

**Znaczenie mediów społecznościowych
dla samooceny i zachowań
związanych z wyglądem ciała
młodych dorosłych
Perspektywa społeczno-pedagogiczna**

Karina Leksy

**Znaczenie mediów społecznościowych
dla samooceny i zachowań
związanych z wyglądem ciała
młodych dorosłych
Perspektywa społeczno-pedagogiczna**

Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego • Katowice 2023

Recenzja

Zbyszko Melosik

Bożena Zawadzka

Monografię tę dedykuję
Mężowi, Synom, Mamie
oraz pamięci mojego Taty

Spis treści

11 ____ Wstęp

25 ____ Rozdział 1

Zainteresowanie problematyką ciała w naukach społecznych

26 ____ 1. Ciało i cielesność w myśli filozoficznej

30 ____ 2. Ciało w kulturze, kultura w ciele

35 ____ 3. Ciało konstruowane społecznie

43 ____ Rozdział 2

Jednostka w społeczeństwie

43 ____ 1. „Ja” i wizerunek własnej osoby z perspektywy uczestnictwa w życiu społecznym

54 ____ 2. „Ja cielesne” jako podstawa tożsamości

61 ____ 2.1. Tożsamość cielesna w kontekście relacji z osobą znaczącą

67 ____ 2.2. Rola kultury popularnej i mass mediów w tworzeniu tożsamości cielesnej

79 ____ Rozdział 3

Znaczenie atrakcyjności fizycznej w kulturze współczesnej

79 ____ 1. Atrakcyjność fizyczna i jej wyznaczniki

91 ____ 2. Wizerunek ciała i zachowania podnoszące jego atrakcyjność

105 ____Rozdział 4

Media społecznościowe jako nowa przestrzeń życia społecznego

105 ____1. Życie w mediach, media w życiu – wirtualność i interaktywność
jako nowe wymiary funkcjonowania człowieka

112 ____2. Media społecznościowe – nieodzowny element codzienności

125 ____Rozdział 5

Autoprezentacja w mediach społecznościowych

125 ____1. Cyfrowe możliwości autokreacji

129 ____2. E-wizerunek w social mediach

135 ____3. W kulturze cyfrowego narcyzmu

141 ____Rozdział 6

Młodzi dorośli jako kategoria społeczna

141 ____1. Wczesna dorosłość jako jeden z etapów życia człowieka

144 _____1.1. Zadania rozwojowe

148 _____1.2. Dojrzałość psychiczna

149 ____2. Młodzi dorośli w czasach ponowoczesności

153 _____2.1. Młodzi dorośli na rynku pracy

154 ____3. Młodzi dorośli jako przedstawiciele Pokolenia C

163 ____Rozdział 7

Metodologiczne podstawy badań własnych

163 ____1. Założenia i cel badań

166 ____2. Problematyka badawcza

170 ____3. Metoda, technika i narzędzie badawcze

172 ____4. Procedura badawcza

173 ____5. Dobór próby badawczej

179 ____Rozdział 8

Diagnoza znaczenia mediów społecznościowych dla samooceny ciała i zachowań związanych z wyglądem ciała młodych dorosłych

- 183 ____1. Najpopularniejsze media społecznościowe wśród respondentów
187 ____2. Własny wizerunek w przestrzeni social mediów w opinii badanych
190 ____3. Treści obecne w mediach społecznościowych a stosunek do własnego ciała młodych dorosłych
197 ____4. Sposoby autoprezentacji respondentów w mediach społecznościowych
205 ____5. Preferencje młodych dorosłych w zakresie idealnego ciała
216 ____6. Samoocena własnego ciała badanych osób
223 ____7. Działania związane z wyglądem ciała podejmowane przez respondentów

229 ____Rozdział 9

Korelacje pomiędzy zmiennymi demospołecznymi a autoprezentacją, samooceną i zachowaniami związanymi z wyglądem ciała badanych osób – weryfikacja hipotez

- 231 ____1. Sposób autoprezentacji w social mediach, samoocena ciała oraz zachowania związane z wyglądem ciała a płeć respondentów
232 ____1.1. Płeć badanych a sposób autoprezentacji badanych w mediach społecznościowych
238 ____1.2. Samoocena własnego ciała a płeć osób badanych
239 ____1.3. Zachowania związane z wyglądem ciała użytkowników portali społecznościowych a płeć respondentów
244 ____2. Wiek młodych dorosłych a sposób autoprezentacji na portalach społecznościowych, samoocena ciała i zachowania ukierunkowane na poprawę wyglądu ciała
245 ____2.1. Wiek respondentów a autoprezentacja w mediach społecznościowych
248 ____2.2. Samoocena własnego ciała w korelacji do wieku młodych dorosłych
248 ____2.3. Zachowania ukierunkowane na poprawę wyglądu ciała a wiek osób badanych

250	___3.	Miejsce pochodzenia respondentów a sposób autoprezentacji w mediach społecznościowych, samoocena ciała oraz zachowania związane z wyglądem ciała
251	_____3.1.	Miejsce pochodzenia badanych a sposób autoprezentacji w mediach społecznościowych
253	_____3.2.	Samoocena własnego ciała przez respondentów ze względu na miejsce pochodzenia
254	_____3.3.	Miejsce pochodzenia osób badanych a zachowania związane z wyglądem ciała
256	___4.	Wykształcenie rodziców a autoprezentacja w mediach społecznościowych, samoocena ciała oraz zachowania związane z wyglądem ciała młodych dorosłych
257	_____4.1.	Wykształcenie rodziców respondentów a autoprezentacja na portalach społecznościowych
259	_____4.2.	Samoocena własnego ciała przez badanych w korelacji do wykształcenia rodziców
260	_____4.3.	Wykształcenie rodziców a zachowania związane z wyglądem ciała badanych osób
264	___5.	Subiektywna ocena własnej pozycji materialnej a sposób autoprezentacji na portalach społecznościowych, samoocena i zachowania związane z wyglądem ciała
265	_____5.1.	Subiektywna ocena własnej pozycji materialnej respondentów a autoprezentacja na portalach społecznościowych
267	_____5.2.	Subiektywna ocena własnej pozycji materialnej a samoocena własnego ciała
269	_____5.3.	Zachowania związane z wyglądem ciała osób badanych ze względu na subiektywną ocenę własnej pozycji materialnej
273	___	Podsumowanie i wnioski
293	___	Aneks 1
305	___	Aneks 2
329	___	Bibliografia
361	___	Indeks osobowy
371	___	Spis tabel, wykresów i rysunków
379	___	Zusammenfassung
381	___	Summary

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

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

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

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

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

2 Tamże.

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

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

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

-
- 4 Por. Z. Melosik: *Ciało jako przedmiot studiów kulturowych*. W: *Kultura popularna. Konteksty teoretyczne i społeczno-kulturowe*. Red. A. Gromkowska-Melosik, Z. Melosik. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2010, s. 153.
- 5 Zob. M. Featherstone: *The body in consumer culture*. In: *The body. Social process and cultural theory*. Eds. M. Featherstone, M. Hepworth, B.S. Turner. London 1993, podano za: Z. Melosik: *Tożsamość, ciało i władza. Teksty kulturowe jako (kon)teksty pedagogiczne*. Wydawnictwo Edytor, Poznań–Toruń 1996, s. 71.
- 6 Por. S. Rudnicki: *Ciało i tożsamość w internecie. Teoria. Dyskurs. Codziennosc*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013, s. 17; por. E. Grosz: *Volatile bodies*. Sydney 1994, podano za: M. Bakke: *Ciało otwarte: filozoficzne reinterpretacje kulturowych wizji cielesności*. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Wydawnictwo Naukowe Instytutu Filozofii, Poznań 2000, s. 14.
- 7 Z. Melosik: *Ciało jako przedmiot studiów kulturowych...*, s. 153.
- 8 M. Bakke: *Ciało otwarte...*, s. 9.
- 9 J. Baudrillard: *Ameryka*. Tłum. R. Lis. Wydawnictwo Sic!, Warszawa 1998, s. 49.
- 10 A. Pomieciński: *Reklama w kulturze współczesnej. Studium antropologiczne*. Wydawnictwo Poznańskie, Poznań 2005, s. 53.

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

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

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

12 Tamże, s. 365–369.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

27 Tamże.

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

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

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

30 Tamże.

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

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

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

32 Tamże.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

43 Tamże, s. 46.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

* * *

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

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

Indeks osobowy

A

Aboujaoude Elias 197, 329
Abraham Suzanne 285, 347
Agliata Daniel 77, 329
Agovha Bede V. 206, 348
Ainsworth Mary Dinsmore Salter 61, 329
Aldridge Alan 136, 137, 329
Alloway Tracy 140, 329
Altabe Madeline 91, 92, 355
Anderson Matthew 87, 361
Andruszko Robert 179, 329
Andrzejewska Anna 134, 138, 188, 203, 329
Arcimowicz Krzysztof 76, 77, 98, 100, 329
Armour Kathleen 274, 292, 337
Arnett Jeffrey Jensen 151, 329
Arnold Jill 135, 346
Ashmore Richard 81, 335
Averett Susan 89, 330

B

Babbie Earl 168, 171, 173, 330
Bakke Monika 12, 330
Bałdys Patrycja 76, 273, 330
Banasiak-Parzych Beata 129, 139, 184, 330
Barański Jarosław 163, 330
Baron Naomi 159, 330
Barthel Diane 76, 330
Baudrillard Jean 12, 330
Bauer Zbigniew 116, 330
Bauman Teresa 150, 170, 172, 349
Bauman Zbigniew 11, 33, 34, 330
Bednarek Józef 138, 188, 329
Berardi Kely 285, 340
Bereczkei Tamas 85, 346
Berenson Gerald 207, 331
Berger John 71, 331
Bergstrom Rochelle 216, 331
Berscheid Ellen 30, 334
Bhuiyan Azad 207, 331
Biedroń Małgorzata 140, 331
Biernacki Michał 157, 331
Bittner Ireneusz 13, 331
Blaxter Mildred 230, 331
Blumer Herbert 45, 331
Błajet Piotr 287, 331
Błażejewski Zdzisław 251, 331
Bogunia-Borowska Małgorzata 107, 108, 110, 111, 125, 126, 187, 188, 273, 331, 341, 346, 352, 355

- Bordo Susan 212, 331
 Borkowska Alina 67, 347
 Brake David 114, 115, 120, 351
 Bremner Gavin 81, 352
 Brodahl Deborah 157, 331
 Brotheim Hal 157, 158, 160, 332
 Brouwers Mariette 92, 332
 Bryk Adam 13, 331
 Brytek-Matera Anna 15, 16, 66, 67, 70, 71, 72, 73, 74, 76, 91, 224, 273, 281, 332
 Brzezińska Anna 106, 141, 143, 332, 333
 Buchholz Annick 217, 335
 Buczkowski Adam 31, 38, 96, 97, 98, 100, 101, 224, 228, 332
 Burgess Jean 186, 332
- C**
- Cafri Guy 212, 332, 345
 Calogero Rachel 284, 339
 Carpenter Jason M. 157, 331
 Cash Thomas 16, 62, 66, 67, 71, 74, 85, 86, 205, 281, 284, 285, 332, 341, 342, 343, 350, 351, 355
 Castells Manuel 110, 332
 Castro Yessenia 217, 337
 Chait Sari 165, 333
 Champion Helen 73, 333
 Chlewiński Zdzisław 148, 333
 Choi Precilla 165, 338
 Chomont-Parzyńska Dominika 71, 333
 Cialdini Robert 52, 341
 Cichocki Piotr 114, 118, 119, 121, 333
 Claudius Hanne Marit 206, 347
 Cole Michael 106, 333
 Conley Dalton 90, 333
 Conner Mark 165, 338
- Cook Niall 114, 333
 Cornelissen Piers 212, 356
 Crisp Richard 44, 48, 49, 81, 82, 83, 84, 333
 Crowther Janis 164, 216, 340, 347
 Cunningham Michael 85, 86, 333, 346
 Curran Daniel 275, 350
 Czaja Dariusz 11, 333
 Czerwińska Dorota 71, 333
 Czopek Miłosz 71, 333
- D**
- Dalsgaard Steffen 118, 334
 Danel Dariusz 84, 334
 Davies Patrick 205, 354
 Demel Maciej 13, 334
 Dion Karen 90, 334
 Dixson Alan 87, 88, 334
 Dixson Barnaby 87, 337
 Domański Czesław 170, 334
 Domański Heryk 256, 334
 Douglas Mary 32, 334
 Dover Jon 116, 343
 Doyle Gerardine 288, 353
 Draszek Anna 67, 334
 Drossaert Constance 288, 356
 Drwięga Marek 28, 334
 Dunajska Anna 92, 350
 Dziedziczak-Foltyn Agnieszka 141, 334
 Dziukiewicz Julia 291, 335
- E**
- Eagly Alice 81, 335
 East Rebecca 88, 334
 Efran Michael 90, 335
 Eisenberg Marla 217, 218, 348

- Erikson Erik 54, 59, 142, 143, 145, 147, 335
 Evans Ruth 165, 338
- F**
- Fardouly Jasmine 216, 335
 Fatyga Barbara 154, 335
 Featherstone Mike 12, 25, 33, 335
 Feingold Alan 80, 83, 335, 345
 Festinger Leon 44, 335
 Flament Martine 217, 335
 Flores Suzana 112, 126, 194, 336, 344
 Forst Katarzyna 183, 336
 Fouts Gregory 283, 336
 Franko Debra 216, 344
 Frederick David 86, 351
 Frieze Irene 82, 89, 336
 Frith Emily 293, 336
 Fry Gary 165, 338
 Fullam James 288, 353
 Furnham Adrian 73, 333, 336
- G**
- Gajda Janusz 155, 336
 Garner David 93, 336
 Gatnar Eugeniusz 170, 346
 Gawron Grzegorz 99, 336, 354
 George Carol 65, 336
 Giddens Anthony 40, 107, 137, 140, 156, 280, 336
 Giddings Seth 116, 343
 Gjerlaug Anne Karine 206, 347
 Glauber Rebecca 90, 333
 Glibert Paul 187, 337
 Glinkowska Beata 94, 337
 Głębocka Alicja 70, 71, 92, 93, 94, 337
- Goffman Erving 36, 37, 45, 46, 50, 51, 197, 203, 337
 Goldney Robert 94, 355
 Golka Marian 113, 337
 Gońda Marcin 14, 334
 Goodyear Victoria 274, 292, 337
 Gordon Kathryn 217, 337
 Gough Brendan 165, 338
 Grant Iain 116, 343
 Green Joshua 186, 332
 Griese Hartmut 155, 156, 337
 Groesz Lisa 72, 73, 337
 Grogan Sarah 100, 165, 206, 213, 338
 Gromkowska-Melosik Agnieszka 12, 108, 138, 139, 275, 338, 345, 350, 351
 Grosz Elizabeth 12, 338
 Grotowska-Leder Jolanta 149, 153, 338
 Gurba Ewa 146, 147, 148, 338
 Gustat Jeanette 207, 331
- H**
- Haenlein Michael 114, 115, 340
 Halliwell Gayle 88, 334
 Hannon Peter 217, 218, 348
 Hardey Mariann 159, 338
 Hargreaves Duane 72, 338
 Harriger Jennifer 284, 339
 Hassebrauck Manfred 84, 339
 Hatfield Elaine 82, 339
 Hawkins Peter 158, 159, 351
 Heinberg Leslie 91, 92, 335
 Henderson Katherine 217, 335
 Henss Ronald 86, 339
 Hildebrandt-Wypych Dobrochna 155, 339
 Hill Erin 217, 335

- Hinsz Verlin 85, 339
 Holm-Denoma Jill 217, 337
 Hołyst Brunon 255, 339
 Hopfinger Maryla 116, 339
 Hoss Rebecca 81, 339
 Hoyt Wendy 73, 339
 Hrabosky Joshua I. 285, 332
 Hulewska Aleksandra 291, 339
- I**
 Izdebska Jadwiga 107, 108, 140, 331,
 339, 340, 342
- J**
 Jacobsen Paul 165, 333
 Jagiela Jarosław 140, 340
 Jahanlu David 206, 347
 Jałowicki Bohdan 106, 340
 Jankowska Agata 103, 340
 Jarecka Urszula 135, 340
 Jarry Josee 285, 340
 Jarymowicz Maria 56, 340
 Jas Michał 186, 340
 Jędrzejko Mariusz 158, 340
 Johnson Scott 81, 352
 Jones Diane Carlson 217, 340
 Józefik Barbara 62, 63, 66, 281, 340
 Juczyński Zygfryd 232, 271, 289, 347
 Jurgenson Nathan 46, 109, 133, 134, 135,
 179, 200, 201, 340
 Juszczyk Stanisław 117, 340
- K**
 Kalakanis Lisa 80, 342
 Kaplan Andreas 114, 115, 340
 Karazsia Bryan 164, 341
 Karkowska Magda 93, 99, 341
 Karmolińska-Jagodzick Ewa 156, 341
 Kaschack Ellyn 83, 341
 Kawula Stanisław 22, 341
 Kearney-Cooke Ann 67, 281, 341
 Keeter Scott 157, 355
 Kellner Douglas 108, 341
 Kemp George 140, 329
 Kenrick Douglas 52, 341
 Kim Ji-Hoon 138, 188, 192, 341
 Kimmel Michael 98, 333
 King Teresa 165, 341
 Kirk David 292, 347
 Kiszkiel Łukasz 130, 131, 341
 Knight Daniel 205, 354
 Kogan Lori 73, 339
 Kołodziej Marta 71, 333
 Konarzewski Krzysztof 172, 342
 Konecki Krzysztof 56, 342
 Korenman Sanders 89, 330
 Kossowski Paweł 164, 341
 Kowalewska Anna 141, 342, 358
 Kozinets Robert 164, 342
 Kozłowski Tomasz 275, 342
 Krejtz Izabela 198, 342, 364
 Krejtz Krzysztof 198, 342, 364
 Krueger David 62, 342
 Książkiewicz Szymon 114, 342
 Kudlińska-Chróścicka Iwona 18, 150,
 151, 342
 Kulbat Jarosław 92, 93, 94, 337
 Kulik Teresa Bernadetta 19, 342
 Kvalem Ingela 165, 356
 Kwiatkowski Stefan Michał 290, 342,
 354

L

Laggewie Claus 155, 342
 Langlois Judith 80, 81, 339, 342
 Larson Andrea 80, 342
 Lasch Christopher 135, 136, 137, 343
 Laskowska Małgorzata 116, 343
 Leary Mark 50, 53, 128
 Lee Roselyn 129, 138, 188, 192, 341
 Leksy Karina 3, 60, 67, 69, 73, 74, 89, 94,
 129, 287, 337, 343
 Lepa Adam 68, 343
 Levine Michael 72, 73, 165, 284, 337, 343
 Lewis Melissa 216, 331,
 Lister Martin 116, 343
 Longo Laura 81, 335
 Lowy Alice 216, 344
 Luciano Lynne 76, 101, 344

Ł

Łaciak Beata 95, 98, 344
 Łobocki Mieczysław 167, 172, 344
 Łysak Alina 75, 344

M

Majczyna Marek 54, 55, 56, 344
 Makhijani Mona 81, 335
 Mandal Eugenia 27, 94, 103, 334
 Mandrosz-Wróblewska Joanna 56, 344
 Manejwala Omar 112, 344
 Marcel Gabriel 26, 28, 29, 344
 Marchessault Gail 206, 344
 Marcus Bess 165, 341
 Maszke Albert Wojciech 167, 172, 344
 Matacin Mala 165, 341
 Matyjas Bożena 250, 344
 Matz David 85, 339

Mauss Marcel 31, 345
 Mazurek Kamil 197, 345
 Mazurkiewicz Edward Aleksander 20,
 345
 Mazzella Ronald 80, 345
 McCabe Marita 212, 332
 McCreary Donald 212, 345
 McManus Chris 87, 336
 Medoń Sebastian 57, 345
 Mehdizadeh Soraya 138, 345
 Meindl James 85, 348
 Melosik Zbyszko 12, 24, 57, 69, 75, 77, 85,
 94, 95, 129, 138, 139, 179, 187, 188, 189,
 223, 275, 287, 345, 346, 350
 Mendelson Andrew 134, 346
 Mesko Norbert 85, 346
 Miller Hugh 135, 346
 Mirucka Beata 35, 58, 61, 63, 65, 67, 69,
 70, 71, 72, 74, 76, 77, 346
 Mirzoeff Nicholas 125, 346
 Monaghan Lee 213, 346
 Morańska Danuta 158, 340
 Morbitzer Janusz 158, 159, 345
 Morris Desmond 14, 346
 Murnen Sarah 72, 73, 337
 Musaiger Abdulrahman 205, 346
 Muscarella Frank 86, 346
 Muster Rafał 153, 154, 346
 Myers Taryn 216, 347

N

Naigaga Desire Alice 206, 347
 Neighbors Clayton 216, 331
 Neuberg Steven 52, 341
 Neumark-Sztainer Dianne 217, 218, 348
 Niewiadomska Ewelina 115, 119, 347

Nowakowska Aleksandra 203, 347

Nowakowska Katarzyna 67, 347

Nurzyńska Iwona 250, 357

O

Obuchowski Kazimierz 148, 347

O'Dea Jennifer 285, 347

Ogińska-Bulik Nina 232, 271, 289, 347

Olchanowski Tomasz 136, 347

Olivardia Roberto 165, 349

Oliver Kimberly 292, 347

Olson Josephine 82, 89, 336

Olszańska Karolina 138, 139, 350

Opieczyńska Anna 95, 347

Ostaszewska Aneta 98, 348

Ostrowska Anna 292, 352

Overstreet Nicole 206, 348

Oyster Carol 112, 348

P

Paakkari Leena 288, 348

Paakkari Olli 288, 348

Palka Katarzyna 251, 348

Palka Stanisław 166, 170, 348, 352, 359

Pancer Mark 85, 348

Panience Rebecca 85, 339

Papacharissi Zizi 134, 346

Papież Jan 157, 348

Pawełek Katarzyna 250, 348

Pawlica Beata 93, 100, 336, 348

Pawłowski Bogusław 79, 80, 81, 84, 85,
86, 87, 88, 89, 90, 91, 212, 215, 216, 334,
348, 351, 353

Paxton Susan 217, 218, 348

Pearl Sharrona 134, 349

Perkins Rebecca 285, 353

Peter Jochen 113, 356

Peters Marianne 84, 349

Pettem Odette 65, 336

Phillips Katharine 165, 349

Piątek Katarzyna 76, 273, 330

Pickett Phillip 159, 349

Pilch Tadeusz 167, 170, 172, 250, 344,
349

Pinkus Rebecca 216, 335

Piorunek Magdalena 154, 349

Piran Niva 165, 343

Pisarek Walery 116, 330

Pleszczyński Jan 105, 349

Pluhar Emily 216, 344

Podgórska Joanna 126, 349

Pomieciński Adam 75, 78, 349

Poorani Ali 15, 165, 349

Pope Harrison 136, 165, 349

Presnell Katherine 73, 353

Pruzinsky Thomas 16, 62, 67, 71, 75, 75,
281, 285, 332, 341, 342, 343, 355

Przetacznik-Gierowska Maria 141, 349

Przywara Barbara 130, 349

Pyżalski Jacek 108, 112, 113, 114, 115,
117, 118, 120, 156, 346, 349

Q

Quinn Diane 206, 348

Qureshi Mueez 140, 329

R

Rabe-Jabłońska Jolanta 92, 350

Radlińska Helena 20, 21, 350

Radoszewska Joanna 89, 90, 350

Radziewicz-Winnicki Andrzej 105, 106,
350

- Rakchkovskaya Liya 217, 350
 Reilly Andres 86, 351
 Renzaho Andre 206, 350
 Renzetti Claire 275, 350
 Rheingold Howard 111, 350
 Rhodes Ghodes 84, 350
 Rhodes Gillian 84, 349
 Ricciardelli Lina 212, 332
 Rich Melissa 85, 350
 Richards Helen 213, 338
 Roald Helge 165, 356
 Rodgers Rachel 216, 344
 Rodin Judith 205, 350
 Rogers Mary 100, 350
 Rosen Christopher 129, 350
 Roter Adam 138, 139, 350
 Rozmus-Wrzesińska Małgorzata 87, 88,
 89, 90, 91, 215, 216, 351
 Rubacha Krzysztof 172, 351
 Rubenstein Adam 80, 342
 Rucker Clifford 205, 351
 Rudnicki Seweryn 12, 127, 351
 Rudy-Muża Monika 51, 351
 Runac Rachel 140, 329
 Russell Gerald 91, 336
 Russell June 82, 89, 352
 Rybicka-Klimczyk Adriana 15, 16, 70,
 71, 74, 224, 273, 332
- S**
- Safko Lon 114, 115, 120, 351
 Sakson-Obada Olga 35, 58, 59, 61, 63,
 65, 67, 69, 70, 71, 72, 74, 76, 77, 280,
 346, 351
 Salska Irmina 86, 351
 Sanderson Catherine 232, 351
 Schilder Paul 66, 91, 351
 Schmalt Heinz-Dieter 87, 351
 Schmidt Lucinda 158, 159, 351
 Shamblen Stephen 85, 86, 333
 Shaw Heather 165, 353
 Shepherd Sarah 165, 338
 Sherwood Penny 81, 352
 Shilling Chris 14, 25, 26, 35, 36, 37, 40,
 61, 96, 98, 351
 Shontz Franklin 57, 352
 Siemieniecki Bronisław 68, 105, 109,
 110, 114, 352
 Siemińska Renata 68, 352
 Sieradzan Jacek 136, 347
 Simmons Leigh 84, 349
 Singh Devendra 87, 216, 352
 Sitnikov Lilya 217, 337
 Skalski Tomasz 93, 99, 341
 Skolleborg Knut 165, 356
 Skulicz Danuta 170, 352
 Slade Peter 91, 352
 Slater Alan 81, 339, 352
 Slevin James 111, 352
 Słowska Zofia 292, 352
 Smith Jane Ellen 284, 339
 Smolak Linda 217, 284, 285, 343, 352
 Sokolik Maria 55, 352
 Sokołowska Maria 289, 352
 Sontag Susan 139, 352
 Sørensen Kristine 288, 353
 Sorokowski Piotr 85, 86, 352, 353
 Sosnowska Danuta 69, 353
 Spangler Diane 73, 353
 Spitzer Manfred 158, 353
 Sprecher Susan 82, 339
 Springer Elizabeth 285, 353

- Srinivasan Sathanur 207, 331
 Stacey Margaret 96, 353
 Stein Jonathan 217, 285, 342, 352
 Steinmetz Kathy 158, 353
 Stice Eric 73, 165, 217, 273, 353, 355
 Strachan Mellisa 285, 332
 Strangelove Michael 186, 353
 Strauss Anselm 56, 342, 353
 Suchodolski Bogdan 30, 354
 Sugarman Alan 61, 354
 Swami Viren 205, 354
 Syrek Ewa 20, 21, 24, 164, 230, 354
 Szczepankiewicz Maciej 120, 354
 Szczepański Marek Stanisław 99, 100, 336, 354
 Szmajke Andrzej 88, 355
 Szymd Jan 23, 355
 Szpakowska Małgorzata 31, 33, 330, 335
 Szpunar Magdalena 39, 69, 127, 130, 134, 139, 140, 200, 355
 Sztompka Piotr 45, 47, 107, 108, 110, 111, 125, 126, 128, 132, 187, 188, 273, 331, 341, 346, 352, 355
 Sztumski Janusz 170, 355
- Ś**
 Ślęzak-Tazbir Weronika 99, 354
 Śliwerski Bogusław 23, 95, 345, 355
 Świda-Ziemia Hanna 155, 355
- T**
 Tan Tina 87, 336
 Tantleff-Dunn Stacey 77, 91, 92, 329, 355
 Taylor Barr 285, 353
 Taylor Paul 157, 355
 Tejera de Meer Manuel 79, 355
- Thompson J. Kevin 91, 92, 165, 212, 217, 332, 333, 355
 Tiggemann Marika 72, 74, 75, 94, 217, 218, 338, 355, 356
 Tischner Józef 19, 356
 Tobiasz-Adamczyk Beata 232, 244, 356
 Toczyski Piotr 113, 114, 115, 356
 Tovee Martin 205, 212, 354, 356
 Turner Anthony 157, 356
 Turner Bryan 25, 35, 37, 38, 335, 356
 Turner Jonathan 66, 356
 Turner Rhiannon 44, 48, 49, 56, 81, 82, 83, 84, 333, 356
 Twenge Jean 157, 158, 161, 356
- V**
 Valkenburg Patti 113, 356
 van den Broucke Stephan 228, 353
 van der Vaart Rosalie 288, 356
 van Dijk Jan 117, 356
 Vartanian Lenny 216, 335
 Vaughan Kimberley 283, 336
 Von Soest Tilmann 165, 356
- W**
 Walesiak Marek 170, 346
 Wallace Patricia 113, 197, 357
 Warren Courtney 217, 350
 Warszawska Natalia 60, 357
 Warwas Izabela 158, 357
 Wasylewicz Magdalena 60, 357
 Weiss Otmar 19, 357
 West Malcolm 65, 336
 White Kamila 89, 165, 341
 Wieczorkiewicz Anna 14, 357
 Wiktorowicz Justyna 158, 357

- Wilcox Sara 217, 357
Wilkin Jerzy 250, 357
Winefield Anthony 94, 355
Winefield Helen 94, 355
Winzelberg Andrew 285, 353
Wiśniewska Lidia Anna 25, 357
Witherington David 284, 339
Witkowski Lech 145, 357
Wojciszke Bogdan 43, 49, 81, 82, 84, 183,
358
Wolf Naomi 71, 72, 75, 227, 228, 358
Wosińska Wilhelmina 44, 49, 81, 90,
282, 357, 358
Woynarowska Barbara 19, 20, 141, 286,
289, 352, 357, 358
Wójtewicz Anna 27, 29, 31, 32, 38, 39,
163, 230, 286, 287, 358
Wright Sam 165, 338
Wrońska Marta 14, 25, 61, 96, 127, 351,
358
Wycisk Joanna 65, 358
Wysocka Ewa 60, 156, 167, 358
- Z**
Zaczyński Władysław 172, 359
Zakrzewska Emilia 75, 359
Zaręba Ewa 166, 359
Zarębska-Mazan Agnieszka 99, 100,
336, 354
Zawadzka Bożena 20, 21, 250, 342, 354,
359
Ziółkowska Beata 244, 359
Znaniński Florian 12, 13, 359
- Ż**
Żuk Piotr 109, 359

Spis tabel, wykresów i rysunków

- Tabela 1.** Periodyzacja rozwoju człowieka 142
- Tabela 2.** Podział życia człowieka na etapy w koncepcji E.H. Eriksona i D.J. Levinsona 143
- Tabela 3.** Okresy przejściowe w okresie wczesnej dorosłości w koncepcji D.J. Levinsona 146
- Tabela 4.** Charakterystyka wczesnej dorosłości według R.J. Havighursta, E. Eriksona, D.J. Levinsona 147
- Tabela 5.** Wymiary dojrzałości psychicznej według Z. Chlewińskiego 148
- Tabela 6.** Podział pokoleń według wybranych autorów 157
- Tabela 7.** Operacjonalizacja zmiennych 169
- Tabela 8.** Podział próby badawczej ze względu na płeć 174
- Tabela 9.** Podział próby badawczej ze względu na wiek 174
- Tabela 10.** Podział próby badawczej ze względu na miejsce pochodzenia 175
- Tabela 11.** Podział próby badawczej ze względu na wykształcenie matki 176
- Tabela 12.** Podział próby badawczej ze względu na wykształcenie ojca 177
- Tabela 13.** Podział próby badawczej ze względu na pozycję materialną 178
- Tabela 14.** Ocena znaczenia wizerunku respondentów w mediach społecznościowych 189
- Tabela 15.** Opinia badanych na temat znaczenia dużej liczby pozytywnych reakcji i komentarzy na zachowania względem własnego ciała i zewnętrznego wizerunku 192
- Tabela 16.** Opinia badanych na temat znaczenia dużej liczby znajomych i osób obserwujących profil na zachowania względem własnego ciała i zewnętrznego wizerunku 193
- Tabela 17.** Zgodność respondentów z poszczególnymi opiniami 195
- Tabela 18.** Częstotliwość przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób 199

- Tabela 19.** Częstość publikacji określonych rodzajów zdjęć na portalach społecznościowych 202
- Tabela 20.** Przejawianie określonych zachowań związanych z publikacją zdjęć na portalach społecznościowych 204
- Tabela 21.** Interpretacja dla testu sylwetek 207
- Tabela 22.** Preferencje badanych kobiet w zakresie idealnego ciała kobiecego [w %] 208
- Tabela 23.** Preferencje badanych mężczyzn w zakresie idealnego ciała męskiego [w %] 214
- Tabela 24.** Samoocena ciała dokonana przez kobiety 219
- Tabela 25.** Samoocena ciała dokonana przez mężczyzn 221
- Tabela 26.** Częstość podejmowania wybranych działań w celu poprawy swojego wyglądu 226
- Tabela 27.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy autoprezentacją badanych w mediach społecznościowych a płcią 233
- Tabela 28.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o częstość przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób a płcią 235
- Tabela 29.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o częstość publikacji na portalach społecznościowych zdjęć określonego rodzaju a płcią 236
- Tabela 30.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o przejawianie podanych zachowań związanych z publikacją swoich zdjęć na portalach społecznościowych a płcią 237
- Tabela 31.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o wzorowanie się na kimś w kwestii wyglądu zewnętrznego a płcią 240
- Tabela 32.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o częstość podejmowania określonych zachowań w celu poprawy swojego wyglądu a płcią 241
- Tabela 33.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o porównywanie się z innymi osobami na portalach społecznościowych a płcią 243
- Tabela 34.** Wyniki korelacji tau Kendalla – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o częstość przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób a wiekiem 246

- Tabela 35.** Wyniki korelacji tau Kendalla – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o częstotliwość publikowania na portalach społecznościowych zdjęć określonego rodzaju a wiekiem 247
- Tabela 36.** Wyniki korelacji tau Kendalla – zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi w pytaniu o porównywanie swojego ciała z ciałami innych użytkowników mediów społecznościowych a wiekiem 249
- Tabela 37.** Wyniki testu post-hoc Kruskala-Wallisa dotyczące autoprezentacji badanych w mediach społecznościowych w relacji do miejsca pochodzenia 252
- Tabela 38.** Wyniki testu H Kruskala-Wallisa dotyczące zależności pomiędzy samooceną poszczególnych elementów ciała a miejscem pochodzenia 254
- Tabela 39.** Wyniki testu post-hoc Kruskala-Wallisa dla stwierdzenia o porównywaniu swojego ciała z osobami w dobrej kondycji fizycznej obserwowanymi w social mediach w zależności od miejsca pochodzenia 255
- Tabela 40.** Wyniki korelacji tau Kendalla – zależności pomiędzy autoprezentacją badanych w mediach społecznościowych a wykształceniem rodziców 257
- Tabela 41.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o przejawianie podanych zachowań związanych z publikacją swoich zdjęć na portalach w zależności od wykształcenia rodziców 259
- Tabela 42.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o samoocenę ciała w zależności od wykształcenia rodziców 260
- Tabela 43.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o wzorowanie się na innych osobach w kwestii wyglądu zewnętrznego w zależności od wykształcenia rodziców 261
- Tabela 44.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o zachowania mające na celu poprawę wyglądu zewnętrznego w zależności od wykształcenia rodziców 262
- Tabela 45.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o porównywanie się z innymi w kwestii wyglądu fizycznego w zależności od wykształcenia rodziców 263
- Tabela 46.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o publikowanie w mediach społecznościowych określonego rodzaju zdjęć w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 266
- Tabela 47.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o zachowania związane z publikacją swoich zdjęć na portalu społecznościowym w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 267

- Tabela 48.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o ocenę ciała w zależności od subiektywnej oceny swojej pozycji materialnej 268
- Tabela 49.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o porównywanie się z innymi w kwestii wyglądu fizycznego w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 270
- Tabela 50.** Częstotliwość korzystania z wybranych mediów społecznościowych 305
- Tabela 51.** Statystyki opisowe dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość korzystania z mediów społecznościowych 306
- Tabela 52.** Zsumowany czas spędzany na portalach społecznościowych w ciągu dnia w tygodniu i w dni wolne od pracy 306
- Tabela 53.** Statystyki opisowe dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób 306
- Tabela 54.** Statystyki opisowe dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość publikacji określonego rodzaju zdjęć na portalach społecznościowych 307
- Tabela 55.** Statystyki opisowe dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość podejmowania działań w celu poprawy swojego wyglądu 308
- Tabela 56.** Statystyki opisowe dla znaczenia wizerunku w mediach społecznościowych ze względu na płeć 308
- Tabela 57.** Statystyki opisowe dla częstotliwości publikowania na portalach społecznościowych zdjęć określonego rodzaju w zależności od płci 309
- Tabela 58.** Statystyki opisowe dla częstotliwości przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób w zależności od płci 310
- Tabela 59.** Statystyki opisowe dla przejawiania określonych zachowań związanych z publikacją swoich zdjęć na portalach społecznościowych w zależności od płci 311
- Tabela 60.** Wyniki testu U Manna-Whitneya – zależności pomiędzy oceną poszczególnych elementów swojego ciała a płcią 312
- Tabela 61.** Statystyki opisowe dla wzorowania się na innych osobach w kwestii wyglądu zewnętrznego w zależności od płci 312
- Tabela 62.** Statystyki opisowe dla częstotliwości podejmowania określonych zachowań w celu poprawy swojego wyglądu w zależności od płci 313
- Tabela 63.** Statystyki opisowe dla porównywania się z innymi osobami na portalach społecznościowych w zależności od płci 314
- Tabela 64.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób w zależności od wieku 314

- Tabela 65.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o przejawianie podanych zachowań związanych z publikacją swoich zdjęć na portalach społecznościowych w zależności od wieku 315
- Tabela 66.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o odczucia związane z poszczególnymi elementami własnego ciała w zależności od wieku 315
- Tabela 67.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o wzorowanie się na innych osobach w kwestii wyglądu zewnętrznego w zależności od wieku 316
- Tabela 68.** Wyniki korelacji tau Kendalla dla zmiennych zawartych w pytaniu o częstotliwość podejmowania określonych zachowań mających na celu poprawę swojego wyglądu w zależności od wieku 316
- Tabela 69.** Statystyki opisowe dotyczące autoprezentacji badanych w mediach społecznościowych w relacji do miejsca pochodzenia 317
- Tabela 70.** Wyniki testu H Kruskala–Wallisa dotyczące zależności pomiędzy zmiennymi zawartymi z pytania o przejawianie określonych zachowań związanych z publikacją swoich zdjęć na portalach społecznościowych a miejscem pochodzenia 317
- Tabela 71.** Wyniki testu post-hoc Kruskala–Wallisa dla pytania o zwracanie uwagi na to, czy na publikowanych zdjęciach osoba wygląda szczupło/muskularnie w zależności od miejsca pochodzenia 318
- Tabela 72.** Statystyki opisowe dla pytania o zwracanie uwagi na to, czy na publikowanych zdjęciach osoba wygląda szczupło/muskularnie w zależności od miejsca pochodzenia 318
- Tabela 73.** Wyniki testu post-hoc Kruskala Wallisa dla samooceny włosów w zależności od miejsca pochodzenia 318
- Tabela 74.** Statystyki opisowe samooceny włosów w zależności od miejsca pochodzenia 319
- Tabela 75.** Statystyki opisowe dla stwierdzenia o porównywaniu swojego ciała z osobami w dobrej kondycji fizycznej obserwowanymi w social mediach w zależności od miejsca pochodzenia 319
- Tabela 76.** Wyniki korelacji tau Kendalla pomiędzy publikowaniem na portalach społecznościowych zdjęć określonego rodzaju a wykształceniem rodziców 319
- Tabela 77.** Wyniki korelacji tau Kendalla pomiędzy częstotliwością przedstawiania swojej osoby na portalach społecznościowych w określony sposób a subiektywną oceną własnej pozycji materialnej 323

Tabela 78. Wyniki korelacji tau Kendalla pomiędzy wzorowaniem się w kwestii wyglądu zewnętrznego na innych osobach a subiektywną oceną własnej pozycji materialnej 327

Wykres 1. Podział próby badawczej ze względu na płeć 174

Wykres 2. Podział próby badawczej ze względu na wiek 175

Wykres 3. Podział próby badawczej ze względu na miejsce pochodzenia 176

Wykres 4. Podział próby badawczej ze względu na wykształcenie rodziców 177

Wykres 5. Podział próby badawczej ze względu na pozycję materialną 178

Wykres 6. Częstotliwość korzystania z mediów społecznościowych 185

Wykres 7. Zsumowany czas spędzany na portalach społecznościowych w ciągu dnia w tygodniu i w dni wolne od pracy 187

Rysunek 1. Test sylwetek – kobiety 207

Rysunek 2. Test sylwetek – mężczyźni 213

Rysunek 3. Średnia i odchylenie standardowe dla stwierdzenia o nieudostępnianiu zdjęć, na których osoba w swojej ocenie wygląda nieatrakcyjnie, w zależności od wykształcenia ojca 320

Rysunek 4. Średnia i odchylenie standardowe dla stwierdzenia o nieudostępnianiu zdjęć, na których osoba w swojej ocenie wygląda nieatrakcyjnie, w zależności od wykształcenia rodziców razem 320

Rysunek 5. Średnia i odchylenie standardowe dla pytania o zależność pomiędzy stosowaniem niskokalorycznej diety a wykształceniem matki 321

Rysunek 6. Średnia i odchylenie standardowe dla pytania o zależność pomiędzy stosowaniem niskokalorycznej diety a wykształceniem rodziców 321

Rysunek 7. Średnia i odchylenie standardowe dla pytania o zależność pomiędzy korzystaniem z usług fryzjera i/lub kosmetyczki a wykształceniem ojca 322

Rysunek 8. Średnia i odchylenie standardowe dla pytania o zależność pomiędzy korzystaniem z usług fryzjera i/lub kosmetyczki a wykształceniem rodziców 322

Rysunek 9. Średnia i odchylenie standardowe samooceny budowy ciała w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 323

Rysunek 10. Średnia i odchylenie standardowe samooceny twarzy w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 324

- Rysunek 11.** Średnia i odchylenie standardowe samooceny szerokości ramion w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 324
- Rysunek 12.** Średnia i odchylenie standardowe samooceny klatki piersiowej/biustu w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 325
- Rysunek 13.** Średnia i odchylenie standardowe samooceny brzucha w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 325
- Rysunek 14.** Średnia i odchylenie standardowe samooceny bioder w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 326
- Rysunek 15.** Średnia i odchylenie standardowe samooceny nóg w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej respondentów 326
- Rysunek 16.** Średnia i odchylenie standardowe dla korzystania z solarium w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 327
- Rysunek 17.** Średnia i odchylenie standardowe dla spożywania suplementów diety służących poprawie wyglądu w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 328
- Rysunek 18.** Średnia i odchylenie standardowe dla chodzenia do fryzjera i/lub kosmetyczki w zależności od subiektywnej oceny własnej pozycji materialnej 328

Die Bedeutung der Sozialen Medien für das Selbstwertgefühl und die Einstellung zum Körperbild junger Erwachsener Eine sozialpädagogische Perspektive

Zusammenfassung

Die Monografie besteht aus insgesamt neun Kapiteln, von denen die ersten sechs eine theoretische Grundlage für die eigenen Untersuchungen bilden. Im ersten Kapitel werden Überlegungen zum Körper aus der sozialwissenschaftlichen Perspektive und verschiedene Arten von Körperwahrnehmung bzw. Betrachtung der menschlichen Körperlichkeit im philosophischen Denken sowie die Bedeutung des kulturellen und sozialen Kontextes für das Erscheinungsbild des Körpers, körperbezogene Praktiken und dessen gesellschaftliche Bewertung dargestellt. Darüber hinaus wird darin auf die Entwicklung und den Stellenwert der Körperlichkeit in der Soziologie, Pädagogik und Psychologie eingegangen. Im folgenden Kapitel wird die Bedeutung der eigenen Körperlichkeit für den Menschen im Zusammenhang mit seiner Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erörtert. Der Schwerpunkt der Betrachtung liegt dabei auf dem Begriff und Formungsprozess des eigenen *Selbst* und des Selbstbildes sowie auf dem *Körper selbst* als Grundlage der menschlichen Identität. Im Hinblick auf die Entwicklung der körperlichen Identität wird die Rolle der Beziehungen zu wichtigen Bezugspersonen sowie der Einfluss von Populärkultur und Massenmedien auf diesen Prozess hervorgehoben. Das dritte Kapitel widmet sich der Bedeutung der körperlichen Attraktivität in der modernen Kultur. Im Mittelpunkt des Interesses steht die Beschreibung von Determinanten der körperlichen Attraktivität, die oft auf der menschlichen Evolution und Biologie fußen, aber auch soziokulturell bedingt sind. Außerdem wird auf die derzeit am häufigsten getroffenen Maßnahmen zur Steigerung der Attraktivität des eigenen Körpers hingewiesen. Die nächsten beiden Kapitel beziehen sich auf den Raum des Internets und der Sozialen Medien, die unter anderem durch die Darstellung der Bilder von idealen Körpern einen starken Einfluss auf deren Nutzer ausüben, der von den Empfängern der Botschaften unbewusst internationalisiert wird. Einerseits vergleichen die Internetnutzer das Aussehen ihres eigenen Körpers mit den dargestellten Vorbildern, andererseits kreieren sie ihr eigenes, möglichst attraktives Online-Image. Dabei werden die modernen digitalen Möglichkeiten von Selbstkreierung und Aufbau des Online-Images in den sozialen Netzwerken unter die Lupe genommen. Des Weiteren wird das heutzutage häufige Phänomen des digitalen Narzissmus geschildert. Der theoretische Teil der Arbeit schließt mit einer Charakteristik von jungen Erwachsenen, die Objekt der durchgeführten Analyse waren. Das siebte Kapitel beschreibt die methodische Grundlage der eigenen, diagnose- und verifikationsorientierten Untersuchungen, die an einer Stichprobe von 493 Probanden mittels eines selbsterstellten Online-Fragebogens durchgeführt wurden. Ziel der Untersuchungen war es, die Bedeutung der Sozialen Medien für das Selbstwertgefühl, die Art der Online-Selbstdarstellung und die Einstellung junger Erwachsener zum Körperbild zu ermitteln. Im achten Kapitel werden die diagnostischen Ergebnisse der

durchgeführten Untersuchungen und im neunten – die Resultate der Verifikationsanalyse von angenommenen Forschungshypothesen präsentiert. Abschließend werden die Schlussfolgerungen aus den durchgeführten Untersuchungen dargestellt und einige Hinweise für Bildungs-, Erziehungs- und Präventionsmaßnahmen gegeben. Dabei wird betont, wie wichtig es ist, von Kindheit an ein starkes *Körperselbst* und einen inneren Kontrollmechanismus zu entwickeln, und auf die Bedeutung der Prävention von Körperbildstörungen, psychoedukativer Interventionen sowie auf die Rolle der Gesundheitserziehung im Zusammenhang mit den behandelten Forschungsfragen hingewiesen. Die Arbeit schließt mit einer Reflexion und Frage, ob und, wenn ja, inwieweit Soziale Medien zu einem Instrument der Gesundheitserziehung und -förderung im Sinne einer konstruktiven Einstellung zum eigenen Körper werden können.

The importance of social media for young adults' self-esteem and body image behaviors A socio-pedagogical perspective

Summary

The monograph consists of nine chapters, the initial six of which provide the theoretical foundation for the conducted study. The first chapter includes a consideration of the body in the social sciences, presents various ways of perceiving the body and understanding the meaning of human corporeality in philosophical thought, as well as the importance of the cultural and social context for the appearance of the body, practices relating to the body and its social evaluation. The chapter also presents the development and the locus of corporeality in sociology, pedagogy and psychology. The next chapter discusses the importance of one's corporeality in the context of their participation in the social life. Considerations include the concept and formation of one's own self and self-image, and the corporeal self as the basis of human identity. In the context of the formation of corporeal identity, the role of relationships with significant others has been highlighted, as well as the influence of popular culture and mass media in this process. The third chapter of the study is devoted to describing the importance of physical attractiveness in contemporary culture. The focus here is on describing the determinants of physical attractiveness, which often have their basis and justification in human evolution and biology, but also in socio-cultural conditions. Moreover, the chapter points out the most common current efforts to improve the attractiveness of one's own body. The next two chapters refer to the Internet space and the social media, which exert a strong influence on their users through, among other things, the presentation of images of ideal bodies, which is unconsciously internalized by the recipients of these messages. On the one hand, Internet users make comparisons between their own bodies and the appearance of the models, and on the other hand, they create their own idealized self-image online. The chapter, therefore, emphasizes modern digital possibilities of self-creation and creation of an e-image on social media. It also touches upon the common contemporary phenomenon of digital narcissism. The theoretical part of the study concludes with the characteristics of young adults, who constitute the research sample in the research analyses undertaken. The seventh chapter describes the methodological basis of the author's own research, a diagnostic-verification study. The research was conducted on a sample of 493 respondents via an online, proprietary survey questionnaire. The purpose of the research undertaken was to diagnose the importance of social media for self-esteem, modes of online self-presentation and body image behavior of young adults. Chapter eight presents the diagnostic results of the conducted research, while chapter nine presents the results of the verification analysis of the adopted research hypotheses. In conclusion, the conclusions of the research are presented, along with indications for educational and preventive measures. The importance of forming a strong bodily Self and an internal locus of control from an early age is emphasized

here, as well as the need for prevention of body image disorders, psycho-educational interventions and the role of health education in the context of the research topic undertaken in the study. The paper concludes with a reflection and the question whether, and if so, to what extent can social media become a tool for health education and health promotion in terms of constructive attitudes towards one's own body?

Redakcja
Katarzyna Więckowska

Autor zdjęcia na I stronie okładki
Edar z pixabay.com

Projekt okładki
Tomasz Tomczuk

Korekta
Adriana Szaforz

Łamanie
Ireneusz Olsza


Redaktor inicjujący
Przemysław Pieniążek

Nota copyrightowa obowiązująca do 30.06.2024
Copyright © 2023 by Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
Wszelkie prawa zastrzeżone

Sprzysiamy otwartej nauce. Od 1.07.2024 publikacja dostępna na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-SA 4.0)



Wersja elektroniczna monografii zostanie opublikowana w formule wolnego dostępu
w Repozytorium Uniwersytetu Śląskiego www.rebus.us.edu.pl

 <https://orcid.org/0000-0001-5907-7836>
Leksy, Karina
Znaczenie mediów społecznościowych dla samooceny
i zachowań związanych z wyglądem ciała młodych
dorosłych : perspektywa społeczno-pedagogiczna /
Karina Leksy. Wydanie I. - Katowice : Wydawnictwo
Uniwersytetu Śląskiego, 2023

DOI <https://doi.org/10.31261/PN.4159>

ISBN 978-83-226-4281-8

(wersja drukowana)

ISBN 978-83-226-4282-5

(wersja elektroniczna)

Wydawca
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice
www.wydawnictwo.us.edu.pl
e-mail: wydawnictwo@us.edu.pl

Druk i oprawa
volumina.pl Sp. z o.o.
ul. Księcia Witolda 7-9
71-063 Szczecin

Wydanie I. Ark. druk. 24,0. Ark. wyd. 25,0.
Papier Munken Polar 100 g. PN 4159. Cena 99,90 zł (w tym VAT).