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab012>
- Luchetti, M., Lee, J. H., Aschwanden, D., Sesker, A., Strickhouser, J. E., Terracciano, A., Sutin, A. R. (2020). The trajectory of loneliness in response to COVID-19. *Am. Psychol.*, 75, 897–908. <https://doi.org/10.1037/amp0000690>
- Luhmann, M., Hawkey, L. C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Dev Psychol.*, 52(6), 943–959. <https://doi.org/10.1037/dev0000117>
- Maldonado, J., De Witte, K. (2020). The effect of school closures on standardised student test. *British Educational Research Journal*. <https://doi.org/10.1002/berj.3754>
- Mak, I. W. C., Chu, C. M., Pan, P. C., Yiu, M. G. C., Chan, V. L. (2009). Long-term psychiatric morbidities among SARS survivors. *General Hospital Psychiatry*, 31, 318–326. <http://dx.doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2009.03.001>
- Malecka, U. (2020). *Jak studenci radzą sobie w czasie pandemii? Rozmowa z psychologami*. Strona internetowa: <https://pwr.edu.pl/uczelnia/aktualnosci/jak-studenci-radza-sobie-w-czasie-pandemii-11674.html>
- Matthews, T., Danese, A., Caspi, A., Fisher, H., Goldman-Mellor, S., Kepa, A., Moffitt, T. E., Odgers, C. L., Arseneault, L. (2019). Lonely young adults in modern Britain: Findings from an epidemiological cohort study. *Psychological Medicine*, 49(2), 268–277. <https://doi.org/10.1017/S0033291718000788>
- Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colasanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C., Roma, P. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological responses and associated factors. *Int J Environ Res Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph17093165>

- Moghanibashi-Mansourieh, A. (2020). Assessing the anxiety level of Iranian general population during COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102076>
- Molino, M., Inguscu, E., Signore, F., Manuti, A., Giancaspro, M. L., Russo, V., Zito, M., Cortese, G. C. (2020). Wellbeing costs of technology use during Covid-19 remote working: An investigation using the Italian translation of the Technostress Creators Scale. *Sustainability*, 12(15), 5911. <https://doi.org/10.3390/su12155911>
- Nowakowska, K. (2021). *Pokolenie koronawirusa. Młodzi ludzie do końca życia będą zarabiali mniej*. Strona internetowa: <https://serwisy.gazetaprawna.pl/praca-i-kariera/artykuly/8121290,pokolenie-koronawirusa-mlodzi-ludzie-wynagrodzenia-rynek-pracy.html>
- Nowland, R., Necka, E. A., Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World? *Perspect Psychol Sci.*, 13(1), 70–87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>
- Ogińska-Bulik, N. (2014). Objawy stresu pourazowego a potraumatyczny wzrost u młodzieży – ofiar wypadków drogowych. *Psychiatria*, 11(1), 49–58.
- Okruszek, Ł., Aniszewska-Stańczuk, A., Piejka, A., Wiśniewska, M., Żurek, K. (2020). Safe but lonely? Loneliness, anxiety, and depression symptoms and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11, 3222. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579181>
- ONZ (2020). *UN Secretary-General's policy brief: The impact of COVID-19 on women*. Strona internetowa: <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2020/04/policy-brief-the-impact-of-covid-19-on-women>
- Özdemir, U., Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2, 29. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-2-29>
- Palgi, Y., Shrira, A., Ring, L., Bodner, E., Avidor, S., Bergman, Y., Cohen-Fridel, S., Keisari, S., Hoffman, Y. (2020). The loneliness pandemic: loneliness and other concomitants of depression, anxiety and their comorbidity during the COVID-19 outbreak. *J. Affect. Disord.*, 275, 109–111. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.036>
- PAP (2021). *Masowe zakażenia koronawirusem wśród młodych na Majorce*. Strona internetowa: <https://wgospodarce.pl/informacje/97996-masowe-zakazenia-koronawirusem-wsrod-mlodych-na-majorce>
- Pargana, J. K. (2021). *Holandia wprowadza godzinę policyjną. Młodzi: „Nie będziemy przestrzegać”*. Strona internetowa: <https://www.dw.com/pl/holandia-wprowadza-godzin%C4%99-policyjn%C4%85-m%C5%82odzi-nie-b%C4%99dziemy-przestrzega%C4%87/a-56306125>
- Park J., Lee S., Sul S., Chung D. (2021). Depression symptoms mediate mismatch between perceived severity of the COVID-19 and diminished compliance with prevention measures. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.650042>
- Paul, K. I., Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74(3), 264–282. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.001>
- Peplau, L. A., Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. W: L. A. Peplau, D. Perlman (eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 1–18). New York: John Wiley and Sons.

- Perissinotto, C. M., Stijacic Cenzer, I., Covinsky, K. E. (2012). Loneliness in older persons: a predictor of functional decline and death. *Arch Intern Med*, 172(14), 1078–1083. <https://doi.org/10.1001/archinternmed.2012.1993>
- Pink, S., Ferguson, H., Kelly, L. (2021). Digital social work: Conceptualising a hybrid anticipatory practice. *Qualitative Social Work*. <https://doi.org/10.1177/14733250211003647>
- Presson, P. K., Benassi, V. A. (1996). Locus of control orientation and depressive symptomatology: A meta-analysis. *Journal of Social Behavior & Personality*, 11(1), 201–212.
- Prinstein, M. J., Nesi, J., Telzer, E. H. (2020). Commentary: An updated agenda for the study of digital media use and adolescent development – future directions following Odgers & Jensen (2020). *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61, 349–352. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13219>
- Pustulka, P., Sarnowska, J., Buler, M. (2021). Resources and pace of leaving home among young adults in Poland. *Journal of Youth Studies*. <https://doi.org/10.1080/13676261.2021.1925638>
- Romm, K. F., Patterson, B., Wysota, C. N., Wang, Y., Berg, C. J. (2021). Predictors of negative psychosocial and health behavior impact of COVID-19 among young adults. *Health education research*, cyab026. <https://doi.org/10.1093/her/cyab026>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Salanova, M., Llorens, S., Cifre, E. (2013). The dark side of technologies: technostress among users of information and communication technologies. *Int J Psychol.*, 48(3), 422–436. <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.680460>
- Saltzman, L., Hansel, T. C., Bordnick, P. S. (2020). Loneliness, isolation, and social support factors in post-COVID-19 mental health. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(1), 55–57. <https://doi.org/10.1037/tra0000703>
- Saltzman, L. Y., Pat-Horenczyk, R., Lombe, M., Weltman, A., Ziv, Y., McNamara, Takeuchi, D., Brom, D. (2018). Post-combat adaptation: Improving social support and reaching constructive growth. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 31, 418–430. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1454740>
- Sherman, L. E., Michikyan, M., Greenfield, P. M. (2013). The effects of text, audio, video, and in-person communication on bonding between friends. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 7(2). <https://doi.org/10.5817/CP2013-2-3>
- Shah, M., Sachdeva, M., Dodiuk-Gad, R. P. (2020). COVID-19 and racial disparities. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 83(1). <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2020.04.046>
- Shankar, A., Hamer, M., McMunn, A., Steptoe, A. (2013). Social isolation and loneliness: relationships with cognitive function during 4 years of follow-up in the English Longitudinal Study of Ageing. *Psychosom Med*, 75(2), 161–170. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31827f09cd>
- Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Miller, J. G., Hartman, T. K., Levita, L., Mason, L., Martinez, A. P., McKay, R., Stocks, T., Bennett, K. M., Hyland, P., Karatzias, T., Ben-

- tall, R. P. (2020). Anxiety, depression, traumatic stress and COVID-19-related anxiety in the UK general population during the COVID-19 pandemic. *BJPsych open*, 6(6), e125. <https://doi.org/10.1192/bjo.2020.109>
- Shovelstul, B., Han, J., Germine, L., Dodell-Feder (2020). Risk factors for loneliness: The high relative importance of age versus other factors. *PLOS ONE*, 15(2): e0229087. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229087>
- Sim, K., Huak Chan, Y., Chong, P. N., Chua, H. C., Wen Soon, S. (2010). Psychosocial and coping responses within the community health care setting towards a national outbreak of an infectious disease. *J Psychosom Res*, 68(2), 195–202. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.04.004>
- Sippel, L. M., Pietrzak, R. H., Charney, D. S., Mayes, L. C., Southwick, S. M. (2015). How does social support enhance resilience in the trauma-exposed individual? *Ecology and Society*, 20, 10. <http://dx.doi.org/10.5751/ES-07832-200410>
- Skarżyńska, K., Maj, K. (2020). *Spółeczeństwo wobec pandemii. Raport z badań*. Warszawa: Wydawnictwo Fundacja im. S. Batorego.
- Smith, B. G., Smith, S. B., Knighton, D. (2018). Social media dialogues in a crisis: A mixed-methods approach to identifying publics on social media. *Public Relations Review*, 44, 562–573.
- Spagnoli, P., Molino, M., Molinaro, D., Giancaspro, M. L., Manuti, A., Ghislieri, C. (2020). Workaholism and Technostress During the COVID-19 Emergency: The Crucial Role of the Leaders on Remote Working. *Frontiers in Psychology*, 11, 620310. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.620310>
- Stainback, K., Hearne, B. N., Trieu, M. M. (2020). COVID-19 and the 24/7 news cycle: Does COVID-19 news exposure affect mental health? *Socius*, 6. <https://doi.org/10.1177/2378023120969339>
- Strang, P., Furst, P., Schultz, T. (2020). Excess deaths from COVID-19 correlate with age and socio-economic status. A database study in the Stockholm region. *Uppsala Journal of Medical Sciences*, 125(4). <https://doi.org/10.1080/03009734.2020.1828513>
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, T. S. (2010). Impact of technostress on end-user satisfaction and performance. *J. Manag. Inf. Syst.*, 27(3), 303–334. <https://doi.org/10.2307/29780194>
- Taylor, M. R., Agho, K. E., Stevens, G. J., Raphael, B. (2008). Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health*, 8(347). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-347>
- Thulin, E., Vilhelmson, B., Johansson, M. (2020). New telework, time pressure, and time use control in everyday life. *Sustainability*, 11, 3067. <https://doi.org/10.3390/su11113067>
- Tso I. F., Park S. (2020). Alarming levels of psychiatric symptoms and the role of loneliness during the COVID-19 epidemic: a case study of Hong Kong. *Psychiatry Res.*, 293, 113423. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113423>
- Tucci, V., Moukaddam, N., Meadows, J., Shah, S., Galwankar, S. C., Kapur, G. B. (2017). The forgotten plague: psychiatric manifestations of Ebola, Zika, and emerging infectious diseases. *J Glob Infect Dis*, 9(4), 151–156. https://doi.org/10.4103/jgid.jgid_66_17

- Turlej, E., Falaciński, S. (2021). *Byliśmy na „podziemnej” imprezie. „Wczoraj się działo. Pani! Trzy razy gasili my muzykę, bo koło klubu zatrzymywała się policja”*. Strona internetowa: <https://www.newsweek.pl/polska/spoleczenstwo/pandemia-koronawirusa-covid-party-nielegalne-imprezy-w-pandemii-coraz-popularniejsze/ml2evdd>
- Valtorta, N. K., Kanaan, M., Gilbody, S., Ronzi, S., Hanratty, B. (2016). Loneliness and social isolation as risk factors for coronary heart disease and stroke: systematic review and meta-analysis of longitudinal observational studies. *Heart*, 102, 1009–1016. <http://dx.doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308790>
- Vasileiou, K., Barnett, J., Barreto, M., Vines, J., Atkinson, M., Long, K., Bakewell, L., Lawson, S., Wilson, M. (2019). Coping with loneliness at university: A qualitative interview study with students in the UK. *Mental Health & Prevention*, 13, 21–30. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2018.11.002>
- Victor, C. R., Yang, K. (2012). The prevalence of loneliness among adults: a case study of the United Kingdom. *J Psychol*, 146(1-2), 85–104. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.613875>
- Venuleo, C., Marinaci, T., Gennaro, A., Palmieri, A. (2020). The meaning of living in the time of COVID-19. A large sample narrative inquiry. *Front Psychol*, 11, 577077. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.577077>
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and out-comes of mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 18(156). <http://dx.doi.org/10.1186/s12888-018-1736-5>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Linkang, X., McIntyre, R. S., Choo, F. N., Tran, B., Ho, R., Sharma, V. K., Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 40–48. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>
- Weems, C. F., Watts, S. E., Marsee, M. A., Taylor, L. K., Costa, N. M., Cannon, M. F., Carrión, V. G., Pina, A. A. (2007). The psychosocial impact of Hurricane Katrina: Contextual differences in psychological symptoms, social support, and discrimination. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2295–2306. <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.013>
- WHO (2020a). WHO Director-General’s opening remarks at the media briefing on COVID-19 – 11 March 2020. Strona internetowa: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- WHO (2020b). *World Health Organization coronavirus press briefing*. Strona internetowa: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/transcripts/who-audio-emergencies-coronavirus-press-conference-full-20mar2020.pdf?sfvrsn=1eafbff_0
- WHO (2020c). *Coronavirus Disease (COVID-19) Advice for the Public*. Strona internetowa: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
- WHO (2021a). WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard. Strona internetowa: <https://covid19.who.int/>

- WHO (2021b). *COVID-19 Virtual Press conference transcript – 8 September 2021*. Strona internetowa: <https://www.who.int/publications/m/item/covid-19-virtual-press-conference-transcript---8-september-2021>
- Widzyk, A. (2020). „Welt Online”: Czy Polska będzie Włochami drugiej fali pandemii? Strona internetowa: <https://www.dw.com/pl/welt-online-czy-polska-b%C4%99dzie-w%C5%82ochami-drugiej-fali-pandemii/a-55322731>
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Jacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 277, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>
- Xu, J., Ou, L. (2014). Resilience and quality of life among Wenchuan earthquake survivors: The mediating role of social support. *Public Health*, 128, 430–437. <http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2014.03.002>
- Zięba, M., Wawrzyniak, M., Świrkuła, M. (2010). Skala Zmian Życiowych – narzędzie do pomiaru skutków krytycznych zdarzeń. *Psychologia Jakości Życia*, 9(1), 145–169.

OPTYMIZM CZY TRAUMA: MŁODZIEŻ W OBLICZU PANDEMII

DARIUSZ DOLIŃSKI

Wprowadzenie

Studenci to najczęściej badana przez psychologów grupa społeczna. Wynika to po prostu z tego, że studentów najłatwiej jest zbadać, są dla uniwersyteckich badaczy najbardziej dostępni. Wystarczy rozdać im jakieś kwestionariusze czy ankiety pod koniec zajęć i poprosić o udzielenie odpowiedzi. Nic dziwnego, że niektórzy dowcipkują, że psychologia jest nauką o funkcjonowaniu studentów psychologii.

Muszę powiedzieć, że przez wiele lat swojego akademickiego życia prawie nie badałem studentów. Wynikało to z tego, że większość badań, które prowadziłem, miało charakter eksperymentów terenowych. Badałem różne zachowania ludzi, którzy chodzą po parku, robią zakupy w centrum handlowym czy siedzą przy piwie w letniej kawiarence. Myślałem, że zawsze tak będzie. Pandemia zmieniła jednak moją zawodową sytuację całkowicie. Sklepy i kawiarnie zostały zamknięte. Parki w pewnym okresie właściwie też (nie wiadomo dlaczego), a nawet wtedy, gdy pojawili się w nich ludzie, niestosowane było zbliżanie się do nich czy inicjowanie jakiegś rozmowy. Moje badania przeniosły się do Internetu. Przestałem też, niejako z konieczności, badać realne ludzkie zachowania (np. to, czy w stworzonych przeze mnie warunkach eksperymentalnych ludzie wrzucą do puszek datek na cel charytatywny, sprzątną w parku odchody po swoim psie albo pomogą kobiecie w ciąży wnieść ciężką torbę na trzecie piętro), a zacząłem badać ludzkie sądy, postawy i przekonania.

Czas pandemii koronawirusa sprawił, że prawie wszyscy psychologowie prowadzący badania wręcz rzucili się na tematykę związaną z funkcjonowaniem ludzi w tym specyficznym okresie. Jeśli w wyszukiwarkę światowych tekstów naukowych EBSCO wpiszę w jedno okno hasło: „pandemic or COVID-19 or

coronavirus”, a w drugie – słowa: „psychology or psychological”, to znajdziemy tam niewiarygodnie dużo opublikowanych już artykułów (dokładny stan na 11 września 2021 roku wynosił 131 985). Nie ukrywam, że także dopisałem się do listy badaczy eksplorujących zagadnienie funkcjonowania człowieka w dobie pandemii. W poszczególnych moich i moich współpracowników badaniach brali ludzie w różnym wieku, wykonujący różne formy aktywności. Wśród nich byli również studenci. Co właściwie udało się nam odkryć? Co udało się ustalić innym badaczom z całego świata? Spróbuję to krótko tu przedstawić.

Nierealistyczny optymizm

Ludzie bardzo często dokonują przewidywań dotyczących różnych aspektów własnej przyszłości. Jest to dla nich ważne z perspektywy formułowania celów i podejmowania decyzji. Pesymiści spodziewają się raczej występowania niekorzystnego rozwoju wypadków, optymiści sądzą, że zdarzenia rozwijać się będą w sposób dla nich korzystny. Liczne badania psychologiczne dowodzą, że optymizm związany jest z, ogólnie rzecz biorąc, lepszym funkcjonowaniem społecznym i zadaniowym, a także zwiększa szanse na osiągnięcie życiowych sukcesów (Matlin i Stang, 1978; Seligman, 2002; Seligman i Csikszentmihalyi, 2000). Badania psychologiczne wskazują też na związki optymizmu ze zdrowiem somatycznym. Dla przykładu, optymiści rzadziej niż pesymiści zgłaszają różne problemy zdrowotne (Robbins, Spence i Clark, 1991), po operacjach serca szybciej robią postępy podczas rekonwalescencji i odczuwają wówczas słabszy ból (Fitzgerald, Tennen, Affleck i Pransky, 1993). Okazuje się także, że optymiści rzadziej niż pesymiści mają zbyt wysokie ciśnienie krwi (Raikkonen, 2000). Scheier i Carver (2008) dokonując przeglądu badań nad pozytywną relacją optymizmu i zdrowia somatycznego dowodzą, że korzystny wpływ optymizmu ma miejsce dzięki dwóm procesom. Po pierwsze, optymizm skłania ludzi do podejmowania różnych działań prozdrowotnych. Po drugie, pozytywne oczekiwania uruchamiają w organizmie korzystne odpowiedzi na długotrwały stres na poziomie czysto biologicznym.

Specyficzną formą optymizmu jest sposób, w jaki ludzie porównują siebie z innymi w odniesieniu do prawdopodobieństwa doświadczenia różnych, teoretycznie możliwych, pozytywnych i negatywnych stanów w przyszłości. Rezultaty licznych badań empirycznych pokazują tu występowanie tzw. nierealistycznego optymizmu – zjawiska polegającego na tym, że „ludzie sądzą, że negatywne zdarzenia pojawiają się raczej nie w ich życiu, a w życiu innych, zaś pozytywne zdarzenia raczej w ich własnym życiu, niż w życiu innych” (Weinstein, 1980, s. 807). Tak więc, np. popadnięcie w alkoholizm zdarzy się raczej komuś innemu niż mnie, ale szczęśliwe

małżeństwo raczej mniej niż komuś innemu. Liczne badania dowodzą, że nierealistyczny optymizm dotyczy różnych aspektów życia człowieka. Z interesującej nas tu perspektywy warto wspomnieć, że efekt ten stwierdzono w odniesieniu do prawdopodobieństwa zapadnięcia na różne choroby, jak np. alkoholizm czy zawał serca (Weinstein, 1983), rak piersi u kobiet i rak prostaty u mężczyzn (Clark, Lovegrove, Williams i Machperson, 2000). Wyjaśnijmy tu od razu, że przymiotnik „nierealistyczny” w odniesieniu do optymizmu dotyczy grupy ludzi, ale nie konkretnej jednostki. Jeśli bowiem na przykład ktoś, zapytany o prawdopodobieństwo zgonu na raka płuc w ciągu najbliższych 10 lat, szacuje je niżej dla siebie niż dla przeciętnej osoby w tym samym wieku, to może mieć całkowitą rację. Konkretna osoba badana może bowiem nie palić tytoniu, uprawiać rekreacyjnie sport, a w jej rodzinie nie było żadnych przypadków śmierci z powodu jakiegokolwiek nowotworu. Jeśli jednak znakomita większość ludzi uważa, że jest mniej narażona na śmierć z powodu nowotworu płuc niż osoba przeciętna, to co najmniej część z tych osób nie może mieć racji. Osób „bardziej narażonych” i „mniej narażonych” niż osoba przeciętna musi być przecież obiektywnie tyle samo. Tak więc, w odniesieniu do badanej populacji (ale nie konkretnej jednostki) mamy pełne prawo mówić o nierealistycznym optymizmie. Taylor i Brown (1988) w swoim, klasycznym już dziś, artykule określili tak rozumiany komparatystyczny optymizm jako pozytywną iluzję, która pozwala ludziom radzić sobie z potencjalnie zagrażającymi sytuacjami, redukować stres i nie koncentrować się nadmiernie na potencjalnych przyszłych negatywnych scenariuszach życiowych.

Bywają w życiu jednostek i całych społeczeństw zagrożenia szczególnego rodzaju: powszechne, nowe, nieoczekiwane. Mogą być one wywoływane przez człowieka (np. wojny, akty terroru) albo mieć charakter naturalny (np. trzęsienia ziemi, huragany, powódzie). Można zadać pytanie, czy ludzie w takich sytuacjach także reagują nierealistycznym optymizmem. Wiele lat temu z dwójką swoich współpracowników (Dolinski, Gromski i Zawisza, 1987) przeprowadziliśmy badania tydzień po awarii elektrowni atomowej w Czarnobylu, kiedy radioaktywna chmura napłynęła właśnie nad Polskę. Studentów poprosiliśmy o oszacowanie prawdopodobieństw, z jakimi mogą doświadczyć różnych negatywnych stanów rzeczy (jak np. zawał serca, bycie ofiarą kradzieży czy katastrofa kolejowa), i prawdopodobieństw, z jakimi może to spotkać przeciętnego studenta ich płci. Zanotowaliśmy wyniki wyraźnie wskazujące na występowanie nierealistycznego optymizmu – badani studenci sądzili, że jest mniej prawdopodobne, że te złe rzeczy spotkają ich, niż że spotkają one przeciętnego studenta. Badanym zadawaliśmy jednak także pytania o prawdopodobieństwa zachorowania na chorobę popromienną w wyniku doświadczenia zdecydowanie nadmiernego promieniowania radioaktywnego. W tym przypadku nie tylko nierealistyczny optymizm nie wystąpił, ale pojawił się efekt dokładnie odwrotny!

Osoby badane sądziły, że są bardziej niż inni narażone na zachorowanie. Nazwaliśmy więc ten efekt nierealistycznym pesymizmem. Badanie to jest najprawdopodobniej pierwszym w historii, w którym zjawisko nierealistycznego optymizmu badane było w czasie, gdy osoby badane znajdowały się w stanie powszechnego, nieoczekiwanego i nowego dla nich zagrożenia. Nieco później w eksperymencie Burgera i Palmera (1992) także pytano badanych o prawdopodobieństwo doświadczenia negatywnych konsekwencji wynikających ze zdarzenia traumatycznego, powszechnego, nieoczekiwanego i nowego (trzęsienie ziemi w Kalifornii w 1989 roku), ale eksperyment przeprowadzono dopiero tydzień po tej tragedii.

Pojawienie się epidemii czy też pandemii koronawirusa także jest jednoznacznie negatywnym zjawiskiem dotyczącym wszystkich (powszechnym), nowym i przynajmniej do pewnego stopnia nieoczekiwanym. Przystępując w 2020 roku do badań, postawiliśmy sobie dwa cele: po pierwsze, chcieliśmy dowiedzieć się, czy w sytuacji nieuchronnie zbliżającej się epidemii (a może nawet pandemii) koronawirusa studenci będą spostrzegać siebie jako w takim samym stopniu narażonych na zachorowanie, jak przeciętna osoba z ich grupy odniesienia (student tej samej płci, studiujący wraz z nimi), czy też ich przekonania grupowe nie będą racjonalne. W tym drugim przypadku, pojawia się z kolei pytanie, czy owe odchylenie od racjonalności będzie miało charakter nierealistycznego optymizmu, czy też nierealistycznego pesymizmu. Ponadto, chcieliśmy zbadać dynamikę przekonań o prawdopodobieństwie zarażenia się koronawirusem. Można było bowiem założyć, że na tego typu przekonania wpływ będą miały nagłaśniane w mediach informacje o rozpowszechnianiu się zakażeń w kraju, w którym prowadzono badanie, i informacje o sytuacji w innych krajach. Doszliśmy do wniosku, że zdarzeniem niezwykle ważnym z tej perspektywy będzie oficjalne ogłoszenie w mediach pierwszego przypadku zachorowania w Polsce. Uznając za priorytet rozpoczęcie naszych badań zanim to nastąpi, postanowiliśmy zminimalizować liczbę zmiennych uwzględnianych w schemacie badań, ograniczając się do samej kwestii nierealistycznego optymizmu/pesymizmu. Spowodowało to, że czas wypełniania przez osoby badane kwestionariusza był krótszy niż minuta, a to z kolei sprawiło to, że udało nam się uzyskać zgodę osób prowadzących zajęcia dydaktyczne na przeprowadzenie badania w trakcie wykładów. Tym samym, właściwie bezpośrednio po zadaniu sobie wspomnianych wyżej pytań badawczych, mogliśmy bezzwłocznie rozpocząć nasz program.

Pierwsza faza naszych badań (Doliński i in., 2020) miała miejsce w dniach 2–3 marca 2020 roku. Oczywiście już przed tym terminem obywatele Polski spodziewali się, że w ich kraju w najbliższych dniach stwierdzony zostanie koronawirus, przede wszystkim dlatego, że donoszono już o bardzo licznych przypadkach zachorowań w graniczących z Polską Niemczech. 3 marca nie było jednak w Polsce potwierdzonego ani jednego takiego przypadku. W tym samym dniu po południu

(już po skompletowaniu przez nas wyników pierwszej fazy badań) minister zdrowia ogłosił oficjalnie, że w polskich szpitalach było w tym czasie ok. 100 pacjentów hospitalizowanych z podejrzeniem koronawirusa (oczekiwano na wyniki testów u tych osób), a 300 dalszych osób poddano kwarantannie. Pod wpływem tej informacji ludzie ruszyli masowo do sklepów, robiąc ogromne zapasy, przede wszystkim środków higieny osobistej, ryżu, kasz i makaronu. W wielu sklepach zabrakło też mięsa. Kolejnego dnia (tj. 4 marca) rano zwołano specjalną konferencję prasową, na której minister zdrowia ogłosił, że w Polsce ujawniono pierwszy przypadek koronawirusa u mężczyzny, który kilka dni wcześniej przyjechał z Niemiec. Spowodowało to, że zdecydowaliśmy się natychmiast (tj. w kolejnych dwóch dniach – 5 i 6 marca) przeprowadzić drugą fazę badań. W następnych dwóch dniach (tj. 7 i 8 marca) odnotowano kilka nowych przypadków zachorowań w różnych miejscach w Polsce. Zbiegło się to także z doniesieniami o gwałtownym wzroście zachorowań i zgonach w różnych krajach europejskich. Ogłoszono także, że zarażenia koronawirusem zanotowano już w 104 krajach świata. Minister zdrowia wystąpił przed kamerami i jednoznacznie stwierdził, że w najbliższym czasie należy spodziewać się gwałtownego wzrostu liczby osób zarażonych. 9 i 10 marca przeprowadziliśmy w związku z tym kolejną fazę naszych badań. Nazajutrz (11 marca) doszło natomiast do zamknięcia Uniwersytetu Opolskiego, w którym prowadziliśmy badania (jak i innych polskich uczelni), i zajęcia dydaktyczne przestały się odbywać. Okazało się, że we wszystkich trzech falach naszego badania zanotowaliśmy nierealistyczny optymizm. Większość badanych przez nas studentów sądziła, że raczej inni studenci, a nie oni zarażą się koronawirusem. Pojawia się oczywiście pytanie, dlaczego zanotowaliśmy wynik inny niż ujawniony w czasie, gdy nad Polskę napłynęły radioaktywne chmury (Dolinski, Gromski, Zawisza, 1987), a nad Kalifornią przetoczył się huragan (Burger i Palmer, 1992). Otóż trzeba tu podkreślić, że już kilka tygodni po wybuchu elektrowni atomowej i trzęsieniu ziemi ludzie przestali być pesymistyczni. Mało tego, wykazywali nierealistyczny optymizm (Dolinski i Gromski, 1987; Burger i Palmer, 1992)! Nierealistyczny pesymizm wydaje się więc krótkotrwałą reakcją, występującą bezpośrednio po pojawieniu się zagrożenia, a gdy ludzie w jakiś sposób oswiają się z owym zagrożeniem, gdy przestaje ono być rzeczą nową, znów stają się optymistami. Taka dynamika wydaje się zresztą bardzo przystosowawcza. Nierealistyczny pesymizm motywuje ludzi do przejawiania zachowań nastawionych na zminimalizowanie zagrożenia (na przykład w odniesieniu do wybuchu w elektrowni atomowej okazało się, że właśnie osoby charakteryzujące się nierealistycznym pesymizmem są szczególnie skłonne do podejmowania takich właśnie ochronnych działań). Życie przez długi czas w poczuciu silnego zagrożenia jest jednak niekorzystne dla dobrostanu człowieka, więc jest rzeczą pożądaną, by po pewnym czasie powrócił nierealistyczny optymizm.

W odniesieniu do pandemii koronawirusa trzeba zauważyć, że do mieszkańców naszego kraju docierały różne o niej sygnały wiele tygodni wcześniej, zanim wirus dotarł do Polski. Prawdopodobnie wówczas ludzie mogli reagować nierealistycznym pesymizmem (ale tego nie badaliśmy). W czasie, gdy ujawniono pierwszy przypadek zakażenia w Polsce i w kolejnych dniach reagowali już w sposób jednoznacznie optymistyczny.

Pojawia się pytanie, czy nierealistyczny optymizm w warunkach pandemii to domena ludzi młodych, którzy uczestniczyli w przedstawionym wyżej badaniu, czy też takie myślenie o zagrożeniu dotyczy osób w różnym wieku. A może to nie tyle młodzi ludzie, co wyłącznie (młodzi) studenci są wyjątkową populacją, która reaguje w tak optymistyczny sposób? Na pytania te odpowiadają inne nasze badania. W jednym z nich badaliśmy pracowników korporacji (Izydorczak i in., 2021), w innym pracowników gastronomii (Doliński i in., 2021), w jeszcze innym – pracowników służby zdrowia z wielu krajów świata (Kulesza i in., 2021). We wszystkich tych badaniach konsekwentnie notowaliśmy zjawisko nierealistycznego optymizmu, a siła tego efektu była porównywalna do tej, którą stwierdziliśmy w populacji studentów. Okazało się także, że zjawisko to występuje niezależnie od wieku, w jakim są badani przez nas ludzie, i fazy pandemii.

Widzimy więc, że reagowanie nierealistycznym optymizmem nie jest czymś specyficznym ani dla studentów, ani dla kategorii szerszej, a więc młodych ludzi (bez względu na to, czy studiują oni, czy też pracują). Może jednak w czasie pandemii coś innego odróżnia psychologiczne funkcjonowanie studentów od funkcjonowania pozostałych młodych ludzi, a reakcje młodych ludzi od reakcji starszego pokolenia? Przyjrzyjmy się z tej perspektywy zupełnie innym badaniom empirycznym, prowadzonym w tym jakże specyficznym okresie, w jakim się wszyscy znaleźliśmy.

Pandemia i zachwianie dobrostanu u polskich studentów

Informacje o rozwoju epidemii (najpierw) i pandemii (później) koronawirusa w oczywisty sposób wywołały niepewność i strach przed zakażeniem i chorobą (o której mówiło się, że może mieć bardzo ciężki przebieg), cierpieniem, a nawet śmiercią. Czasem dochodziła do tego depresja po śmierci bliskich i znajomych, strach o osoby, z którymi ludzie nie mieli kontaktu. Wprowadzane restrykcje wiązały się z kolei z izolacją społeczną. Ludzie przestali widywać znajomych z pracy, szkoły czy uczelni. Bardzo często nie mogli też oddawać się swojemu hobby – na przykład chodzić do kina, teatru, filharmonii czy opery. Niejasność i niepewność co do tego, jak należy się zachowywać wzmagало przy tym wiele fałszywych wiadomości w mediach społecznościowych (Dymecka, 2021). W Polsce dochodziły do tego

także całkowicie niespójne komunikaty władz. Najpierw obywatele dowiadawali się, że używanie maseczek jest pozbawione sensu, a potem, że koniecznie należy ich używać. (W nieprzypadkowy, jak sądzę, sposób zbiegło się to z tym, że najpierw maseczki były całkowicie niedostępne w sklepach i aptekach, gdyż władze zapomniały o ich wyprodukowaniu lub sprowadzeniu z zagranicy, a potem wszędzie się pojawiły.) W pewnym momencie wydano zakaz wchodzenia do lasów i parków, by później ogłosić z kolei, że jest to korzystne dla zdrowia, a więc wręcz wskazane. (Tu, przy maksimum dobrej woli, nie potrafię dopatrzeć się jakiegokolwiek logiki.) Także prezydent Andrzej Duda dawał fatalny przykład swoim zachowaniem, mówiąc, że nie lubi nosić maseczki, a w dalszej fazie pandemii, gdy można było zacząć się szczepić, opowiadając, że nie lubi, gdy ktoś wymachuje przed nim igłą. Wielu polityków (zwłaszcza z obozu Konfederacji) ogłosiło, że wszelkie prozdrowotne nakazy są pogwałceniem obywatelskiej wolności i w ramach obywatelskiego sprzeciwu nie należy ich przestrzegać, a liczni celebryci stwierdzali przy wszelkich okazjach, że jakiegokolwiek restrykcje są pozbawione sensu, bo wirusa nie ma (wersja radykalna) lub jest, ale nie jest groźniejszy od wirusa grypy (wersja łagodna). Wszystko to na różnych etapach zagrożenia chorobą COVID-19 stwarzało bardzo specyficzną sytuację niepewności i niejasności, w oczywisty sposób interesującą poznawczo dla psychologów badających determinanty dobrostanu psychicznego i jego braku.

Jako członek zespołu kierowanego przez Agatę Dębowską miałem okazję przyrzeć się wynikom bardzo złożonego badania polskich studentów. Badanie realizowane było w pięciu falach w marcu i kwietniu 2020 roku, a wzięło w nim udział ponad siedem tysięcy studentów (także zaocznych, co pozwalało na uwzględnienie roli wieku osób badanych) z dziesięciu państwowych i prywatnych uczelni (Dębowska, Horeczy, Boduszek i Doliński, 2020). Studenci wypełniali baterię różnych kwestionariuszy, co pozwoliło na sprawdzenie dynamiki wybranych parametrów ich funkcjonowania w ciągu wspomnianych dwóch miesięcy. Przede wszystkim odnotowaliśmy w tym czasie bardzo wyraźny i konsekwentny wzrost depresji i odczuwanego stresu. Bardziej złożone okazały się wyniki dotyczące lęku, który w naszym drugim pomiarze okazał się mniejszy niż w pomiarze początkowym, ale potem rósł w pomiarze trzecim i czwartym, by wyraźnie opaść w pomiarze ostatnim, przeprowadzonym w końcu kwietnia. Okazało się także, że w odniesieniu do wspomnianych wyżej trzech symptomów (tj. depresji, lęku i stresu) kobiety ujawniały je wyraźnie powszechniej i silniej niż mężczyźni. Inaczej było jednak z myślami samobójczymi, które wraz z rozwojem pandemii coraz silniej (począwszy od pomiaru drugiego) towarzyszyły badanym mężczyznom, a u kobiet takiego wzrostu nie zanotowaliśmy. Co ciekawe, w przypadku lęku i depresji studenci psychologii zostali w mniejszym stopniu poszkodowani przez pandemię niż studenci innych kierunków. (Kierunek studiów nie różnicował natomiast poziomu stresu i tendencji

samobójczych.) Okazało się także, że młodszy badani (w wieku 18–24 lata) wykazywali silniejsze objawy depresji, lęku i tendencji samobójczych niż starsi od nich studenci i studentki. Zarówno analiza literatury przedmiotu, jak i wyniki innych badań prowadzonych na całym świecie skłaniają nas do przypuszczenia, że podstawowym czynnikiem odpowiedzialnym za opisane wyżej zaburzenia funkcjonowania psychicznego młodych ludzi była izolacja. Znaczne ograniczenie bezpośrednich kontaktów społecznych jest po prostu szkodliwe dla ludzi. W interesujący sposób współgra z tym wynik badania Katarzyny Cantarero, Wijnanda van Tilburga i Eweliny Smoktunowicz (2021) dotyczącego roli kontaktów społecznych dla dobrostanu. O ile w sytuacji przedpandemicznej notowano wyniki wskazujące na to, że liczba i głębokość kontaktów online mają tylko minimalne znaczenie, a kluczowe są kontakty bezpośrednie, to w pandemii kontakty bezpośrednie przestały mieć znaczenie, a intensywność kontaktów online i telefonicznych okazała się silnie związana z dobrostanem! Dlaczego? Dlatego, że kontakty bezpośrednie w czasie pandemii z jednej strony działały pozytywnie, ale z drugiej – generując lęk przed zakażeniem – negatywnie. Kontakty online i rozmowy telefoniczne nie budziły zaś żadnego lęku ani innych negatywnych stanów tego typu.

Przedstawione wyżej wzorce wyników uzyskane przez nas w Polsce dobrze korespondują z rezultatami badań prowadzonych w innych krajach świata. Co więcej, niektóre z tych badań prowadzone były na reprezentatywnych próbach, co pozwala ocenić rolę wieku i statusu społeczno-zawodowego w pojawianiu się różnych zaburzeń psychicznych. I tak, w badaniach przeprowadzonych w Stanach Zjednoczonych 9 i 10 kwietnia 2020 roku na reprezentatywnej próbie ponad tysiąca mieszkańców (Killgore, Coonan, Taylor i Dailey, 2021) porównywano wskaźniki zdrowia psychicznego Amerykanów z danymi otrzymanywanymi przed pandemią. Zanotowano bardzo wyraźny wzrost symptomów depresji i lęku, odczuwanego stresu, przypadków bezsenności i tendencji samobójczych. Zaburzenia te były tym słabsze, im starsi byli badani. W innym amerykańskim badaniu (Coley i Baum, 2021) analizowano zmiany w funkcjonowaniu psychicznym ludzi podczas pierwszych dziewięciu miesięcy pandemii. Pierwszą falę badań zrealizowano 23 kwietnia, ostatnią 23 listopada 2020. Okazało się, że w tym drugim okresie zwłaszcza symptomy lęku i depresji pojawiały się znacznie częściej i z większą intensywnością. Okazało się, że były one powszechniejsze u kobiet niż u mężczyzn oraz dotknęły przede wszystkim ludzi młodych. Szczególnie przy tym ucierpeli młodzi słabo wykształceni oraz te osoby, które w pandemii straciły pracę. W badaniach hiszpańskich realizowanych przez Gismero-Gonzalesa i jego współpracowników (2020) sprawdzano z kolei zmiany w najczęściej odczuwanych przez ludzi emocjach przed pandemią i w jej trakcie. Okazało się, co nie może dziwić, że nastąpił wzrost częstości odczuwania emocji negatywnych, a spadek pozytywnych. Istotne z naszej perspektywy jest jednak to, że

ponownie okazało się, że te niekorzystne zmiany są szczególnie wyraźne u kobiet, oraz to, że ludzie młodzi (w wieku 18–35 lat) ujawniają je częściej i silniej niż osoby starsze. Szczególną podatność na występowanie negatywnych symptomów emocjonalnych o charakterze lęku i depresji u ludzi młodych wykazano także w innych badaniach hiszpańskich, prowadzonych w różnych okresach pandemii (np. Cao i in., 2020; Gamonal-Limcaoco i in., 2020). Ponownie odnotowano też w tych badaniach gorsze funkcjonowanie psychiczne kobiet niż mężczyzn. Podobny wzorzec wyników, wskazujący na to, że pandemia jest destruktywna przede wszystkim dla zdrowia psychicznego ludzi młodych, a zwłaszcza młodych kobiet, zanotowano również w badaniach chińskich (Huang i Zhao, 2020) oraz brytyjskich (Shevlin i in., 2020). Badań dotyczących pogorszenia funkcjonowania psychicznego ludzi w czasie pandemii jest już na tyle dużo, że pojawił się ich systematyczny przegląd (Gibson, Schneider, Talamonti i Forshaw, 2021). Wskazuje on na powszechność pojawiania się różnych negatywnych symptomów, związanych z zaburzeniem dobrostanu (a więc przede wszystkim lęku, depresji, ciągłego stresu, tendencji i myśli samobójczych, bezsenności, uczucia zmęczenia, poczucia bezsensu itp.). Jednoznaczne też są dane wskazujące na większą częstość pojawiania się tych negatywnych stanów u kobiet niż u mężczyzn. Mówiąc ściślej, było też tak przed pandemią, ale pojawienie się COVID-u w relatywnie niewielkim stopniu pogorszyło psychiczne funkcjonowanie mężczyzn, a zdecydowanie bardziej dotknęło kobiety. Może to mieć przede wszystkim związek z tym, że kobiety cechują się większą wrażliwością na stresujące zdarzenia życiowe, a jednocześnie są bardziej wrażliwe na załamanie się sieci kontaktów społecznych, gdyż cechuje je bardziej afiliatywny styl funkcjonowania (Dymecka, 2020).

Inny wniosek, jaki nasuwa się z lektury wspomnianego przeglądu badań, jest także zgodny z wynikami studiów empirycznych, które pozwoliłem sobie wyżej przytoczyć: młodzi ludzie (w badaniach najczęściej cezurą jest 35. rok życia) częściej i silniej doświadczają negatywnych symptomów niż ludzie starsi. Warto też wspomnieć o ujawnionym przez autorów omawianej pracy roli edukacji. Im lepsze wykształcenie osób badanych, tym mniejsza destrukcja, jaką czyni w ich psychice pandemia.

Uwagi końcowe

Z interesującego nas tu punktu widzenia kluczowe jest to, czy pandemia spowodowała specyficzne zmiany w psychicznym funkcjonowaniu młodzieży (a w ramach tej kategorii: studentów). Mówiąc o zmianach specyficznych, mam na myśli to, czy były one inne jakościowo, albo inne jeśli chodzi o częstość pojawiania się, niż

w całej populacji. Z wielu badań wynika dość jednoznacznie, że pandemia spowodowała stosunkowo niewielką szkodę w funkcjonowaniu osób w podeszłym wieku (np. Ozamiz-Etxebarria i in., 2020; Shevlin i in., 2020). Jest to o tyle paradoksalne, że właśnie ta grupa była i jest szczególnie narażona na ciężki przebieg choroby i śmierć (także z powodu chorób współistniejących, których po prostu w przypadku tej grupy jest znacznie więcej). Dlaczego więc to młodzież, a nie ludzie starsi (co jednoznacznie wynika z przedstawionych wyżej badań) szczególnie często i ze szczególną intensywnością wykazuje pogorszenie funkcjonowania psychicznego w postaci odczuwania nasilonego leku, depresji, stresu i niepewności oraz zaburzeń snu i obniżonego dobrostanu? Skłonny jestem sądzić, że kluczem do zrozumienia tej zależności jest sposób spędzania wolnego czasu przed pandemią. To młodzież szczególnie często spotykała się w gronie znajomych, umawiając się w pubach, kawiarniach czy dyskotekach. Izolacja społeczna i niemożność spędzania czasu w ten właśnie, preferowany i wręcz nawykowo wykształcony, sposób uderzyła więc zdecydowanie mocniej w młodzież, niż na przykład w emerytów, których znaczna część przed pandemią i w czasie pandemii spędzała i spędza czas przed telewizorem, oglądając seriale. (Na analogicznej zasadzie można założyć, że pandemia jest prawdopodobnie mniej dotkliwa dla introwertyków niż ekstrawertyków, choć nie znam badań poświęconych tej kwestii.)

Zauważmy też, że pandemia trwa znacznie dłużej niż większość z nas spodziewała się w chwili, gdy pojawiły się pierwsze informacje o rozpowszechnianiu się choroby na świecie. Percepcja upływającego czasu zależy między innymi od wieku. Najprościej mówiąc, młodym ludziom czas biegnie szybciej niż starszym (Wittman i Lehnhoff, 2005; Bejan, 2019). Ważnym czynnikiem sprawiającym, że czas płynie subiektywnie wolno jest też uczucie nudy (Watt, 1991). Odczucie nudy mogą mieć zaś szczególnie ci ludzie, którzy nie mogą rozerwać się w sposób, do którego są przyzwyczajeni, a więc właśnie ci, którym zabrano możliwość bawienia się na dyskotekach, koncertach rockowych, a nawet w szerszym gronie w prywatnym mieszkaniu. Przedłużające się niedogodności związane z pandemią są więc subiektywnie nie tylko bardziej uciążliwe, ale i dłużej trwające właśnie dla ludzi młodych. Pandemia subiektywnie trwa już „nieznośnie długo” szczególnie dla nich.

Zarazem jednak zauważmy, że pokłady optymizmu, będącego buforem stresu, lęku i depresji, są obecne u młodzieży w takim samym nasileniu, jak u ludzi starszych. Młodzież (zarówno studencka, jak i pracująca) konsekwentnie od początku pandemii w Polsce wierzy, że wirus zarazi raczej kogoś innego niż ich. Odczuwanie negatywnych symptomów lęku, stresu i depresji tylko pozornie stoi w sprzeczności ze wspomnianym optymizmem. De facto, taki układ wyników może być dobrą ilustracją trafności tzw. cebulowej teorii szczęścia (Czapiński, 1992). Wola życia generuje optymizm mimo niesprzyjających okoliczności życiowych i odczuwanego psychicznego dyskomfortu.

Pozostaje nam jeszcze podsumowanie różnic między młodzieżą studencką a ich rówieśnikami, którzy nie studiują. Choć badań uwzględniających te różnice jest mało, opublikowane dotychczas w literaturze wskazują na to, że studenci nieco łatwiej przechodzą zaistniałą sytuację. Być może ma to związek z tym, że w czasie restrykcji łatwiej im zagospodarować wolny czas (np. oddając się lekturze książek, uczeniu się nowego obcego języka czy – tu pozwolę sobie na prywatny optymizm dydaktyka – intensywniej niż zazwyczaj przygotowując się do sprawdzianów i egzaminów). Być może wyjaśnieniem może być też to, że studenci są bardziej krytyczni, a przez to mniej podatni na chaos informacyjny, odrzucając po prostu niedorzeczne informacje o pandemii, które pojawiają się w Internecie. Niestety, brak istniejących danych empirycznych (a przynajmniej niepowodzenie jakiego doświadczyłem w poszukiwaniu ich) nie pozwala mi tu na rozstrzygnięcie w sposób jednoznaczny wspomnianego „uprzywilejowania” studentów.

Nie ulega wątpliwości, że dla większości z nas pandemia to doświadczenie szczególne. Nasze życie obiektywnie bardzo się zmieniło, nowa sytuacja trwa już długo, a właściwie nikt nie potrafi wiedzieć, ile będzie jeszcze trwała. Nikt odpowiedzialny nie może też dać gwarancji, że sytuacja epidemiologiczna nie stanie się jeszcze gorsza, niż w jej dotychczasowym apogeum, a restrykcje nie będą jeszcze poważniejsze niż wtedy. Pamiętajmy także, że psychologiczne konsekwencje pandemii mogą trwać dłużej niż ona sama (Dymecka, 2021; Shigemura i in., 2020). O tym, w jaki sposób pandemia dotknęła młodzież i studentów, będziemy więc mogli więcej i dokładniej powiedzieć dopiero po pewnym czasie.

Literatura

- Bejan, A. (2019). Why the days seem shorter as we get older. *European Review* 27, 1–8. doi: 10.1017/S1062798718000741
- Burger J, Palmer M. (1992). Changes in and generalization of unrealistic optimism following experiences with stressful events: Reactions to the 1989 California Earthquake. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 39–43. doi: 10.1177/0146167292181006.
- Cantarero, K., van Tilburg, W.A.P., Smoktunowicz, E. (2021). Affirming basic psychological needs promotes mental well-being during the COVID-19 outbreak. *Social Psychological and Personality Science*, 12, 821–828. doi: 10.1177/1948550620942708
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934
- Clarke V., Lovegrove H., Williams A., Machperson, M. (2000). Unrealistic optimism and the Health Belief Model. *Journal of Behavioral Medicine*, 23, 367–376. doi: 10.1023/A:1005500917875.

- Coley, R. L., Baum, C. F. (2021). Trends in mental health symptoms, service use, and unmet need for services among U.S. adults through the first 9 months of the COVID-19 pandemic. *Translational Behavioral Medicine*, *ibab082*. doi: 10.1093/tbm/ibab030
- Czapiński, J. (1992). *Psychologia szczęścia. Przegląd badań i zarys teorii cebulowej*. Warszawa: Akademikos.
- Debowska, A., Horeczy, B., Boduszek, D., Dolinski, D. (2020). A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland. *Psychological Medicine*, *1-4*. doi: 10.1017/S003329172000392X
- Dolinski, D., Dolinska, B., Zmaczynska-Witek, B., Banach, M., Kulesza, W. (2020). Unrealistic optimism in the time of coronavirus pandemic: May it help to kill, if so – whom: Disease or the person? *Journal of Clinical Medicine*, *9*, 1464, 1–9. doi: 10.3390/jcm9051464.
- Dolinski, D., Dolinska, B., Muniak, P., Izydorczak, K., Kulesza, W. (2021). *How is hospitality in the HoReCa industry psychologically affected by COVID-19? Research on unrealistic optimism among HoReCa workers*. Artykuł zaproponowany do druku.
- Dolinski, D., Gromski, W. (1987). *Optimism is back!* Unpublished report. WSP. Opole.
- Dolinski D., Gromski W., Zawisza E. (1987). Unrealistic pessimism. *Journal of Social Psychology*, *127*, 511–516. doi: 10.1080/00224545.1987.9713735
- Dymecka, J. (2021). Psychospołeczne skutki pandemii COVID-19. *Neuropsychiatria i Neuropsychologia*, *16*, 1–10. doi: 10.5114/naqn.2021.108030
- Fitzgerald T., Tennen H., Affleck G., Pransky, G. (1993). The relative importance of dispositional optimism and control appraisal in quality of life after coronary artery bypass surgery. *Journal of Behavioral Medicine*, *16*, 25–43. doi: 10.1007/BF00844753.
- Gamonal-Limcaoco, S., Montero, M., Fernandez, J., Ronsero, C. (2020). Anxiety, worry and perceived stress in the world due to the COVID-19 pandemic. March 2020. Preliminary results. *MedRxiv*. doi: 10.1101/2020.0403.20043992
- Gibson, B., Schneider, J., Talamonti, D., Forshaw, M. (2021). The impact of inequality on mental health outcomes during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Canadian Psychology*, *62*, 101–126. doi: 10.1037/cap0000272
- Gismero-Gonzales, E., Bermejo-Toro, L., Cagigal, V., Roldan, A., Martinez-Beltran, M. J., Halty, L. (2020). Emotional impact of COVID-19 lockdown among the Spanish population. *Frontiers in Psychology*, *11*, 616978. doi: 10.3389/fpsyg.2020.616978
- Huang, Y., Zha, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross sectional survey. *Psychiatry Research*, *288*, 112954. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112954
- Izydorczak, K., Antoniuk, K., Kulesza, W., Muniak, P., Dolinski, D. (2021). *Roboustness of unrealistic optimism: Longitudinal evidence in the context of COVID-19 pandemic*. Artykuł zaproponowany do druku.
- Killgore, W. D. S., Cloonan, S. A., Taylor, E. C., Dailey, N. S. (2021). Mental health during the first weeks of the COVID-19 pandemic in the United States. *Frontiers in Psychiatry*, *12*, 561898. doi: 10.3389/fpsy.2021.561898

- Kulesza, W., Dolinski, D., Muniak, P., Derakhshan, A., Rizulla, A., Banach, M. (2020). We are infected with the new, mutated virus UO-COVID-19. *Archives of Medical Science*, 16, 1–10. doi: 10.5114/aoms.2020.99592
- Matlin, M. W., Stang, D. J. (1978). *The Pollyanna principle. Selectivity in language, memory and thought*. Cambridge, Mass: Schenkman.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Stress, anxiety and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saude Publica*, 36, e00054020. doi: 10.1590/0102-311X00054020
- Robbins, A., Spence, J., Clark, H. (1991). Psychological determinants of health and performance: The tangled web of desirable and undesirable characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 755–765. doi: 10.1037/00223514.61.5.755
- Scheier, M., Carver, C. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219–247. doi: 10.1037/0278-6133.4.3.219
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P., Csikszentmihalyi (2000). Positive psychology – An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5
- Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Gibson-Miller, J., Hartman, T. K., Levita, L., Mason, L., Martinez, A. P., McKay, R., Stocks, T. V. A., Bennett, K. M., Hyland, P., Karatzias, T., Bestall, R. I. (2020). Anxiety, depression, traumatic stress and COVID-19 related anxiety in the UK general population during the COVID-19 pandemic. *BJPsych Open*, 6, e125. doi: 10.1192/bjo.2020.109
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 74, 281–282. doi: 10.1111/pcn.12988
- Taylor S., Brown, J. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193–210. doi: 10.1037/0033-2909.103.2.193.
- Watt, J. (1991). Effect of boredom proneness on time perception. *Psychological Reports*, 69, 323–327. doi: 10.2466/PRO.69.5.323.327
- Weinstein, N. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 806–820. doi:10.1037/0022-3514.39.5.806
- Weinstein, N. (1983). Reducing unrealistic optimism about illness susceptibility. *Health Psychology*, 2, 11–20. doi: 10.1037/0278-6133.2.1.11
- Wittman, M., Lehnhoff, S. (2005). Age effects in perception of time. *Psychological Reports*, 97, 921–935. doi: 10.2466/pr0.97.3.921-935

MŁODZI NAUCZYCIELE I ICH PROBLEMY

MAGDALENA ŚNIEGULSKA

Wprowadzenie

„(...) na naszych zajęciach i w naszych relacjach jesteśmy **odważni**, ale też dbamy o wspólne **tworzenie środowiska**, w którym inni mogą czuć się odważnie. Zadajemy pytania, wspólnie szukamy odpowiedzi, wspieramy się w swoich rozważaniach i poszukiwaniach, **akceptujemy różnorodność**, jesteśmy **otwarc**i na siebie wzajemnie. Jesteśmy **RAZEM**, nie wydajemy ocen, dajemy sobie wzajemnie informacje zwrotne, które są prezentami dla naszego rozwoju. (...) To jest w porządku, że mamy z czymś problem i **potrzebujemy pomocy**. Sprawdzajcie, które wyzwania są dla was trudne, wspólnie szukajmy źródeł tych trudności. Dla jednych sukcesem jest podjęcie się wyzwania, dla innych ukończenie go na 70%, a dla innych na 115%. Wszystkie wybory są ok. To od was zależy, co chcecie robić, co jest dla Was ważne, co wybieracie. Ja tu jestem dla Was i razem możecie być dla siebie, to co się wydarza na lekcjach jest dla mnie ważne i zawsze będę **przygotowana**, jednocześnie to, czy, ile i co weźmiecie z naszego wspólnego czasu dla siebie **zależy wyłącznie od Was...**” – napisała do swoich przyszłych uczniów rozpoczynając pracę nauczycielka biologii, Zofia Magier (Portfolia absolwentów rocznika 2020/2021 Szkoły Edukacji Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności i Uniwersytetu Warszawskiego).

Czy tacy właśnie są młodzi nauczyciele w Polsce – pełni pasji i zaangażowania? Świadomi potrzeb młodych, rozwijających się ludzi, ograniczeń własnych i systemu, w którym przyszło im pracować? Czy sami są wyposażeni w cechy, o których pisze nauczycielka biologii: odwagę, autonomię, otwartość na różnorodność, akceptację? Czy są przygotowani do zawodu, do pełnienia roli niełatwej i niedookreślonej – nowoczesnego nauczyciela? Czy mają wsparcie i czy są gotowi o to wsparcie prosić? I czy w końcu dostarczają wzoru do modelowania zachowania, które sami chcieliby zobaczyć u swoich uczniów? Odpowiedzi na te pytania nie mogą być jednoznaczne z wielu powodów. Po pierwsze, młodzi nauczyciele to jedna z naj-

bardziej zróżnicowanych grup zawodowych. Od lat przeważają w niej kobiety. Główny Urząd Statystyczny w raporcie „Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2019/2020” podaje dane, z których wynika, że w Polsce ten rok szkolny rozpoczęło 513 868 nauczycieli, w tym 423 120 stanowiły kobiety. Początkujących nauczycieli, nauczycieli stażystów było 20 241 a nauczycieli kontraktowych 81 704. Po drugie, nadal mamy niewiele rzetelnych badań opisujących zasoby, oczekiwania i ograniczenia młodych ludzi rozpoczynających pracę w szkołach. Wiemy, że w ostatnich raportach i badaniach (badania TALIS¹*; Smak, Walczak, 2015; Raporty NIK; Piwowski, 2016) problemy braku autonomii nauczycieli, wypalenia zawodowego, braku poczucia wsparcia w środowisku zawodowym, niedostatecznych kompetencji potrzebnych do pracy z dziećmi i młodzieżą i narastających obciążeń pojawiają się wielokrotnie. Równocześnie, pracując z nauczycielami od lat nie mogę nie dostrzec ich odwagi, otwartości i determinacji. I o tym będą kolejne części tego tekstu.

W całym tekście będę używała określenia „nauczyciel”, pisząc zarówno o nauczycielkach, jak i nauczycielach, o kobietach i mężczyznach, pełniących tę rolę zawodową. Słowo „nauczyciel” oznacza więc tutaj nazwę zawodu, nie płeć osoby, wykonującej ten zawód. Zdaję sobie sprawę z tego, że tak duża liczbowa przewaga kobiet może mieć wpływ i na to, jak ta rola zawodowa jest pełniona i społecznie postrzegana oraz jak traktowana jest ta grupa zawodowa przez władzę.

Odwaga

Przede wszystkim trudno odmówić nauczycielom odwagi. Stale zmieniające się warunki pracy, będące wynikiem kolejnych reform, zmian w prawie oświatowym i podstawie programowej powodują, że młodzi nauczyciele rozpoczynają swoją karierę zawodową w chaosie organizacyjnym. Sytuację pogorszyła reforma oświaty z lat 2017–2018, która według raportu NIK (2019) była źle przygotowana. W jej wyniku w większości skontrolowanych przez NIK szkół stwierdzono nieprawidłowości w ich funkcjonowaniu i/lub jego pogorszenie. W jednej czwartej kontrolowanych gmin prowadzono zajęcia w systemie zmianowym w wydłużonym czasie. W 19% gmin nie zapewniono uczniom możliwości nauki w jednym budynku szkolnym. Chaos, kryzys i konflikt – to trzy słowa najczęściej opisujące sytuację polskiej edukacji pojawiające się w dyskursie publicznym. Wszystko to może powodować silne napięcia w środowisku pracy.

¹ TALIS (Teaching and Learning International Survey) – międzynarodowy program badawczy badający środowiska uczenia się i warunków pracy nauczycieli. Jest to wspólne przedsięwzięcie rządów, konsorcjum międzynarodowego, OECD i związków zawodowych nauczycieli państw stowarzyszonych.

Napięcia pojawiają się pomiędzy nauczycielami, dyrekcją, rodzicami, ale i coraz częściej również pomiędzy uczniami oraz uczniami i nauczycielami. Napięcie towarzyszy kontaktom dyrektorów szkół z kuratoriami czy samorządami, przekładając się bezpośrednio na pracę każdego pracownika oświaty. Sytuacja ta nie wpływa pozytywnie na budowanie zaufania czy współpracy. Opisują to nauczyciele nie tylko we wspomnianych raportach, ale i na forach przeznaczonych dla tej grupy zawodowej (np. dyskusje na grupach w mediach społecznościowych: Wolna Szkoła, Fundacja Nowoczesnej Edukacji SPUNK, Ja, nauczyciel, Obywatele dla Edukacji). Fala odpływu nauczycieli od zawodu, jak sami mówią, często związana jest z sytuacją polityczną, wyraźnymi różnicami poglądów i wartości panującymi w gronie pedagogicznym. A to właśnie doświadczone grono pedagogiczne, jak pisze Kędzierska (2018), będzie decydowało o jakości wchodzenia w nowy zawód. Bo przejście z roli studenta do roli nauczyciela jest nie lada wyzwaniem i obciążeniem. Młody nauczyciel już od pierwszych dni swojej pracy przejmując duży zakres obowiązków i pełną za nie odpowiedzialność. Nie ma czasu ani przestrzeni na „terminowanie”. „Nowicjusz, wchodząc do grupy profesjonalnej, nieustannie kreuje i negocjuje swoją wizję »profesjonalnego ja« i wizję rzeczywistości” (Kędzierska, 2018, s. 77). Potrzebuje odwagi, by zmierzyć swoje wyobrażenie o zawodzie z tą zastaną rzeczywistością.

Według danych MEiN, w ostatnich latach sytuacja nauczycieli poprawiła się – przybyło blisko 30 tysięcy nowych etatów, co miało się wiązać z reformą szkolnictwa w latach 2017–2018 i likwidacją gimnazjów. Miała też nastąpić wyraźna zmiana na korzyść pełnego zatrudnienia nauczycieli i zlikwidowania niepełnych etatów. Tymczasem dane NIK z 2019 roku pokazują, że systematycznie rośnie liczba nauczycieli pracujących w więcej niż jednej szkole, przeciążonych obowiązkami i rosnącą liczbą uczniów w klasach. Część szkół podstawowych, po reformie, zmuszona była do adaptacji rozmaitych pomieszczeń na sale lekcyjne. Nauczyciele dowiadawali się, że będą prowadzić lekcje w składziku na szczerbki lub zajęcia z klasą ósmą w sali dla klas 1–3.

Ostatnie dane (por. list RPO Marcina Wiącka do MEiN z 15.09.2021 roku) pokazują też, że wyraźnie zmieniła się struktura nauczycieli – wielu młodych zdecydowało się na przejście do szkół niepublicznych lub zmianę profesji. W niektórych częściach kraju, głównie w dużych miastach, mamy do czynienia z wzrastającą liczbą wakatów, przede wszystkim z przedmiotów ścisłych. W województwie mazowieckim, w momencie, kiedy powstaje ten tekst (18 sierpnia 2021 roku), jest ich, jak pokazują dane kuratorium, ponad 1250. Sami nauczyciele mówią, że znacznie zmniejszyła się atrakcyjność ich zawodu (Pyżalski, Merecz, 2010). To powoduje, że głównie młodzi, zatrudnieni na etacie nauczyciele obciążani są dodatkowymi zajęciami. Zdarza się, że fizyki czy chemii uczy polonistka, a plastyki – etyk.

Odmienna jest sytuacja w mniejszych ośrodkach, gdzie etaty nauczycielskie są „dożywotnie”. Wynikające z Karty Nauczyciela przywileje i brak możliwości zwalniania nauczyciela powodują, że młodzi ludzie kończący studia często z poczuciem misji, którzy chcieliby wrócić w swoje rodzinne strony, nie mają takich szans. Nie bez znaczenia jest też sytuacja finansowa tej grupy zawodowej. Niewielkie podwyżki wprowadzone w 2019 i 2020 roku nie rozwiązują problemu. Narasta poczucie frustracji i przeciążenia. Widzą i czują to uczniowie, którzy w badaniu PISA z 2018 roku coraz rzadziej (najrzadziej spośród wszystkich krajów OECD biorących udział w badaniu) spotykają na swojej drodze nauczycieli pełnych entuzjazmu i zaangażowania.

Pomimo tych wszystkich negatywnych czynników, nadal do zawodu trafiają młodzi ludzie porzucający pracę w biznesie, korporacji, wracający z zagranicznych studiów na prestiżowych uczelniach (raport nt. kandydatów na studia podyplomowe Szkoły Edukacji, PAFW i UW z 2017, 2018, 2019 i 2020 roku) i wierzą, że mogą dokonać zmiany. To oni mówią, że bycie nauczycielem ma sens. Potrzebują, ale i chcą tylko pewnego stopnia autonomii dla swoich działań.

Autonomia

Wielu badaczy edukacji wskazuje na konieczność uwolnienia nauczyciela od roli biernego wykonawcy zaleceń kuratorium czy MEN-u i pozwolenie mu na osobiste kształtowanie praktyki zawodowej (Dewey, 1933; Mazurkiewicz, 2010; McNiff, 2006). Samodzielność w roli nauczyciela wymaga pewnych kompetencji osobistych, ale również, a może przede wszystkim, kompetencji zawodowych uzyskiwanych dzięki odpowiednim formom kształcenia. Badania pokazują, że to właśnie autonomiczni, charyzmatyczni nauczyciele mają największy pozytywny wpływ na rozwój uczniów i na ich samodzielność. Od dawna wiadomo (np. Dewey, 1933), że dobry nauczyciel to ktoś samodzielny i autorefleksyjny, taki, który poszukuje odpowiedzi na pytania dotyczące procesu uczenia się jego uczniów: Czy dobrze określiłem cel lekcji i czy było on jasny dla moich uczniów? Jak pracowali? Czy mam dowody, że zrozumieli temat lekcji? Czy podejmowali ryzyko samodzielnego myślenia? Czy byli twórczy? Czy mam dowody na to, że moi uczniowie osiągnęli złożone cele? Czy mogę zrobić lepszą lekcję? Sens zadawania takich pytań i poszukiwania na nie odpowiedzi jest tylko wtedy, kiedy nauczyciel ma poczucie bycia samodzielnym w planowaniu procesu dydaktycznego. Bo jednym z dowodów na profesjonalizm jest zdolność do autonomicznego rozwoju zawodowego, kreowania siebie jako nauczyciela.

Stawanie się nauczycielem to proces, związany z poszukiwaniem i podjęciem pracy edukacyjnej, ale i dochodzenie do osobistej i zawodowej niezależności. Młodzi nauczyciele muszą zderzyć swój wewnętrzny świat, świat swoich wartości, celów, wyobrażeń o roli nauczyciela i oczekiwań, ze światem pokoju nauczycielskiego. Wśród badanych przez Kędzierską (2018) młodych nauczycieli można było wyróżnić trzy sposoby formowania roli zawodowej: przez naśladowanie, przez sięganie do rodzinnych doświadczeń profesjonalnych oraz przez korzystanie z wysokiej samooceny początkowego kapitału kariery uzyskanego np. podczas studiów (Kędzierska, 2015). To pokazuje, że do uzyskania autonomii i samodzielności potrzebni są inni ludzie, inni, profesjonalni nauczyciele. Tymczasem rozpoczynający pracę nauczyciele czują się pozostawieni sami sobie wobec problemów i wymagań. Niejednokrotnie, kiedy zgłaszają się z kłopotem do bardziej doświadczonych kolegów, słyszą: „Naprawdę masz tak w klasie? Mnie się to nie przytrafia!”. Młodych ludzi, podejmujących pierwszą pracę w zawodzie, często nikt nie wprowadza do pokoju nauczycielskiego, nie przedstawia kolegom i koleżankom. Pewna nauczycielka polskiego opowiedziała mi, że dopiero po trzech latach pracy nauczyciel uczący matematyki w tej samej co ona szkole odpowiedział jej na „dzień dobry”. Nie dziwi więc, że coraz większym powodzeniem cieszą się superwizje koleżeńskie, grupy samopomocowe i grupy wsparcia. Powstaje ich w środowisku nauczycielskim coraz więcej. Dobrze to było widzieć w czasach nauki zdalnej, kiedy to właśnie głównie młodzi nauczyciele wymieniali się w mediach społecznościowych dobrymi praktykami, polecali sobie blogi i vlogi. Liczba młodych nauczycieli na licznych webinarach dedykowanych nauczycielom wielokrotnie przekraczała setki uczestników. Młodzi nauczyciele odkryli możliwości wynikające z nauki online. Jeśli nie mogli liczyć na wsparcie kolegów na miejscu – poszukiwali go wśród nauczycieli na całym świecie. Jedna ze znanych mi młodych nauczycielek geografii zapraszała na lekcje nauczycieli z całego świata, aby opowiadali polskim uczniom o swoich krajach, kulturze, zwyczajach. Czerpała też z nowych pomysłów na prowadzenie lekcji, na kontakt z uczniami.

Stawanie się rzetelnym nauczycielem-profesjonalistą w środowiskach, w których brak jest wsparcia, wymiany doświadczeń czy współpracy jest niezwykle trudne. Młody, początkujący nauczyciel niejednokrotnie dostaje w takim środowisku etykietę obcego. A obcość postrzegana jest negatywnie. Jest innością, którą należy ignorować lub zachować dystans. Być może z tego powodu młodzi nauczyciele poszukują możliwości zrzeszania się, wspierania, tworzenia grup pomocowych, które byłyby pewną alternatywą dla związków zawodowych.

Samoorganizujące się środowisko

Tworzy się nowe, odrębne środowisko młodych nauczycieli. W badaniach początkujących nauczycieli przeprowadzonych przez Instytut Badań Edukacyjnych (Walczak, 2012) wykazano, że zaczynający pracę nauczyciele posiadają większe niż starsi koledzy kompetencje (językowe, kulturowe, techniczne), niezbędne do funkcjonowania we współczesnym społeczeństwie. Równocześnie to właśnie młodzi nauczyciele już w pierwszych miesiącach swojej pracy poszukują dodatkowych możliwości rozwoju i kształcenia. Tak, jakby czuli, że dotychczasowe kompetencje im nie wystarczą. Wybierają więc studia podyplomowe, kursy, warsztaty, konferencje, szkolenia organizowane przez wojewódzkie ośrodki doskonalenia nauczycieli (WODN) czy wydawnictwa. Wskazują też, że właśnie to doświadczenie dokształcania się buduje poczucie przynależności do wspólnoty – daje wsparcie i realnie chroni przed wypaleniem zawodowym. W gorszej sytuacji byli i są nadal młodzi nauczyciele ze wsi i małych miast, którzy deklarowali w badaniu mniejszą dostępność do rozmaitych kursów. Wydaje się, że ta sytuacja nie uległa zmianie. W środowisku wiejskim nauczyciele rzadziej spotykają się z problemami wynikającymi z trudności w zachowaniu uczniów czy utrzymaniu w klasie dyscypliny, nie mają problemu z uzależnieniami, za to częściej muszą sobie radzić z obciążeniami swoich uczniów związanymi z sytuacją rodzinną, z zaniedbaniem dzieci i młodzieży, brakiem wsparcia w nauce. A takich szkoleń jest jak na lekarstwo. Jak podaje raport (Walczak, 2012), część kursów dla małych miejscowości proponowanych przez WODN nie jest ostatecznie realizowana (są odwoływane, często bez podania przyczyny) lub są na niskim poziomie.

Wśród młodych nauczycieli upadł mit prestiżu zawodu, choć wielu z nich deklaruje, że zawód ten „uwodzi” – poczuciem wpływu, mocy, poczucia władzy i uwielbieniem w oczach uczniów, a także niejednokrotnie rodziców. Daje siłę i przekonanie, że robi się coś ważnego. Jednak to ostatnie doświadczenie jest udziałem nauczycieli zaangażowanych, których nie dotknęło wypalenie zawodowe. Wypalenie zawodowe (Baka, Cieślak, 2010), objawia się przede wszystkim wyczerpaniem, nie tylko emocjonalnym, obniżeniem poczucia dokonania osobistych (poczuciem braku osiągnięć zawodowych), ale i poczucia wpływu, a w końcu pojawia się cynizm i dystans wobec środowiska, skutkujący brakiem zaangażowania w pracę. Pojawia się ono także dość szybko wśród początkujących nauczycieli. Badania na ten temat nie pokazują zależności pomiędzy stażem pracy a doświadczeniem wypalenia zawodowego. Nie jest tak, że można uznać, iż młodszy bądź też starsi nauczyciele są bardziej wypaleni zawodowo. Przed wypaleniem chroni przekonanie o własnej skuteczności (wiara w to, że można wpłynąć na wysokie osiągnięcia nawet u tych uczniów, którzy mają trudności w nauce lub są słabo zmotywowani) oraz wsparcie społeczne. Prze-

konanie o własnej skuteczności kształtuje się na podstawie doświadczania sukcesów i porażek oraz obserwowania skuteczności innych osób (Baka, Cieślak, 2010). Tymczasem, jak pokazuje raport Pyżalskiego i Merecz (2010), sześciu na dziesięciu nauczycieli twierdzi, że wśród ich współpracowników są osoby, które nie angażują się w swoją pracę i wykonują tylko minimum ze swoich obowiązków. Co dziewiąty nauczyciel jest przekonany, że w jego radzie pedagogicznej w ten sposób do pracy podchodzą wszyscy lub większość osób. Zdaniem 6% nauczycieli, współpracownicy w radzie pedagogicznej aktywnie utrudniają pracę osobom zaangażowanym, np. wyśmiewając się z nich. Co dwudziesty nauczyciel powiedział, że pracuje w środowisku, gdzie wszystkie bądź większość osób odnosi się nieżyczliwie do współpracowników. Wszystko to powoduje, że środowisko nauczycieli nie jest spójne. Pęka, rozwarstwia się, a częstą linią podziału jest staż pracy. Wyraźne rozdzielenie środowiska młodych i środowiska bardziej doświadczonych nauczycieli nie jest dobre. Badania dotyczące skuteczności szkół (mierzonej nie tylko testami osiągnięć, ale i poczuciem przynależności uczniów i ich satysfakcji z bycia uczniem danej szkoły) wyraźnie wskazują, że jednym z istotniejszych czynników wpływających na tę skuteczność jest właśnie zróżnicowane pod względem stażu pracy środowisko, które korzysta ze swoich zasobów – uczy się i wspiera (Schaffer, Kipp, 2015).

Zróżnicowanie

Jednym z większych wyzwań dla młodych nauczycieli jest wewnętrzne zróżnicowanie klas pod względem poziomu wiedzy i zachowania uczniów. Wydaje się, że w procesie edukacji nauczycieli nikt nie przygotował ich na tę, wydawałoby się oczywistą, cechę klasy szkolnej. Młody nauczyciel nie zawsze pamięta, że doświadczenia edukacyjne jego uczniów są bardzo zróżnicowane, podobnie jak ich potrzeby, możliwości, czy ogólne zasoby, których młody człowiek może użyć do procesu uczenia. Nauczyciel, który chciałby odpowiedzieć na wszystkie potrzeby uczniów, musi poświęcić wiele czasu na przygotowanie lekcji, na zebranie, uporządkowanie i uwzględnienie wszystkich danych. Jednak wielu z nich nie bardzo nawet wie, jakie to dane powinien zebrać. Wielką nieobecną jest na studiach pedagogicznych rzetelna wiedza z zakresu psychologii, i to nie tylko rozwojowej, ale i społecznej. Nie ma spójnego programu, literatury, nadal niewiele jest badań pokazujących polską rzeczywistość w edukacji. Nie ma więc z czego czerpać, kiedy staje się czasami w obliczu sytuacji, w których zachowania uczniów kompletnie zaskakują. Tego typu zachowania bywają określane jako trudne wychowawczo, niewłaściwe, destruktywne. W badaniu międzynarodowym TALIS, przeprowadzonym w 23 krajach, także w Polsce, analizowano 11 czynników klimatu szkoły związanych z zachowaniami

uczniów i tego jak te zachowania mogą wpływać na przebieg lekcji i realizację programu (Piwowarski, Krawczyk, 2009). Wszystkie wyodrębnione wskaźniki zachowań trudnych (takie jak spóźnianie, wagary, przeklinanie czy wandalizm) były istotnie wyższe w Polsce w porównaniu z innymi krajami. Co ciekawe, badania pokazują, że dużo częściej doświadczają takich sytuacji młodzi nauczyciele, częściej mężczyźni oraz tacy, którzy w relacji z uczniami częściej stosują rozwiązania siłowe. Przemoc nauczycieli i wobec nauczycieli to rodzaj „naczyń połączonych”. Nauczyciele, którzy stosują przemoc, statystycznie częściej doświadczają jej także ze strony uczniów. I tu znów pojawia się problem braku wiedzy psychologicznej.

Mylone role

Nauczyciele wiedzą coraz więcej o tym, jak ważne są relacje z uczniami, ile mogą osiągnąć, poznając swoich uczniów i ich potrzeby. Słyszą o konieczności kształcenia kompetencji miękkich (Śniegulska, Haman, 2019). Młodzi nauczyciele coraz częściej deklarują, że stali się otwarci na potrzeby swoich uczniów. Czasem jednak ta otwartość bywa dla nich zbyt obciążająca. Mylą im się role – nauczyciela i psychologa. To pomieszanie ról wynika z jednej strony z oczekiwań MEiN, które próbuje przerzucić na nauczycieli konieczność dokonywania diagnoz i oceny zdrowia psychicznego. Mylą się również dlatego, że psychologów w polskiej szkole po prostu nie ma. Raport NIK o pomocy psychologiczno-pedagogicznej dla uczniów (2017) wskazywał, że średnia liczba etatów w przeliczeniu na 1000 uczniów wynosi odpowiednio 0,89 etatu w dużym mieście oraz 0,57 w małych miastach i wsiach (dane z września 2016 roku). A od nauczycieli oczekuje się (czynią to również rodzice), że nie tylko nauczą, ale i rozpoznają depresję, ADHD (od ang. *attention-deficit hyperactivity disorder*, zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi), spektrum autyzmu czy nieśmiałość i zaproponują techniki terapeutyczne możliwe do wprowadzenia w klasie. Próby samobójcze uczniów czy samobójcze śmierci, które dzieją się w klasie, są do „zaopiekowania” przez wychowawcę – będącego przecież samemu w kryzysowej sytuacji. Wprawdzie zawód nauczyciela należy do grupy tzw. profesji pomocowych czy profesji zorientowanych na człowieka (*people-oriented professions*) (Maslach, 2000; Sęk, 2000), w których istotną rolę odgrywa umiejętność budowania i podtrzymania relacji, jednak takich kompetencji nie uczy się przyszłych nauczycieli.

Warto przypomnieć, że w relacji nauczyciel – uczeń, o której mowa, kluczowy jest bliski kontakt interpersonalny, związany z intensywną wymianą emocji i wymagający specyficznej interakcji (Sęk, 2000). Równocześnie gratyfikacja wynikająca z pełnienia ról zawodowych nie jest w stanie zbilansować kosztów ponoszonych

przez nauczyciela (Sęk, 2000). W przypadku tego typu zawodów często mówi się o misji – co staje się równoznaczne z wysokimi wymaganiami wobec osób je pełniących i oczekiwaniem „braku oczekiwań”. Nauczyciel w odbiorze społecznym, jak pokazuje choćby raport Pyżalskiego i Merecz (2010), nie ma więc prawa do bycia zmęczonym, zdenerwowanym czy mniej zaangażowanym. O specyfice tego zawodu decyduje także szczególna etyczna i prawna odpowiedzialność. W przypadku zawodu nauczyciela obciążenia wynikające z konieczności funkcjonowania w relacji pomagający – osoba przyjmująca pomoc mogą się wiązać chociażby z sytuacją uczniów, na rzecz których nauczyciel pracuje. Mogą to być uczniowie o specjalnych potrzebach edukacyjnych, mający trudności w uczeniu się czy też cierpiący na zaburzenia somatyczne. Uczniowie mogą także przejawiać zaburzenia emocjonalne i zaburzenia w zachowaniu wynikające z problemów, z jakimi boryka się sam uczeń lub jego rodzina. Warto podkreślić, że konieczność wchodzenia w relacje i komunikacja z innymi ludźmi – zarówno podopiecznymi, jak i współpracownikami – zwykle wiąże się z emocjami, z których część wolno nauczycielowi okazać, ale nie wszystkie.

Przygotowanie

Nauczyciele uczą się więc i poszukują też coraz częściej różnych możliwości samorozwoju, poznania siebie, swoich sposobów reagowania, swojej emocjonalności, ale i emocjonalności uczniów. Pracują dużo. Studenci Szkoły Edukacji Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności i Uniwersytetu Warszawskiego przeprowadzili pod koniec kwietnia 2021 roku w ramach zajęć „Psychologiczne podstawy rozwoju i edukacji” ankietę, która dotyczyła m.in. obciążeń przyszłych nauczycieli w przygotowaniu się do lekcji. W ankiecie wzięło udział 43 studentek i studentów SE. Wynika z niej, że 26 spośród badanych spędzało dziennie (w ostatnim roku szkolnym) przy komputerze – obserwując, prowadząc lub przygotowując się do przyszłych lekcji – 10–12 godzin. 28 badanych przygotowywało zajęcia również w weekendy, choć większość starała się w niedzielę odejść od komputera („Staram się, ale rzadko mi się udaje” – napisał jeden z ankietowanych). 12 osób badanych kilka razy w tygodniu (1–5) zarywało noc, aby przygotować lekcje [„Staram się kłaść koło północy, jeśli następnego dnia prowadzę lekcje. Raczej nie zdarza mi się zarywać nocy, ale w tygodniu planuję lekcje do około 23:00” „Nie zarywam nocy, to znaczy bywa, że wstaję ok. 2 w nocy i nie śpię do 5 albo już w ogóle i muszę tak funkcjonować (...)”]. Większość z nich pracuje na własnym sprzęcie i tylko 11 spośród nich pozwala sobie na luksus spaceru w ciągu dnia. Nie jedzą regularnie, ponad połowa omija przynajmniej jeden posiłek („Staram się jeść, ale zauważyłam, że odżywiam się bardzo

nieregularnie, a przy większym natężeniu stresu mam problemy z przyjmowaniem posiłków.”). Odczuwają zmęczenie i lęk („Gdy kończę pracę/naukę, to po prostu chce mi się leżeć, nawet nie mam ochoty na czytanie/oglądanie filmów.” „Ciągłe się boję, że nie zdążę, że niedostatecznie się przygotowałam, że coś pominię.”). Ale są też bardziej siebie świadomi. „Nauczyłam się samokontroli w tym trybie zdalnym. Czuję, że wszystko jest w moich rękach i ja się na coś godzę lub nie. Ja planuję czas i ja nim zarządzam. Nie daję się wsadzić w te trybiki, które będą nadmiernie mną kierowały. To ogromny plus pracy zdalnej, że się tego nauczyłam. Jest ciężko, ale i tak lepiej się czuję z tym, że mam ustrukturyzowany dzień, niż gdybym nie miała po co wstawać z łóżka, jak na początku pandemii.” „Mam nadzieję, że ktoś wyżej w końcu zainteresuje się nauczycielami oraz ich sytuacją w nowej rzeczywistości pandemicznej i postpandemicznej także, albo sami musimy o siebie zadbać.” (Wszystkie cytaty pochodzą z ankiety dostępnej na classroomie SE, kwiecień 2021 roku.)

Aby dowiedzieć się, jakie kompetencje potrzebne w pracy posiadają początkujący nauczyciele, poproszono ich samych o dokonanie swego rodzaju samooceny i odpowiedź na pytanie o to, jakimi nauczycielami się czują (Walczak, 2012). Początkujący nauczyciele nie mieli trudności ze wskazaniem swoich mocnych i słabych stron w momencie wejścia do zawodu. Jako swoje zasoby wskazywali wiedzę merytoryczną z zakresu prowadzonego przedmiotu, jak i sposobów prowadzenia zajęć, postawy związane z gotowością do ciągłego doskonalenia zawodowego, poszukiwania nowych form prowadzenia zajęć. Wśród swoich słabości respondenci wymieniali przede wszystkim problemy w relacjach z uczniami, w tym z jednej strony dużą nieufność wobec uczniów, a jednocześnie zbytnią pobłażliwość, brak cierpliwości, dystansu, opanowania, a także kierowanie się stereotypami w ocenie uczniów. Początkujący nauczyciele przyznawali się do bezradności w zetknięciu z problemami uczniów. Brakowało im też kompetencji wspierających kontakt z rodzicami uczniów. Respondenci zgodnie twierdzili, że ten aspekt pracy jest absolutnie pomijany w procesie kształcenia nauczycieli. Kłopotliwe okazały się także czynności administracyjno-sprawozdawcze. Przyznali się też do nieznajomości obowiązującego prawa oświatowego.

I choć od opublikowania wyników omawianego badania minęło sporo czasu, wydaje się, że problemy nauczycieli, związane z biurokracją w systemie edukacji, tylko się pogłębiają. Związek Nauczycielstwa Polskiego alarmuje od dawna, że z 50 dokumentów, których sporządzanie czy uzupełnienie leży w obowiązkach nauczyciela, tylko w przypadku pięciu można uznać, że są one umocowane w obowiązującym prawie. W okresie zdalnego nauczania liczba dokumentów wzrosła. Nałożono na nauczycieli obowiązek wypełniania dodatkowych ankiet przysyłanych przez kuratoria, których celem miało być zbieranie „dowodów”, że w ogóle uczą się uczniów.

Według wielu nowszych raportów i badań, początkujący nauczyciele są także niewystarczająco dobrze przygotowani do wykonywania zawodu. Wskazują na to m.in. potoczne i eksperckie opinie o obecnym systemie kształcenia. Jego jakość ocenia się coraz gorzej, nawet w porównaniu z latami 80. i 90. ubiegłego wieku. Wielu starszych nauczycieli opisuje swoich praktykantów jako osoby mające trudności ze swobodną wypowiedzią, przygotowaniem scenariusza lekcji czy wypełnieniem dokumentacji szkolnej. Ponadto studia pedagogiczne postrzegane są jako łatwe, w przeciwieństwie np. do studiów medycznych lub prawniczych. I o tych niedostatkach kształcenia mówią sami nauczyciele: „Nie wiem, jak pracować z konkretnymi tematami na lekcji, jak zachęcić uczniów do pracy, jak skonstruować dobrą lekcję. Kurcze, ja nawet do końca nie wiem, co to znaczy dobra lekcja. Ciągłe się o tym gada i gada, a nikt nie pokazał nam jak.” – powiedział student biologii na ścieżce pedagogicznej (cytat pochodzi z ww. ankiety dostępnej na classroomie SE, kwiecień 2021 roku).

Razem łatwiej

Trudno opisać tak zróżnicowaną grupę, jaką są rozpoczynający pracę młodzi nauczyciele. Nie sposób też uniknąć kontekstu politycznego, bo edukacja wydaje się – nie tylko w Polsce – najbardziej upolitycznioną dziedziną życia społecznego (Asbury, Plomin, 2015). A to wpływa na sytuację nauczycieli, przede wszystkim zatrudnionych w placówkach publicznych. Mam świadomość, że zebrane przeze mnie dane nie są w stanie oddać złożoności tej sytuacji, wszystkich trudności, z którymi nauczyciele muszą się mierzyć. Jednak kiedy myślę o tej grupie zawodowej, przede wszystkim myślę o odwadze i nadziei. I determinacji. Przykładem mogą być choćby dane NIK, które pokazały, że w czasie pandemii COVID-19 nauczyciele, właściwie samodzielnie się organizując, bardzo szybko przystosowali się do nowej rzeczywistości. Z badania kwestionariuszowego przeprowadzonego przez Najwyższą Izbę Kontroli w ponad pięciu tysiącach placówek wynika, że 31 marca 2020 roku liczba nauczycieli, którzy ukończyli różnego rodzaju formy kształcenia i doskonalenia zawodowego w związku z nauczaniem zdalnym, wyniosła 47%, a pół roku później sięgnęła 81%. Większość tych szkoleń dotyczyła sposobów zwiększenia atrakcyjności zajęć online. Kiedy rozmawiam czy pracuję ze studentami i absolwentami Szkoły Edukacji – przyszłymi nauczycielami biologii, historii, polskiego czy matematyki – słyszę i obserwuję w działaniu ich zapał, wrażliwość, motywację do pracy i wiarę, że mogą dokonać zmiany. Oczywiście, nie jest to obraz reprezentatywny dla całej grupy, ale daje nadzieję. Moje doświadczenia pokazują, że młodzi ludzie, odnoszący często spektakularne sukcesy w biznesie, podejmują decyzję o zmianie swojej

ścieżki kariery, wierząc, że ich doświadczenie może być znaczące dla młodych ludzi. Jak Marcin Kokowski, który kończąc Szkołę Edukacji pisał w swoim portfolio tak: „Jestem na etapie drugiej kariery, więc moim celem w szkole jest wzmacnianie uczniów i skuteczne przekazywanie im wiedzy. Odnośnie do źródeł mojej pewności siebie czy poczucia sukcesu w życiu to opieram się na moich dotychczasowych osiągnięciach. Moje podejście do szkoły wydaje mi się pragmatyczne – raczej akceptuję nieefektywności systemu, liczebność klas, (dez)organizację szkoły – moim celem jest zminimalizowanie negatywnego wpływu tych czynników na uczniów – nie powoduje to mojej frustracji czy zniechęcenia, tylko staram się obchodzić te trudności w oparciu o wcześniejsze doświadczenia i postawę »fightera« w imię wyższego celu. (...) To temat szerszy niż matematyka. Wiąże się z rolą wsparcia wychowania, budowaniem poczucia wartości i przekonaniem, że nie ma co bać się marzyć. Z matematyką wiążą się aspekty psychologii rozwoju dziewcząt. Z pojawiającym się przekonaniem, że nie są zdolne do nauk ścisłych, że ich wartość zależy np. głównie od wyglądu. (...). Walczę z tym (...). To jedna z wytycznych dla mnie w roli nauczyciela.” (portfolio, 2021, materiały SE PAFW i UW).

Od stanu edukacji zależy – jakkolwiek patetycznie to brzmi – nasza przyszłość. Dobrze, aby być z nauczycielami i dokładać wszelkich starań, aby przywrócić samodzielność, prestiż i poczucie sprawstwa tej grupie zawodowej. I kiedy zastanawiamy się, czego młodzi nauczyciele w obecnej sytuacji potrzebują najbardziej, wydaje się, że właśnie poczucia wspólnoty, wsparcia i działań, również tych oddolnych, samorządowych i lokalnych, które mogą te zmiany wprowadzić.

Literatura

- Asbury, K., Plomin, R. (2015). *Geny i edukacja*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Baka, Ł., Cieślak, R. (2010). Zależności między stresorami w pracy a wypaleniem zawodowym i zaangażowaniem w pracę w grupie nauczycieli: pośrednicząca rola przekonań o własnej skuteczności i wsparcia społecznego. *Studia Psychologiczne*, t. 48, z. 3, 5–18.
- Dewey, J. (1933). *How We Think: A Restatement of Reflective Thinking to the Educative Process*. Boston: D.C. Heath and Company.
- Kędzierska, H. (2018). Socjalizacja profesjonalna nauczycieli na starcie kariery zawodowej – druga strona medalu zawodowa socjalizacja początkujących nauczycieli – druga strona monety. *Zarządzanie Publiczne*, 41, 75–89.
- Maslach, Ch. (2000). Wypalenie w perspektywie wielowymiarowej. W: H. Sęk (red.), *Wypalenie zawodowe. Przyczyny, mechanizmy, zapobieganie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Mazurkiewicz, G. (2010). *Przywództwo edukacyjne – nowy paradygmat zarządzania w oświacie*, W: S. M. Kwiatkowski, J. M. Michalak (red.), *Przywództwo edukacyjne w teorii i praktyce*. Warszawa: Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji.
- McNiff, J. (2006) *Teaching as Learning: An Action Research Approach*. Abingdon: Taylor & Francis e- Library.
- Piowowski, R. (2016). Wejście do zawodu oraz rozwój zawodowy nauczyciela – perspektywa międzynarodowa i polska. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, T. XXXV, z. 3.
- Piowowski, R., Krawczyk, M. (2009). TALIS. Nauczanie – wyniki badań 2008. Polska na tle międzynarodowym. Warszawa: IBE [pozyskano z: <http://www.eduentuzjasci.pl/badania.html>, dostęp: 10.08.2021].
- Pyżalski, J., Merecz, D. (red.) (2010). Psychospołeczne warunki pracy polskich nauczycieli. Pomiędzy wypaleniem zawodowym a zaangażowaniem. Kraków: Impuls.
- Schaffer, D.R., Kipp, K. (2015). *Psychologia rozwoju. Od dziecka do dorosłości*, rozdział 15. Gdańsk: Harmonia Universalis.
- Sęk, H. (2000). Wypalenie zawodowe u nauczycieli. Społeczne i podmiotowe uwarunkowania. W: J. Brzeziński, Z. Kwieciński (red.), *Psychologiczno-edukacyjne aspekty przesilenia systemowego*. Toruń: Wydawnictwo UMK.
- Smak, M., Walczak, D. (2015). Prestiż zawodu nauczyciela w percepcji nauczycieli i byłych nauczycieli. *Edukacja*, 2(133), 24–43.
- Śniegulska, M., Haman, E. (2019). Czego uczeń może nauczyć się w szkole? Rola kompetencji miękkich w uczeniu się i nauczaniu. W: W. Bobiński, J. Sujecka-Zajac (red.), *Kształcenie nauczycieli – wyzwanie i zaangażowanie*. Kraków: Universitas.

Pozyskane z Internetu

- Mazowiecki Bank Ofert dla Nauczycieli [<https://mbopn.kuratorium.waw.pl/#/>, dostęp: 18.08.2021].
- Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2019/2020 – raport GUS [<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/oswiata-i-wychowanie-w-roku-szkolnym-20192020,1,15.html>, dostęp: 28.09.2021]
- Raport NIK o pomocy psychologiczno-pedagogicznej dla uczniów (2017) [<https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/nik-o-pomocy-psychologiczno-pedagogicznej-dla-uczniow.html>, dostęp: 12.08.2021].
- Raport PISA 2018 [<https://pisa.ibe.edu.pl/wyniki-pisa-2018/>, dostęp: 20.08.2021].
- Walczak, D. (2012). Początkujący nauczyciele. Raport z badania jakościowego. Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa [<http://produkty.ibe.edu.pl/docs/raporty/ibe-raport-poczatkujacy-nauczyciele-dwalczak.pdf>, dostęp: 10.08.2021].
- Wolna Szkoła [<https://m.facebook.com/wolnaszkola.org/> – dyskusje i wymiany komentarzy, dostęp: 15.09.2021].
- Zmiany w systemie oświaty. Raport NIK, 2019. [<https://www.nik.gov.pl/plik/id,20168,vp,22788.pdf>, dostęp: 12.08.2021].

Raporty i artykuły

Edukacja w skrócie 2021: Wskaźniki OECD [<https://www.oecd-ilibrary.org/sites/9399a67a-en/index.html?itemId=/content/component/9399a67a-en>, dostęp: 23.09.2021].

Brakuje nauczycieli – prawo do nauki zagrożone. Marcin Wiącek pisze do MEiN [<https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/brakuje-nauczycieli-prawo-do-nauki-zagrozone-marcin-wiacek-pisze-do-mein>, dostęp: 23.09.2021].

[<https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/nik-o-organizacji-pracy-nauczycieli-w-szkolach-publicznych-czesc-i.html>, dostęp: 23.09.2021].

[<https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/organizacji-pracy-nauczycieli-nauczanie-zdalne.html> dostęp: 23.09.2021].

PROBLEMY EMOCJONALNE MŁODYCH DOROSŁYCH – PERSPEKTYWA PSYCHOTERAPEUTÓW

BARTOSZ ZALEWSKI, ANNA DZIUBIŃSKA-STARSKA

Wprowadzenie

W latach 90. XX wieku jednym z dziecięcych symboli dobrobytu było posiadanie klocków Lego. Do każdego zestawu dołączano instrukcję, jak złożyć upragnioną zabawkę. W tym rozdziale proponujemy spojrzeć na problemy młodych dorosłych jak na problemy osób, które dzięki zamożności i doświadczeniom rodziców otrzymały klocki, ale dołączona instrukcja nie do końca do nich pasuje. Czasem jest niepełna, czasem wymaga użycia klocków, których nie ma w zestawie, a czasem budowane konstrukcje się rozpadają. Młodzi próbują zbudować z nich coś po swojemu, ale ciągle wychodzi nie to, co powinno być: czego sami by chcieli lub czego oczekują od nich inni.

Poniżej podejmujemy próbę spojrzenia na problemy młodych dorosłych Polaków. Nie patrzymy jednak na nie z punktu widzenia częstości ich występowania, ponieważ w dostępnych do niedawna statystykach zdrowia psychicznego grupa wiekowa 18–35 lat nie wyróżnia się ani na tle wcześniejszych pokoleń Polaków, ani wśród rówieśników z innych krajów UE (Kasperek-Golimowska, 2016; Kiejna i in., 2015; Tracz-Drał, 2019). Chociaż najnowsze dane z okresu pandemii dowodzą, że młodzi dorośli ponieśli w niej więcej strat zdrowia psychicznego niż osoby starsze (por. teksty Marii Baran i Katarzyny Hamer oraz Dariusza Dolińskiego w niniejszym tomie), to w naszych analizach pomijamy rolę pandemii a opisujemy zjawiska wcześniejsze, które naszym zdaniem miały wpływ na problemy, z jakimi przychodzą do psychoterapeutów młodzi Polacy.

Opisywane przez nas problemy, takie jak trudności w bliskich związkach czy specyficzne dla młodych ludzi kłopoty z rozpoczynaniem samodzielnego dorosłego życia, przeżywały także osoby z wcześniejszych pokoleń. Również mechanizmy

powstawania tych trudności wydają się podobne dzisiaj i wcześniej. Powstaje zatem pytanie: jak opisać problemy psychologiczne, charakteryzujące dzisiejszych młodych dorosłych? Poszukując na nie odpowiedzi, staramy się znaleźć zjawiska zachodzące w szerszym społecznym tle, specyficznym dla czasów, w jakich dorastali oraz w jakich żyją dziś młodzi dorośli. Kolejno opiszemy kilka wybranych problemów, zgłaszanych przez młodych pacjentów w gabinetach psychoterapeutycznych, oraz wyjaśnimy ich psychologiczno-społeczne mechanizmy.

Zgłaszane problemy

Zarówno psychoterapeuci, jak i sami młodzi dorośli, pytani o najczęściej zgłaszane problemy życiowe, wskazują trudności w budowaniu trwałych bliskich relacji (Fronczak, 2018; Suchodolska, 2017; Suszek i in., 2017). Powszechna jest deklaracja młodych, że do szczęśliwego życia konieczne są udane życie miłosne oraz dobre relacje z najbliższymi: partnerami, rodzicami i przyjaciółmi. Bezpieczeństwo finansowe czy satysfakcjonująca praca zajmują dalsze miejsca (grupa osób w wieku 18–30 lat; badanie British Council; Next Generation, 2021). Jednocześnie dzisiejsi młodzi dorośli są pokoleniem, które znacznie częściej niż ich rodzice zaczęło korzystać z usług psychoterapeutów. Pragnienie budowania dobrych bliskich relacji wydaje się spotykać z relatywnie niskimi umiejętnościami funkcjonowania w nich, szczególnie w relacjach miłosnych, gdzie często zgłaszanym problemem są trudności z tworzeniem stabilnych więzi opartych na zaufaniu z jednej strony, a regulacją własnych stanów afektywnych z drugiej. Przyjrzyjmy się problemom, które zgłaszają młodzi dorośli.

Trudności w budowaniu relacji miłosnych

Klienci z tego pokolenia na sesjach opowiadają często o nieudanych próbach zbudowania stałego związku oraz o poczuciu, że nie rozumieją powodów, dlaczego im to nie wychodzi. Nierzadko powody te upatrują w zachowaniach innych – mówią wtedy, że trafiają na złe osoby, niegodne zaufania, które ich zwodzą, flirtują, ale nie chcą się angażować na poważnie. Inni – ci, którzy żyją w stałych związkach – skarżą się na partnera lub partnerkę, opisując ich jako niewspierających, krzywdzących, nie dających oparcia. Częstym przykładem jest niemożliwość porozumienia się z partnerem/partnerką w ważnych życiowo sprawach, takich jak na przykład wychowanie dzieci. Niektórzy zastanawiają się, czy są w ogóle zdolni do życia w związku miłosnym i zbudowania rodziny. Podczas terapii pragną podjąć decyzję: szukać związku czy pozostać singlami. Co ciekawe, młodzi rzadko narzekają na problemy z brakiem przyjaciół czy znajomych – zwykle ta sfera funkcjonuje dobrze, ale nie przeradza się w związek miłosny. Jednocześnie kiedy młodzi dorośli przychodzą na terapię par,

a robią to coraz częściej, niemal wszyscy definiują swoje trudności jako problemy z komunikacją w związku. Wydaje się, że to efekt narastającego przez ostatnie dekadę przenikania psychologii do życia codziennego Polaków.

Problemy separacyjne

Jednym z najważniejszych zadań osób wchodzących w dorosłość jest rozpoczęcie samodzielnego życia osobistego i zawodowego. Według Raportu „Młodzi 2011” (Szafraniec, 2011), średnia wieku Polek opuszczających dom rodzinny to 28,5 roku, a Polaków 30 lat i jest to później niż średnio w krajach Unii Europejskiej. Najczęstsze deklarowane powody przedłużonego pozostawania w domu rodzinnym to brak możliwości finansowych, samotność oraz wygoda codziennego życia (Piszczatowska-Oleksiewicz, 2014). Z perspektywy gabinetu słysząc coś innego, raczej są to zgłaszane oczekiwania młodych wobec rodziców: młodzi wskazują, że chcieliby doświadczać ich prawdziwej uwagi, a nawet jakiegokolwiek realnego zainteresowania ich życiem i problemami. Równolegle częste są skargi na to, że rodzice zbyt mocno wtrącają się w ich życie. Nierzadko młodzi mówią albo: rodzic nie interesuje się tym jaki jestem, ale ciągle wtrąca się i mówi, jaki mam być; albo: rodzice interesują się wyłącznie sobą, o sobie i swoich problemach opowiadają, na mnie nikt nie zwraca uwagi.

Młodzi często zwracają uwagę na poczucie lojalności wobec rodziców. Lojalność taka kieruje ich ku wyborom życiowym zgodnym z oczekiwaniami rodziców, a odmiennym niż ich własne pragnienia albo powoduje, że pozostają w domu, żyjąc jako emocjonalne wsparcie jednego lub obojga rodziców. Towarzyszy temu poczucie, że separacja, stworzenie własnego domu, pogorszy funkcjonowanie rodziny i okaże się działaniem przeciwko rodzinie. Na sesjach młodzi wyrażają ponadto obawy, że nie byłoby dobrymi rodzicami, opisują siebie jako niedojrzałych i niechających podejmować się odpowiedzialności za dobrostan zależnych od nich dzieci.

Trudności z regulacją emocji

Młodzi pacjenci, zgłaszając problemy z radzeniem sobie z emocjami, często mówią terapeutom: „Proszę coś zrobić, abym nie czuł takiego uczucia” (np. złości, smutku, zagubienia lub innych). Zgłaszają także lęki lub poczucie zawodu swoim własnym funkcjonowaniem. Często mówią, że nie chcą odczuwać nieprzyjemnych emocji, uważają, że ich pokazywanie jest związane ze słabością i brakiem umiejętności radzenia sobie. Wskazują także, że przykre emocje są dla nich zbyt intensywne. Zaskakująco rzadko zgłaszane są natomiast problemy z nieśmiałością, poczuciem winy, że coś zrobiło się źle czy poczuciem przeciążenia, zmęczenia nadmiarem obowiązków życiowych – charakterystyczne raczej dla starszych klientów.

Poczucie pustki wewnętrznej

Pacjenci często zadają w gabinecie pytanie, które można by sformułować tak: „Dlaczego – skoro tak wiele mam – nie jestem szczęśliwy?”. Nierzadko przed pojawieniem się u psychoterapeuty sami próbowali szukać różnych dróg życiowych. Opowiadają na przykład: „Studiowałem przez rok, ale potem zrezygnowałem, nie wiem czemu”, „Byłam uczennicą szkoły muzycznej, nie wiem czemu tego dalej nie pociągnęłam”. W opowieściach tych pierwsze wybory drogi zawodowej często się nie powiodły, choć wydawały się „dobrze rokować”. Te nierzadko rozsądne wybory stwarzały możliwość samodzielnego utrzymania się i rozwoju zawodowego, na przykład umożliwiały rozpoczęcie pracy w międzynarodowej firmie z dobrymi perspektywami, ale potem okazywało się, że to był wybór niedający satysfakcji. Część klientów skarży się na to, że choć pragnęli pracy sprawiającej satysfakcję, to wybierali zawody „dobrze rokujące”, niezwiązane z ich zainteresowaniami czy subiektywnie odczuwanymi talentami. W efekcie, mimo pracy i kariery zawodowej, mówią, że czują pustkę wewnętrzną. Czasem pustka ta może dotyczyć także życia prywatnego – na przykład posiadania rodziny, a mimo to poczucia, że jest się w niej samotnym. Kwestię realizacji zawodowej młodzi dorośli umieszczają jednak jako drugorzędną wobec szczęśliwego życia osobistego.

Mechanizmy wyjaśniające problemy

Jak wskazaliśmy na początku, opisane problemy nie są charakterystyczne tylko dla młodych dorosłych, występują także w innych grupach wiekowych. Poniżej opisujemy mechanizmy, które grają ważną rolę w powstawaniu tych trudności. Rola wskazanych mechanizmów wydaje się nam większa w tym pokoleniu niż w poprzednim i może maleć w kolejnych pokoleniach Polaków. Podkreślamy, że choć opis może brzmieć jakby dotyczył wszystkich młodych dorosłych, to staramy się wyjaśnić trudności jedynie tych osób, które zgłosiły się na terapię.

Parentyfikacja społeczna

Parentyfikacja to pojęcie używane w terapii rodzin do określenia sytuacji odwróconej troski w rodzinie (Schier, 2014). „Odwrócona troska” przejawia się tym, że dzieci poświęcają swoje potrzeby, aby zaspokajać potrzeby rodziców. Na przykład w rodzinach, gdzie rodzice są uzależnieni od alkoholu, dzieci przejmują ich codzienne obowiązki: zajmują się domem, sprzątają, gotują i pielęgnują pijących dorosłych. Przystają pełnić role dzieci i podejmują funkcje dorosłych, jednocześnie ucząc się,

że ich naturalne dziecięce potrzeby (otrzymywania uwagi, bezpieczeństwa i wsparcia w rozwoju zainteresowań czy talentów) nie są zaspokajane. Uczą się także, że ich potrzeby zapewne nie będą zaspokajane w przyszłości, ani przez rodziców, ani później przez dorosłych partnerów. Dzisiejsi młodzi dorośli częściej niż osoby z wcześniejszych pokoleń skarżą się w gabinetach na to, że ich potrzeby nie były widoczne w domach rodzinnych.

Stawiamy hipotezę, że nasi klienci byli parentyfikowani nie tylko w domach, ale także w szerszej przestrzeni społecznej, a to z powodu kontekstu społeczno-politycznego lat 90. i 2000., w jakim się wychowywali. Parentyfikacja taka mogłaby zachodzić z trzech powodów: (1) oczekiwań społecznych wobec pierwszego pokolenia wychowanego w wolnym, demokratycznym kraju, (2) emocjonalnych kosztów transformacji, jakie ponieśli ich rodzice oraz (3) ograniczonych możliwości zauważania potrzeb dzieci przez rodziców z powodu ich własnej przeszłości i tego, jak oni sami byli wychowywani. Często nasi młodzi pacjenci/klienci mówią, że ich rodzice nie mogli realizować swoich aspiracji czy pragnień, musieli radzić sobie w trudnych czasach „dzikiego kapitalizmu”. Młodzi natomiast od dzieciństwa słyszeli, że to dla nich szykowane jest życie w normalnym kraju, w którym będą mogli w pełni realizować swój potencjał. Obawiamy się, że słyszeli nawet więcej: samorealizacja i rozwój jest ich obowiązkiem, poprzez który spłacą dług za wysiłek rodziców, włożony w zapewnienie im dobrych warunków życia. Tego rodzaju narracje mogą powodować, że słuchający ich młodzi ludzie mieli niewiele okazji do stopniowego rozeznawania się w swoich własnych emocjach i odczuciach, nazywania ich i różnicowania, tak jak to się powinno dziać w kolejnych etapach rozwoju emocjonalnego i poznawczego. Ograniczenia takie skutkowały chaosem w kwestii rozpoznawania własnych emocji oraz osłabieniem możliwości ich regulowania.

Następstwem parentyfikacji mogło być także rozwijanie tożsamości „fałszywego ja”, poprzez które zarówno w dzieciństwie, jak i później w dorosłym życiu osoba zajmuje się potrzebami innych ludzi, ignorując własne. Młode osoby, które doświadczyły parentyfikacji, nauczyły się, że nie jest istotne to, czego pragną, ale to, czego oczekują od nich inni. Często opowiadają w gabinetach o wyraźnych oczekiwaniach, kierowanych wobec nich przez rodziców, przy jednoczesnej słabej możliwości rozpoznawania, czego sami pragną dla siebie. Przykładem może być młody człowiek, który dopiero po ukończeniu studiów zorientował się, że kierunek, jaki obrał zgodnie z preferencjami rodziców, nigdy zbyt go nie interesował, ale jednocześnie nie umie wskazać, co pociąga jego samego. Nie wie, jak rozpoznać to, co lubi, co go pociąga. Wie, że powinien się rozwijać, nawet chce zdobyć satysfakcjonującą pracę i stworzyć udany związek, ale nawet nie bardzo rozumie, co to znaczy. Na pytanie o to, jakie są ich pragnienia, marzenia czy plany na przyszłość, młodzi mówią raczej o wewnętrznej pustce i niejasności co do tego, na czym chcą się

opierać, wybierając swoją drogę życiową. Czasem sięgają do „instrukcji”, którą pozostawili im rodzice, zawierającej ich – rodziców – życzenia, kim mają zostać w przyszłości i co powinno im sprawiać przyjemność. Jednak nie jest ona dopasowana do jego/jej potrzeb, nieadekwatna wobec ich osobistej sytuacji, a także nie daje nadziei na autentyczne poczucie satysfakcji. Zawiera informacje lub wskazówki dotyczące konkretnych programów działań, na przykład „jak zarobić pieniądze i pracować”, gdzie zwykle jednym ze wskazywanych kroków jest ukończenie uczelni i uzyskanie magisterium; albo rada: „trzeba się ożenić/wyjść za mąż i mieć dzieci”, zwykle bez wskazywania, jak z tymi dziećmi mieć dobry kontakt. Wspomniany już wcześniej temat indywidualnych emocji, potrzeb i pragnień właściwie w takiej „instrukcji” się nie pojawia.

W efekcie nasi pacjenci z tego pokolenia – częściej niż ich starsi i młodszy kole-dzy – funkcjonują pod presją oczekiwań społecznych, zgodnie z którymi powinni być dynamiczni, kreatywni i przebojowi, a jednocześnie grzeczni, bezproblemowi, konsumujący zdobyty dobrobyt i budujący stabilne rodziny. Rodzicom powinni być wdzięczni (i często są) za możliwości rozwoju, a jednocześnie nie powinni recenzować samodzielnie rzeczywistości ekonomicznej czy społecznej, jaką „wywalczyły” poprzednie pokolenia – tu należy podzielać poglądy rodziców. Tak, jakby mieli żyć w swoistej baśni o dynamicznie zmieniającym się kraju, który jest częścią wolnego świata i w którym wszystko, co osiągną w życiu, zawdzięczają rodzicom, którzy ten świat zbudowali, a potem swojej ciężkiej pracy. Opowieści na temat realiów codziennego życia młodych dorosłych, wysłuchiwanie w gabinetach, daleko odbiegają od takiej wyidealizowanej wersji. Zwróćmy uwagę, że piszemy o osobach, które przychodzą na terapię do gabinetu w dużym mieście, zapewne w Polsce poza dużymi miastami bań o rozwijającym się kraju wygląda inaczej.

Przykładem swoistej mitologii, przekazywanej młodym dorosłym przez ich rodziców, może być kwestia pracy zarobkowej. Umowy o dzieło czy umowy zlecenia, głównie źródło ich zarobków, teoretyczne mają wiele zalet: dają swobodę zatrudnienia oraz możliwość pracy w różnych miejscach, stymulują myślenie projektowe, promują elastyczność oraz możliwości dowolnego planowania własnej kariery. Pozornie – idealne rozwiązanie dla szybko rozwijającego się społeczeństwa. W praktyce jednak młodzi dorośli zorientowali się, że zamiast dynamiki i elastyczności otrzymują niskie i niestabilne zarobki, przy których trudno się usamodzielnić, wyprowadzić z domu i założyć własną rodzinę (Długosz, 2016). Nazwali je „umowami śmieciowymi”. Takie pojęcie nie mieściło się w opowieści społecznej, konstruowanej przez rodziców, ta bowiem mówiła, że z systemem zatrudnienia wszystko jest w porządku, po prostu młodzi za mało się starają. Jeżeli nie potrafią wcielić w życie wspaniałych wizji swoich rodziców, docenić – a może także jakoś „zrekompensować” – ich wysiłki w walce o wolność i demokrację, ich ciężkiej

pracy dla dobrobytu rodziny, to znaczy, że „coś z nimi jest nie w porządku”. Można powiedzieć, że młodzi słyszą od starszych, że „nie po to poprzednicy przez lata zaciskali pasa, starali się i zmagali z trudną rzeczywistością, aby teraz młodzi marudzili, że coś im się w tym świecie nie podoba”. Nie zmienia to faktu, że często czują się rozczarowani tym, jaką pracę mają wykonywać. Nie wiedzą, jak połączyć te dwa światy przeżyć. Są rodzicom wdzięczni, część z nich pamięta jeszcze lata 90. i wiedzą, że oni sami nie w takim kraju chcą żyć, a jednocześnie są rozczarowani, ale trudno im otwarcie to pokazywać (wydaje się, że kolejne pokolenie jest w tym swobodniejsze). Własne uczucia, pragnienia i rozczarowania nauczyli się skrywać lub ignorować.

Jednocześnie rodzice także nie mogą zrozumieć tego rozczarowania. Sądzą i mówią o tym swoim dorosłym dzieciom, że młodzi powinni być im wdzięczni za możliwości życia w wolnym kraju i względnym dobrobycie – chętnie o tej wdzięczności słuchają. Ponadto młodzi dorastali słuchając opowieści – i szeroko przytaczając je w gabinetach – o tym, jak rodzice czy dziadkowie czekali na mieszkanie po dwadzieścia lat w socjalizmie, a teraz wystarczy przecież wziąć kredyt i mieszkanie „dostaje się” od ręki. Jako „sparentyfikowani”, z tymi opowieściami się zgadzają i podkreślają to podczas terapeutycznych sesji. Takie narracje nie zawierają jednak wyjaśnienia, dlaczego dzisiejszych młodych dorosłych nie stać na zaciągnięcie kredytów, zawierają natomiast przykłady tego, jak ledwie nieco starszych kolegów i koleżanek kilka lat wcześniej stać było na wszystko. Nie uwzględniają tego, że tych „nieco starszych” zatrudniły zachodnie firmy, które pojawiły się w Polsce w dekadzie lat 90. i potrzebowały polskiego personelu, jednak takie możliwości zatrudnienia skończyły się, zanim młodsze pokolenie osiągnęło dojrzałość.

Co istotne i charakterystyczne dla opowieści młodych naszych klientów, najczęściej usprawiedliwiają rodziców, traktują ich historie jako ważniejsze niż swoje, tak jakby nie można było czy raczej „nie powinno się” mieć do rodziców żadnych pretensji. Właśnie takie myślenie jest typowe dla sparentyfikowanych dzieci. Innymi słowy, dzisiejsi młodzi, którzy szukają pomocy u psychoterapeutów, to nie jest pokolenie krytycznych buntowników. Ponownie wydaje się, że następne pokolenie czuje i wyraża swoje potrzeby znacznie śmieiej.

A jednak, niezbyt głośno, raczej w swoim życiu prywatnym i poprzez osobiste wybory nasi młodzi klienci i chyba duża część ich rówieśników zapoczątkowali w Polsce demitologizowanie bliskości wewnątrzrodzinnej i sposobów, w jakich tradycyjna rodzina funkcjonuje. Proces ten zachodził w krajach Europy Zachodniej co najmniej jedno lub dwa pokolenia wcześniej (Slany, 2013; Szlendak, 2012). Część młodych z tego pokolenia, zauważając że zestaw „klocków” (rad, wskazówek, oczekiwań), który otrzymali, nie pomaga im dobrze się rozwijać i osiągać satysfakcjonującego życia w dzisiejszej rzeczywistości, zaczęła zadawać sobie pytania

i eksplorować inne możliwe konfiguracje: czym jest dla mnie związek? Czy chcę mieć dzieci i rodzinę? Czy zależy mi na karierze? Pytania te i poszukiwania własnej drogi prowadzą ich do gabinetów psychologicznych, a także na studia psychologiczne – znacznie częściej niż w poprzednich pokoleniach.

Mechanizm projekcji

W następstwie parentyfikacji dorosłe dzieci realizują marzenia rodziców, ponieważ nie mają właściwej orientacji co do tego, jakie są ich własne. Tajemnica przesunięcia aspiracji na kolejne pokolenia w tym przypadku kryje się według nas w towarzyszącym parentyfikacji mechanizmie projekcji. Polega on na nieświadomym przypisywaniu innym osobom swych własnych pragnień, myśli, intencji, a także własnych konfliktów wewnętrznych. Projekcja pozwala wyzwolić się z nieakceptowanych emocji poprzez przypisanie ich drugiej osobie. Takie widzenie własnych emocji i pragnień w drugiej osobie powoduje u owej osoby nieświadomą odpowiedź: przeżywa ona te emocje i pragnienia jako swoje własne i po części zgodnie z nimi się zachowuje. Często osoba taka czuje zamieszanie i zagubienie, którego nie potrafi nazwać ani zwerbalizować. Jednocześnie jest jej trudno odróżnić swoje własne pragnienia i emocje od tych, które zostały jej przypisane, jeżeli przypisywane są przez bliską osobę, konsekwentnie i przez długi czas. Skutkiem działania tego mechanizmu jest poczucie, że żyje się nie swoim życiem. Warto podkreślić, że zjawisko to jest nieświadome – ani nasi klienci, ani ich rodzice (ani wcześniejsze pokolenia, jak dziadkowie wobec rodziców) nie wiedzą, że tak się dzieje. Oznacza to, że rodzice nie wiedzą, że projektują na dzieci własne pragnienia i ograniczenia, a dzieci nie wiedzą, że „biorą” je za swoje.

Jak może działać projekcja w rodzinie? Dzięki temu, że rodzic własne nieświadomione przeżycia „wyrzuca” z siebie i przypisuje je dziecku, nie musi sam przeżywać przykrych napięć i niepokojów (lub przeżywa je w zmniejszonej intensywności), ale za to stanów takich doświadczaą inni domownicy. Rodzice mogą zauważać, że dziecko wydaje się być niespokojne i napięte bez żadnego powodu, czasem agresywne. Starają się temu zaradzić lub dziecko zdyscyplinować. Rodzic zajmuje się jednak wówczas lękiem dziecka, zamiast swoim, poprzez co nieświadomie wzmacnia istnienie takiego lęku u dziecka. W efekcie, im więcej niepokoju czy napięcia przeżywa rodzic, tym intensywniej projektuje je na dziecko, a potem wtórnie próbuje zrobić coś, żeby dziecko tych stanów nie przeżywało.

Podczas sesji młodzi dorośli opisują podobny proces zdaniami takimi, jak: „Ojciec co wieczór wylewał z siebie wszystkie frustracje, krzyczał o tym, jak jest niesprawiedliwie traktowany, jak inni go oszukują, a potem zasiadał przed telewizorem i już uspokojony pił piwo. Ja kładłem się spać przerażony tym, jaki okrutny jest świat, albo wściekły na to, że tak źle go traktują”.

Mechanizm projekcji może prowadzić do licznych trudności, opisanych wcześniej. Gdy projekcja obejmuje wiele uczuć, dzieci mogą mieć wieloletnie problemy z doświadczaniem intensywnych lęków czy wybuchów agresji (w tym autoagresji), bez rozpoznania, z jakiego powodu one się pojawiają. Dorastanie w cieniu lęków utrudnia naturalny rozwój emocjonalny: rozpoznawania uczuć, różnicowania ich oraz integrowania. Nie jest jednak naszą intencją twierdzenie, że wcześniejsze pokolenia nie doświadczały rodzicielskich projekcji – starsi klienci opowiadali w gabinetach o wychowaniu w domach rodziców, którzy przeżyli wojnę wraz z jej okropieństwami, i część z nich radziła sobie poprzez projektowanie na dzieci własnego niepokoju. Staramy się raczej pokazać treść tych projekcji, którym podlegali nasi młodzi pacjenci.

Mechanizm zaprzeczania

Zaprzeczanie jako mechanizm radzenia sobie z emocjami jest uruchamiany często w odpowiedzi na trudne, powtarzające się sytuacje lub jednorazowy kryzys, budzący bardzo silne przeżycia. Polega ono na nieświadomym fałszowaniu obrazu teraźniejszości przez nieprzyjmowanie do wiadomości istniejących faktów. Celem zaprzeczania jest odsuwanie od świadomości negatywnych myśli i uczuć, które są nie do wytrzymania dla danej osoby. Na przykład, w rodzinach z problemem alkoholowym istnieje – wyrażany nie wprost – zakaz mówienia o tym problemie na zewnątrz rodziny. Nie wolno określać spożywania alkoholu jako czegoś niepożądanego ani nazywać nikogo alkoholikiem. Problem alkoholu, choć istnieje, jest zaprzeczony, usunięty, tak jakby go nie było. Podobnie w rodzinach naszych młodszych klientów prawdopodobnie wiele doświadczeń i realnych wydarzeń podlegało mechanizmowi zaprzeczania – istniały, ale nie wolno o nich było mówić.

Pojęcie zaprzeczania pozwala połączyć doświadczenie jednostkowe z szerszym kontekstem społecznym czasów dorastania młodych dorosłych. Sądzymy, że w okresie transformacji ustrojowej wiele treści bywało zniekształcanych lub wyłączanych z głównej narracji społecznej. Narrację tę rozumiemy jako opowieść o sukcesie Polski w drodze do ustroju demokratycznego.

W rodzinach natomiast nierzadko pozostają skrywane tajemnice, zarówno dotyczące czasów przeszłego ustroju, jak i czasów transformacji. Często usuwane z historii rodziny są na przykład historie dotyczące doświadczania lub sprawstwa przemocy, złych postępów czy niemoralności członków rodziny. Traktowane są tak, jak gdyby nie istniały. Nasi młodzi pacjenci z jednej strony przeczuwają istnienie takich opowieści, a jednocześnie wiedzą, że nie należy o nich mówić ani o nie pytać. Są przecież dziećmi i wnukami osób, niosących w sobie emocjonalne ciężary

życia w schyłkowym socjalizmie, w długotrwałym stresie, ponoszących poważne straty materialne i psychologiczne, w tym utraconych nadziei czy zablokowanych możliwości rozwoju. Często ich rodzice byli ofiarami albo świadkami przemocy ze strony politycznego systemu, część klientów snuje opowieści o rodzicach, którzy byli częścią aparatu przymusu (np. milicji czy władzy lokalnej w stanie wojennym), a mimo to poradzili sobie w nowej rzeczywistości lepiej niż osoby wtedy prześladowane. Młodzi sami nie wiedzą, jak się do takich rodziców albo dziadków odnosić, skoro to właśnie dzięki nim dostali wykształcenie i start życiowy, a nierzadko rodzicielską miłość.

Na poziomie społecznym można by zapytać o to, kto pragnąłby podważać piękną historię Solidarności, ruchu, który składać się miał niemal wyłącznie z bohater-skich rodziców lub dziadków, walczących ze złem? W gabinecie widać, że większość prędkiej uzna, że to coś z nimi jest nie tak, niż zdobędzie się na oskarżenie czy krytykę swoich bliskich. Jak pisaliśmy wcześniej, to nie jest pokolenie buntu, nasi klienci raczej swoich rodziców rozumieją niż coś im wygarną. Zgodnie z mechanizmem zaprzeczania, wszyscy w rodzinie utrzymują, że rodzice wnosili wprawdzie do domu trochę napięcia, może alkohol, może „trochę bicia”, ale czasy były trudne, nie można mieć pretensji. Warto wskazać, że charakterystyczną dla młodych dorosłych jest opowieść o tym, że sami byli karani fizycznie, a jednocześnie ważne jest dla nich, aby nie karać tak swoich dzieci. Zaprzeczone nieświadome napięcia, przenoszone z rodziców na dzieci, utrudniają uczenie się przez dorastające dzieci związków pomiędzy emocjami, intencjami i zachowaniami. Można powiedzieć, że rodzice – poprzez nieświadome rzutowanie własnych wypieranych doświadczeń i emocji – znacząco utrudnili rozwój i stabilność emocjonalną swoich dorosłych dzieci.

Mentalizacja – droga do odzyskiwania własnych pragnień

Parentyfikacja oraz mechanizmy projekcji i zaprzeczania prowadzą do zahamowania rozwoju emocjonalnego i tożsamościowego osoby oraz działają na rzecz powstawania fałszywego ja. Jest to tożsamość osobista, oparta na realizowaniu w swoim życiu pragnień i oczekiwań innych osób, zinternalizowanych jako własne. Często towarzyszy temu poczucie pustki, które wydaje się być podzielane przez klientów, o których piszemy.

Rozwój tożsamości osoby jest możliwy, kiedy posiada ona narzędzia do rozumienia intencji zachowań własnych i innych ludzi, czyli odpowiedzi na pytanie, dlaczego ludzie – w tym ja – zachowują się tak, a nie inaczej. Wymaga to wykształcenia zdolności umysłu jednostki do odzwierciedlania i formowania reprezentacji

różnorodnych, niezafałszowanych stanów emocjonalnych. Umiejętność taką określa się mianem mentalizacji. Mentalizacja powstaje, gdy możliwe i wartościowe jest zauważanie stanów emocjonalnych własnych i innych ludzi. W przypadku dziecka proces mentalizacji rozpoczyna się w kontakcie z rodzicem. Wśród naszych pacjentów nierzadko proces ten uruchamia się dopiero w efekcie rozmów z terapeutą.

Wczesnym etapem rozwoju mentalizacji jest budowanie języka do opisu przeżyć (Allen, Fonagy i Bateman, 2014). Jeśli udaje się znajdować słowa, adekwatnie oddające stany emocjonalne, pozwala to na rozpoznawanie własnych przeżyć, pragnień i intencji oraz uznawanie ich za ważne i kierowanie się nimi. Drugi etap rozwoju mentalizacji obejmuje metaforę, czyli budowanie bardziej złożonych opisów stanów wewnętrznych, łączących myśli i uczucia, pragnienia i zachowania. Metafory umożliwiają ich nazywanie, przykładem metafory może być pojęcie „autentycznej tożsamości” – obejmującej zestaw zgeneralizowanych przekonań o sobie, stabilnych procedur wytwarzania emocji oraz integrowania nowych doświadczeń (Greenberg, 2015).

Jak wskazaliśmy, następstwem parentyfikacji i projekcji jest zaspokajanie potrzeb innych ludzi zamiast własnych, a na głębszym poziomie – powstawanie trudności w rozpoznawaniu własnych pragnień. Pacjenci, którzy doświadczyli długotrwałej parentyfikacji, pytani przez terapeutę o ich uczucia czy potrzeby, zwykle nie potrafią odpowiedzieć. Nie wiedzą zbyt dobrze, czym kierować się w swoim życiu, czego by pragnęli, co sprawia im przyjemność. Innymi słowy, nie posiadają dobrych narzędzi do nazywania własnych przeżyć oraz pragnień i potem ich realizacji, w tym do rozwijania satysfakcjonującego życia miłosnego. Pomieszanie emocjonalne, którego doświadczyli w wyniku nieświadomych mechanizmów projektowania i identyfikowania się z nieprzyjemnymi uczuciami rodziców powoduje, że wielu z nich ma problemy z rozpoznawaniem i nazywaniem własnych uczuć. Młodzi dorośli potrafią być zaskoczeni własnymi reakcjami, gdyż proces rozpoznawania i różnicowania emocji nie mógł się właściwie rozwinąć.

Podczas psychoterapii nasi klienci powinni zatem znaleźć język adekwatny do opisu swoich przeżyć, choćby po to, by móc identyfikować własne uczucia i potrzeby oraz odróżniać je od uczuć przypisywanym im przez rodziców i innych ludzi. Jeżeli to im się udaje, stają się odrębni od rodziców, samodzielnie myślący i kierujący się w życiu własnym zdaniem i własnymi potrzebami. W konsekwencji mogą na przykład samodzielnie oceniać, czy rodzice naprawdę odnieśli sukces w transformacji, czy może są rzeczywiście ofiarami przemian społecznych, tak jak sami o sobie mówią. Jak z czasem zorientował się syn rolników spod dużego miasta: „W pewnym momencie zrozumiałem, że niekończące się narzekania rodziców na ciężkie życie, wyrzuty, że rządzący o nich nie pamiętają, te niekończące się cierpienia wygłaszają jeżdżąc samochodem, na który rodziców moich miastowych kolegów nie stać.

Mieszkają nie w chacie, ale w domu, który moi koledzy określają jako luksusową willę. Coś przestało mi pasować w opowieści o bezkresnym znoju”.

Być może na podobnej zasadzie, co nasi klienci/pacjenci w życiu prywatnym, młodzi dorośli Polacy także na poziomie społecznym eksplorują tematy dotąd zakazane, budzące niechęć, a może nawet złość poprzednich pokoleń, na przykład pytają o ciemne strony ogólnie poważanych organizacji lub podważają mity szczęśliwej, tradycyjnej i „naturalnej” rodziny. Przykładem może być rosnąca krytyka roli Kościoła katolickiego w Polsce, w tym jego podważanie wyidealizowanej albo skrajnie negatywnej wizji przeszłości w czasach PRL.

Wspieranie rozwoju mentalizacji, czyli umiejętności rozumienia siebie i innych, szczególnie rozumienia połączeń pomiędzy zachowaniami własnymi oraz innych osób – jest jednym z ważnych celów współczesnej psychoterapii. Proces mentalizacji odwraca następstwa parentyfikacji, projekcji oraz zaprzeczania, umożliwia budowanie i ukształtowanie własnej odrębnej tożsamości. Psychoterapia jest jednym ze sposobów, w jaki młodzi dorośli mogą docierać do własnych uczuć, nadawać im znaczenie i integrować je. Kontakt z literaturą, sztuką, dyskusje z osobami o różnych poglądach, rozmowy z bliskimi mogą także rozwijać naszą tożsamość i pogłębiać mentalizację. Im szersze jest ich spektrum narzędzi, z jakich korzystamy w procesie osobistego rozwoju, tym większa możliwość realizowania własnych celów życiowych, budowania udanego własnego życia rodzinnego, zawodowego, obywatelskiego.

Literatura

- Allen, J. G., Fonagy, P., Bateman, A. W. (2014). *Mentalizowanie w praktyce klinicznej*. Kraków: Uniwersytet Jagielloński.
- Długosz, P. (2016). Pokolenie przegranych? Kondycja psychospołeczna młodzieży w Europie Środkowo-Wschodniej. *Zeszyty Pracy Socjalnej*, 21(2), 77–90.
- Fronczak, M. (2018). Trudności w konstruowaniu własnego życia identyfikowane przez młodych dorosłych. *Dyskursy Młodych Andragogów*, 19, 166–177.
- Greenberg, L. (2015). *Terapia skoncentrowana na emocjach*. Kraków: Harmonia.
- Kasperek-Golimowska, E. (2016). Stan zdrowia psychicznego i samopoczucie Polaków. W: K. Waszyńska, M. Filipiak (red.), *Współczesne konteksty psychoterapii i socjoterapii* (s. 165–187). Poznań: Uniwersytet im. Adama Mickiewicza.
- Kiejna, A., Piotrowski, P., Adamowski, T., Moskalewicz, J., Wciórka, J., Stokwiszewski, J., Rabchenko, D., Kessler, R. C. (2015). Rozpowszechnienie wybranych zaburzeń psychicznych w populacji dorosłych Polaków z odniesieniem do płci i struktury wieku – badanie EZOP Polska. *Psychiatria Polska*, 49(1), 15–27.

- Next Generation (2021). Poland. British Council. Pobrano 24.08.2021 ze strony: https://www.britishcouncil.pl/sites/default/files/next_generation_poland_full_eng.pdf
- Piszczałowska-Oleksiewicz, M. (2014). Polscy gniazdownicy. O powodach, dla których dorosłe dzieci mieszkają z rodzicami. *Pogranicze. Studia Społeczne*, 24, 181–206.
- Schier, K. (2014). *Dorosłe dzieci. Psychologiczna problematyka odwrócenia ról w rodzinie*. Warszawa: Scholar.
- Slany, K. (2013). Ponowoczesne rodziny – konstruowanie więzi i pokrewieństwa. W: K. Slany (red.), *Zagadnienia małżeństwa i rodzin w perspektywie feministyczno-genderowej* (45–64). Kraków: Uniwersytet Jagielloński.
- Suchodolska, J. (2017). *Poczucie jakości życia młodych dorosłych na przykładzie studenckiej społeczności akademickiej*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Suszek, H., Grzesiuk, L., Styła, R., Krawczyk, K. (2017). Kto i w jaki sposób prowadzi psychoterapię w Polsce. Część II. Wyniki ogólnopolskiego badania. *Psychiatria*, 14(2), 90–100.
- Szafraniec, K. (2011). *Młodzi 2011*. Warszawa: Kancelaria Prezesa Rady Ministrów.
- Szlendak, T. (2012). *Socjologia rodziny. Ewolucja, historia, zróżnicowanie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Tracz-Drał, J. (2019). *Zdrowie psychiczne w Unii Europejskiej*. Warszawa: Kancelaria Senatu.

Autorzy tekstów

Maria Baran – dr, Wydział Psychologii, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Dariusz Doliński – prof. dr hab., Wydział Psychologii we Wrocławiu, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Anna Dziubińska-Starska – Ośrodek Terapeutyczno-Szkoleniowy KONTRAKT

Katarzyna Hamer – dr hab., prof. IP PAN, Instytut Psychologii, Polska Akademia Nauk

Katarzyna Jaśko – dr, Instytut Psychologii, Uniwersytet Jagielloński

Jacek Raciborski – prof. dr hab., Wydział Socjologii, Uniwersytet Warszawski

Krystyna Skarżyńska – prof. dr hab., Wydział Psychologii, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Magdalena Śniegulska – dr, Szkoła Edukacji Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności i Uniwersytetu Warszawskiego oraz Wydział Psychologii, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Sonia Sokół – SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

Beata Urbańska – Instytut Psychologii, Polska Akademia Nauk

Bartosz Zalewski – dr, Ośrodek Terapeutyczno-Szkoleniowy KONTRAKT oraz Wydział Psychologii, SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny

WYDAWNICTWA
INSTYTUTU PROBLEMÓW WSPÓŁCZESNEJ CYWILIZACJI
IM. MARKA DIETRICHA

*Wszystkie publikacje od roku 2019, a także publikacje wcześniejsze zaznaczone
znakiem „* ” są dostępne w wersji elektronicznej pod adresem www.ipwc.pw.edu.pl*

Rok 2021

- LXXVII – Młodzi dorośli: identyfikacje, postawy, aktywizm i problemy życiowe
- LXXVI – Stosunek do szczepień ochronnych: sceptycyzm wobec nauki
- LXXV – Wystąpienia i wykłady inaugurujące rok akademicki 2020/2021
- LXXIV – Ewolucja cywilizacyjnej roli i społecznego odbioru nauki
- LXXIII – Zmiany klimatu i ich następstwa

Rok 2020

- LXXII – Nauczanie po pandemii. Nowe pytania czy nowe odpowiedzi na stare pytania?
- LXXI – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2019/2020

Rok 2019

- LXX – Szanse i wyzwania dla polskich wydawnictw i czasopism naukowych
- LXIX – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2018/2019

Rok 2017

- LXVIII – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2017/2018
- LXVII – Autonomia uczelni i środowiska akademickiego – odpowiedzialność i etos akademicki*
- LXVI – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2016/2017
- LXV – Student pierwszego roku

Rok 2016

- LXIV – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2015/2016*
- LXIII – Miejsce nauk podstawowych w kształceniu wyższym*

Rok 2015

- LXII – Praktyczne aspekty rekrutacji na studia od roku akademickiego 2015/2016
- LXI – Wykłady inaugurujące rok akademicki 2014/2015*

Rok 2014

- LX – Perspektywy rozwoju kształcenia zawodowego w Polsce*
- LIX – Badania PISA – przeszłość, teraźniejszość i przyszłość*
- LVIII – Rekrutacja na studia od roku akademickiego 2015/2016 w kontekście zmian w systemie oświaty. Informator dla szkół wyższych*

Rok 2013

- LVII – Wykłady inauguracyjne rok akademicki 2013/2014*
- LVI – Wykłady inauguracyjne rok akademicki 2012/2013*

Rok 2012

- LV – Problemy nauczania chemii w szkołach średnich i wyższych*
- LIV – Wykłady inauguracyjne rok akademicki 2011/2012*

Rok 2011

- LIII – Problemy nauczania biologii w szkołach średnich i wyższych*
- LII – Problemy nauczania fizyki w szkołach średnich i wyższych*
- LI – Wykłady inauguracyjne rok akademicki 2010/2011*
- L – Strategia nauczania matematyki w Polsce – wdrożenie nowej podstawy programowej*

Rok 2010

- XLIX – Natura 2000. Szanse i zagrożenia*
- XLVIII – Współpraca szkół średnich i wyższych*
- XLVII – Podsumowanie dwunastolecia 1996–2008 – Marek Dietrich*
- XLVI – Wykłady inauguracyjne rok akademicki 2009/2010*

Rok 2009

- XLV – Społeczeństwo polskie wobec narodzin III Rzeczypospolitej (1988–1990)*
- XLIV – Woda w obszarach nieurbanizowanych*

Rok 2008

- XLIII – Prywatność – prawo czy produkt?*
- XLII – Polscy uczniowie w świetle badań PISA*
- XLI – Warszawa Akademicka*
- XL – Warszawa Akademicka – Seminarium*

Rok 2007

- XXXIX – Czasopisma naukowe – zmierzch czy transformacja?*
- XXXVIII – Obraz postępu i zagrożeń cywilizacyjnych w mediach
- XXXVII – Uczyć myśleć

Rok 2006

- XXXVI – Wizja polskich uczelni w społeczeństwie globalnym
- XXXV – Rola symboli
- XXXIV – Humanizm i technika

Rok 2005

- XXXIII – Zagadnienia bezpieczeństwa wodnego
- XXXII – Polskie uczelnie XXI wieku
- XXXI – Zagadnienia bezpieczeństwa energetycznego
- XXX – Emigracja – zagrożenie czy szansa?

Rok 2004

- XXIX – Decyzje edukacyjne
- XXVIII – Uczelnie a innowacyjność gospodarki
- XXVII – Internet i techniki multimedialne w edukacji

Rok 2003

- XXVI – Kierunki kształcenia i standardy nauczania w polskim szkolnictwie wyższym
- XXV – Zarządzanie bezpieczeństwem w sytuacjach kryzysowych

Rok 2002

- XXIV – Jakość kształcenia i akredytacja w szkolnictwie wyższym w Polsce
- XXIII – Autorytet uczelni
- XXII – Problemy etyczne w nauce
- XXI – Bezpieczeństwo człowieka we współczesnym świecie
- XX – Pamięć i działanie

Rok 2001

- XIX – Ekonomiczne efekty edukacji w Polsce
- XVIII – Wolność a bezpieczeństwo
- XVII – Ekonomiczne i społeczne efekty edukacji

Rok 2000

- XVI – Ekonomiczne i społeczne efekty edukacji
- XV – Czy kryzys demograficzny w Polsce?
- XIV – Produkcja, konsumpcja i technika a ocieplenie klimatu
- XIII – Kształcenie międzyuczelniane. Studium warszawskie

Rok 1999

- XII – Władza i obywatel w społeczeństwie informacyjnym
- XI – Koszty kształcenia w szkołach wyższych w Polsce. Model kalkulacyjnych kosztów kształcenia
- X – Problemy etyczne techniki
- IX – Bezpieczeństwo człowieka we współczesnym świecie

Rok 1998

- VIII – Polska a integracja europejska w edukacji. Aspekty informatyczne
- VII – Misja uczelni
- VI – Bezpieczeństwo człowieka we współczesnym świecie
- V – Instrumenty rozwoju systemu kształcenia w Polsce

Rok 1997

- IV – Akademicka Komisja Akredytacyjna. System oceny jakości kształcenia i akredytacji w szkolnictwie wyższym
- III – Jakość kształcenia w szkołach wyższych
- II – Etyka zawodowa
- I – Ochrona własności intelektualnej

ISBN 978-83-89871-48-0