

**Wyzwania i problemy społeczeństwa  
w XXI wieku. Tom I**



# **Wyzwania i problemy społeczeństwa w XXI wieku. Tom I**

Redakcja:  
Ewelina Chodźko  
Kamila Talarek

Lublin 2020

**Wydawnictwo Naukowe TYGIEL składa serdecznie podziękowania  
dla zespołu Recenzentów za zaangażowanie w dokonane recenzje  
oraz merytoryczne wskazówki dla Autorów.**

**Recenzentami niniejszej monografii byli:**

- dr hab. Marek Florek
- dr hab. Jerzy Kosiński
- dr hab. Zbigniew Osiński
- dr hab. Marek Nowak, prof. UAM
- dr hab. Katarzyna Smyk, prof. UMCS
- dr hab. Anna Wojnarska, prof. UMCS
- dr hab. inż. Magdalena Wyrwicka, prof. PP
- dr Małgorzata Flaga
- dr inż. Agnieszka Grzelczak
- dr n. praw. Łukasz B. Pilarz
- dr Agnieszka Roguska
- dr Iwona Sikorska
- dr Anna Szwed-Walczak
- dr Rafał Wawer
- dr Katarzyna Wołk
- dr inż. Wioletta Wróblewska

Wszystkie opublikowane rozdziały otrzymały pozytywne recenzje.

Skład i łamanie:  
Monika Maciąg

Projekt okładki:  
Marcin Szklarczyk

Korekta:  
Agata Maciąg

© Copyright by Wydawnictwo Naukowe TYGIEL sp. z o.o.

ISBN 978-83-66489-26-4

Wydawca:  
Wydawnictwo Naukowe TYGIEL sp. z o.o.  
ul. Głowackiego 35/341, 20-060 Lublin  
[www.wydawnictwo-tygiel.pl](http://www.wydawnictwo-tygiel.pl)

## Spis treści

Michał Podgórski <i>Powrót do korzeni – szanse i zagrożenia dla społeczeństw XXI wieku w procesie odradzania się tożsamości</i> .....	7
Artur Kuchciński <i>Instytucje otoczenia biznesu we wspieraniu mikroprzedsiębiorstw na przykładzie województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego</i> .....	20
Dorota Walentek <i>Praca zdalna – oczekiwania przedstawicieli pokolenia Z przed wybuchem pandemii COVID-19</i> .....	30
Elżbieta Januszewska <i>Zmęczenie przewlekłe zagrożeniem współczesnej młodzieży</i> .....	43
Elżbieta Januszewska, Andrzej Januszewski <i>Lęki i zamartwianie się u współczesnych nastolatków</i> .....	61
Andrzej Januszewski <i>Trauma wywołana przemocą wobec dziecka. Rodzaje, skutki i propozycje terapeutyczne</i> .....	78
Elżbieta Januszewska <i>Depresja, osamotnienie a przeżyta trauma u dzieci i młodzieży</i> .....	97
Monika Górna <i>Proces skrócony przed biskupem w świetle reformy procesu małżeńskiego z 2015 roku</i> .....	118
Krzysztof Smoliński <i>Elementy koherencji w architekturze XXI wieku</i> .....	127
Joanna Olenderek <i>Problematyka życia w mieście w XXI wieku na przykładzie Łodzi</i> .....	137
Karolina Rybak <i>Polskie społeczeństwo w perspektywie zmian globalizacyjnych na świecie</i> .....	151
Wojciech Szymalski <i>Czy zmierzamy w kierunku zrównoważonej mobilności? Ocena na podstawie 15 lat badań w ramach Barometru Warszawskiego</i> .....	164

Jan Czaja	
<i>Kultura globalna i jej wpływ na społeczności i tożsamości lokalne. Globalizacja w wymiarze kulturowym: kultura globalna.....</i>	175
Dominik Jaśkowiec	
<i>Protesty społeczne syndromu NIMBY jako wyzwanie dla społeczeństwa w XXI wieku .....</i>	192
Patryk Wołosz, Andrzej Nowosad, Umit Turanli	
<i>Internet – dobro wspólne z ograniczeniami .....</i>	200
Wiktoria Smółkowska	
<i>Phubbing – gdy smartfon staje się ważniejszy od człowieka. Przegląd badań .....</i>	224
Paulina Pukin, Radosław Kułak	
<i>Mobilność siły roboczej w Unii Europejskiej.....</i>	242
Aleksandra Dudzińska, Ines Figielus, Krzysztof Jan Jakubski, Jakub Trzyszka, Natalia Woźniak, Wiktoria Wyszomirska	
<i>Ciemne strony cyberprzestrzeni – wybrane aspekty .....</i>	250
Paulina Mularczyk, Piotr Mendak	
<i>Bezpieczeństwo młodzieży w mediach w świetle badań ankietowych.....</i>	293
Indeks autorów.....	315

## **Powrót do korzeni – szanse i zagrożenia dla społeczeństw XXI wieku w procesie odradzania się tożsamości**

### **1. Wstęp**

Spółeczeństwo XXI wieku wykazuje specyficzne cechy, nieznanne wcześniej ludzkości. Odpowiadając na wyzwania związane z postęmem technologicznym, rozwojem nowych środków komunikowania i przemieszczania się, a także ze zjawiskiem globalizacji, ludzkość zmuszona jest w tempie bardziej dynamicznym niż dotychczas, dostosować się do nowych realiów. Zmiany w strukturze i kształcie społeczeństwa, jego wewnętrznych relacjach, nigdy jeszcze nie zachodziły tak gwałtownie. Społeczeństwa, a w szczególności te należące do Europy Zachodniej, musiały dostosować się do tych zmian i w różny sposób reagują na wyzwania współczesnego świata. Ludzie zamieszkujący terytoria od stuleci spójne etnicznie, zostali wystawieni na próbę zmierzenia się z falą migracji, czego konsekwencją stał się m.in. multikulturalizm. Jedną z reakcji grup społecznych na postępującą globalizację i wielokulturowość może być odwołanie się do własnej, tradycyjnej tożsamości kulturowej, przez próbę odpowiedzi na pytania, kim jestem i do jakiej grupy należę, a następnie utożsamienie się z daną grupą. Reakcja ta, cechująca w szczególności ludzi młodych, zagubionych w nowej rzeczywistości, skutkować może chęcią powrotu do korzeni, odnalezienia wartości w poczuciu przynależności do tradycyjnych ram kulturowych, zakreślonych na przykład przez narodowość czy wspólnotę religijną, w dalszej zaś perspektywie przez cywilizację.

W niniejszej pracy, autor stara się zilustrować obraz społeczeństwa XXI wieku, ze szczególnym uwzględnieniem państw Unii Europejskiej, opisując wyzwania, jakie stawia przed nimi współczesny świat. Analizując teoretyczne aspekty związane z tożsamością kulturową, stara się powiązać te zagadnienia z reakcjami, które zaobserwować można we współczesnej Europie. Skupiając w szczególności uwagę na problemie globalizacji oraz dynamicznej, masowej migracji i podążającej za nią wymiany cywilizacyjnej i kulturowej oraz charakterystycznej na nie odpowiedzi w postaci poszukiwania własnej tożsamości przez zbiorowości, objawiającej się w tak zwanym powrocie do starych, sprawdzonych identyfikacji, na przykład narodowych czy regionalnych, stara się odpowiedzieć na pytanie o szanse i zagrożenia związane z tym zjawiskiem, w kontekście kształtowania się społeczeństw. Tego typu analiza nie jest nazbyt często podejmowana i warto przyjrzeć się tym zagadnieniom, aby poprawnie zidentyfikować problemy, z jakimi obecnie mierzą się społeczności europejskie. Ocena krytyczna zjawiska powrotu do korzeni przeprowadzona została metodą jakościową, na przykładzie zachowań społeczności lokalnych wybranych państw i regionów Europy oraz teoretycznej analizie opracowań podejmujących

---

<sup>1</sup> michal.t.podgorski@gmail.com, badacz niezależny, absolwent Wydziału Prawa i Administracji na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie, mgr prawa.

problematykę tożsamości zbiorowych. Uwzględnione zostały zróżnicowane typy reakcji społecznych na zmieniającą się rzeczywistość i strukturę demograficzną i etniczną. Sformułowane wnioski stanowią próbę odpowiedzi na pytanie o wpływ powrotu do korzeni kulturowych na kształt, rozwój i kondycję cywilizacyjną danego społeczeństwa.

## **2. Obraz społeczeństwa XXI wieku – wyzwania współczesnego świata**

### **2.1. Globalizacja**

Jednym z najbardziej charakterystycznych dla współczesnego świata zjawisk jest globalizacja, będąca zarówno czynnikiem pozytywnym, wspomagającym rozwój państw i społeczeństw, jak i wyzwaniem, a niekiedy problemem i zagrożeniem. Pojęcie globalizacji pojawia się w wielu dziedzinach życia i w zależności od perspektywy jest różnie definiowane. Według definicji Rolanda Robertsona, globalizacją nazywamy „proces poprzez który świat staje się w coraz większym stopniu jednym wspólnym miejscem” [1]. W świetle innej definicji, istotnej z punktu widzenia nauk społecznych, jest to proces historyczny poprzez który dochodzi do fundamentalnego przekształcenia przestrzennej skali organizacji społecznej życia ludzkiego w taki sposób, iż powstają związki pomiędzy odległymi społecznościami, a zależności władzy zyskują ponadkontynentalny zasięg [2]. Termin globalizacji jest ściśle powiązany z gospodarką i odnosi się w dużej mierze do zniesienia barier ograniczających wymianę towarów. Dzięki rozwojowi technologii transportowej i komunikacyjnej, ograniczenia w tym zakresie zmniejszyły się bądź stały się całkowicie irrelewantne [3]. Wraz z dynamicznym rozwojem ekonomicznym i zwiększeniem się możliwości w zakresie wymiany towarów, nastąpił także swobodniejszy przepływ kultury. Łatwy dostęp do dóbr, nie tylko materialnych, ale i kulturowych, umożliwił przepływ wzorców zachowań, przekonań i tradycji, które zaczęły wnikać w tkankę społeczną w różnych częściach świata.

Taki stan rzeczy powoduje niewątpliwie szansę na przyspieszenie rozwoju biedniejszych państw i zwiększa ich zdolność na tak zwany skok cywilizacyjny. Z drugiej jednak strony globalizacja może nieść za sobą negatywne skutki i generować liczne problemy społeczne. Już w latach 90. francuski polityk Jacques Chirac stwierdził, że globalizacja nie polepsza życia tym, którzy najbardziej potrzebują obiecanych im korzyści [4]. Joseph E. Stiglitz zwraca uwagę, że cena jaką społeczeństwa płacą za pozytywne dla rozwoju ekonomicznego skutki globalizacji, jest zbyt wysoka i przejawia się w rosnącej korupcji w polityce, niszczeniu środowiska, wzroście bezrobocia, a także braku czasu na adaptację kulturową globalizującego się społeczeństwa, przez co niejednokrotnie dochodzi do rozpadu więzi społecznych [5].

Globalizacja może prowadzić do wypaczenia lub całkowitego zaniku lokalnych kultur i tradycji, czego najlepszym przykładem jest zjawisko amerykanizacji, czyli swoistego transferu amerykańskich wzorców kultury. Wielu badaczy uważa amerykanizację za swoistą dźwignię czy też „lokomotywę” globalizacji [6]. Przyjmowanie amerykańskich zwyczajów, przekazywanych za pomocą chociażby rozpowszechnianych na całym świecie hollywoodzkich produkcji filmowych, może być przyczynkiem do rezygnowania przez grupy społeczne z ich własnych tradycji. W ślad za amerykanizacją podąża nadmierny konsumpcjonizm, a także opisana przez



G. Ritzera „makdonaldyzacja społeczeństwa, która polega na zdominowaniu różnych aspektów życia społecznego przez zasady działania barów szybkiej obsługi [7]. Ritzer upatruje w makdonaldyzacji zjawisko destrukcyjne dla klasycznych więzi społecznych.

Postępująca integracja państw oraz przekraczanie kolejnych barier, obecne na wielu poziomach życia społecznego, prowadzą do coraz większego zatarcia się znaczenia rodzimych kultur i tradycji, co przejawia się chociażby w spadku znaczenia państw narodowych na rzecz wielonarodowych podmiotów. Funkcje, które tradycyjnie pełniły państwa narodowe, takie jak stymulacja rozwoju gospodarczego, rozbudowa infrastruktury gospodarczej czy kontrolowanie podaży pieniądza, ale także te, dotyczące aspektów prawnych, kulturowych i edukacyjnych, coraz częściej realizowane są przez międzynarodowe, lub ponadpaństwowe organizacje [8]. W zdecydowany sposób ogranicza to rolę i znaczenie państwa, opartego na wspólnocie języka, tradycji i kultury, na rzecz globalnych podmiotów, skupionych jedynie na osiągnięciu konkretnego celu lub kierujących się własnym zyskiem.

## **2.2. Migracje i multikulturalizm**

Spółeczeństwa europejskie, w szczególności należące do kręgu Europy Zachodniej, z uwagi na dynamiczny wzrost gospodarczy i silną ekspozycję na wpływy gospodarcze i kulturowe Stanów Zjednoczonych, już od połowy XX wieku zmagają się ze skutkami globalizacji. Utworzenie Wspólnot Europejskich (później Unii Europejskiej) oraz umożliwienie swobodnego przepływu ludzi i kapitału wewnątrz granic państw członkowskich, wywołało wzmożony wzrost migracji zarobkowych, co dodatkowo spotęgowało konsekwencje globalizacji. Stopniowe rozszerzanie Unii o kolejne państwa, a także coraz częstsze przyjmowanie imigrantów z krajów pozaeuropejskich, zwłaszcza w XXI wieku, spowodowało napływ elementów kultury i tradycji, daleko różnych od tych, do których przyzwyczajone były narody w Europie Zachodniej. Państwa, od lat poddawane silnej amerykanizacji, zostały dodatkowo wystawione kontakt z kulturami innych krajów, często spoza zachodniego kręgu cywilizacyjnego.

Od lat 60. XX wieku, Europa, a w szczególności kraje tak zwanej starej Unii, zmagają się z poważnym problemem starzejącego się społeczeństwa, co w konsekwencji prowadziło do niedoboru pracowników oraz do znacznego obciążeniem systemu emerytalnego. Odpowiedzią na tego typu problem jest często liberalna polityka migracyjna, polegająca na sprowadzeniu znacznej liczby migrantów zarobkowych do kraju. Szacuje się, że w latach 1960-2009, kraje Unii Europejskiej odnotowały, spowodowany migracją wzrost zaludnienia o 26 milionów. W 2015 roku 52 miliony osób rezydujących w UE urodziło się za granicą, zaś 34 miliony nadal pozostawało cudzoziemcami [9].

Od lat 90., gdy imigranci stanowili od 5 do 10% ludności krajów starej Unii, coraz częściej zaczęto postrzegać ich jako destabilizator społeczny oraz zagrożenie dla tożsamości i kultury narodowej poszczególnych państw [10]. Kryzys polityczny w krajach Bliskiego Wschodu na początku XXI dodatkowo wzmógł fale migracji do Europy. Otwarta polityka migracyjna prowadzona przez przywódców państw Unii Europejskiej względem uchodźców z krajów objętych konfliktami zbrojnymi (Syria), zachęcała obywateli biednych państw, także Afryki Północnej, do przybywania do

Europy, gdzie mogli liczyć na przychyłość i opiekę rządów i poprawę swojego życiowego statusu [11].

Osiedlenie się na terenie państw Europy Zachodniej w stosunkowo krótkim czasie znacznej liczby osób spoza europejskiego kręgu cywilizacyjnego, doprowadziło do przekształcenia się krajów zachodnich w społeczeństwa wielokulturowe. Multikulturalizm zakłada współistnienie na jednym terytorium i w ramach jednego społeczeństwa wielu grup społecznych o różnej kulturze, tradycji, języku i religii [12]. Wielokulturowość uważa się za strategię, która w przeciwieństwie do asymilacji, stawia na zachowanie różnorodności w ramach społeczeństwa, co według wielu badaczy prowadzić może do „gettoizacji, neoplemienności, relatywizacji standardów, a w konsekwencji do eskalacji konfliktów na tle kulturowym” [13]. Wielokulturowość poddawana jest krytyce również uwagi na ryzyko destabilizacji społeczeństwa i zagrożenie dla jego jednolitości, co często skutkuje osłabieniem tak zwanego solidaryzmu społecznego [14].

Multikulturalizm jako jedna z konsekwencji wzmożonych migracji stanowi więc wyzwanie dla współczesnych społeczeństw europejskich i ma znaczący wpływ na rozwój i dalsze istnienie europejskiej tożsamości kulturowej.

### 3. Tożsamość i tożsamość kulturowa – objaśnienie pojęć

Próbując podjąć się analizy tematu tożsamości kulturowej, należy zacząć od zdefiniowania pojęcia samej tożsamości. Jest to zadanie niezwykle trudne z uwagi na fakt, iż termin ten pojawia się w wielu dziedzinach nauki: od filozofii, socjologii, przez psychologię, kulturoznawstwo, aż po matematykę [15]. Mnogość literatury na temat tożsamości uniemożliwia pełne i wyczerpujące zbadanie tematu. Z rozważań Zbigniewa Bokszańskiego możemy zrekonstruować definicję tożsamości jako „świadomość siebie podmiotu, zbierającą w zorganizowaną, przynajmniej w pewnym stopniu, całość aktów autodefinicji tego podmiotu” [16]. Zbigniew Rykiel opisuje tożsamość jako „utrwaloną, tj. względnie stabilną formę świadomości” [17].

Z kolei tożsamość społeczną rozumieć należy jako zespół cech przypisywanych jednostce przez innych [18].

Tożsamość kulturową zaś można uznać za jedną z form tożsamości społecznej, której charakterystyczną cechą jest „względnie trwała identyfikacja grupy społecznej i jej członków z danym układem kulturowym, tj. ideami, przekonaniami, poglądami, zwyczajami, obyczajami, wartościami i prawami” [17]. Według słownika etnologicznego tożsamość kulturowa to „najważniejszy rodzaj tożsamości zbiorowej, który polega na historycznie uwarunkowanym, kulturowym sposobie zachowania przez daną zbiorowość ludzką istnienia i ciągłości gatunku oraz równowagi biopsychicznej [19]”.

Powyższe definicje kształtują obraz tożsamości kulturowej jako zjawiska niezwykle istotnego dla społeczeństw, umożliwiającego ich członkom identyfikację i umiejscowienie siebie w przestrzeni globalnej, poprzez sposób w jaki dana zbiorowość jest postrzegana przez osoby z zewnątrz. Tożsamość kulturowa może być powiązana z przywiązaniem do miejsca, narodu czy regionu, jednak kluczowym jej wyróżnikiem jest relacja „swój – obcy”, która pomaga rozróżnić podmioty nieprzynależące do grupy kulturowej, z którą dana społeczność się utożsamia [20]. Jest to czynnik, który może nieść za sobą zarówno pozytywne, jak i negatywne konsekwencje, gdyż z jednej strony

pomaga dostrzec podobieństwa w obcych, sąsiednich kulturach, z drugiej jednak ilość i charakter różnic pomiędzy tymi kulturami prowadzić może do niechęci i konfliktu.

Należy jednak zwrócić uwagę, że poczucie przynależności do danej kultury, a co za tym idzie odrębna tożsamość kulturowa, stanowi czynnik integrujący społeczeństwo. Poczucie posiadania własnych, unikalnych cech, wspomagają rozwój społeczny i stanowią istotny element radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych [21]. Przykładem pozytywnego wpływu spójnej i silnej tożsamości kulturowej, a konkretnie jednej z jej pochodnych – tożsamości narodowej, jest chociażby zachowanie przez Polaków jedności w okresie zaborów, gdy pozbawieni własnej państwowości i poddawani intensywnym wpływom kultur obcych w postaci rusyfikacji czy germanizacji, potrafili przetrwać ponad sto lat, by w końcu utworzyć własne państwo. Tożsamość kulturowa wywarła w tym przypadku bardzo silny wpływ na integrację społeczeństwa identyfikującego się z narodem polskim.

## **4. Miejsce tożsamości kulturowej w XXI wieku**

### **4.1. Wpływ tożsamości kulturowej na kształtowanie się współczesnych społeczeństw – modele zachowań społecznych**

Rola tożsamości kulturowej w kształtowaniu się obrazu społeczeństwa XXI wieku jest znacząca. W Europie Zachodniej, wystawionej na silne oddziaływanie zjawisk, takich jak globalizacja, makdonaldyzacja, a także multikulturalizm, wywołany falą migracji ludzi pochodzących z różnych kultur, utożsamiających się z odrębnymi od europejskich religiami, zwyczajami, tradycjami i historią, tożsamość kulturowa nabiera szczególnego znaczenia. Także odpowiedź różnych grup społecznych, w tym narodowości i społeczności lokalnych, może być inna. Warto przyjrzeć się zróżnicowanym modelom zachowań społecznych w XXI wieku, w kontekście tożsamości i poczucia identyfikacji z daną kulturą.

Jednym z takich modeli jest unifikacja tożsamości, znajdująca w szczególności swoje odzwierciedlenie w zachowaniu młodego pokolenia. Z pojęciem tym związany jest termin tak zwanego „globalnego nastolatka”, którego identyfikacja ze światem ukształtowana jest w dużej mierze przez wszechobecny konsumpcjonizm i popkulturę, nie zaś przez narodowość czy tradycję przodków [22]. W konsekwencji, młody człowiek, „zbudowany” kulturą popularną, nie czuje żadnej konkretnej przynależności i jest skłonny identyfikować się z tym, co w danej chwili jest dla niego wygodne. Podążając za trendami, trudniej mu jest zbudować definicję samego siebie, opartą na czymś tak ugruntowanym w historii jak narodowość, religia, poczucie wspólnoty lokalnej. Prowadzi to do spłylenia znaczenia identyfikacji kulturowej i potrzeby posiadania własnej, unikalnej tożsamości kulturowej.

W kontekście migracji i znacznego napływu osób o innych korzeniach kulturowych do Europy, warto zwrócić uwagę na relacje, mogące zachodzić pomiędzy odrębnymi grupami społecznymi, a w konsekwencji również na strategie, jakie mogą być przyjmowane przez poszczególne grupy – większościowe lub mniejszościowe. Jest to istotne w kontekście budowy tożsamości kulturowej danego społeczeństwa. Jedną z najpopularniejszych, i przez wielu badaczy i politologów uważaną za najbardziej pożądaną jest asymilacja. Polega ona na stopniowym przyjęciu przez grupę napływową kultury nowej i swoiste wtopienie się w zastane społeczeństwo [21]. W wyniku asymilacji,

w społeczeństwie nie zachodzą znaczące zmiany, zostaje zachowana kultura, zwyczaje i tradycje. Ocenia się więc strategię asymilacyjną jako tę, która sprzyja integracji społeczeństw.

Przeciwnością asymilacji jest separacja, która polega na tym, że grupy odmienne kulturowo odrzucają się wzajemnie i nie dążą do utworzenia spójnej społeczności, pomimo zamieszkiwania wspólnego terytorium. Relacjami pośrednimi pomiędzy asymilacją i separacją są np. fuzja czy wielokulturowość. Wynikiem powyższych relacji są strategie, takie jak strategia syntezy czy akomodacji. W mniejszym lub większym stopniu prowadzą one do wymieszania się kultur i próby zbudowania nowej, będącej mieszanką dotychczasowych.

Powyższe relacje i wynikające z nich strategie funkcjonowania społeczeństw złożonych z odmiennych kulturowo grup, prowadzić mogą do próby budowania nowej tożsamości kulturowej ich członków. M. Castells rozróżnia źródła i formy budowania tożsamości na: tożsamość legitymizującą, tożsamość oporu i tożsamość projektu [23]. W kontekście powyższych rozważań, na uwagę zasługują w szczególności dwie ostatnie formy. Tożsamość projektu bowiem, rozumiana jako próba budowa nowej tożsamości, na podstawie dostępnych materiałów kulturowych, redefinicji i transformacji struktury społecznej, może być odzwierciedleniem relacji wielokulturowego społeczeństwa Europy Zachodniej. O ile tego typu zachowanie mogłoby przynieść pozytywne skutki dla społeczeństwa, o tyle często próbę budowania tożsamości kulturowej, opiera się na formie tożsamości oporu, będącej reakcją na stygmatyzację lub dewaluację i prowadzić może do zakwestionowania zasad społecznych, a w konsekwencji do konfliktu.

Samuel Huntington, w swojej książce *Zderzenie cywilizacji* opisuje reakcje grup kulturowych na westernizację, a więc odpowiedź danej kultury na wzmożony wpływ kultury zachodniej, zachodniego stylu życia, wraz osiągnięciami technologicznymi. Reakcje te charakteryzują się albo przyjęciem westernizacji i modernizacji, czyli zarówno kultury, jak i osiągnięć technicznych (kemałizm), odrzuceniem jednego i drugiego bądź przyjęciem modernizacji, ale odrzuceniem obcej kultury (reformizm) [24]. Choć tezy Huntingtona odnoszą się do cywilizacji i dotyczą raczej relacji globalnych i ładu światowego, to można z nich wyciągnąć wnioski ściśle związane z tematyką niniejszej pracy. Łatwo bowiem zauważyć podobieństwa w reakcji grup społecznych wobec napływu na ich terytorium obcej kultury, mimo iż niezachodniej i na ogół niemającej do zaproponowania najnowszych rozwiązań technologicznych, prawnych czy instytucjonalnych, ale już na przykład oferujących ciekawą kuchnię, sztukę, muzykę, czy obyczaje. Pożądaną reakcją byłby więc reformizm, czyli przyjęcie niektórych elementów kultury od grup napływowych, przy jednoczesnym zachowaniu własnej tradycji i respektowaniu odmienności. Niestety, częstą odpowiedzią na nową rzeczywistość jest odrzucenie, które także może stanowić zarzewie potencjalnych konfliktów. Niebezpieczny z punktu widzenia kultury przyjmującej byłby w tym przypadku także kemałizm, który zakładałby przyjęcie w całości wszystkich elementów kultury napływowej i podporządkowanie się jej.

Huntington zwraca też uwagę na zjawisko indygenizacji, czyli powrotu do korzeni, będącego odpowiedzią lokalnych grup kulturowych na zbyt intensywny napór cywilizacji zachodniej [24]. Amerykański badacz pisał w szczególności o indygeni-

zacji w drugim pokoleniu, zwracając uwagę, że potomkowie pokolenia modernizowanego nie przyjmowali już tak chętnie kultury i tradycji Zachodu jak ich przodkowie, którzy zetknęli się z nią po raz pierwszy. Sytuację tę możemy przełożyć na grunt tożsamości kulturowej państw Europy, której mieszkańcy, z początku zachłyszeli się napływem imigrantów, którzy wypełnili luki na rynku pracy, dźwignęli system emerytalny i zwiększyli dzietność, jednak w kolejnych pokoleniach, reakcje lokalnych społeczeństw były już bardziej zróżnicowane, zaś ludzie coraz częściej przejawiali odmienne reakcje, włącznie z odrzuceniem.

Robert Hauser zwraca uwagę, że nadmierne prezentowanie obcej kultury, promowanie globalizacji i multikulturalizmu, w szczególności w środkach masowego przekazu, przy jednoczesnej próbie wykorzenia tradycji narodowych i lokalnych w głównym obiegu informacji, może wywoływać reakcję obronną i jeszcze bardziej wzmacnia odwoływanie się do własnej tożsamości narodowej czy lokalnej [25].

Z pojęciem indygenizacji związany jest także termin globalizacja, który oznacza wzrost znaczenia społeczności lokalnych i odwoływanie się do ich dziedzictwa w zglobalizowanym świecie. Okazuje się, że globalizacja jest nie tylko konsekwencją globalizacji, ale także jej nieodłącznym czynnikiem [26]. Jest to kolejne potwierdzenie, że powrót do korzeni stanowi jedną z cech współczesnych społeczeństw.

## **4.2. Pozytywne i negatywne aspekty powrotu do korzeni**

Jeżeli częstą reakcją na zmiany zachodzące we współczesnym świecie w sposób niezwykle dynamiczny jest powrót do korzeni, poszukiwanie własnych, lokalnych tradycji, zwyczajów, odkrywanie na nowo kultury i tożsamości narodowej i cywilizacyjnej, to należy zastanowić się jakie niesie to ze sobą konsekwencje. Indygenizacja może bowiem wywoływać zarówno pozytywne, jak i negatywne skutki.

Do pozytywnych skutków możemy zaliczyć z pewnością odrodzenie kultury lokalnej. Społeczeństwa państw europejskich są bogate w tradycje i zwyczaje, sięgające setek lat, które zachowały się do dnia dzisiejszego. Wzmocniona chęć zgłębiania przez młodych ludzi historii swojego kraju, nie może być oceniona inaczej niż pozytywnie, gdyż pozwala w sposób pełniejszy dostrzec wady i zalety własnego narodu i kultury.

Odnalezienie własnej tożsamości w korzeniach swojego kraju czy regionu, patriotyzm wobec tak zwanej „małej ojczyzny”, bardzo często łączy się z lepszym rozumieniem samego siebie i wspomaga autoidentyfikację. Ta zaś zwiększa stabilność społeczeństwa oraz jego jedność i solidaryzm. Istnienie w społeczeństwie silnej tożsamości zbiorowej może być czynnikiem generującym większą potrzebę odpowiedzialności za własny region czy kraj. Emlie Durkheim zwracał uwagę na wpływ tak zwanej „solidarności organicznej” na wzmocnione powstawanie zbiorowości, takich jak stowarzyszenia, organizacje czy fundacje [16]. Sytuacja ta może mieć wymiar pozytywny, gdyż samoorganizowanie się ludzi poprawia stan jakościowy samego społeczeństwa i pozwala na osiągnięcie wielu pozytywnych celów.

Odwoływanie się do dziedzictwa przodków i korzystanie ze zgromadzonej przez nich mądrości, także stanowić może pozytywny skutek indygenizacji. Według wielu historyków, jak Feliks Koneczny czy Arnold Toynbee, cywilizacja zachodnia, a zatem również europejska, zbudowana została na fundamentach filozofii greckiej, prawa rzymskiego oraz systemie moralności wywiedzionym wprost z wiary chrześcijańskiej [27]. Cywilizacja zachodnia, zrodzona w Europie dała światu wiele

osiągnąć natury naukowej, prawnej, społecznej czy kulturowej. Czerpanie z tych wzorców i wartości tego co najlepsze, można i należy postrzegać pozytywnie.

Warto zauważyć, że także osoby migrujące do innych krajów w poszukiwaniu lepszych warunków ekonomicznych, odczuwają silną potrzebę identyfikacji z tym, co jest im znane i do czego są przyzwyczajeni. Nie dziwi więc fakt, że na przykład Polacy wyjeżdżający do Wielkiej Brytanii w celach zarobkowych szukają swojej tożsamości właśnie w przynależności etnicznej i kulturowej, tworząc lokalne polskie społeczności, otwierając sklepy z polską żywnością i restauracje z rodzimą kuchnią. Ważnymi ośrodkami spotkań są polskie parafie kościoła katolickiego, które na emigracji przyciągają liczne rzesze wiernych. Istotnym elementem budowania polskiej tożsamości kulturowej za granicą jest odwoływanie się do historii i symboliki polskiej. Ciekawym przykładem na potrzebę identyfikacji z polską kulturą i tradycją w ostatnich latach były, obchodzone w 2017 roku, Dni Polskiego Dziedzictwa. Zorganizowana w ponad trzydziestu brytyjskich miastach seria wystaw i pikników o tematyce nawiązującej do polskiej historii i dziedzictwa kulturowego przyciągnęła setki zainteresowanych Polaków, ale także Brytyjczyków, dostrzegających w tego typu wydarzeniach szansę na wzbogacenie własnej kultury. Od 2011 roku, w Wielkiej Brytanii działa także organizacja Polish Heritage Society (PHS), skupiająca Polaków mieszkających Wielkiej Brytanii, której celem jest między innymi kultywowanie polskiej kultury na wyspach i dbanie o pamięć o pomnikach polskiej historii w Zjednoczonym Królestwie. Przykłady te pokazują, że Polacy, którzy znaleźli się w obcym środowisku kulturowym, w silnie zglobalizowanym społeczeństwie, jakim jest Wielka Brytania, dążą do odnalezienia poczucia wspólnoty, które nierzadko znajdują właśnie w swoim pochodzeniu, tradycjach, historii i religii.

W podobny sposób zachowują się chociażby Ukraińcy, coraz liczniej przyjeżdżający do Polski. W ostatnich latach, liczba obywateli Ukrainy przybywających do naszego kraju znacząco wzrosła. W 2017 roku, wydano ponad 192 tysiące pozwoleń na pracę w Polsce dla osób migrujących z tego kraju. Trudna do oszacowania jest liczba Ukraińców podejmujących pracę w szarej strefie. Według różnych szacunków, w Polsce mieszka lub na stałe przebywa od 1 do 1,5 mln Ukraińców [28]. Im wyraźniej zaznacza się obecność imigrantów z Ukrainy w Polsce, tym prężniej działają ukraińskie stowarzyszenia i organizacje, takie jak Związek Ukraińców w Polsce, Towarzystwo Ukraińskie czy Ukraińskie Towarzystwo Historyczne, zaś niemałym zainteresowaniem cieszą się osbywające się w różnych miastach Polski wydarzenia kulturalne, takie jak: Dni Kultury Ukraińskiej, Festiwal Kultury Ukraińskiej w Sopocie czy Ukraińska Wiosna w Poznaniu. Znamiennym jest fakt, że wydarzenia te przyciągają także Polaków, co stanowi pozytywny aspekt wpływu tożsamości kulturowej na społeczeństwo.

Jednak powrót do korzeni, będący reakcją na globalizację, multikulturalizm oraz inne wyzwania współczesnego świata, może także zaowocować negatywnymi konsekwencjami. Zagrożenia płynące ze zbyt mocno rozwiniętej tożsamości kulturowej, mogą objawiać się w reakcjach ksenofobicznych i szowinistycznych. W kontekście wielokulturowości, nawiązując do strategii odrzucenia, można spodziewać się niechęci grup społecznych wobec obcej kultury. Reakcje takie, nierzadko wiążą się z agresją werbalną bądź fizyczną w stosunku do ludności napływowej, zwłaszcza jeżeli jest ona

liczna i cechuje się wysokim stopniem odmienności. Jeżeli wśród migrantów daje się zaobserwować zjawiska, takie jak gettoizacja i brak chęci asymilowania się, sprzyja to dodatkowo reakcji odrzucenia.

W nawiązaniu do powyższych rozważań związanych z migracją, zarówno Polacy w Wielkiej Brytanii, jak i Ukraińcy w Polsce mogą spotkać się z niechęcią społeczności lokalnych. W szczególności, gdy w jawny sposób kultuwują swoją odrębność kulturową, bywają narażeni na agresywne reakcje miejscowej ludności. Na wyspach brytyjskich niejednokrotnie dochodziło do przejawów werbalnej, a także fizycznej agresji wobec Polaków. Jednym z najbardziej skrajnych przypadków niechęci na tle etnicznym było zabójstwo 40-letniego Polaka w Harlow (hrabstwo Essex) w 2016 roku [29].

Kolejnym przykładem negatywnego wpływu silnych więzi kulturowych może być sytuacja związana z rosnącą społecznością muzułmańską w krajach Europy zachodniej. Od 1992 roku, w Szwecji powstają szkoły muzułmańskie o wyraźnie religijnym charakterze, kładące silny nacisk na wychowanie dzieci w tradycji islamskiej. Silne poczucie wspólnoty i odwoływanie się do własnej tożsamości kulturowej i religijnej przez Muzułmanów w Szwecji, połączona z niechęcią do uczenia się szwedzkiego języka i brakiem akceptacji dla zasad szwedzkich zasad społecznych i nieprzyjmowaniem szwedzkiej kultury (jako sprzecyjnej z prawem szariatu) stanowi poważny problem w kontekście asymilacji ludności napływowej [30]. Podkreślanie własnej odrębności, przy jednoczesnym odrzucaniu szwedzkiej tradycji i norm społecznych, panujących w tym kraju stanowi poważne wyzwanie dla bezpieczeństwa wewnętrznego kraju. Reakcją na ten stan rzeczy są rosnące w siłę ruchy społeczno-polityczne, opowiadające się przeciw przyjmowaniu imigrantów do kraju. Przykładem jest chociażby partia polityczna – Szwedzcy Demokraci, którzy w 2010 roku po raz pierwszy przekroczyli próg wyborczy i dostali się do szwedzkiego parlamentu – Rikstagu z wynikiem 5,7%. W 2014 roku cieszyli się poparciem na poziomie 12,9%, zaś w 2018 roku już 17,6% [31].

Problem autoizolacji grup napływowych, w szczególności z kręgu kultur muzułmańskich w Europie Zachodniej, jest jednym ze skutków zmian zachodzących na świecie na przełomie XX i XXI wieku, m.in. globalizacji, multikulturalizmu. Często niechęć do asymilacji lub chociaż akceptacji lokalnych zasad funkcjonowania społecznego, kultury i tradycji, prowadzi do konkretnych reakcji społeczeństw od wieków zamieszkujących dane terytorium. Jedną z reakcji jest wzrost poparcia dla organizacji i ruchów społecznych oraz partii politycznych, nawiązujących wprost do korzeni i tradycji kulturowych krajów Europy. Organizacje te, w swych założeniach programowych silnie akcentują powrót do korzeni, tradycji i wartości, na których cywilizacja zachodnia została zbudowana. W mniejszym, lub większym stopniu nawiązują do tradycji narodowych czy religijnych (głównie chrześcijańskich). Zwracając uwagę na potrzebę zachowania kultury lokalnej, powrotu do tradycji przodków, wysuwają także postulaty większej integralności społecznej swojego kraju, co często wiąże się z odrzuceniem obcej kultury i niechęcią do imigrantów jako takich. Rosnące poparcie dla partii politycznych takich jak Front Narodowy we Francji, AFD (Alternatywa dla Niemiec), FPÖ (Wolnościowa Partia Austrii), które coraz częściej wchodzi do parlamentów swoich państw z hasłami nawiązującymi do kulturowej tożsamości swoich narodów, świadczy o coraz większym zainteresowaniu społecznym powrotem

do własnych, kulturowych korzeni [32]. Poza partiami politycznymi, które często łagodzą przekaz lub próbują w populistyczny sposób wyważyć głoszone postulaty, w krajach Europy powstają lub zyskują na znaczeniu także organizacje o charakterze nacjonalistycznym, które w jawny sposób kontestują liberalne polityki migracyjne swoich państw oraz sprzeciwiają się pogłębianiu integracji w ramach Unii Europejskiej. Koncepcja powrotu do tak zwanej Europy Ojczyzn jako luźnej wspólnoty państw narodowych świadczy o rosnącym znaczeniu tożsamości kulturowej we współczesnym świecie.

Tożsamość kulturowa może być jednak niebezpieczna w umysłach tych osób, które nie wykształciły jej z pozytywnych pobudek. Jeżeli jest reakcją na świat, w którym dane pokolenie się nie odnajduje, może prowadzić do buntu, a ten z kolei do niepokojów społecznych. Zbyt dalekie zwrócenie się w stronę nacjonalizmu czy szowinizmu narodowego, jest katalizatorem szkodliwych działań i przyczyną potencjalnych tragicznych wydarzeń. Poza wymienionymi powyżej przejawami agresji i nieakceptacji dla imigrantów lub dla ludności lokalnej, za przykład służyć może wiek XX, w którym połączenie silnego poczucia przynależności narodowej z niebezpieczną ideologią doprowadziło do hekatomb II wojny światowej i silnego osłabienia lub nawet zniszczenia tych wartości, którymi Europa mogła pochwalić się przed światem.

Poszukiwanie własnej tożsamości kulturowej jest z zasady zjawiskiem pozytywnym, prowadzącym do odnajdywania dobrych i wartości w przeszłości swojego narodu lub społeczności. Odwołanie się do korzeni, kultywowanie własnych tradycji i próba zachowania rodzimej kultury nie świadczy o zacofaniu społeczeństwa, a jest raczej odpowiedzią na globalizację i zmieniającą się rzeczywistość. Odpowiednio wyważone odwoływanie się to kulturowej tożsamości może mieć bardzo pozytywne skutki, wpływające korzystnie na rozwój społeczny regionu lub państwa. Błędnie rozumiana tożsamość, może jednak nieść za sobą także negatywne konsekwencje i zamiast rozwoju społecznego, skutkować niebezpieczną utratą dobrych podstaw, na których zbudowano dany naród, a także w sposób bezpośredni prowadzić do niepokojów społecznych i przemocy.

## **5. Podsumowanie**

Tożsamość kulturowa pomaga zbiorowościom ludzkim odnaleźć się w otaczającym je świecie, pełnym nowych wyzwań i problemów. Europejskie społeczeństwa w XXI wieku wystawione są na próbę charakteru, w której kluczowe będzie znalezienie złotego środka pomiędzy kultywowaniem własnej tożsamości, czerpaniem z dobrych wzorców swoich przodków i wytworzonego przez nich kulturowego dziedzictwa Europy, a zmierzeniem się z wieokulturowym charakterem dzisiejszego świata. Dynamiczny rozwój gospodarczy i postęp technologiczny, umożliwił skrócenie odległości pomiędzy ludźmi i zniesienie barier, które przez lata wydawały się trudne, lub niemożliwe do sforsowania. Umożliwiło to ludziom niemal swobodne przemieszczanie się po świecie i osiedlanie w różnych jego zakątkach.

Wzmożone fale migracji, których w ogromnej skali doświadczyła Europa Zachodnia na początku XXI wieku, sprawiły że czas potrzebny lokalnym społecznościom na dostosowanie się do nowych realiów i akceptację innych kultur uległ skróceniu, czyniąc integrację zdecydowanie trudniejszą. Relacje pomiędzy grupami różniącymi się kulturowo i cywilizacyjnie także nie są jednorodne i o ile chęć asymilacji ludności



napływowej z zastanym społeczeństwem, sprzyja stabilizacji, o tyle dążenia separacyjne, brak chęci dostosowania się do panujących w danej grupie reguł, prowadzić może do zaogniania się konfliktów społecznych.

Kulturowa tożsamość narodów Europy może stanowić doskonałą odpowiedź na nowoczesny świat i określenie własnego w nim miejsca przez każde ze społeczeństw. Społeczeństwo obywatelskie, świadome swojego pochodzenia, dziedzictwa przodków i pozytywnych wartości wypracowanych przez lata, zdaje się być silne i zmotywowane do osiągania jeszcze większych sukcesów, nawet wobec wyzwań i problemów, pod warunkiem, że ze swoich lokalnych lub narodowych tradycji, nie będzie wyciągać negatywnych wniosków. Ksenofobiczne podejście do innych kultur, oparte na odrzuceniu bądź poczuciu wyższości, może w połączeniu ze złą ideologią, prowadzić do tragicznych wydarzeń, czego niestety Europa i świat już wielokrotnie doświadczały.

## Literatura

1. Robertson R., *Globalization: Social Theory and Global Culture*, Sage, Londyn 1992, [za:] Misiak W., *Globalizacja – więcej niż podręcznik*, Centrum Doradztwa i Informacji Difin Sp. z o.o., Warszawa 2010, s. 11.
2. McGrew A., *Globalizacja i polityka globalna*, [w:] *Globalizacja polityki światowej. Wprowadzenie do stosunków międzynarodowych*, Baylis J., Smith S., Owens P. (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, s. 24.
3. Lemańska-Majdzik A., Sobiegraj A., *Globalizacja – szansa czy zagrożenie dla współczesnego świata* – Wydział Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, Oficyna Wydawnicza „Humanitas”, Sosnowiec 2013, s. 115.
4. Chirac J., *The Economy Must Be Made to Serve People*, przemówienie na Międzynarodowej Konferencji w sprawie Pracy, czerwiec 1996.
5. Stiglitz J. E., *Globalization and Its Discontents*, 2002, wydanie polskie – Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004, s. 25.
6. Golka M., *Cywilizacja współczesna i globalne problemy*, Oficyna Naukowa, Warszawa 2012, s. 91.
7. Ritzer G., Ritzer G., *Makdonaldyzacja społeczeństwa*, Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza SA, Warszawa 2003, s. 14.
8. Kaczmarek B., *Ekonomiczne i społeczne następstwa globalizacji – Annales. Etyka w życiu gospodarczym 2014*, vol. 17, nr 1, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 41-42.
9. Okólski M., *Nowa, krucha mapa europejskich migracji – Studia Migracyjne – Przegląd Polonijny*, z. 1 (163)/2017, s. 5-28, Polska Akademia Nauk, Komitet Badań nad Migracjami, 2017, s. 6.
10. El Ghamari M., *Europejskie trendy migracyjne a bezpieczeństwo*, Tożsamość kulturowa a migracje – szkice politologiczne w zakresie bezpieczeństwa kulturowego (red. Jaremczuk, E.J.), wyd. FNCE sp. z o.o., Poznań 2018, s. 53.
11. Mróz B., *Wpływ zagrożeń migracyjnych na bezpieczeństwo wewnętrzne państwa*, Journal of Modern Science tom 2/33/2017, wyd. Wyższa Szkoła Gospodarki Euroregionalnej im. Alcide De Gasperi w Józefowie, s. 286.
12. Heywood A., *Politologia*, Warszawa 2006, s. 149-150.
13. Pasamonik B., *Prawa kobiet i europejski kryzys multikulturalizmu*, Kultura i Społeczeństwo, nr 3, 2013, Polska Akademia Nauk, Komitet Socjologii, Instytut Studiów Politycznych, s. 4.
14. Górecki O., *Ideologia wielokulturowości w geopolitycznej perspektywie konfliktu cywilizacji*, „Rodzina Europa” Europejska Myśl polityczno-prawna u progu XXI wieku (red. P.Fiktus, H. Małewski, M. Marszał), wyd. Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2015, s. 499.

15. Świątkiewicz-Mośny M., *Konstruowanie nowych tożsamości w warunkach globalizacji*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2015, s. 7.
16. Boksański Z., *Tożsamości zbiorowe*, Wydawnictwo Naukowe PWN SA, Warszawa 2005, s. 30, 52.
17. Rykiel Z., *Identyfikacja i tożsamość kulturowa w różnych skalach przestrzennych*, *Opuscula Sociologica* nr 3 [21] 2017, Wydział Humanistyczny Uniwersytetu Szczecińskiego, s. 45.
18. Giddens A., *Socjologia*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 2005.
19. Staszczak Z. (red.), *Słownik etnologiczny. Terminy Ogólne*, Warszawa – Poznań 1987, s. 351-352.
20. Wilska-Duszyńska B., *Rozważania o naturze stereotypu etnicznego*, *Studia Socjologiczne* 1971, nr 3, s. 97-117; *Swojskość i obcość jako kategoria socjologicznej analizy* (red. E. Nowicka) Warszawa 1990.
21. Sołkowicz K., *Kulturowe aspekty rozwoju regionalnego*, *Zeszyty Naukowe PWSZ w Płocku, Nauki Ekonomiczne*, t. XXII, 2015, s. 281.
22. Suchocka A., Królikowska I., *Kreowanie tożsamości kulturowej jako wyzwanie XXI wieku*, *Colloquium Wydziału Nauk Humanistycznych i Społecznych Kwartalnik* 4/2014, Akademia Marynarki Wojennej w Gdyni, s.75-83.
23. Castells M., *Sila tożsamości*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 2008, s. 23.
24. Huntington S. *Zderzenie cywilizacji i nowy kształt ładu światowego*, wyd. Zysk i S-ka, Poznań 2018, s. 108-111, 144-145.
25. Hauser R., *Cultural Identity in Globalised World? A theoretical approach towards the concept of cultural identity*, *Institut für Technikfolgenabschätzung und Systemanalyse (ITAS)*, s. 5.
26. Kuciński K., *Glokalizacja jako indygenizacja globalizacji*, *Muzeum Historii Polski, Rocznik Żyrdowski* 9, 15-39, 2011, s. 17.
27. Klag W., *Cywilizacja łacińska w myśli Feliksa Konecznego (Wybrane zagadnienia)*, *Racjonalia* nr 4/2014, Krakó 2014, s. 66-67.
28. Lubicz Miszewski M., *Nowi imigranci z Ukrainy w Polsce 5 lat po „rewolucji godności”. Imigranci z Ukrainy w Polsce. Potrzeby i oczekiwania, reakcje społeczne, wyzwania dla bezpieczeństwa*, Akademia Wojsk Lądowych im. gen. Tadeusza Kościuszki, Wrocław 2018.
29. Głowacka I., *Polak jako „obcy” w Wielkiej Brytanii? Analiza treści polonijnego forum internetowego stworzonego na portalu MojaWyspa – Media – Kultura – Komunikacja Społeczna*, Wydział Humanistyczny, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, 2019, s. 84.
30. Gromkowska-Melosik A., *Mniejszość muzułmańska w Szwecji: Między ekstrmistycznym izolacjonizmem a procesami reprodukcji ekonomicznej*, *Studia Edukacyjne* Nr 26/2013, Uniwersytet Adama Mickiewicza w Poznaniu, s. 74-75.
31. *Sjunkande medlemsantal oroar inte Gudrun Schyman och Feministiskt initiativ*, DN.SE, www.dn.se, dostęp 23.08.2020.
32. Malendowicz P., *W drodze do władzy... Nacjonalistyczne projekty państw Europy XXI wieku*, Bydgoszcz 2017.

## **Powrót do korzeni – szanse i zagrożenia dla społeczeństw XXI wieku w procesie odradzania się tożsamości**

### Streszczenie

Obraz społeczeństwa w XXI wieku, w szczególności w naszej, europejskiej szerokości geograficznej, jawi się jako tygiel kultur, narodów, wyznań i ras. Wielokulturowy wymiar społeczności państw europejskich, stawia je przed wyzwaniem, jakich nie doświadczały przez setki lat historii, kiedy to dany region zamieszkiwała grupa w dużej mierze jednolita pod względem przynależności do określonej kultury, narodu, a w szerszej perspektywie, do tej samej cywilizacji. Współcześnie mamy do czynienia ze światem zglobalizowanym, w którym rozwinięta technologia informacyjna oraz łatwość i swoboda przemieszczania się, powodują gwałtowny i masowy napływ elementów obcych kultur na terytorium opanowane dotychczas przez względnie jednolitą strukturę kulturową. Mieszanie się kultur, ich dorobków, zwyczajów, tradycji i religii może być zjawiskiem zarówno pozytywnym jak i negatywnym, jednak z pewnością niesie za sobą wyzwania, stanowiące nowość dla wielu społeczeństw, zaś dynamika zmian zachodzących w świecie może stanowić problem dla wielu grup społecznych.

W nowej rzeczywistości zjawiska, takie jak globalizacja i fale migracji mogą prowadzić do skrajnie różnych postaw społecznych, z których jedną z bardziej doniosłych jest indygenizacja. W wielokulturowych masach ludzkich, odwoływanie się do tożsamości kulturowej odrębnej od innych, jest konsekwencją mieszania się kultur, w szczególności, gdy towarzyszy temu brak chęci asymilacji ludności napływowej z tą rdzennie zamieszkującą dane terytorium.

Celem niniejszej pracy jest opisanie i analiza wpływu tożsamości kulturowej na kształtowanie się społeczeństwa XXI wieku, a także przedstawienie szans i zagrożeń związanych z powrotem do korzeni będącym społeczną reakcją na zmieniający się świat. Indygenizacja kulturowa rodzi skutki zarówno pozytywne jak i negatywne. Konsekwencje tej postawy zostały poddane analizie na przykładzie zachowań wybranych społeczności lokalnych Europy.

Słowa kluczowe: tożsamość kulturowa, społeczeństwo, globalizacja, kultura

## **Return to the roots – chances and dangers for 21<sup>st</sup> societies in the process of identity rebirth**

### Abstract

The view of the society in the 21<sup>st</sup> century is a mixture of cultures, nationalities, religions and races, especially in our European territory. Multicultural character of European countries causes many challenges that were previously unknown, when the region was inhabited by people united in one nationality, religion and similar traditions and in wider range, as a part of one civilization. Today, we find ourselves in globalized world where developed information technology, ways of communication and easiness of migration, cause a rapid and massive income of different cultures into one territory with single-cultural society. Cultural mixing, their traditions and habits can either be positive or negative, but for sure can bring new difficulties for many societies. The dynamics of changes may cause problems for different social groups.

In the new reality phenomena like globalization and migration can lead to drastically different social reactions, some of which is indigenization. In multicultural societies, the call for cultural identity and tradition, different from the one that appeared here recently, can result from the lack of assimilation of newcomers.

The aim of this thesis is to describe and analyze the impact of cultural identity on the modern society shape related to the return of the roots which is a reaction to changing world. Cultural indigenization causes both positive and negative impact. Consequences of this reaction have been analyzed based on examples from selectively chosen regions of Europe.

Keywords: cultural identity, society, globalization, culture

# **Instytucje otoczenia biznesu we wspieraniu mikroprzedsiębiorstw na przykładzie województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego**

## **1. Wstęp**

Mikroprzedsiębiorstwa odgrywają kluczową rolę w gospodarce Polski. To one generują około 30% Produktu Krajowego Brutto oraz stanowią źródło miejsc pracy – w 2017 roku w najmniejszych podmiotach pracowało niespełna 4 mln osób, co stanowiło 40,4% ogólnej liczby pracujących w sektorze przedsiębiorstw [1]. Niestety mikroprzedsiębiorstwa, napotykają na wiele trudności, które negatywnie wpływają na możliwość ich rozwoju.

Instytucje otoczenia biznesu (IOB) oferują dla przedsiębiorstw związaną z tworzeniem, prowadzeniem oraz rozwojem przedsiębiorstwa. W praktyce gospodarczej funkcjonuje podział na trzy typy: non-profit, non-for-profit oraz for-profit<sup>2</sup>. Instytucje otoczenia biznesu dysponują bazą materialną oraz techniczną, zasobami ludzkimi, kompetencyjnymi niezbędnymi do wykonywania usług dla sektora małych i średnich przedsiębiorstw. Instytucje otoczenia biznesu wpływają na rozwój regionu poprzez świadczenie usług dla przedsiębiorstw. Sprzyjają między innymi poprawie efektywności funkcjonowania podmiotów gospodarczych, rozwojowi kapitału społecznego oraz ludzkiego, tworzeniu nowych działalności [2].

Zgodnie z założeniem, instytucje otoczenia biznesu poprzez swoje działania powinny przyczyniać się do podnoszenia poziomu innowacyjności oraz wzrostu konkurencyjności przedsiębiorstw z sektora MŚP. Wsparcie to przejawia się w świadczeniu różnego rodzaju usług, m.in. informacyjnych, doradczych, szkoleniowych, proinnowacyjnych czy finansowych [2].

Celem pracy była analiza form wsparcia oferowanych przez instytucje otoczenia biznesu, a także diagnoza stanu wiedzy właścicieli mikroprzedsiębiorstw działających w województwach świętokrzyskim i podkarpackim na temat możliwości współpracy z IOB. W badaniu wzięło udział 108 mikroprzedsiębiorstw, które prowadziły działalność gospodarczą w analizowanych regionach.

## **2. Istota działalności instytucji otoczenia biznesu w Polsce**

Pojęcie „instytucji otoczenia biznesu” jest bardzo szerokie. W praktyce spotyka się takie określenia jak: instytucje wspierające”, „instytucje zaplecza biznesowego” czy „instytucje okołobiznesowe” [3]. Można przyjąć, że IOB tworzą podmioty, oferujące

---

<sup>1</sup> akuchcinski@san.edu.pl, Staropolska Szkoła Wyższa w Kielcach.

<sup>2</sup> W rzeczywistości, wśród instytucji otoczenia biznesu nie spotyka się organizacji non-profit, czyli takich, które nie prowadzą działalności gospodarczej. Większość z nich prowadzi działalność gospodarczą i są przedsiębiorcami. Różnica dotyczy sposobów przeznaczania ewentualnego zysku z tej działalności. Jeżeli IOB prowadzi działalność gospodarczą, a zysk przeznacza na cele statutowe, znajduje się w grupie instytucji „non-for-profit” [2].

przedsiębiorcom (odpłatnie lub nieodpłatnie) lub osobom zakładającym działalność różnego rodzaju usługi wspierające prowadzenie działalności gospodarczej [4]. Przyjmuje się również, że są to wyspecjalizowane instytucje lokalnego i regionalnego wsparcia innowacji i transferu technologii [5]. Ich działalność koncentruje się na świadczeniu usług na rzecz przedsiębiorców, w szczególności dla sektora MŚP. Instytucje otoczenia biznesu świadczą usługi na rzecz uprawnionych przedsiębiorców, które dzięki wsparciu ze środków publicznych mogą być realizowane na preferencyjnych warunkach, a niekiedy wręcz nieodpłatnie [6].

W zależności od sposobu oraz zakresu funkcjonowania instytucje otoczenia biznesu możemy podzielić na trzy kategorie:

1. Ośrodki przedsiębiorczości:

- Ośrodki szkoleniowo-doradcze – działają w ramach stowarzyszeń, fundacji oraz w strukturach izb rzemieślniczych i przemysłowo-handlowych. Głównym zadaniem ośrodków jest rozwój przedsiębiorstwa i poprawa konkurencyjności sektora małych i średnich przedsiębiorstw. Świadczą usługi z zakresu doradztwa, transferu i komercjalizacji technologii, pośrednictwa kooperacyjnego, realizacji programów rządowych i pomocowych [7].
- Ośrodki przedsiębiorczości – ośrodki zajmujące się promocją oraz inkubacją przedsiębiorczości. Działalność skupiają na świadczeniu usług w zakresie wsparcia małych firm, tworzeniu nowych podmiotów gospodarczych [5].
- Inkubatory przedsiębiorczości – są to wyodrębnione organizację oraz ośrodki oparte na nieruchomości wspierające rozwój małych przedsiębiorstw. Główną funkcją inkubatorów jest wsparcie w rozwoju nowo powstałych przedsiębiorstw i optymalizacja uwarunkowań dla transferu technologii [7].
- Preinkubatory – jednostki wyspecjalizowane w obsłudze potrzeb nowych przedsiębiorców na etapie tworzenia firmy. Preinkubatory powstają w otoczeniu szkół wyższych. Stanowią one przedłużenie rozwoju dydaktycznego w obszarze przedsiębiorczości, mające na celu przygotowanie do praktycznego funkcjonowania na rynku, weryfikacji wiedzy oraz umiejętności we własnym przedsiębiorstwie [7].

2. Ośrodki innowacji:

- Inkubatory technologiczne – są to jednostki wyodrębnione organizacyjnie, budżetowo oraz lokalowo. Świadczą usługi dla sektora małych i średnich przedsiębiorstw w zakresie wsparcia w uruchomieniu oraz prowadzeniu przedsiębiorstwa, które oferuje usługę bądź produkt powstały w wyniku wprowadzenia nowej technologii [7].
- Akademickie inkubatory przedsiębiorczości – są jednostkami ogólnouczelnianymi prowadzącymi działalność szkoleniową, naukową oraz usługową, zadaniem których jest wspieranie przedsiębiorczości w obszarze akademickim, skoncentrowanej na preinkubacji. Najlepsze projekty uzyskują w akademickich inkubatorach przedsiębiorczości pomoc merytoryczną oraz finansową do momentu stabilizacji na rynku. Wsparcie oferują między innymi w zakresie doradztwa, szkoleń w obszarze przedsiębiorczości i rozpoczęcia działalności, dostępu do funduszy europejskich, opracowywania biznesplanów [8].
- Centra transferu technologii – ośrodki mające na celu wsparcie rozwoju przedsiębiorczości, zwiększenie konkurencyjności firm, tworzenie nowych perspektyw inwestowania. Centra innowacji pośredniczą w wymianie informacji dotyczących

nowych pomysłów, patentów między jednostkami naukowo-badawczymi, a firmami mającymi zdolność wykorzystać je w praktyce [7].

- Centra innowacji – ośrodki świadczące patentom wyspecjalizowane usługi w zakresie doradztwa, szkoleń, informacji o tematyce proinnowacyjnej. Głównym zadaniem tych instytucji jest promowanie i wsparcie przedsiębiorstw typu high-tech, których działalność nacechowana jest znacznym stopniem ryzyka [5].
  - Parki naukowe, technologiczne, przemysłowo-technologiczne, naukowo-technologiczne, techno-parki – są to organizacje zarządzane przez wykwalifikowaną kadrę, których celem jest poprawienie dobrobytu społeczności. Parki zarządzają przepływem informacji oraz technologii między jednostkami badawczo-rozwojowymi, szkołami wyższymi, przedsiębiorstwami oraz rynkami. Ułatwiają tworzenie oraz rozwój przedsiębiorstw opartych na wiedzy poprzez inkubację i proces pączkowania. Zwiększają wartość przedsiębiorstw dzięki wysokiej jakości usługom oraz terytorium i obiektom o wysokim standardzie [5].
3. Pozabankowe instytucje finansowe:
- Regionalne i lokalne fundusze pożyczkowe – powstają z inicjatywy władz lokalnych oraz organizacji pozarządowych. Udostępniają środki finansowe na rozwój infrastruktury lokalnej oraz sektora MŚP [9].
  - Fundusze poręczeniowe – funkcjonują jako niezależne podmioty prawa. Fundusze te poręczają kwoty kredytu lub pożyczki w granicach 80%. Pozostała część kredytu zabezpieczana jest przez samego przedsiębiorcę. Fundusze swoje wsparcie kierują do tych przedsiębiorstw, które posiadają zdolność kredytową, lecz nie mają wymaganych (np. przez bank lub fundusz pożyczkowy) zabezpieczeń [10].
  - Fundusze kapitału zaangażowanego – są to instrumenty finansowe wysokiego ryzyka. Swoją kapitał oferują początkującym przedsiębiorcom (założenie i rozruch firmy) lub pomysłodawcom pod warunkiem uzyskania udziałów w powstającej spółce [11]. Fundusze kapitału zaangażowanego nie wymagają od nowych przedsiębiorców zabezpieczenia kredytowego. W zamian za inwestowany kapitał fundusz obejmując znaczące udziały w spółce, przez co posiada kontrolę finansową i decydujący wpływ na zarządzanie przedsięwzięciem [5].
  - Sieci aniołów biznesu – są to wyspecjalizowane instytucje, zrzeszające indywidualnych inwestorów, tak zwanych aniołów biznesu. Głównym celem jest wsparcie dla aniołów biznesu w działalności inwestycyjnej. Do działań sieci zalicza się między innymi: identyfikację i określanie preferencji potencjalnych inwestorów oraz innowacyjnych przedsiębiorców; szkolenia i doradztwo; świadczenie usług bezpośredniego łączenia projektów z inwestorami [12].

Ośrodki przedsiębiorczości mają na celu promocję oraz inkubację przedsiębiorczości, udzielanie wsparcia małym firmom, aktywizację okręgów peryferyjnych lub dotkniętych strukturalnym kryzysem. Celem ośrodków innowacji jest promocja oraz inkubacja innowacyjnej przedsiębiorczości, zapewnienie usług proinnowacyjnych, transfer technologii, mobilizacja akademickiej przedsiębiorczości i współdziałania nauki z biznesem. Pozabankowe instytucje finansowe mają na celu ułatwienie dostępu do funduszy na rzecz rozwoju małych firm nieposiadających historii kredytowej, świadczenie usług finansowych dopasowanych do specyfiki innowacyjnych przedsięwzięć [13].

Jak wynika z danych Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości (PARP) w 2018 roku w Polsce działały 442 podmioty aktywnie wspierające rozwój innowacyjności i przedsiębiorczości, w tym [1]:

- 37 parków technologicznych,
- 23 inkubatory technologiczne,
- 55 centrów transferu technologii,
- 20 akademickich inkubatorów przedsiębiorczości,
- 39 centrów innowacji,
- 37 inkubatorów przedsiębiorczości,
- 151 ośrodków szkoleniowo-doradczych,
- 58 funduszy pożyczkowych,
- 52 fundusze poręczeń kredytowych oraz
- 151 ośrodków szkoleniowo-doradczych.

### **3. Rola i znaczenie instytucji otoczenia biznesu**

We współczesnych zmianach gospodarczych otoczenie biznesu jest jednym z głównych czynników wpływających na rozwoju regionu. J. Dominiak wskazuje, że otoczenie biznesu jest czynnikiem lokalizacji działalności gospodarczej oraz warunkuje rozwój społeczno-gospodarczy. W skład otoczenia biznesu wchodzi trzy składniki: otoczenie innowacyjne, wyposażenie instytucjonalne oraz otoczenie sprzyjające działalności gospodarczej. Wyposażenie instytucjonalne obejmuje fundacje, agencje oraz stowarzyszenia wpływające na rozwój regionalny i organizacji gospodarczych, usługi dla biznesu. Środowisko innowacyjne jest obszarem działalności badawczo-rozwojowej i instytucji odpowiedzialnych za dyfuzję oraz transfer nowych technologii. Otoczenie sprzyjające działalności gospodarczej rozumiane jako klimat społeczny obejmuje zaangażowanie społeczności na rzecz rozwoju lokalnego oraz regionalnego [14].

Institucje otoczenia biznesu należące do wyposażenia instytucjonalnego pełnią ważną funkcję w rozwoju przedsiębiorczości. Swoje usługi świadczą dla mikro-, małych i średnich przedsiębiorstw rozpoczynających swoją działalność, jak również dla firm już funkcjonujących. Wsparcie instytucji otoczenia biznesu dla sektora małych i średnich przedsiębiorstw przejawia się poprzez działalność szkoleniową, doradczą, informacyjną. Otoczenie biznesu oddziałuje na inwestycyjną atrakcyjność regionu oraz sprzyja w podejmowaniu decyzji dotyczących lokalizacji i rozwoju przedsiębiorstw. Na rozwój regionu istotny wpływ ma również otoczenie innowacyjne. Instytucje otoczenia innowacyjnego zapewniają przepływ nowych technologii do przedsiębiorstw z ośrodków naukowo-badawczych. Efektem działalności środowiska innowacyjnego w przedsiębiorstwach jest rozwój nowoczesnego przemysłu oraz wprowadzenie nowych technologii. Klimat społeczny również ma wpływ na rozwój przedsiębiorczości danego regionu. W znaczeniu rozwoju przedsiębiorczości do najważniejszych czynników klimatu społecznego zaliczamy silne więzi społeczne, czynniki kulturalne, aktywność społeczną oraz kulturę przedsiębiorczości [14].

Reasumując do podstawowych zadań instytucji otoczenia biznesu można zaliczyć [15]:

- doradztwo, szkolenia, preinkubację,
- udzielanie informacji,
- tworzenie kontaktów nauki z przedsiębiorczością,

- promowanie i inkubację innowacyjnej przedsiębiorczości,
- badanie potrzeb przedsiębiorstw oraz rynku w obszarze innowacji,
- wspieranie rozwoju oraz tworzenie elastycznych sposobów finansowania innowacyjnych projektów, jak również zmniejszanie luki finansowej,
- transfer technologii oraz dostarczanie proinnowacyjnych usług,
- współpracę z otoczeniem oraz aktywne uczestnictwo w inicjatywach prorozwojowych,
- tworzenie wizerunku oraz promowanie osiągnięć instytucji naukowych.

#### 4. Metodologia badania

Badania zostały zrealizowane wśród mikroprzedsiębiorstw działających w województwach świętokrzyskim i podkarpackim. Zgodnie z definicją ustawy Prawo przedsiębiorców zawartej w artykule 7, pojęcie mikroprzedsiębiorca oznacza przedsiębiorcę, który w co najmniej jednym roku z dwóch ostatnich lat obrotowych spełniał łącznie następujące warunki [16]:

- a. zatrudniał średniorocznie mniej niż 10 pracowników oraz
- b. osiągnął roczny obrót netto ze sprzedaży towarów, wyrobów i usług oraz z operacji finansowych nieprzekraczający równowartości w złotych 2 milionów euro lub sumy aktywów jego bilansu sporządzonego na koniec jednego z tych lat nie przekroczyły równowartości w złotych 2 milionów euro.

Badania przeprowadzono w okresie grudzień 2019 – styczeń 2020 z zastosowaniem metody sondażu diagnostycznego. Sondaż ten przeprowadzono za pośrednictwem popularnego portalu społecznościowego. Zastosowano metodę wirtualnej kuli śnieżnej (ang. *virtual snowball*). Polega ona na tym, że uczestnicy badania przesyłają kwestionariusz kolejnym respondentom np. swoim znajomym.

Badaniami zostało objętych 108 mikroprzedsiębiorstw przedsiębiorstw (N = 108), wśród których 56 zlokalizowanych było w województwie świętokrzyskim, a 52 w województwie podkarpackim.

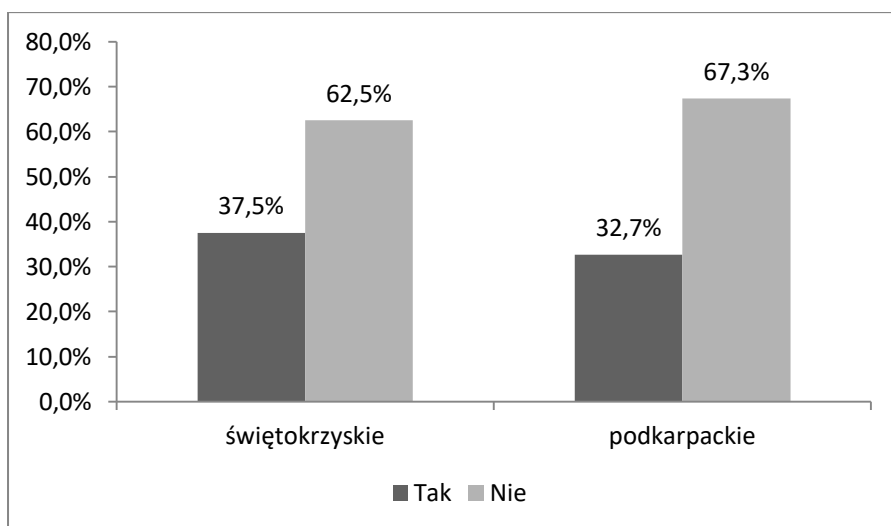
Problemy badawcze sformułowano w postaci następujących pytań:

- Czy mikroprzedsiębiorstwa działające w województwach świętokrzyskim i podkarpackim korzystają z usług instytucji otoczenia biznesu?
- Z jakimi instytucjami otoczenia biznesu współpracowały badane przedsiębiorstwa?
- Jak właściciele mikroprzedsiębiorstw oceniają współpracę na linii przedsiębiorstwo – instytucja otoczenia biznesu?
- Jakie są powody niekorzystania z usług oferowanych przez instytucje otoczenia biznesu?

#### 5. Wyniki badania

Za pośrednictwem pierwszego pytania zbadano, czy mikroprzedsiębiorstwa z analizowanych województw, kiedykolwiek korzystały z usług instytucji otoczenia biznesu. Wyniki przeprowadzonych badań wskazują, że około 2/3 badanych przedsiębiorstw nigdy nie korzystało z usług świadczonych przez IOB. Nieco więcej mikroprzedsiębiorstw korzystało z usług instytucji otoczenia biznesu w województwie świętokrzyskim (37,5%) niż podkarpackim (32,7%).





Wykres 1. Struktura analizowanych mikroprzedsiębiorstw pod względem korzystania z usług instytucji otoczenia biznesu. Źródło: [wyniki badań własnych]

Przedsiębiorcy najczęściej zdecydowali się na współpracę z IOB wybierając parki technologiczne. W województwie świętokrzyskim korzystało z nich 42,9% badanych przedsiębiorstw, a woj. podkarpackim 58,9% (wyk. 2). W województwie świętokrzyskim przedsiębiorstwa mogą korzystać z usług [17]:

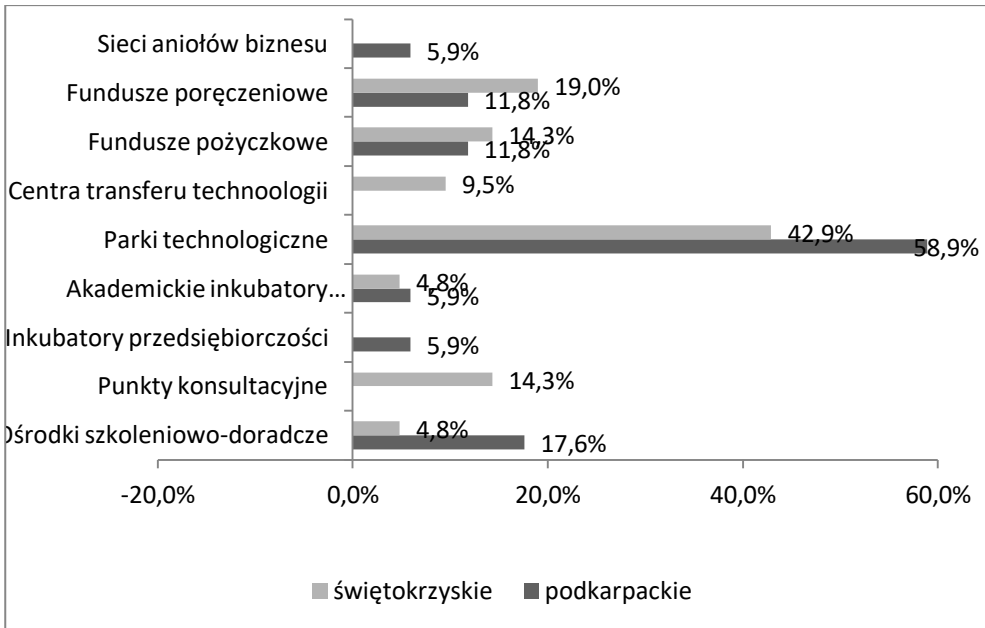
- Kieleckiego Parku Technologicznego,
- Regionalnego Centrum Naukowo-Technologicznego.

W województwie podkarpackim do dyspozycji są [17]:

- Podkarpacki Park Naukowo-Technologiczny AEROPOLIS,
- Tarnobrzski Park Przemysłowo-Technologiczny,
- Park Przemysłowy Gminy Leżajsk,
- Mielecki Park Przemysłowy.

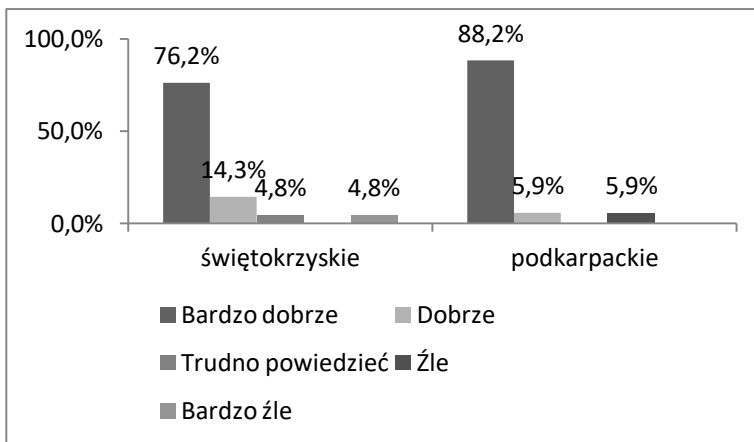
Wyniki przeprowadzonych badań wskazują także, że mikroprzedsiębiorstwa korzystają również z usług punktów konsultacyjnych (14,3% w woj. świętokrzyskim, brak wskazań w woj. podkarpackim) czy ośrodków szkoleniowo-doradczych (4,8% w świętokrzyskim i 17,6% w podkarpackim) oraz korzystają z usług świadczonych przez fundusze pożyczkowe (odpowiednio 14,3% i 11,8%) i poręczeniowe (19,0% oraz 11,8%). Szczegółowe dane prezentuje poniższy wykres<sup>3</sup>.

<sup>3</sup> Dane na wykresie 2 nie sumują się do 100%, gdyż respondenci mogli wybrać więcej niż jedną odpowiedź.



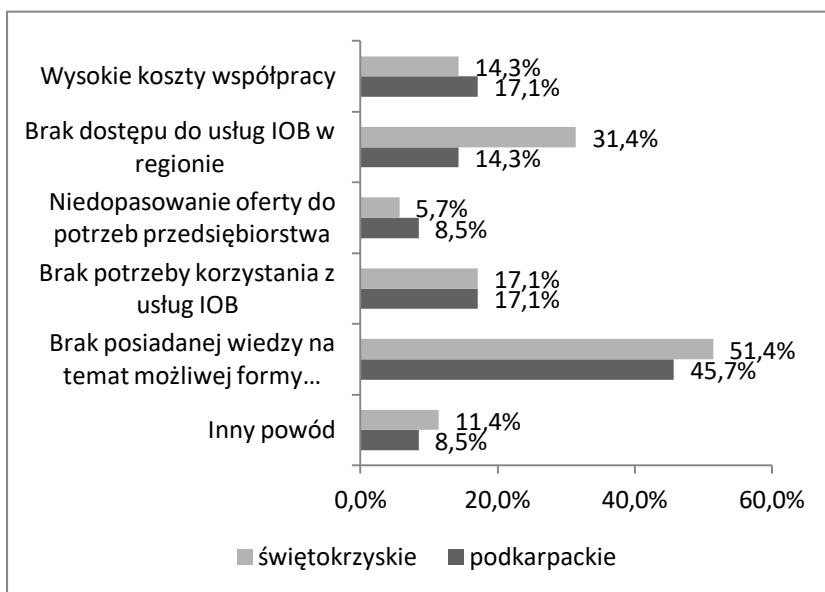
Wykres 2. Współpraca mikroprzedsiębiorstw z instytucjami otoczenia biznesu. Źródło: [wyniki badań własnych]

Wśród badanych mikroprzedsiębiorstw, które korzystały z usług instytucji otoczenia biznesu, zarówno podmioty z regionu świętokrzyskiego jak i podkarpackiego pozytywnie odniosły się do wspólnej kooperacji. Zdecydowana większość przedsiębiorstw uznała, że współpraca przebiegała bardzo dobrze lub dobrze. W województwie świętokrzyskim 76,2% badanych oceniło przebieg współpracy jako bardzo dobry, a 14,3% jako dobry (wyk. 3). 4,8% respondentów nie potrafiło ocenić teże współpracy, natomiast 4,8% współpracę oceniło bardzo źle. W regionie podkarpackim 88,2% badanych mikroprzedsiębiorstw współpracę z IOB oceniło jako bardzo dobrą, 5,9% jako dobrą, a 5,9% jako złą.



Wykres 3. Ocena współpracy mikroprzedsiębiorstw z instytucjami otoczenia biznesu. Źródło: [wyniki badań własnych]

Z badań wynika, że zdecydowana większość mikroprzedsiębiorstw (62,5% w świętokrzyskim i 67,3% w podkarpackim) nie korzystała w trakcie swojej działalności z usług instytucji otoczenia biznesu. Głównym powodem niekorzystania z tych usług, to zdaniem respondentów bariera w postaci braku własnej wiedzy o tego typu usługach (51,4% świętokrzyskie, 45,7% podkarpackie). W województwie świętokrzyskim 31,4% badanych wskazało jeszcze jeden istotny powód – brak dostępu do usług IOB w regionie. Odpowiedź ta może być związana np. z tym, że istnieją tylko dwa parki technologiczne (jeden w Kielcach, a drugi koło Chęciny) w związku z tym, przedsiębiorstwa zlokalizowane w innej części województwa są od nich znacznie oddalone. Zarówno w regionie świętokrzyskim, jak i podkarpackim badane mikroprzedsiębiorstwa wskazały na brak potrzeby korzystania z usług oferowanych przez instytucje otoczenia biznesu (17,1%) oraz na koszty współpracy, które zdaniem respondentów są zbyt wysokie – 14,3% w świętokrzyskim oraz 17,1% na Podkarpaciu. Powody niekorzystania z usług IOB przedstawiono na wykresie poniżej<sup>4</sup>.



Wykres 4. Powody niekorzystania z usług instytucji otoczenia biznesu wskazywane przez badane przedsiębiorstwa. Źródło: [wyniki badań własnych]

## 6. Podsumowanie

Institucje otoczenia biznesu pełnią ważną rolę, oferując wsparcie w rozwoju mikroprzedsiębiorstw. Funkcjonują one w trzech formach tj. jako ośrodki przedsiębiorczości, ośrodki innowacji oraz pozabankowe instytucje finansowe.

Przeprowadzone sondażowe badania wskazują, że

- Analizowane mikroprzedsiębiorstwa działające w województwie świętokrzyskim i podkarpackim, korzystały z usług IOB, jednak odsetek korzystających był niewielki. Zarówno w regionie świętokrzyskim, jak i podkarpackim około 2/3

<sup>4</sup> Dane na wykresie 4 nie sumują się do 100%, gdyż respondenci mogli wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

najmniejszych podmiotów w trakcie swojej działalności nigdy nie korzystało z takiej formy wsparcia biznesu.

- Głównym powodem, według którego badane mikroprzedsiębiorstwa nie podejmowały współpracy z IOB, to brak wiedzy ich właścicieli na temat takiej możliwości kooperacji. Jest to zatem wyraźny sygnał, że instytucje wspierające biznes, powinny zintensyfikować działania promocyjne, aby podnieść świadomość przedsiębiorców o tego typu formie wsparcia.
- Najpopularniejszą formą współpracy mikroprzedsiębiorstw zarówno w regionie świętokrzyskim jak i podkarpackim, jest korzystanie z parków technologicznych. Badane przedsiębiorstwa korzystały także z usług ośrodków szkoleniowo-doradczych, punktów konsultacyjnych czy funduszy pożyczkowych i poręczeniowych, jednak skala tejże współpracy jest dużo mniejsza.
- Właściciele badanych przedsiębiorstw współpracę z IOB oceniają dobrze lub bardzo dobrze. Jedyne niewielki odsetek przedsiębiorstw taką współpracę oceniło negatywnie. Wyniki przeprowadzonego sondażu świadczą o tym, że jeśli IOB podejmą już z przedsiębiorcą współpracę, są do tego właściwie przygotowane i pozytywnie oceniane.

Autor ma nadzieję, że niniejszy rozdział będzie stanowił podstawę do dalszych badań i analiz w zakresie funkcjonowania instytucji otoczenia biznesu. Przeprowadzony sondaż można potraktować jako badania pilotażowe i w przyszłości planuje przeprowadzić je w wymiarze ogólnokrajowym, ze względu na dużą złożoność problemu. Ma również nadzieję, że przyczyni się do podniesienia wiedzy wśród właścicieli mikroprzedsiębiorstw w przedmiotowym zakresie, co przełoży się na rozwój lokalny i regionalny.

## Literatura

1. Skowrońska A., Tanawa A. (red.), *Raport o stanie sektora małych i średnich przedsiębiorstw*, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, Warszawa 2018.
2. Gęca B., *Wykorzystanie form wsparcia instytucji otoczenia biznesu przez małe i średnie przedsiębiorstwa w województwie lubelskim*, Studia Ekonomiczne, nr 156, 2013, s. 91-104.
3. Krzemień P., *Działalność instytucji otoczenia biznesu oraz władz regionalnych jako determinanty rozwoju regionu Nawarry*, Prace Geograficzne, z. 144, 2016, s. 143-161.
4. Dorożyński T., *Instytucje otoczenia biznesu a rozwój przedsiębiorstw – ujęcie regionalne*, Zarządzanie i Finanse, nr 11(1/3), 2013, s. 135-150.
5. Bąkowski A., Mażewska M. (red.), *Ośrodki innowacji i przedsiębiorczości w Polsce. Raport z badania 2014*, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, Warszawa 2014.
6. Ochoa Siguencia L., Gródek-Szostak Z., Chęcińska-Zauchna A., *Działalność instytucji otoczenia biznesu w zakresie wspierania rozwoju przedsiębiorstw instrumentami przemysłu spotkań*, „Ekonomiczne Problemy Turystyki”, nr 2(42), 2018, s. 107-114.
7. Brudecka W., *Instytucje otoczenia biznesu*, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, Warszawa 2004.
8. <https://przedsiębiorczosc.lodz.pl/inkubatory-przedsiębiorczosci/> [06.02.2020 r.].
9. Czajkowska A., *Fundusze pożyczkowe szansą finansowania sektora MSP w kryzysie*, Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Oeconomica, nr 247, 2011, s. 223-240.
10. Kuchciński A., *The role of guarantee funds in supporting entrepreneurship in Poland*, Science of Europe, nr 46, 2019, s. 3-8.
11. Płoszaj A., *Sieci instytucji otoczenia biznesu*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013.

12. Kuchciński A., *Fundusze pożyczkowe w finansowaniu działalności MSP*, Wydawnictwo Społecznej Akademii Nauk, Łódź-Warszawa 2017.
13. <http://monitoruj.podkarpackie.pl/1.5-institucje-otoczenia-biznesu.html> [10.03.2020 r.].
14. Dominiak J., *Rola otoczenia biznesu w rozwoju regionalnym w Polsce*, Prace Komisji Geografii Przemysłu Polskiego Towarzystwa Geograficznego, nr 22, 2013, s. 44-64.
15. <https://www.resulto.pl/definicja-institucje-otoczenia-biznesu-iob/> [11.03.2020 r.].
16. Ustawa z dnia 6 marca 2018 r. - Prawo przedsiębiorców (Dz.U. 2018 poz. 646).
17. [https://www.paih.gov.pl/strefa\\_inwestora/parki\\_przemyslowe\\_i\\_tehnologiczne](https://www.paih.gov.pl/strefa_inwestora/parki_przemyslowe_i_tehnologiczne) [23.03.2020 r.].

## **Institucje otoczenia biznesu we wspieraniu mikroprzedsiębiorstw na przykładzie województwa świętokrzyskiego i podkarpackiego**

### Streszczenie

Institucje otoczenia biznesu to specjalne podmioty, które powstały po to, aby wspierać rozwój przedsiębiorstw. Poprzez swoje działania wpływają również na rozwój regionalny poprzez tworzenie sprzyjających warunków inwestycyjnych i ponoszenie konkurencyjności regionu. Celem rozdziału była analiza działalności instytucji otoczenia biznesu w dwóch województwach: świętokrzyskim i podkarpackim. Na podstawie przeprowadzonych badań ankietowych wśród 108 mikroprzedsiębiorstw, autor poszukiwał odpowiedzi na pytania: Jaki jest poziom wykorzystania usług oferowanych przez instytucje otoczenia biznesu?; Jak przedsiębiorcy oceniają współpracę z tymi instytucjami? oraz: Jakie czynniki powodują, że mikroprzedsiębiorstwa nie korzystają z tego typu usług?. Niniejsza praca nie wyczerpuje oczywiście w pełni problematyki związanej z instytucjami otoczenia biznesu, jednak może być podstawą do dalszych badań i analiz w tym zakresie np. w wymiarze ogólnopolskim.

Słowa kluczowe: MSP, instytucje otoczenia biznesu

## **Business support institutions in supporting micro-enterprises on the example of Świętokrzyskie and Podkarpackie provinces**

### Abstract

Business environment institutions are special entities which were established to support the development of enterprises. Through their activities they also influence regional development by creating favourable investment conditions and bearing the competitiveness of the region. The aim of this chapter was to analyse the activities of business support institutions in two provinces: Świętokrzyskie and Podkarpackie. On the basis of a survey among 108 microenterprises, the author searched for answers to the following questions: what is the level of use of services offered by business support institutions, how do entrepreneurs evaluate cooperation with these institutions and what factors cause microenterprises not to use such services? This chapter does not, of course, exhaust the issues related to business environment institutions, but it may be the basis for further research and analysis in this area, e.g. in the national dimension.

Keywords: SME's, business environment institutions

# Praca zdalna – oczekiwania przedstawicieli pokolenia Z przed wybuchem pandemii COVID-19

## 1. Wprowadzenie

Otoczająca nas rzeczywistość podlega ciągłym przemianom. Dotyczy to zarówno procesów biologicznych, jak i społeczno-gospodarczych. Wśród tych ostatnich wyjątkowo istotne okazały się zmiany w sposobie świadczenia pracy oraz zmiany w sposobie korzystania z czasu wolnego przez pracownika. Obserwujemy stopniowe przejście od wykonywania pracy przy użyciu prymitywnych narzędzi w czasach prehistorycznych do stworzenia robotów i komputerów, które sterują pracą prawie wszystkich społeczeństw na świecie w XXI w.

Szczególnie szybkie tempo wymienionych powyżej przemian obserwuje się począwszy od drugiej połowy XX w., kiedy to rozpoczął się proces gwałtownego rozwoju technologii informacyjnych i komunikacyjnych (ang. *information and communications technologies*, ITC). Wiele czynności wykonywanych dotychczas ręcznie przez człowieka zostaje zautomatyzowanych. Tym samym coraz ważniejsza staje się wiedza, w jaki sposób skorzystać z technologii komputerowej do obsługi danego procesu lub też do obróbki danego zasobu. Era przemysłowa ustąpiła miejsca nowemu okresowi: erze wiedzy [16, s. 39].

Zmianom uległa także forma wykonywania obowiązków służbowych. Dynamiczny rozwój ITC, zautomatyzowanie procesów pracy, nadejście ery wiedzy, większa świadomość pracowników w zakresie posiadanych przez nich praw, chęć wykonywania pracy w miejscu i czasie dogodnym dla pracownika oraz coraz wyższy poziom kompetencji cyfrowych wśród pracowników zdeterminowały pojawienie się na rynku telepracy.

Głównym celem niniejszego rozdziału jest określenie stopnia zainteresowania telepracą przedstawicieli pokolenia Z. Jako dodatkowe cele zdefiniowano ustalenie głównych motywów podjęcia telepracy, jak również dokonanie porównania stopnia atrakcyjności telepracy w grupie kobiet i mężczyzn. Prezentowane badanie jest szczególnie istotne w kontekście wybuchu pandemii COVID-19, która całkowicie zmieniła sytuację na rynku pracy w wielu branżach. W ciągu bardzo krótkiego okresu czasu wielu pracowników zostało zmuszonych do rozpoczęcia telepracy. Badanie zostało przeprowadzone tuż przed ogłoszeniem wybuchu pandemii. Zamiarem autorki jest powtórzenie badania na początku 2021 r. w celu porównania poziomu zainteresowania pracą na odległość przedstawicieli pokolenia Z przed i po wybuchu COVID-19.

Pojęcie *telepraca* (ang. *teleworking*) po raz pierwszy pojawiło się w literaturze naukowej w 1972 r. Użył go J. Shiff na łamach „The Washington Post”. Jednak za „ojca telepracy” uznano J. Nilles’a, który w 1973 r. wprowadził do literatury naukowej terminy *teleworking*, oznaczający substytuowanie dotychczasowej formy

---

<sup>1</sup> Politechnika Częstochowska, Szkoła Doktorska Politechniki Częstochowskiej.

pracy technologią informacyjną, i *telecommuting*, czyli okresowe wykonywanie obowiązków pracowniczych poza zwyczajowym miejscem pracy [13, s. 220].

W ostatnich 20 latach w definicji wielu badaczy telepracy dominującą rolę zaczęły odgrywać rozwiązania ICT. Zgodnie z opinią Greenberga i Nilssena [2, s. 5] definicja pracy zdalnej powinna być następująca: telepraca oznacza ideę wprowadzenia technologii przetwarzania informacji, głównie telekomunikacji i komputerów, w miejsce zwyczajowych dojazdów telepracownika z domu do pracy i z pracy do domu. Telepraca może także być wykorzystana do budowania więzi pomiędzy rozproszonymi geograficznie telepracownikami i ich pracą. Badacze podkreślają, że telepraca wiąże się bezpośrednio z koncepcją mobilności, gdyż zarówno telepracownicy, jak i pracownicy mobilni podczas wykonywania pracy często korzystają z tych samych technologii, np. w celu skontaktowania się z przełożonym lub współpracownikami.

Uproszczoną definicję pracy zdalnej przedstawia A. Grycuk [3, s. 18]. Telepraca to wg niego świadczenie pracy poza jednostką organizacyjną pracodawcy, najczęściej w domu telepracownika, przy użyciu narzędzi komunikacji elektronicznej. M. Hynes [5, s. 581] w swojej definicji skupia się między innymi na wynikach pracy. Według niego o telepracy można mówić wtedy, gdy rozwiązania informatyczne umożliwiają wykonywanie pracy w miejscu oddalonym geograficznie od miejsca, w którym wymagane są efekty pracy lub które byłoby standardowym miejscem świadczenia pracy przez pracownika w przeszłości. Hynes stwierdza, że najczęściej telepraca odbywa się w domu pracownika, jednak nie wyklucza wykonywania telepracy także w innych lokalizacjach.

Kerrin i Hone [6, s. 130-135] podkreślają, że obecnie istnieje wiele różnych definicji pojęcia *teleworking*, jednak w większości z nich powtarzają się dwie główne cechy telepracy: wykonywanie zadań służbowych przez pracownika przy wykorzystaniu technologii informatyczno-telekomunikacyjnych (ICT) i przekazywanie wyników pracy przełożonemu za pośrednictwem komunikacji elektronicznej. Przy czym, jak stwierdza K. Smołąg [11, s. 329], rodzaj wykonywanej pracy zdalnej wpływa na to, w jakim stopniu oraz w jakim zakresie dane rozwiązania ICT są wykorzystywane przez telepracowników i ich przełożonych.

Na potrzeby niniejszego artykułu przyjęto następującą definicję: telepraca, zwana także pracą zdalną, to praca poza biurem przy wykorzystaniu rozwiązań ICT, takich jak m.in.: komputer, laptop lub smartfon z dostępem do internetu, poczta elektroniczna, internetowe bazy danych oraz programy niezbędne do wykonywania danej pracy. W trakcie pracy, a w szczególności w celu przekazania wyników pracy, telepracownik kontaktuje się z przełożonym, względnie ze współpracownikami, wykorzystując urządzenia telekomunikacyjne lub komputer osobisty.

## 2. Praca zdalna na świecie i w Polsce

Praca zdalna jest obecnie bardzo popularna na całym świecie. Według raportu Owl Labs *State of Remote Work Report 2019* aż 62% pracowników w USA pomiędzy 22 a 65 rokiem życia, wykonujących pracę na pełen etat, pracuje zdalnie z różną częstotliwością, w tym także z frekwencją raz w tygodniu oraz raz w miesiącu. Przy czym pracę zdalną w pełnym wymiarze czasu deklaruje aż 30% respondentów. Z kolei odsetek osób pracujących zdalnie w skali całego świata wynosi 18% [10, s. 6].

W Polsce liczba telepracowników w ujęciu procentowym jest niższa niż w USA, ale wyższa niż norma światowa. Potwierdzają to wyniki badań przeprowadzonych wspólnie przez firmy Remote-how oraz Kantar TNS Polska w 2018 r. Prawie 1/3 (32%) pracowników w wieku od 20 do 60 lat przyznaje, że ich firma umożliwi pracę w trybie zdalnym. W raporcie nie doprecyzowano, czy chodzi o pracę zdalną w wymiarze 100% czasu pracy, więc przyjmuje się, że chodzi o telepracę w dowolnym wymiarze czasu. Z kolei aż 76% osób, których pracodawcy dają szansę na pracę zdalną, korzysta z tej możliwości. W odniesieniu do całej grupy badawczej jest to aż 24% respondentów [4, s. 22].

Równocześnie z różnych źródeł płyną informacje, że pracownicy w coraz większym stopniu doceniają elastyczność pracy, do której zalicza się przede wszystkim możliwość pracy zdalnej. Według danych zebranych przez LinkedIn wynika, że z roku na rok zwiększa się liczba osób, dla których elastyczne warunki pracy są bardzo ważnym czynnikiem podczas podejmowania decyzji, czy rozpocząć współpracę z daną firmą: w 2013 r. elastyczność pracy była istotna dla 25% członków LinkedIn, w 2014 r. dla 26%, w 2015 r. dla 27%, w 2016 r. dla 28%, a w 2017 r. dla aż 31%. Równocześnie od 2016 do 2019 r. aż o 78% wzrosła liczba ofert pracy w serwisie LinkedIn, które zawierają informację o elastycznych warunkach pracy [9, s. 23].

Wzrost zainteresowania telepracą ze strony pracownika pokazują także przywołane powyżej raporty Owl Labs oraz Remote-how&Kantar TNS Polska. W pierwszym z nich respondenci zostali zapytani, czy możliwość pracy zdalnej zwiększyłaby poziom ich zadowolenia z pracy. Aż 81% pracowników wykonujących pracę w formie tradycyjnej (czyli w zakładzie pracy, bez możliwości telepracy) odpowiedziało pozytywnie. Z kolei 79% osób z tej grupy przyznaje, że praca zdalna zmniejszyłaby poziom odczuwanego przez nich stresu. W badaniu firm Remote-how i Kantar TNS Polska, prezentującym polski rynek pracy zdalnej, ponad połowa pracowników z grupy niemających szansy na telepracę deklaruje, że rozpoczęłaby pracę w trybie zdalnym, gdyby tylko mieli taką możliwość.

### **3. Pokolenie Z na rynku pracy**

Obecnie na polskim rynku pracy można spotkać przedstawicieli aż czterech różnych pokoleń. Są to: tzw. Baby Boomers (powojenny wyż demograficzny), pokolenie X (urodzeni między 1961 a 1983), pokolenie Y (urodzeni pomiędzy 1983 a 1997) oraz pokolenie Z (urodzeni po 1990 r.). Grupy te znacznie różnią się między sobą, jeżeli chodzi o podejście do pracy. O ile dla starszych pokoleń praca często oznaczała poczucie stabilności, o tyle młode pokolenia (Y i Z) dążą do znalezienia pracy ciekawej, pełnej wyzwań, a równocześnie uwzględniającej sferę prywatną pracownika i dobrze płatnej [7, s. 92].

Przyczyn różnic pomiędzy wymienionymi wyżej pokoleniami jest wiele, jednak główne z nich to: inny sposób wychowania, zniesienie granic pomiędzy wieloma krajami Europy, dostęp do coraz bardziej nowoczesnych technologii i narzędzi IT oraz zniesienie barier komunikacyjnych. Pokolenia Y i Z wykazują wiele podobieństw, jeśli chodzi o sferę wykonywania obowiązków służbowych. Jednakże z tych dwóch grup to przedstawiciele pokolenia Z są najbardziej zorientowani technologicznie, otwarci na różnorodność świata oraz nastawieni na work-life balance [17, s. 406]. Warto przyjrzeć



się temu pokoleniu bliżej, gdyż stanowi ono coraz większą i bardziej wpływową grupę na polskim rynku pracy.

W literaturze naukowej można spotkać kilka różnych dat urodzeń pierwszych przedstawicieli pokolenia Z. Żarczyńska-Dobiesz i Chomałowska [17, s. 407] i Kroenke [7, s. 91] jako pokolenie Z określają osoby urodzone po 1990 r. Z kolei Geck [1, s. 235] wlicza do tej grupy zarówno osoby urodzone w 1990, jak i w latach kolejnych. Natomiast Więcek-Janka [14, s. 29] oraz Stillman i Stillman [12, s. 5] jako datę graniczną pojawienia się na świecie przedstawicieli pokolenia Z podają 1995 r. Na potrzeby niniejszego artykułu przyjmuje się, że generacja Z to osoby urodzone po 1990 r.

Grupa ta określana jest często jako pokolenie C: connected, communicating, content-centric i computerized, czyli: podłączeni do sieci, komunikujący się, skoncentrowani na treści oraz skomputeryzowani [17, s. 407]. Określenia te związane są z codziennymi przyzwyczajeniami pokolenia Z, które wychowało się w świecie telefonów komórkowych, laptopów, przeglądarek internetowych, aplikacji typu Messenger i sieci bezprzewodowych. Innymi słowy: w świecie cyfrowym [15, s. 3].

Młode osoby z pokolenia Z cechuje kreatywność i pewność siebie [8, s. 137]. Równocześnie bardzo realistycznie i ostrożnie podchodzą do życia. Na uwagę zasługuje ich podejście do nauki: chcą posiadać duży zasób wiedzy bez poświęcania długiego czasu na naukę. Nie interesuje ich perspektywa długoterminowego budowania kariery zawodowej. Przedstawiciele pokolenia C chcą z każdej podejmowanej aktywności zawodowej i edukacyjnej wyciągnąć to, co dla nich najlepsze na przyszłość. Często są lepiej zorganizowani niż ich starsi koledzy oraz lepiej radzą sobie ze stresem. Nie boją się ryzykować i potrafią szybko podjąć decyzję [17, s. 408].

#### **4. Metodyka badawcza**

Badanie przeprowadzono na grupie studentów Politechniki Częstochowskiej od 24.01.2020 r. do 7.02.2020 r. Miało ono charakter pilotażowy i dotyczyło szerokiego tematu upowszechniania się modelu telepracy w gospodarce. Celem badania, było określenie poziomu zainteresowania telepracą wśród przedstawicieli pokolenia Z. Dodatkowe cele to ustalenie głównych motywów podjęcia pracy zdalnej oraz porównanie zainteresowania telepracą kobiet i mężczyzn z badanej grupy. Postawiono trzy hipotezy badawcze:

H1: Przynależność do pokolenia Z determinuje większe niż w innych generacjach zainteresowanie telepracą.

H2: Elastyczny czas pracy jest najważniejszym determinantem w podejmowaniu decyzji o pracy w trybie zdalnym wśród przedstawicieli pokolenia Z.

H3: Kobiety częściej niż mężczyźni chcą wykonywać pracę w trybie zdalnym.

Badanie zostało przeprowadzone w formie anonimowej ankiety. Formularz do wypełnienia został stworzony po rejestracji w portalu internetowym [www.interankiety.pl](http://www.interankiety.pl), który to portal zapewnił bezpieczeństwo otrzymywanych danych, przede wszystkim poprzez zabezpieczone konto użytkownika i serwer. Badane cechy miały charakter niemierzalny.

Link do ankiety został wysłany poszczególnym wykładowcom e-mailem z prośbą o jego przekazanie konkretnym grupom studentów. Przed wysłaniem linku autorka badania przypisała konkretne grupy do konkretnych wykładowców. Taki ściśle określony podział grup miał na celu uniknięcie sytuacji podwójnego wypełnienia

ankiety przez danych studentów (jeśli dwóch wykładowców poprosiłoby tę samą grupę o wypełnienie ankiety, bardzo możliwe, że grupa wypełniłaby ją ponownie). Dodatkowo skorzystano z zabezpieczenia systemowego: włączono opcję sprawdzania „ciasteczek” osób przystępujących do badania. Jeżeli dwie osoby wypełniły ankietę za pośrednictwem tego samego komputera lub smartfona, to system i tak zliczał tylko jedną odpowiedź (tę pierwszą).

Ankieta składała się z 11 pytań: ośmiu pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru oraz trzech pytań zamkniętych wielokrotnego wyboru z możliwością dopisania przez respondenta własnych odpowiedzi. Pytania miały charakter intuicyjny. Na wypełnienie formularza studenci potrzebowali średnio ok. 1-2 min. czasu.

Formularz ankiety został przygotowany zarówno w języku polskim, jak i angielskim. Wzięto bowiem pod uwagę także studentów obcojęzycznych, studiujących na Politechnice Częstochowskiej, którzy ze względu na barierę językową mogliby mieć problem z wypełnieniem ankiety po polsku. Dla uproszczenia pytania z ankiety zaprezentowane w artykule (tab. 1) będą podawane tylko w jednej wersji językowej.

## 5. Wyniki badań

Zamiarem autorki było dotarcie do wszystkich studentów Politechniki Częstochowskiej, zarówno studiujących w systemie dziennym, jak i zaocznym, bez względu na wydział, kierunek czy też stopień studiów. Jednak z różnych przyczyn, np. brak kontaktu ze strony wykładowcy, niska frekwencja danej grupy w dniu przekazywania jej linku, czy też niewypełnienie ankiety przez studentów mimo otrzymania linku, nie udało się pozyskać głosów wszystkich studentów. Łączna liczba osób biorących udział w badaniu wyniosła 887.

W tabeli 1 zaprezentowano pytania ankietowe oraz odpowiedzi liczbowe i procentowe respondentów. Odpowiedzi w formie opisowej zostały przez autorkę przeanalizowane i przedstawione w dalszej treści niniejszego artykułu.

Tabela 1. Wyniki badania ankietowego

Lp.	Pytanie	Możliwe odpowiedzi	Odpowiedzi	
			%	liczbowo
1.	Twój wiek:	19-29 lat	89%	789
		30-39 lat	7%	66
		40 i więcej	4%	32
2.	Jesteś:	Kobietą	37%	332
		Mężczyzną	63%	555
3.	Studiujesz:	Dziennie	55%	487
		Zaocznie	45%	400
4.	Kierunek twoich studiów to:	<i>Lista kierunków studiów</i>		
5.	Czy znasz kogoś, kto pracuje zdalnie (z grona Twojej rodziny lub znajomych)?	TAK	50%	446
		NIE	50%	441
6.	Czy sam pracowałeś lub pracujesz zdalnie?	TAK	20%	179
		NIE	80%	708
7.	Czy w przyszłości chciałbyś pracować zdalnie?	TAK	66%	586
		NIE	34%	301
8.	Jeśli chciałbyś pracować	Informatyka	45%	317

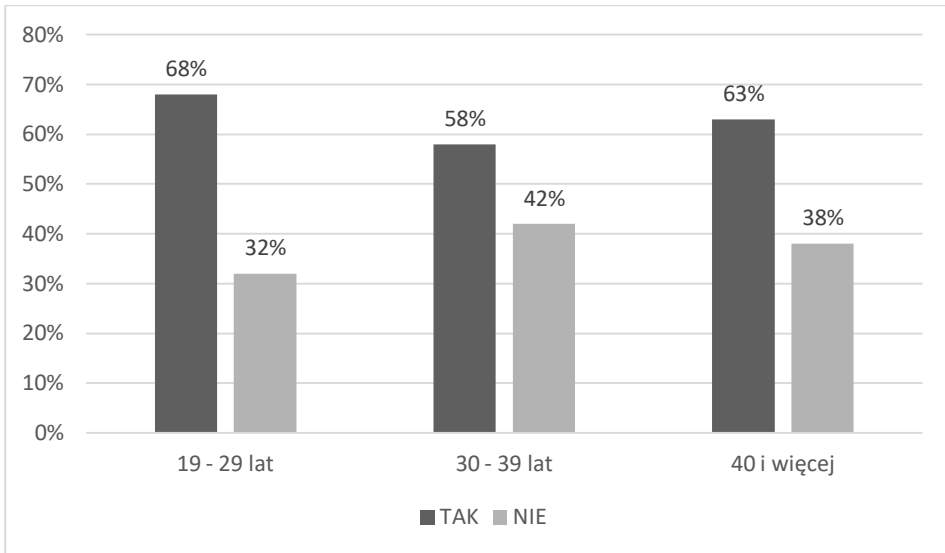
	zdalnie w przyszłości, to jaka branża byłaby dla Ciebie interesująca? (max 3 odpowiedzi)	Copywriting lub dziennikarstwo	13%	90
		Tłumaczenia	12%	87
		Księgowość	21%	146
		Telemarketing	10%	73
		Inne (odpowiedzi własne)	-	-
9.	Które cechy pracy zdalnej są dla Ciebie najbardziej lukratywne? (max 3 odpowiedzi)	Elastyczny czas pracy	79%	695
		Możliwość pracy w dowolnym miejscu na kuli ziemskiej	60%	529
		Samodzielna organizacja pracy	51%	454
		Możliwość współpracy z cenionymi firmami z Twojej branży	18%	156
		Możliwość pogodzenia opieki nad dziećmi z pracą	19%	172
		Brak bezpośredniego kontaktu z szefem	12%	105
		Inne (odpowiedzi własne)	-	-
10.	Czy widzisz jakieś wady pracy zdalnej?	TAK	71%	628
		NIE	29%	259
11.	Jakie zauważasz wady pracy zdalnej?	Brak dobrej organizacji pracy	19%	166
		Brak motywacji do pracy	44%	385
		Alienacja ze względu na brak osobistego kontaktu ze współpracownikami	35%	307
		Brak poczucia przynależności do zespołu	26%	233
		Brak granicy pomiędzy życiem prywatnym a zawodowym	46%	409
		Inne (odpowiedzi własne)	-	-

Źródło: opracowanie własne

Odpowiedzi na pytania o wiek, płeć, typ oraz kierunek studiów pozwoliły scharakteryzować grupę badawczą. Ustalono trzy przedziały wiekowe zgodnie z przyjętym opisem pokoleń: 19-29 lat, 30-39 lat oraz 40 i więcej lat. Najliczniejszym przedziałem okazał się przedział pierwszy: należało do niego aż 89% respondentów (789 osób). Od 30 do 39 lat miało 7% badanych (66 osób). Zaledwie 4% to osoby w wieku 40 lub więcej lat (32 osoby). Tak duża rozbieżność w liczebnościach poszczególnych przedziałów wiekowych jest zrozumiała, gdyż większość osób studiujących w Polsce jest w wieku od 19 do 24 lat. Zaznaczyć jednak należy, że liczebność każdego z przedziałów wiekowych wykazuje cechy grupy dużej (powyżej 30). Zdecydowana większość respondentów to mężczyźni (63%). Wśród badanych osób znaleźli się reprezentanci wszystkich wydziałów i kierunków Politechniki Częstochowskiej. Większa część z nich studiuje dziennie (55%).

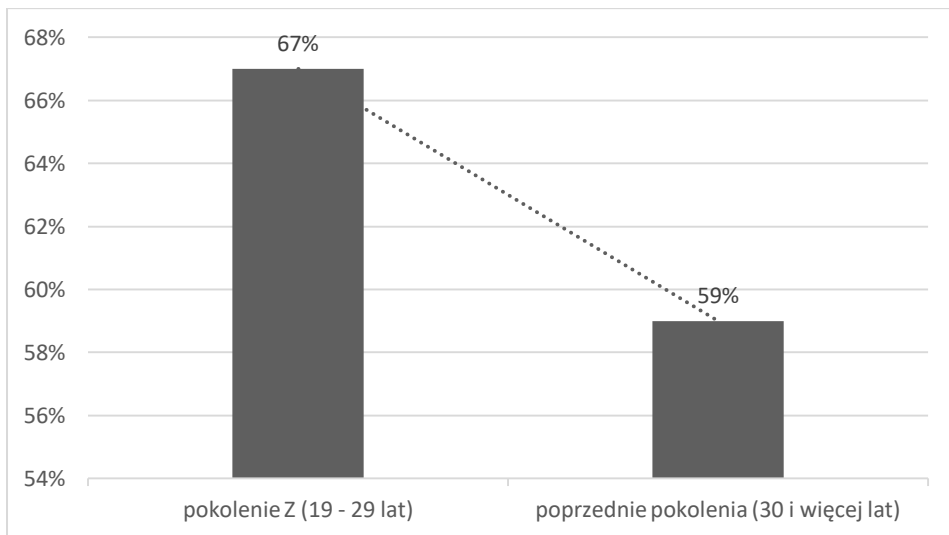
Uzyskane wyniki badań pozwoliły stwierdzić, jaka jest częstotliwość tej formy wykonywania obowiązków służbowych wśród ankietowanych lub ich rodzin/znajomych. Zdalnie pracowało lub pracuje jedynie 20% respondentów. Należy jednak podkreślić, że część studentów biorących udział w badaniu jest jeszcze nieaktywna zawodowo

i dotychczas nie pracowała ona ani zdalnie, ani stacjonarnie. Gdyby te osoby miały już jakieś doświadczenia zawodowe, to bardzo możliwe, że odsetek osób pracujących w formie telepracy byłby wyższy. Zwłaszcza, że aż 50% badanych zna kogoś kto pracuje zdalnie, a 66% ankietowanych potwierdza chęć podjęcia tej formy pracy. W rozbiciu na przyjęte w badaniu przedziały wiekowe zainteresowanie pracą zdalną wykazuje odpowiednio: 68% osób w wieku 19-29 lat, 58% osób w wieku 30-39 lat oraz 63% osób mających 40 lub więcej lat. Zestawienie przedstawia wykres 1.



Wykres 1. Zainteresowanie respondentów z poszczególnych przedziałów wiekowych pracą zdalną  
Źródło: wykonanie własne

Przyjęto, że pierwszy z prezentowanych przedziałów wiekowych to przedstawiciele opisanego w punkcie 3 niniejszego artykułu pokolenia Z, a dwie kolejne grupy to osoby z generacji Y i X. Przeprowadzone badanie pokazało, że wszyscy respondenci są zainteresowani możliwością wykonywania pracy zdalnej, przy czym największą chęć podjęcia telepracy wykazują przedstawiciele pokolenia Z. Różnicę tę widać wyraźniej, jeśli obliczymy zainteresowanie pracą zdalną dla osób do 29 lat oraz od 30 lat. Zainteresowanie telepracą wykazuje aż 67% osób z pokolenia Z oraz 59% osób z poprzednich generacji. Dane te prezentuje wykres 2.



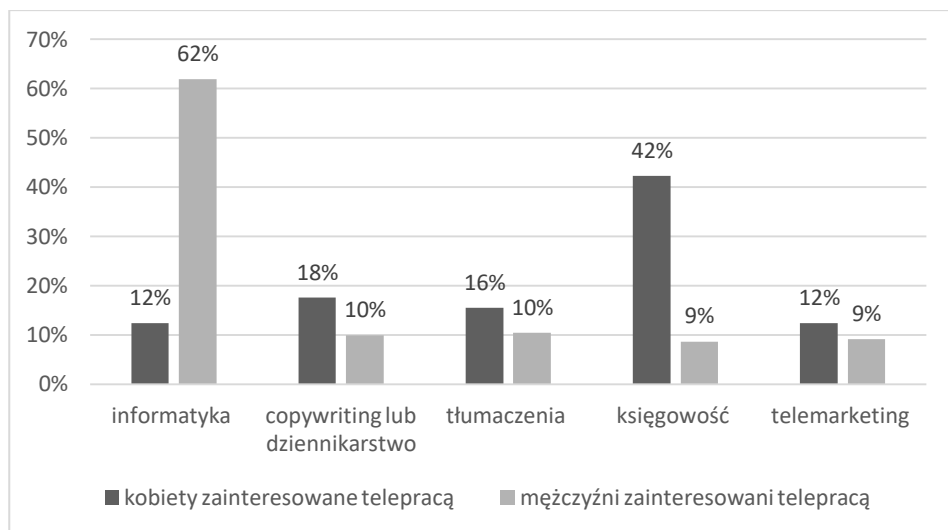
Wykres 2. Zainteresowanie pracą zdalną osób z pokolenia Z i poprzednich generacji  
Źródło: wykonanie własne

Na podstawie zaprezentowanych danych można stwierdzić, że hipoteza H1 została zweryfikowana pozytywnie: przynależność do pokolenia Z determinuje większe niż u innych generacji zainteresowanie telepracą.

Liczbę studentów zainteresowanych pracą zdalną przedstawiono także w rozbiciu na płeć. Badanie pokazało, że 61% kobiet chciałoby pracować zdalnie. Mężczyzn zainteresowanych telepracą jest 69%. Tym samym hipoteza nr 3 została zweryfikowana negatywnie. Grupą wykazującą większe zainteresowanie pracą „na odległość” jest grupa mężczyzn.

Ankieta sprawdzała także, w których branżach respondenci chcieliby pracą zdalną. Aż 45% osób, które chciałyby pracować w formie telepracy, wybrało informatykę. Na drugim miejscu plasuje się księgowość: 21%. Ostatnie pozycje zajmują: copywriting lub dziennikarstwo (13%), tłumaczenia (12%) oraz telemarketing (10%). Przy tym pytaniu respondenci mogli wpisać też inne zawody. Z tej opcji skorzystały 152 osoby. Najczęściej wpisywano grafikę, programowanie, projektowanie, logistykę i spedycję.

Mężczyźni z grupy badawczej są zainteresowani głównie pracą zdalną w branży informatycznej (62% mężczyzn zainteresowanych telepracą przy zaledwie 12% kobiet), a kobiety – w księgowości (42% kobiet przy 9% mężczyzn). Pełne zestawienie uwidoczniło na wykresie 3.

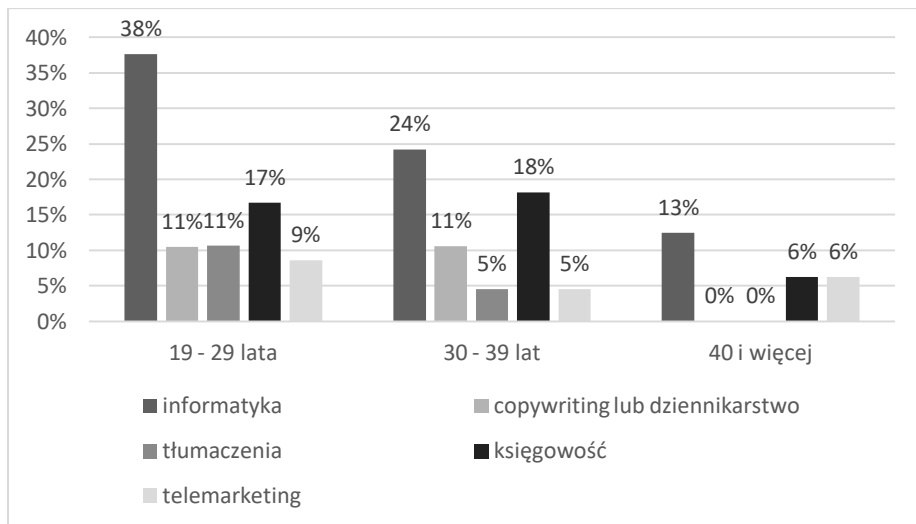


Wykres 3. Kobiety i mężczyźni zainteresowani telepracą w wybranych branżach

Źródło: wykonanie własne

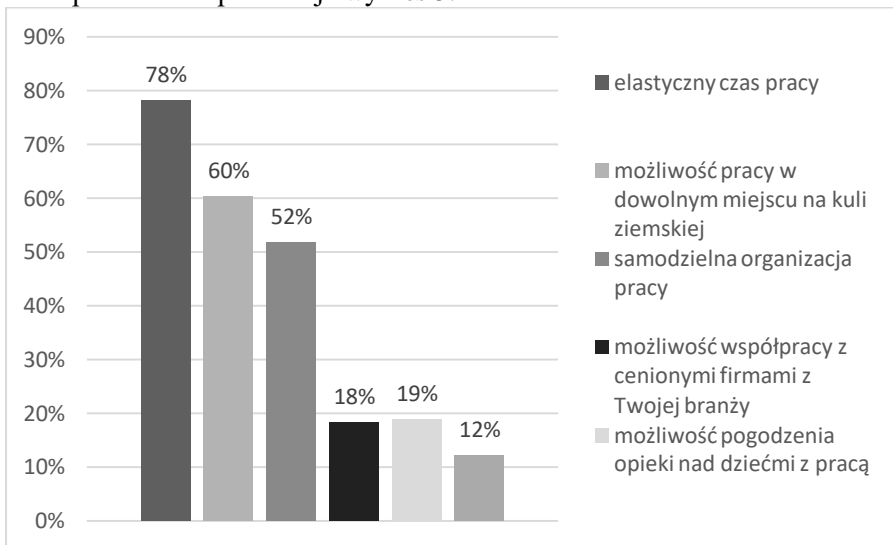
Wyniki ankiety pokazują także interesującą zależność związaną z wyborem branż w poszczególnych grupach wiekowych (wykres 4). Ilość odpowiedzi w pierwszych dwóch przedziałach wiekowych jest znacznie większa niż w przedziale ostatnim. Można stąd wysnuć wniosek, że grupy te udzielały kilku odpowiedzi na pytanie o interesującą je branżę (przy tym pytaniu była taka możliwość). Całkiem inaczej rzecz się ma w przypadku grupy czwartej (40 i więcej lat). Tutaj ilość odpowiedzi przy podanych przez autorkę branżach była niższa niż ilość odpowiedzi twierdzących z pytania nr 7. Przedstawiciele tej grupy w większości podawali własne przykłady interesujących ich zawodów lub branż, bardzo możliwe, że korespondujące z już wykonywanym przez nich zawodem.

W każdym przedziale wiekowym najczęściej wybierana była informatyka, przy czym odpowiednio 38% ogółu pierwszej grupy, czyli zarówno osób zainteresowanych pracą zdalną, jak i tych niewykazujących takiego zainteresowania, 24% drugiej i zaledwie 13% trzeciej chciałoby pracować w tej branży. Istotny jest fakt, że branża informatyczna uzyskała najwięcej głosów w każdym przedziale wiekowym. Za informatyką plasuje się księgowość (odpowiednio: 17%, 18% i 6%). Pozostałe branże były dla respondentów mniej interesujące, przykładowo copywriting lub dziennikarstwo i tłumaczenia w grupie najstarszej nie zostało zaznaczone przez żadną osobę.



Rysunek 4. Zainteresowanie poszczególnych grup wiekowych pracą zdalną w wybranych branżach  
Źródło: wykonanie własne

Uzyskane wyniki pozwoliły także określić, które cechy telepracy są dla ankietowanych najbardziej lukratywne. Wśród przedstawicieli pokolenia Z najczęściej wybieranymi odpowiedziami były: elastyczny czas pracy (78%), świadczenie pracy w różnych miejscach na świecie (60%) oraz samodzielność w organizowaniu pracy (52%). Możliwość współpracy z cenionymi firmami z branży, pogodzenie opieki nad dziećmi z pracą i brak bezpośredniego kontaktu z szefem okazały się znacznie mniej popularne, uzyskały one odpowiednio: 18%, 19% i 12%.



Wykres 5. Lukratywne cechy pracy zdalnej według respondentów w wieku 19-29 lat  
Źródło: wykonanie własne

Nie zaobserwowano większych różnic w wyborze najbardziej lukratywnych cech pomiędzy pokoleniem Z a poprzednimi generacjami, za wyjątkiem ostatniej cechy w grupie osób z pokolenia X. Zaledwie 3% studentów z przedziału 40 i więcej lat uznaje brak bezpośredniego kontaktu z szefem za zachęcający do podjęcia pracy zdalnej.

Dodatkowo osoby badane mogły podać własne propozycje zalet telepracy. Wśród tych propozycji znalazły się między innymi: oszczędność czasu i pieniędzy na dojazdy, możliwość połączenia studiów i kilku prac, możliwość wykonywania kilku czynności w międzyczasie (np. gotować ziemniaki).

Tym samym została potwierdzona hipoteza badawcza H2: elastyczny czas pracy w najwyższym stopniu wpływają na chęć podjęcia telepracy przez studentów z pokolenia Z. Równocześnie wykazano dwie kolejne bardzo istotne dla ankietowanych cechy: możliwość wykonywania pracy w różnych miejscach na świecie oraz możliwość samodzielnej organizacji pracy to elementy.

Większość ankietowanych (aż 71%) przyznaje, że praca zdalna ma także wady. Najczęściej wymieniane wady to brak granicy pomiędzy życiem prywatnym i zawodowym (tak uważa 46% badanych), brak motywacji do pracy (44%) oraz alienacja ze względu na brak osobistego kontaktu ze współpracownikami (35%). W dalszej kolejności wskazywano na brak poczucia przynależności do zespołu (26%) i brak dobrej organizacji pracy (19%). Respondenci mogli także wpisać własne przykłady wad telepracy. Podano między innymi: rozpraszenie przez domowników i inne czynności, trudności z konsultacją w razie problemów, brak możliwości bezpośredniej kontroli pracodawcy nad pracownikiem, brak ergonomicznego stanowiska pracy w domu. Badanie nie wykazało większych różnic pomiędzy odpowiedziami ogółu ankietowanych a odpowiedziami w rozbiciu na wiek i płeć.

Wykazywanie wad pracy zdalnej przez osoby badane może oznaczać, że udzielane przez nie odpowiedzi miały charakter przemyślany. Mimo świadomości, że praca zdalna posiada także wady, osoby te w dużej części i tak potwierdzają, że chciałyby ją rozpocząć. Konieczna więc była pewna analiza zalet i wad telepracy, która doprowadziła dużą grupę respondentów do wniosku, że warto pracować zdalnie.

## 6. Podsumowanie

Przedstawiony w niniejszym opracowaniu przegląd literatury związanej z pracą zdalną wskazuje, że ta forma pracy cieszy się obecnie bardzo dużym zainteresowaniem. Potwierdza to także przeprowadzone badanie własne. Przy czym uzyskane wyniki pokazują wyraźnie, że przedstawiciele pokolenia Z wykazują wyższą niż pozostałe grupy wiekowe chęć podjęcia telepracy. Wyabstrahowane podczas studiowania literatury cechy osób z tego pokolenia mogą mieć istotny wpływ na dokonany przez nich wybór kluczowych cech pracy zdalnej: elastycznego czasu pracy, możliwości pracy w dowolnym miejscu na kuli ziemskiej oraz samodzielnej organizacji pracy.

Dodatkowo podkreślić należy, że obecnie na całym rynku widać silne zainteresowanie telepracą. Bardzo możliwe, że ze względu na ten fakt, badanie nie wykazało znaczących różnic pomiędzy lukratywnymi cechami telepracy wybranymi przez przedstawicieli pokolenia Z a cechami wskazywanymi przez przedstawicieli generacji X i Y.

Badanie pokazało także, że większe zainteresowanie telepracą wykazują mężczyźni niż kobiety. Może być to w pewnym sensie zaskakujące, gdyż powszechnie uważa się,



że to kobiety mogłyby być bardziej zainteresowane pracą w trybie zdalnym ze względu na chęć połączenia pracy z opieką nad dziećmi.

Praca zdalna posiada nie tylko korzyści, ale także wady, co potwierdzają wyniki badania. Do głównych negatywów pracy na odległość należą: brak wyraźnej granicy pomiędzy życiem osobistym a obowiązkami służbowymi, spadek motywacji do pracy, brak osobistych kontaktów z współpracownikami oraz problemy z samodzielną organizacją pracy przez telepracownika.

Przeprowadzone badania miały charakter pilotażowy. Duża część osób biorących udział w badaniu nie posiada jeszcze żadnego doświadczenia w pracy, dlatego może nieco inaczej interpretować *lukratywne cechy telepracy* niż osoby, które już pracują. Dlatego pierwotnym założeniem autorki było ponowne przeprowadzenie podobnego badania za okres ok. 5 lat wśród absolwentów Politechniki Częstochowskiej z pokolenia Z. Można byłoby wtedy dokonać porównania oczekiwań osób urodzonych po 1990 r. z czasów studiów z ich oczekiwaniami już po zakończeniu edukacji.

Jednak w chwili pisania niniejszego artykułu ogłoszono pandemię koronawirusa COVID-19, który zmienił sytuację ekonomiczną, gospodarczą i społeczną na całym świecie. Zgodnie z zaleceniem większości krajów, w tym także Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w Polsce, pracodawcy powinni zlecać pracownikom pracę w trybie zdalnym, o ile tylko pozwala na to rodzaj wykonywanych przez pracownika obowiązków służbowych. Póki co nie ma jeszcze danych, jaka jest łączna liczba osób pracujących zdalnie w czasie pandemii, ale z pewnością jest to znaczny odsetek pracowników. Z tego względu warto przeprowadzić ponownie badanie oczekiwań dotyczących telepracy po zakończeniu pandemii. Będzie można wtedy porównać oczekiwania studentów, z których dotychczas pewna część dobrowolnie wykonała pracę zdalną, z oczekiwaniami osób, które zostały do takiej formy pracy niejako zmuszone przez pracodawców w obliczu zagrożenia koronawirusem COVID-19.

## Literatura

1. Geck C., *Teaching Information Literacy to the Newest Net Generation*, [w:] Rosenfeld E., Loertscher D. (red.), *Towards a 21<sup>st</sup>-Century School Library Media Program*, s. 235-241, Scarecrow Press, Plymouth.
2. Greenberg A. i Nilssen A., *WR Paper: Addressing 21<sup>st</sup> Century Challenges through Telework*, Duxbury: Wainhouse Research, 2008.
3. Grycuk A., *Najważniejsze tendencje na rynkach pracy w krajach rozwiniętych*, „Studia BAS”, Nr 4(36), 2013, s. 9-25.
4. Grygier M., *The Remote Future. Rynek pracy zdalnej a oczekiwania pracownicze. Edycja polska 2018*, Remote-how, Kantar TNS Polska, s. 19, 22.
5. Hynes M., *Telework Isn't Working: A Policy Review*, „The Economic and Social Review”, Vol. 45, No. 4, 2014, s. 579-602.
6. Kerrin M., Hone K., *Job Seeker's Perceptions of Teleworking: A Cognitive Mapping Approach*, New Technology, „Work and Employment”, Nr 16(2), 2001, s. 130-135.
7. Kroenke A., *Pokolenie X, Y, Z w organizacji*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Łódzkiej”, Nr 1202, 2015, s. 92.
8. Kuczerska D., Smolaż K., *Oferty pracy a oczekiwania potencjalnych pracowników z pokolenia Y i Z*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Częstochowskiej”, Nr 31, 2018, s. 134-144.
9. LinkedIn Talent Solutions: *2019 Global Talent Trends*, s. 23.
10. Owl Labs: *State of Remote Work Report 2019*, s. 6.
11. Smolaż K., *Telepraca w polskich organizacjach gospodarczych*, „Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego”, Nr 703, 2012, s. 327-335.

12. Stillman D., Stillman J., *Gen Z @ Work. How the Next Generation is Transforming the Workplace*, HarperCollins, New York, 2017.
13. Ślęzak A. (2012), *Przegląd badań dotyczących telepracy*, „Studia i Prace Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządzania”, Nr 30, s. 220.
14. Więcek-Janka E., *Dlaczego w Polsce tak rzadko sukcesje w firmach rodzinnych przebiegają pomyślnie – Rzecz o generacjach BB, X, Y, Z*, „Przedsiębiorczość i zarządzanie”, Tom XIX, Zeszyt 7, 2018, s. 23-40.
15. Williams A., *Move Over, Millennials, Here Comes Generation Z*, „The New York Times”, 2015, <https://blogs.vsb.bc.ca/sjames/files/2012/10/Move-Over-Millennials-Here-Comes-Generation-Z-The-New-York-Times.pdf> (03.03.2020 r.)
16. Zalega T., *Praca zdalna – obraz przemian w Polsce i wybranych krajach Unii Europejskiej*, MBA, Nr 4, 2009, s. 39-44.
17. Żarczyńska-Dobiesz A., Chomątowska B., *Pokolenie „Z” na rynku pracy – wyzwania dla zarządzania zasobami ludzkimi*, „Prace Naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu”, Nr 350, 2014, s. 405-415.

## **Praca zdalna – oczekiwania przedstawicieli pokolenia Z przed wybuchem pandemii COVID-19**

### Streszczenie

Rozwój technologii informacyjno-komunikacyjnych sprawił, że telepraca jest dzisiaj coraz bardziej pożądaną formą pracy wśród przedstawicieli różnych generacji. W artykule zawarto zarówno przegląd literatury związanej z tematyką telepracy, jak również zaprezentowano autorskie badanie autorki dotyczące oczekiwań przedstawicieli pokolenia Z względem pracy zdalnej. Celem badania, było określenie poziomu zainteresowania telepracą wśród przedstawicieli pokolenia Z. Dodatkowe cele to ustalenie głównych motywów podjęcia pracy zdalnej oraz porównanie zainteresowania telepracą kobiet i mężczyzn z badanej grupy. Wykazano, że aż 68% respondentów z pokolenia Z chciałoby pracować zdalnie. Z kolei główne motywy podjęcia telepracy to: elastyczny czas pracy, możliwość pracy w dowolnym miejscu na kuli ziemskiej oraz samodzielna organizacja pracy. Wbrew powszechnym opiniom, że praca zdalna cieszy się większym zainteresowaniem wśród kobiet, stwierdzono, że większą chęć podjęcia telepracy wykazują mężczyźni (69%) niż kobiety (61%). Różnią się także branże, w których kobiety i mężczyźni chcieliby pracować zdalnie: mężczyźni częściej wybierają informatykę, a kobiety – księgowość. Słowa kluczowe: telepraca, praca zdalna, pokolenie Z, oczekiwania pokolenia Z

## **Remote work – expectations of representatives of the generation Z**

### Abstract

The development of information and communication technologies has made telework an increasingly desirable form of work among representatives of different generations. The article contains both a review of the literature related to the described issue, as well as the author's own research on the expectations of representatives of the Z generation in relation to remote work. The aim of the study was to determine the level of interest in telecommuting among representatives of the Z generation. Additional goals are to determine the main motives for undertaking remote work and to compare the interest in telecommuting for men and women from the studied group. As many as 68% of respondents from the Z generation would like to work remotely. In turn, the main motives for undertaking telework are: flexible working hours, the opportunity to work anywhere on the globe and independent organization of work. Contrary to popular belief that remote work is more popular among women, it was found that men (69%) are more willing to start telework than women (61%). The industries in which women and men would like to work remotely also differ: men are more likely to choose IT and women are more likely to use accounting.

Keywords: telework, remote work, generation Z, expectations of generation Z

## Zmęczenie przewlekłe zagrożeniem współczesnej młodzieży

### 1. Wstęp

Celem artykułu jest charakterystyka zespołu przewlekłego zmęczenia wśród młodych, dorastających ludzi uwzględniając – diagnozę, przebieg oraz jego uwarunkowania. Podejmowana problematyka do niedawna była pomijana w literaturze psychologicznej, pedagogicznej, socjologicznej oraz medycznej, chociaż ma ogromny wpływ na jakość życia współczesnego człowieka. Jest zjawiskiem wieloaspektowym, a pogłębiając się w jego charakter dotyczy to każdej grupy wiekowej – nie omijając dzieci oraz młodzieży.

Zmęczenie jest doświadczeniem każdego człowieka, które jest obecne w codziennym jego życiu. Odpoczynek przywraca równowagę oraz umożliwia sprawne funkcjonowanie. W sytuacji, kiedy taka poprawa nie następuje, natomiast poczucie zmęczenia utrwała się przybierając formę zmęczenia, nasilonego znużenia lub wyczerpania. Wówczas dochodzi do stanu przemęczenia (ang. *prolonged fatigue*). Przedłużające się ponad 6 miesięcy zmęczenie, określane jako skumulowane przewlekłe zmęczenie (ang. *chronic fatigue*). Zakłócając procesy życiowe, może prowadzić do zmian chorobowych, diagnozowanych jako zespół przewlekłego (chronicznego) zmęczenia (CFS, ang. *chronic fatigue syndrome*). Na zespół przewlekłego zmęczenia najbardziej narażone są osoby, które żyją w ciągłym stresie, mające nieodpartą potrzebę osiągnięcia sukcesów, żyjące w ciągłym zabieganiu – co często jest związane z prowadzeniem niezdrowego stylu życia. Skutkiem tego może być wyczerpanie organizmu i stan przemęczenia, który może pojawić się już w okresie adolescencji [1, 2].

W obecnych czasach społeczeństwo nastawione jest na zdobywanie indywidualnych sukcesów życiowych. Głównym celem człowieka staje się rozwój osobisty, który ma posłużyć w dążeniu do osiągnięcia najwyższego sukcesu szkolnego, w przyszłości ekonomicznego oraz społecznego. W rozwój osobisty należy poświęcić sporo zasobów materialnych, emocjonalnych z uwzględnieniem możliwości czasowych. Decyzja, którą podejmie młody człowiek związana z osiągnięciem sukcesu oraz świadomość jakości wykonywanych zadań również presja czasu spowodować może pojawienie się zaburzeń funkcjonowania. W sytuacji, kiedy dynamiczne dążenie do uzyskania sukcesu trwa stosunkowo krótko nie będzie stanowiło to dla dojrzewającego człowieka większego problemu. Zdrowy organizm adekwatnie zregeneruje się. Problem pojawia się wtedy, gdy dorastający człowiek przestaje mieć kontrolę nad ilością obowiązków, zadeklarowanych zadań, a tempem życia. Niebezpieczeństwo pojawia się wtedy, gdy nastolatek chcąc uzyskać bezwzględny sukces, nakłada na siebie niezliczoną ilość zadań, która przekroczy normę. Jednym z zagrożeń i konsekwencją takiego funkcjonowania staje się zespół przewlekłego zmęczenia [3].

---

<sup>1</sup> eljan@kul.pl, doktor nauk humanistycznych, Katedra Psychologii Klinicznej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II.

Pod koniec XX wieku na gruncie medycyny, psychologii pojawił się termin zwany zespołem przewlekłego zmęczenia. Stan ten jest specyficzny nie tylko wśród osób dorosłych, ale również wśród młodych, ambitnych nastolatków. Przewlekłe zmęczenie wpływa na funkcjonowanie jednostki m.in. sprawność fizyczną, poznawczą, emocjonalną oraz na motywację do uzyskiwania sukcesów życiowych. Dlatego też okresem sprzyjającym pojawieniu się przewlekłego zmęczenia jest wiek dorastania. Występujące w tym czasie konflikty wewnętrzne, frustracje, trudności w realizowaniu potrzeb i dążeń, czasem niski poziom dojrzałości emocjonalnej, zmniejszona odporność na sytuacje stresowe, duża pobudliwość nerwowa, silne napięcie psychiczne, niepowodzenia w kontaktach z ludźmi przyczyniają się do wystąpienia przewlekłego zmęczenia. Często problemy te związane są ze specyfiką wieku rozwojowego: z dojrzewaniem seksualnym, zmianą ról społecznych, trudnościami w odnalezieniu własnej tożsamości [4, 5].

Niepokojące jest zjawisko wzrostu liczby adolescentów, skarżących się na przewlekłe zmęczenie. Pomimo, że jego obecność wśród młodzieży jest niższa niż u dorosłych, to skutki są bardziej destrukcyjne, ponieważ istotnie wpływają na edukację, rozwój psychospołeczny i aktywność fizyczną. Ocena zmęczenia u adolescentów napotyka na trudności ze względu na specyfikę i dynamikę tego okresu związaną z czynnikami fizycznymi (np. zmiany hormonalne okresu dorastania), emocjonalnymi (np. potrzeba niezależności) i społecznymi (np. kontakty interpersonalne). Wiek adolescencji jest czasem rosnących możliwości, ale także nowych zagrożeń. Kształtowanie się tożsamości, rozwój aspiracji i dążeń pokrywa się ze zwiększającym się zakresem doświadczeń i wyzwań. Coraz bardziej świadoma perspektywa przyszłości, osiągnięcie autonomii oraz nowe potrzeby emocjonalne i społeczne mogą napotkać na wiele trudności w ich realizacji. Diagnoza przewlekłego zmęczenia na tym etapie życia zaburza funkcjonowanie emocjonalne i poznawcze. Zmęczenie doświadczane przez adolescentów należy do czynników najsilniej wpływających na ogólną jakość ich życia [6-8].

K. Fukuda oraz współ. [9] opisali symptomy charakterystyczne dla zmęczenia przewlekłego. Zaliczają do nich: przeciągający się czas trwania zmęczenia powyżej 6 miesięcy; ogólna męczliwość nieadekwatna do wykonanego wysiłku; zmęczenie niewyjaśnione i nieustępujące po odpoczynku oraz w sposób znaczący utrudniający codzienne funkcjonowanie. Badania wskazują na fakt, iż negatywne doświadczenia życiowe zmieniają funkcjonowanie jednostki w świecie, zwiększając możliwość zachorowania na depresję oraz dając jednocześnie objawy charakterystyczne dla przewlekłego zmęczenia.

## 2. Koncepcje zmęczenia przewlekłego

Zmęczenie jest wpisane w ludzką naturę i pojawia się najczęściej po wysiłku, długotrwałej i intensywnej pracy. W ostatnich latach wprowadzono nową jednostkę nazwaną koncepcją zmęczenia przewlekłego. Termin ten ma zarówno konotacje pozytywne, jak i negatywne. Jedną z wad jest niejasność i różnorodność definicji oraz fakt, iż samo zmęczenie jest subiektywnie odczuwanym stanem. Oznacza to, że nie można zmierzyć go obiektywnymi metodami badawczymi [10-12].

P. D'Adamo oraz C. Whitney [4] określają zmęczenie jako stan narządu lub tkanki, w którym reagowanie na bodźce jest zredukowane lub zniesione. Jest zwykle wynikiem uprzedniej nadmiernej aktywności, może być także wywołane przeciążeniem systemu nerwowego lub zaburzeniami krążenia i złym zaopatrzeniem w tlen.

Zmęczenie jest również subiektywnym wrażeniem psychologicznym, wynikłym ze stanu fizycznego, porównywalnym z wrażeniami, takimi jak pragnienie i ból. Z kolei A. Mandrowska-Xinxo i L. Zdunkiewicz [15, por. 13, 14] określają zmęczenie jako zjawisko psychosomatyczne, ponieważ subiektywnie odczuwane zmęczenie o różnym stopniu nasilenia objawia się na zewnątrz w postaci obniżenia zdolności do podejmowania lub kontynuowania wysiłku fizycznego, pogorszenia sprawności umysłowej, bólów rąk, nóg, pleców, znużenia i senności. Stan przemęczenia (najwyższego natężenia zmęczenia) dodatkowo charakteryzuje: ogólne osłabienie, zaburzenia snu, obniżenie nastroju, dolegliwości bólowe ze strony różnych narządów, podatność na choroby i pobudliwość psychiczna. Zmęczenie jest naturalną fazą fizjologiczną prawidłowo przebiegającego procesu życiowego, natomiast przemęczenie wiąże się z nasileniem jego zakłóceń, co może doprowadzić do wyczerpania.

Pomimo częstego występowania zmęczenia w życiu ludzi nadal jest to zjawisko mało znane, często także nadużywane w określaniu różnorodnych zjawisk, sytuacji, uczuć [16]. Istotna jest klasyfikacja rodzajów zmęczenia konieczna dla uzyskania jasności i przejrzystości problemu. Ze względu na miejsce, w którym pojawia się zmęczenie, podzielono je na fizyczne i psychiczne. Fizyczne rozumienie jest to stan przejściowy organizmu, którego efektem jest zmniejszanie sprawności ruchowej całego ciała bądź któregoś z układów fizjologicznych [4, 5]. Zmęczenie psychiczne zaś jest subiektywnym stanem, który zmusza jednostkę do zaprzestania lub zawieszenia aktualnie wykonywanych czynności z powodu odczuwanego przeciążenia [17, 18].

Powyższa klasyfikacja nie pozwala dokonać pełnej diagnozy. Zatem konieczne jest zaprezentowanie innego podziału zmęczenia, ze względu na czas utrzymywania się objawów. W jej klasyfikacji wyróżniono zmęczenie ostre, przedłużające się oraz chroniczne [2, 18]. Zmęczenie ostre charakteryzuje się napadowym pojawieniem się oraz relatywnie krótkim czasem trwania. Osoba ma możliwość w szybkim czasie powrócić do uprzedniej sprawności psychofizycznej [16]. Zmęczenie przedłużające się powstaje w wyniku nakładających się stanów ostrych lub przedłużającego zmęczenia umiarkowanego, przy niewielkiej ilości odpoczynku [19]. Zmęczenie chroniczne utrzymuje się powyżej 6 miesięcy, jest uznawane za jednostkę patologiczną. Pojawia się ono także w międzynarodowym systemie klasyfikacji chorób ICD, gdzie znajdują się konkretne wytyczne związane z postępowaniem w sytuacji chronicznego zmęczenia [16, 19].

Istotnym dla pełnego zrozumienia zjawiska zmęczenia przewlekłego, jest podział ze względu na rodzaj mechanizmów leżących u podstaw zmęczenia [16]. Wyróżniono:

- a) zmęczenie chorobowe – to rodzaj zmęczenia wynikający i towarzyszący chorobom przewlekłym, zarówno fizycznym, np. nowotwory, stwardnienia rozsiane;
- b) zmęczenie psychiczne spowodowane schorzeniami takim jak: schizofrenia czy depresja [por. 20];
- c) zmęczenie poinfekcyjne – to zmęczenie powstałe w konsekwencji infekcji;
- d) zmęczenie niewyrównane – czyli zmniejszenie wydolności organizmu na skutek zmian w tkance mięśniowej, będących wynikiem niezwykle intensywnego wysiłku fizycznego;
- e) zmęczenie przewlekłe zwane też chronicznym lub skumulowanym – jest wynikiem intensywnego lub długotrwałego wysiłku fizycznego lub związanego

z obciążeniami psychicznymi (długotrwały stres, rozchwianie emocjonalne, frustracje);

- f) niewyjaśnione zmęczenie przewlekłe – zmęczenie utrzymujące się przez dłuższy czas (powyżej miesiąca) oraz pomimo badań lekarskich i laboratoryjnych, nie wykazuje żadnej przyczyny jego powstawania. Ten typ zmęczenia nie zagraża życiu jednostki, jednak jest dla niej uciążliwością. Trudne jest również jego definiowanie z powodu braku nazewnictwa, co często powoduje ignorancję ze strony diagnozujących lekarzy [por. 21, 22];
- g) zespół przewlekłego zmęczenia – jest to cięższa odmiana niewyjaśnionego zmęczenia przewlekłego [16].

Pojęcie zmęczenia nie posiada jednej, usystematyzowanej definicji. N. Sillamy [23] określa je jako stan wewnętrzny, polegający na obniżeniu zdolności do pracy czy innej aktywności, będący skutkiem wcześniej podejmowanego wysiłku. Jest to definicja zmęczenia naturalnego, charakterystycznego dla zdrowej jednostki. Poza nim istnieje także sklasyfikowana jednostka chorobowa zwana syndromem zmęczenia przewlekłego [24].

Zanim przewlekłe zmęczenie zostało uznane za jednostkę chorobową, wielu naukowców próbowało odnaleźć przyczynę charakterystycznych psychofizycznych objawów, występujących u zmęczonych osób. Stan zupełnego wyczerpania posiada wiele nazw i tłumaczeń: „To wszystko na tle nerwowym” – taką diagnozę początkowo słyszało wielu pacjentów zmagających się ze zmęczeniem przewlekłym. Charakteryzuje się ono bowiem niejasnym i często mało konkretnymi objawami, co powodowało dezorientację personelu medycznego. Historia pokazuje, że w takich sytuacjach pacjenci bywali etykietowani jako symulanci czy hipochondrycy [11, 14].

Inne wytłumaczenie „przypadłości”, za jaką uważane były zmęczenie nazwane zostało grypą bądź też „chorobą Yuppies”<sup>2</sup>. Określenie to wprowadzono tłumacząc zbyt szybkie tempo życia, nastawienie na zdobywanie kariery oraz awanse. Naukowcy postawili hipotezę, iż skoro przyczyną zmęczenia jest zbyt mała ilość snu oraz brak zdrowego odżywiania, prawdopodobnie po zmianie stylu życia na zdrowszy objawy ustąpią [5, 11]. Najnowsze badania wykazują, iż nie tylko osoby prowadzące szybkie i intensywne życie są narażone na zmęczenie przewlekłe. Może to spotkać także jednostki dbające o swoje zdrowie [24]. Znane jest także powiązanie objawów zmęczenia z wirusem Epsteina-Barra, stąd pod koniec XX wieku naukowcy określali je EBV – syndromem czy też syndromem zmęczenia poinfekcyjnego [16, 19].

Większość powyższych definicji, hipotez oraz przypuszczeń wyraźnie wskazuje na fakt, że jednostka chorobowa o powtarzających się symptomach istnieje. Konieczne zatem stało się skonkretyzowanie tychże objawów, nazwanie zaburzenia, na które cierpi tak wielu pacjentów, a co za tym idzie – określenie kryteriów oraz możliwych metod diagnostycznych i możliwości leczenia. W 1988 roku w USA Narodowy

---

<sup>2</sup> Yuppie (ang. *Young Urban Professional* – dosłownie: młody wielkomięski przedstawiciel wolnego zawodu – dosłownie: „młodzi, pnący się w górę profesjonalści”). Charakterystycznym atrybutem dla tej kategorii społecznej jest dążenie do profesjonalizmu, pragmatyzm, indywidualizm, zamiłowanie do luksusu, dążenie do kariery i sukcesów finansowych. Dążenie do kariery prowadzące do pracy po kilkanaście godzin dziennie prowadziło do syndromu wypalenia zawodowego. Ponadto kariera okupiona jest problemami w życiu rodzinnym i emocjonalnym. W Polsce pogardliwym określeniem na yuppie jest „japiszon” lub jego lokalny odpowiednik „dorobkiewicz”.

Instytut Zdrowia podjął się koordynacji i kontroli coraz szerszego zakresu przeprowadzanych badań. Wówczas Holmes, na prośbę Centrum Kontroli Chorób (CDC – *Centre for Disease Control*) podjął się przewodniczenia badaniom naukowym, czego efektem stała się pierwsza, robocza definicja „syndromu chronicznego zmęczenia” (CFS – *Chronic Fatigue Syndrome*). Zostało ono określone jako upośledzające zmęczenie, wymagające leczenia i trwające dłużej niż sześć miesięcy (Holmes i in. 1988). Dodatkowo określono towarzyszące mu objawy somatyczne, do których zaliczono podwyższoną temperaturę ciała, bóle mięśniowe oraz krzyżowe, powiększenie węzłów chłonnych oraz bóle w klatce piersiowej [5, 20]. Z niewielką poprawką w USA została przyjęta nazwa „syndrom chronicznego zmęczenia i immunologicznej nieodporności” [16].

W latach 1992-1994 K. Fukuda wraz z współl. [9] dokonali w Japonii pierwszej rewizji roboczej definicji. Następne rewizje miały miejsce w roku 1997 oraz 2001 [16]. W tym samym czasie odbywały się prace: w Wielkiej Brytanii oraz Australii. W konsekwencji doprowadziło to do powstania nowych definicji syndromu chronicznego zmęczenia wraz z kryteriami diagnostycznymi. Pomimo starań wielu naukowców oraz nieustannie przeprowadzanych badań, nadal nie jest w pełni znana etiologia powstawania tego zaburzenia oraz sposobów zapobiegania i leczenia [20]. Spośród wielu definicji przedstawianych przez współczesnych naukowców, można wyłonić części wspólne dla terminu przewlekłego zmęczenia. Chroniczne zmęczenie od zmęczenia „zwykłego” odróżnia szereg elementów. Charakteryzuje się ono subiektywnym poczuciem wyczerpania przy wykonywaniu codziennych czynności, potrzebą częstego odpoczynku, porannym zmęczeniem i złym samopoczuciem wraz z obniżonym nastrojem, skłonnością do irytacji, napięciem nerwowym, trudnością w koncentracji uwagi, a także ogólnym niepokojem. Wszystkie te objawy, w różnej konfiguracji oraz intensywności muszą występować chronicznie, to jest dłużej niż przez 6 miesięcy. Konieczna jest w tym wypadku diagnoza lekarska oraz psychologiczna [16, 22].

Powyższa definicja wskazuje na jedną niezwykle istotną cechę przewlekłego zmęczenia. W rozumieniu tego pojęcia należy pamiętać, iż zawierają się w nim nie tylko objawy fizjologiczne, np. pocenie się, ból mięśni i stawów, głowy, brzucha. Jest to zjawisko psychofizjologiczne, co oznacza, że składają się na nie także mechanizmy psychologiczne [18]. Zmęczeniu przewlekłemu mogą także towarzyszyć depresja, trudności w koncentracji uwagi czy zaburzenia rytmu snu i czuwania [5, 20].

Zgodnie z dotychczasowymi ustaleniami na temat zmęczenia, można przyjąć ogólną definicję, że jest ono – zarówno w ujęciu fizjologicznym, jak i psychologicznym – przede wszystkim ochronnym regulatorem aktywności człowieka. Ochronnym w tym sensie, że pojawia się wtedy, gdy kontynuowanie aktywności przekracza możliwości fizyczne lub psychiczne człowieka i mogłoby przynieść negatywne konsekwencje (od pogorszenia samopoczucia aż do zagrożenia życia). W mechanizmie zmęczenia – w zależności od tego czy traktujemy je jako zjawisko fizjologiczne, czy psychologiczne – można wskazać element subiektywnego doświadczenia lub nie. Fizjologiczne zmęczenie może nie być uświadomione, ale spowodować przerwanie aktywności (organizm „odmawia posłuszeństwa”). Z kolei zmęczenie o charakterze psychologicznym jest zjawiskiem subiektywnym, skłaniającym człowieka do przerywania aktywności. Objawy zmęczenia psychicznego mogą być somatyczne (np. ból głowy, ospałość), umysłowe (np. problemy z koncentracją) i emocjonalne (np. niepokój, apatia) [18].

### 3. Diagnoza zespołu przewlekłego zmęczenia u młodzieży

W latach 80. ubiegłego wieku amerykańskie Centrum Kontroli i Prewencji Chorób (CDC) wraz z międzynarodową grupą prowadzącą badania nad zespołem przewlekłego zmęczenia, przyjęło definicję tej jednostki chorobowej. Definicja ta została zmodyfikowana i zaktualizowana w 1994 roku. Zgodnie z definicją u pacjenta z zespołem przewlekłego zmęczenia (CFS) występować muszą następujące objawy:

- 1) ciężkie przewlekłe zmęczenie trwające pół roku lub dłużej przy wykluczeniu, za pomocą badań klinicznych innych stanów patologicznych;
- 2) równocześnie, występują cztery lub więcej z 8 poniżej podanych objawów;
- 3) istotne pogorszenie funkcjonowania pamięci krótkotrwałej lub uwagi;
- 4) bóle gardła;
- 5) bóle w węzłach chłonnych;
- 6) bóle mięśni,
- 7) bóle wielu stawów, bez występowania obrzęku i zaczerwienienia,
- 8) bóle głowy, innego niż dotychczas – rodzaju, natężenia lub częstości,
- 9) zaburzenia snu, który nie regeneruje (zmęczenie po obudzeniu się),
- 10) złe samopoczucie występujące po wysiłku, które utrzymuje się ponad 24 godziny [19].

Objawy, które nie występowały przed pojawieniem się przemęczenia utrzymują się lub nawracają przez co najmniej sześć kolejnych miesięcy.

Błędem byłaby ekstrapolacja danych z badań dotyczących chronicznego zmęczenia z udziałem dorosłych na populację dzieci i młodzieży. W przypadku nastolatków cierpiących na przedłużające się zmęczenie proces diagnostyczny komplikuje dodatkowo fakt szybkich zmian psychologicznych i fizjologicznych, a w szczególności hormonalnych. Z tego względu w wielu przypadkach objawów przewlekłego zmęczenia u nastolatków, w przeciwieństwie do populacji osób dorosłych, nie stosuje się kategorii diagnostycznej zespołu przewlekłego zmęczenia (*chronic fatigue syndrome*). W literaturze przedmiotu wprowadzono w zamian termin – zespół o typie przewlekłego zmęczenia (ang. *chronic fatigue syndrom – like – CSF-like*), który określa kliniczny zespół objawów przewlekłego zmęczenia, jednakże nie spełniający wszystkich kryteriów koniecznych do rozpoznania „pełnego” zespołu chronicznego zmęczenia u dorosłych [19, 25].

Diagnoza zmęczenia, a zwłaszcza zespołu o typie przewlekłego zmęczenia, obejmuje szczegółowe badanie lekarskie, analizy laboratoryjne oraz badanie psychologiczno-psychiatryczne.

We wstępnej diagnozie lekarz musi wykluczyć wiele chorób, które objawiają się zmęczeniem, m.in.: anemię, niedoczynność tarczycy, cukrzycę, a także choroby serca, płuc, wątroby czy nerek. Do tej grupy zalicza się także zakażenie wirusem HIV, nowotwór, boreliozę, stwardnienie rozsiane, a także zatrucie ołowiem i alkoholem etylowym oraz uzależnienie od środków psychoaktywnych. Zmęczenie może także towarzyszyć niektórym zaburzeniom psychicznym, dlatego także one muszą zostać wykluczone [19].

Stwierdzenie innych możliwych okoliczności powodujących występujące symptomy wyklucza możliwość diagnozy zespołu przewlekłego zmęczenia przy zachowanej możliwości diagnozy przewlekłego zmęczenia jako konsekwencji innych stanów chorobowych. Diagnoza przewlekłego zmęczenia wymaga zgromadzenia pełnego



opisu symptomów i związku między nimi, opierającego się na wnikliwej obserwacji i wywiadzie klinicznym [26, 19]. Symptomy muszą zostać poddane analizie pod kątem związku czasowego i przyczynowego w kontekście historii życia pacjenta. Przez rozpoznanie i eksplorację biografii cierpienie pacjenta znajduje swoje uzasadnienie oraz kontekst społeczno-kulturowy [27].

Według L.J. Tiesinga, T.W.N. Dassen, R.J.G. Halfens [28, por. 19] zmęczenie jest zjawiskiem niespecyficznym, a jego model zawiera czynniki społeczno-demograficzne, czynniki związane z opieką i leczeniem oraz sposobem interwencji. Czynniki społeczno-demograficzne wpływają na zmęczenie, zmęczenie pozostaje we wzajemnej relacji z czynnikami opieki i leczenia oraz interwencją, natomiast sposób interwencji wpływa także na relację między zmęczeniem a czynnikami opieki i leczenia. Z powodu specyfiki przewlekłego zmęczenia relacja lekarz – pacjent jest szczególnie ważna, ale też specyficznym trudna. Trudności z diagnozą są źródłem braku satysfakcji dla lekarzy, kontakt osoby z lekarzem i diagnoza, zwłaszcza psychiatryczna, jest z kolei problematyczna dla pacjenta.

Zdaniem N.C. Ware [29, 30] dla części społeczeństwa zdiagnozowanie zaburzenia jako psychosomatyczne oznacza „wymagowaną chorobę”. Zwraca uwagę na poczucie delegitimacji u osób z zespołem zmęczenia, które ma swoje źródło w trywializacji przez otoczenie niejasnych czy też powszechnie doświadczanych od czasu do czasu objawów oraz w przypisywaniu objawom pochodzenia psychicznego. Konsekwencją trywializacji symptomów jest odmawianie osobie cierpiącej statusu osoby chorej, a traktowanie ich jako części normalnego życia dyskwalifikuje je jako objawy.

Pojawiającemu się zmęczeniu towarzyszą typowe objawy, takie jak: zmniejszenie szybkości i wrażliwości reagowania na bodźce, gorsza koordynacja nerwowomięśniowa (spadek precyzji ruchów, zwolnienie tempa pracy, ociężałość), zmniejszenie zdolności koncentracji uwagi. Zmęczenie objawia się także osłabieniem poprzednio wyuczonych odruchów warunkowych, brakiem zdolności do zdobycia nowych nawyków, czego wyrazem są zaburzenia rytmu pracy [31, 19].

Najsilniej wpływ zmęczenia ujawnia się w obrębie świadomości. E. Grandjean [32] podaje, że zmęczony człowiek zauważa u siebie: pogorszenie uwagi, spowolnienie i osłabienie postrzegania, utrudnienie myślenia, zmniejszenie chęci działania oraz upośledzenie wydajności czynności fizycznych i umysłowych. Jednym z najbardziej dokuczliwych skutków zmęczenia jest zmniejszenie natężenia uwagi. W stanie zmęczenia dominującym objawem jest subiektywne poczucie zmęczenia, określane jako aktualne, nieprzyjemne, przygniatające, ulegające fluktuacji od chwilowego odczucia zmęczenia po wyczerpanie, narzucające warunki wykraczające poza indywidualną zdolność do normalnego funkcjonowania w sferze somatycznej, emocjonalnej, psychicznej i behawioralnej [33]. Pełni ono funkcję obronną, jest wyrazem świadomości zmian zachodzących w ciele i sygnałem, że organizm potrzebuje regeneracji poprzez odpoczynek, sen, reorganizację aktywności i celów [32, 15, 34, 19].

#### **4. Zmęczenie obiektywne i subiektywne – charakterystyka**

Zmęczeniu towarzyszy szereg objawów:

- 1) obiektywnych oraz
- 2) subiektywnych.

Ad. 1) **do obiektywnych** objawów zmęczenia należy zaliczyć:

- a) obniżenie zdolności do wykonywania pracy obserwowane na podstawie wydajności, która jest również uzależniona od indywidualnych cech osobowości i motywacji do pracy;
- b) zwiększoną liczbą błędów, szczególnie dotyczy to prac wymagających znacznego zaangażowania uwagi i wysokiego stopnia koordynacji ruchów;
- c) zmiany w poszczególnych układach i narządach człowieka pracującego: zmniejszenie wrażliwości na bodźce czuciowe (wzrokowe, słuchowe, dotykowe), przyspieszenie rytmu serca, zmniejszenie pojemności życiowej płuc, zakłócenia w sprawności funkcjonowania ośrodkowego układu nerwowego, zmiany w pracy niektórych hormonów i związane z nimi zmiany w składzie chemicznym krwi;
- d) wzrost kosztu fizjologicznego pracy (wydatku energetycznego), gdyż praca w warunkach zmęczenia wymaga większego wydatku energii niż praca w stanie pełnej sprawności;
- e) wypadki przy pracy – wraz z narastającym zmęczeniem wzrasta ich ilość [35, por. 19].

Ad 2) **subiektywnymi** objawami zmęczenia [35, por. 19] są:

- a) doznania bólowe: narastający ból mięśni przy pracy fizycznej lub głowy przy wysiłku umysłowym;
- b) odczucie osłabienia przy kontynuowaniu pracy;
- c) niechęć do pracy;
- d) dyskomfort.

Zmęczenie subiektywne może poprzedzać, towarzyszyć lub następować po wykonaniu czynności lub zmianie wysiłku. Obserwacje wskazują na to, że może ono również występować niezależnie od wysiłku. Subiektywne objawy zmęczenia, odczuwane lub przeżywane emocjonalnie, wiążą się z samooceną własnych stanów, doznań i możliwości [19].

H.N. Cofer oraz M.H. Apply [36] traktują poczucie zmęczenia jako podstawowy rodzaj zmęczenia i określają je jako negatywny stan uczuciowy związany z ogólnym samopoczuciem człowieka jako całości. Autorzy ci wyróżniają cechy charakterystyczne dla subiektywnego zmęczenia psychicznego:

- a) jest ono kumulatywne (poprzez wzrastającą podatność na frustrację);
- b) daje się odróżnić zarówno od uczucia wysiłku, jak i od wydatkowania energii – nie ma zatem charakteru energetycznego;
- c) jest funkcją zainteresowania lub konfliktu, nie zależy więc od stopnia aktywności fizycznej; nie wzrasta ani nie maleje w sposób ciągły, lecz podlega nagłym wahaniom w górę i w dół;
- d) jest funkcją ośrodkowego układu nerwowego, podlega restrukturyzacji i reorganizacji;
- e) może wystąpić już przy przewidywaniu lub przy myślowym i wyobrażeniowym ujęciu danej czynności (tj. mogą je wywoływać myśli lub wskazówki sytuacyjne);
- f) pozostaje w odwrotnym stosunku do uczucia zapału;
- g) można je przewycięzać lub odsuwać w nieokreśloną przyszłość w razie nagłej konieczności lub w okresach beztroskiego realizowania celów;
- h) nie istnieje prosty związek pomiędzy subiektywnym zmęczeniem a okresami snu lub regeneracji [por. 2].

Na poczucie zmęczenia psychicznego może wpływać zniechęcenie, trudności i kłopoty, niewłaściwa atmosfera, niesprawność psychofizyczna. Może ono występować bez rzeczywistego obciążenia określoną aktywnością i odwrotnie – duże, obiektywne obciążenie psychiczne w sytuacji stresowej może nie być tak odczuwane, nie musi obniżać wydajności i dawać poczucia zmęczenia na przykład u ludzi, dla których ich działalność jest pasją życiową [12]. Należy podkreślić, że subiektywne objawy zmęczenia nie zawsze pokrywają się ze zmęczeniem rzeczywistym. Czasami zdarza się, że osoba zmęczona wykonywaną pracą subiektywnie tego nie odczuwa.

W innych przypadkach można czuć się zmęczonym jeszcze przed podjęciem zajęcia czy ważnej pracy [35, por. 22] albo przy wykonywaniu prostych czynności, które nie doprowadzają do wyczerpania nerwowomięśniowego. W odczuwanym zmęczeniu trudno wydzielić granice między obiektywnymi a subiektywnymi jego przejawami, pomiędzy stanem psychofizjologicznym, jego percepcją, komunikowaniem zmęczenia a możliwym pomiarem. Istnieje potrzeba zastosowania wielu różnych strategii obiektywnych i subiektywnych w celu możliwie dokładnej oceny znaczących zmian w dynamice odczuwanego zmęczenia. Można także dokonać porównania, w jakim stopniu obiektywny pomiar różni się od subiektywnego. Taki kierunek badań uwzględnia podmiotowość osoby, która powinna współdziałać w powrocie do zdrowia i codziennej aktywności [35, por. 22].

Przyczyny subiektywnych objawów zmęczenia, poza rzeczywistym zmęczeniem organizmu pod wpływem wykonywanej pracy, w znacznej mierze są uzależnione od indywidualnych właściwości człowieka oraz ich powiązania z konkretnymi warunkami społeczno-fizycznego środowiska pracy. Zalicza się do nich: – strukturę osobowości; – cechy temperamentu i charakteru; – inteligencję; – siłę motywacji; – typ układu nerwowego; – pobudliwość emocjonalną; – wiek, płeć; – stan zdrowia; – dotychczasowe doświadczenie; – rodzaj i miejsce pracy, czas jej trwania; – środowiskowe i psychologiczne warunki pracy; – stosunek do wykonywanych czynności; – sytuację rodzinną; – zadowolenie z pracy i jej atrakcyjność [35, por. 22].

W badaniach wykazano, że nawet gdy zmęczenie subiektywne jest wyraźnie odczuwane, człowiek może nadal działać efektywnie, jeśli praca go interesuje, oczekuje na sukces lub odczuwa obawę przed zagrożeniem czy utratą wartości. Negatywne objawy zmęczenia subiektywnego, takie jak: osłabienie, senność, ociężałość, niechęć do działania, poczucie dyskomfortu nie muszą wystąpić, mimo znacznego wyczerpania, jeśli jest wysoka motywacja [37, 35, por. 22]. Subiektywne przejawy zmęczenia mogą rzutować na zmiany w zachowaniu się człowieka. W zależności od stadium zmęczenia oraz właściwości indywidualnych mogą występować pod postacią rozdrażnienia i wybuchowości (pobudzenia) lub przygnębienia i apatii (osłabienia). Subiektywne doznania decydują wielokrotnie o intensywności ujemnego wpływu zmęczenia na sprawność psychofizjologiczną człowieka i jego zdolność do pracy [35, 38].

## **5. Uwarunkowania zmęczenia przewlekłego**

Różnorodność ujęcia definicji przewlekłego zmęczenia pokazuje, że etiologia tego zjawiska nie jest w pełni poznana. Dotychczasowe badania wskazują na trzy podstawowe uwarunkowania powstawania tej jednostki chorobowej: czynniki biologiczne, psychiczne oraz społeczno-kulturowe.

## 5.1. Czynniki biologiczne

U podstaw fizjologicznych teorii zmęczenia leży pojęcie homeostazy wprowadzone przez W.B. Cannona [za: 39, por. 22], które systematyzowało określenie procesów zachodzących w organizmie człowieka, mających na celu utrzymać równowagę wewnętrznego środowiska organizmu. Zmęczenie pełni dwojaką funkcję – jest wynikiem zaburzonej homeostazy w organizmie oraz prowadzi do jej wyrównania poprzez informację o potrzebie odpoczynku, wysyłałą do ciała [40, 38].

Do najważniejszych czynników biologicznych uznawanych za podłoże przewlekłego zmęczenia zalicza się:

- a) infekcje wirusowe – wielu pacjentów przewlekłe zmęczonych podaje podczas wywiadu informację o infekcjach wirusowych przebytych bezpośrednio przed diagnozą zespołu zmęczenia. Początkowo uważano, że przyczyną powodującą przewlekłe zmęczenie był wirus Epsteina-Barra, który występował u 30% dorosłych z symptomem zmęczenia [41] oraz aż połowy dzieci [42]. Objawy EBV<sup>3</sup> odpowiadały też symptomom prezentowanym przez przewlekłe zmęczonych [44]. W późniejszym czasie ujawniono jednak wyniki badań wskazujące na to, iż taki sam poziom wirusa EBV jest u osób cierpiących na syndrom przewlekłego zmęczenia oraz u osób nieprzejawiających objawów dla tego syndromu. Hipoteza została więc odrzucona [por. 16]. Po wykluczeniu wirusa Epsteina-Barra rozpoczęto badania nad zależnością zmęczenia przewlekłego i wirusem opryszczki oraz wirusem białaczki z komórek T, co jednak także wykluczono [44, 38]. Obecnie przeprowadzane badania nie są zgodne i nie odpowiadają jednoznacznie na pytanie o powiązanie infekcji wirusowej z powstawaniem syndromu przewlekłego zmęczenia. Praktyka kliniczna jednak definiuje zespół powirusowy, będący powikłaniem zakażeń wirusowych, który swoimi objawami przypomina syndrom przewlekłego zmęczenia [16]. Zalicza się go do symptomów medycznie niewyjaśnionych, w klasyfikacji DSM-IV ma swoje miejsce w Osi I – w kategorii zaburzeń somatomorficznych, w ICD-10 natomiast pojawia się w kilku kategoriach jako zaburzenie nerwicowe związane ze stresem i pod postacią somatyczną (F.45), zaburzenie nerwicowe nieokreślone (F.48.9), powirusowy zespół zmęczenia (G.93.3), a także jako chroniczne zmęczenie nieokreślone gdzie indziej (R.53) [za: 16].
- b) Zaburzenia immunologiczne – także w tym przypadku dane z badań klinicznych nie są jednoznaczne. Naukowcy potwierdzają fakt nadaktywności układu immunologicznego u osób przewlekłe zmęczonych. Jednak wyniki badań nie wykazują jednoznacznie patologii w tym układzie. Stąd też niektórzy twierdzą, że potwierdzone zmiany odporności są efektem zmęczenia a nie jego przyczyną [16].
- c) Rola autonomicznego układu nerwowego – liczne badania wskazują na połączenie przewlekłego zmęczenia z zespołem obniżonego ciśnienia, omdleniami neurokardiogennymi, a nawet z funkcjami poznawczymi, takimi jak: pamięć i rozumienie tekstu czytanego [16, 38].

---

<sup>3</sup> Objawy EBV – jest to choroba, która objawia się bólami głowy, złym samopoczuciem, utratą łaknienia, apatią, rozkojarzeniem, przewlekłym zmęczeniem, ogólnym osłabieniem. Następnie pojawia się gorączka, która z reguły wynosi 38-39°C. Utrzymuje się ona przeważnie od dwóch dni do miesiąca i dłużej [43].

d) Czynniki neuroendokrynne – związane z nieprawidłowościami osi HPA (podwzgórze-przysadka mózgowa-kora nadnerczy). Zaburzenia tej osi powodują zaburzenia charakterystyczne także dla przewlekłego zmęczenia [38].

Poza wyżej wymienionymi mają na zmęczenie wpływ także czynniki neuroanatomiczne, neuromięśniowe, biochemiczna, a także zaburzenia rytmu snu i rytmu dobowego.

## **5.2. Czynniki psychiczne**

Literatura psychologiczna wskazuje na związki temperamentu z problemami zdrowotnymi, skłonnościami do zachowań antyspołecznych i do niepożądanych form zachowania, jak i do pojawienia się ustawicznego poczucia zmęczenia [45, 46].

Jedną z głównych przyczyn chronicznego zmęczenia są m.in.: silny stres, wstrząsy emocjonalne, stany depresyjne i zaburzenia lękowe. Większość psychologicznych przyczyn prowadzi do obniżenia jakości snu lub bezsenności, które powodują zmęczenie „w ciągu dnia”. Źródłem silnego stresu w naszym codziennym życiu mogą być nie tylko złe lub przykre doświadczenia, lecz także zdarzenia pozytywne, takie jak np. przeprowadzka, zmiana szkoły, korzystna zmiana pracy czy sukcesy edukacyjne. Do czynników związanych z nieprawidłowym stylem życia zaliczyć trzeba różne niezdrowe nawyki, nałogi, a w szczególności:

- a) nadużywanie alkoholu;
- b) brak ruchu (siedzący tryb życia);
- c) nadużywanie kofeiny (kawa, herbata, napoje energetyczne);
- d) niekontrolowane korzystanie z komputera (gry etc.);
- e) niezdrowe, tzw. „śmieciowe” jedzenie oraz
- f) nieregularne posiłki.

Istotnym czynnikiem prowadzącym do przewlekłego zmęczenia jest też przeciążająca praca (która może doprowadzić do tzw. syndromu wypalenia zawodowego). Kolejnym, związanym z życiem zawodowym czynnikiem ryzyka jest praca na nocną zmianę a u młodzieży niekontrolowane gry komputerowe [46]. A. Kulik [16] w swoich badaniach koncentruje się na wyjaśnieniu zmęczenia przewlekłego i jego objawów jako wynik choroby somatycznej. Analiza uzyskanych wyników wskazuje, że wiąże się to z przedłużającym się odpoczynkiem w sytuacji długotrwałej choroby. Wyróżnia cztery główne etapy rozwoju zmęczenia: 1) zmęczenie spowodowane chorobą, 2) odpoczywanie i spadek aktywności, 3) zmęczenie wysiłkowe jako fizyczna konsekwencja spadku kondycji, 4) konsekwencje psychospołeczne w wyniku atrybucji choroby. Wszystkie te etapy następują w cyklicznym porządku, zataczając „błędne koło”. Poprzez chorobę i ogólne osłabienie organizmu codzienne czynności wymagają od jednostki częstszego niż w sytuacji zdrowia odpoczynku. Ten z kolei powoduje spadek aktywności oraz kondycji fizycznej. Wynikiem tego elementu jest negatywne nastawienie chorego względem siebie samego oraz otoczenia. Powoduje konflikty, osłabia poczucie odpowiedzialności, a także obniża poziom motywacji. Wiąże się to ostatecznie z alienacją oraz brakiem poczucia własnej wartości.

Ważne jest również współwystępowanie zmęczenia przewlekłego oraz zaburzeń psychicznych. B.H. Natelson [47] w badaniach zaznacza, że prawie 25% osób cierpiących na zespół przewlekłego zmęczenia (CFS) podczas wywiadów klinicznych skarży się na równoczesne ze zmęczeniem występujące zaburzenia psychiczne. Ich leczenie nie wpływa w znaczny sposób na poprawę dolegliwości fizycznych, jednak

przyjmowanie środków przeciwdepresyjnych poprawia poziom samopoczucia zmęczonych w skali sześciu miesięcy. Pomimo to istnieje wyraźne rozróżnienie pomiędzy tymi dwoma schorzeniami. Pewne objawy somatyczne, takie jak bóle gardła czy powiększenie węzłów chłonnych nie występują bowiem przy depresji [48].

W powstaniu przewlekłego zmęczenia nie bez znaczenia pozostaje również osobowość i temperament. Wielość konfliktów oraz stres są przyczyną różnorodnych reakcji organizmu, w zależności od kondycji psychofizycznej osoby, lecz także od jej nastawienia i stylu funkcjonowania [48, 46].

Jako jeden z czynników psychologicznych traktowane jest znaczenie negatywnych zdarzeń życiowych. N.C. Ware [30] przedstawia wyniki badań, które podają, że wiele osób z syndromem przewlekłego zmęczenia przeżyło wcześniej traumatyczne wydarzenia, takie jak choroba psychiczna członków rodziny, uzależnienia i przemoc rodzinna, a także utrata pracy czy śmierć bliskiej osoby. Istotny jest także fakt, że większość osób z przewlekłym zmęczeniem nie dostrzega związku pomiędzy tymi negatywnymi wydarzeniami a rozwojem przewlekłego zmęczenia w ich życiu.

### 5.3. Czynniki społeczne i środowiskowo-kulturowe

A. Kulik [49] ukazuje zespół zmęczenia przewlekłego jako chorobę cywilizacyjną związaną z nieprzyjemnym stanem środowiska. Dynamicznie rozwijający się świat w którym jednostka spotyka się z ogromnym zagęszczeniem zaludnienia z coraz wyższym poziomem zanieczyszczenia środowiska, zanieczyszczeniem powietrza oraz hałasem, nie jest dla niej miejscem przyjaznym. Wymaga ogromnego nakładu energii oraz sił. L. Russell, G. Broderick oraz R. Taylor [46] uznają przewlekłe zmęczenie za swoiste zjawisko kulturowe – przejaw braku równowagi pomiędzy mikro i makrokosmosem. Nieustannie zmieniająca się moda oraz wymagania, by osoba za tą modą nadążała (niezależnie od tego, czy jest to zgodne z jej wewnętrznymi przekonaniem) powoduje dezorientację jednostki oraz zmęczenie fizyczne, a przede wszystkim psychiczne. Syndrom zmęczenia przewlekłego jest specyficzną jednostką chorobową, wymagającą dużego zaangażowania nie tylko od osoby zmęczonej, ale także od jej otoczenia: rodziny, przyjaciół, a także lekarza pierwszego kontaktu. Szczególny wymiar ma ta ostatnia relacja. A. Deale, S. Wessely [50] zwracają uwagę na wiele trudności związanych z kontaktem lekarz-pacjent. Zmęczenie przewlekłe jest niezwykle trudną do zdiagnozowania jednostką, stąd może być dla lekarza źródłem braku satysfakcji, a nawet frustracji. Dla pacjenta natomiast dodatkowym obciążeniem jest moment usłyszenia diagnozy, szczególnie dotyczącej wymiaru psychicznego jego osoby.

Innym niezwykle istotnym czynnikiem, mającym wpływ na zmęczenie przewlekłe jest czynnik socjoekonomiczny. E. Greenglass [51] twierdzi, że niskie warunki socjoekonomiczne przyczyniają się do rozwoju chorób, w tym syndromu zmęczenia przewlekłego. Chory nie zna bowiem możliwości zapobiegania i leczenia zaburzeń z powodu braku odpowiedniego wsparcia specjalistycznego (medycznego oraz psychologicznego) i niskich możliwości finansowych.

Z wyżej wymienionych przykładów stwierdzić można, że syndrom zmęczenia przewlekłego posiada niezwykle złożoną strukturę; nie ma także jednego czynnika powodującego to zmęczenie. Jest to zjawisko ciągle nieodkryte, będącą dalszą bazą do badań.

## 6. Specyfika obrazu klinicznego przewlekłego zmęczenia u młodzieży

Okresem sprzyjającym pojawieniu się przewlekłego zmęczenia jest wiek dorastania. Występujące w tym czasie konflikty wewnętrzne, frustracje, trudności w realizowaniu potrzeb i dążeń, niski poziom dojrzałości emocjonalnej, zmniejszona odporność na sytuacje stresowe, duża pobudliwość nerwowa, silne napięcie psychiczne, niepowodzenia w kontaktach z ludźmi przyczyniają się do wystąpienia zmęczenia. Często problemy te związane są ze specyfiką wieku rozwojowego: z dojrzewaniem seksualnym, zmianą ról społecznych, trudnościami w odnalezieniu własnej tożsamości. Obiektywnie uwarunkowana jest chwiejność psychiczna, spowodowana pewnymi dysfunkcjami hormonów [52, 53].

Niepokojące jest zjawisko wzrostu liczby dzieci i adolescentów skarżących się na przewlekłe zmęczenie, w tym także zespół przewlekłego zmęczenia. Mimo że jego obecność wśród młodzieży jest niższa niż u dorosłych, to skutki są bardziej destrukcyjne, ponieważ istotnie wpływają na edukację, rozwój psychospołeczny i aktywność fizyczną. Ocena zmęczenia u adolescentów napotyka na trudności ze względu na specyfikę i dynamikę tego okresu związaną z czynnikami fizycznymi (np. zmiany hormonalne okresu dorastania), emocjonalnymi (np. potrzeba niezależności) i społecznymi (np. kontakty interpersonalne). Wiek adolescencji jest czasem rosnących możliwości, ale także nowych zagrożeń. Kształtowanie się tożsamości, rozwój aspiracji i dążeń pokrywa się ze zwiększającym się zakresem doświadczeń i wyzwania. Coraz bardziej świadoma perspektywa przyszłości, osiąganie autonomii oraz nowe potrzeby emocjonalne i społeczne mogą napotkać na wiele trudności w ich realizacji. Diagnoza przewlekłego zmęczenia na tym etapie życia zaburza funkcjonowanie emocjonalne i poznawcze [53]. Według L. Eddy oraz M. Cruz [54] zmęczenie doświadczane przez adolescentów należy do czynników najsilniej wpływających na ogólną jakość ich życia [por. 46].

B. Leszniewska-Jodźiło definiuje syndrom chronicznego zmęczenia jako: „*uporczywe i nawracające zmęczenie, trwające więcej niż 6 miesięcy, nie ustępujące po wypoczynku oraz wyraźnie ograniczające codzienną aktywność jednostki*” [55, s. 163]. Jest to definicja wymagająca uszczegółowienia. Wymienione elementy zmęczenia mogą być także symptomami innych schorzeń. Należy więc wspomnieć o innych objawach towarzyszących zmęczeniu przewlekłemu. Są to m.in.: bóle głowy, gardła, mięśni, brzucha, nadwrażliwość i powiększenie węzłów chłonnych, nienaturalnie podwyższone zmęczenie po zwyczajnym wysiłku, obniżenie koncentracji uwagi lub pamięci, sen niedający odpoczynku [por. 56].

Zmęczenie jest podstawowym objawem syndromu zmęczenia. Charakteryzuje się ono chronicznością, długim czasem trwania, istotny jest też fakt, iż zmęczenie to wymaga odpoczynku trwającego co najmniej dobę [49, 52]. Osoba zmęczona charakteryzuje się osłabieniem, utratą energii, apatią, wyczerpaniem, pochyloną postawą ciała [33], a także mniejszą tolerancją wysiłku [52, 53]. Zmęczenie to wpływa również w istotny sposób na funkcjonowanie szkolne, zawodowe, społeczne, osobiste osoby chorej (Wiszniewska i in. 2005). Taylor (2006) przedstawia też osoby zmęczone jako odpoczywające w ciągu dnia średnio osiem razy więcej niż zdrowi. Niewielka część przewlekłe zmęczonych porzuca nawet ulubione zajęcia, pracę, studia z powodu zbyt wysokiego odczuwanego poziomu zmęczenia [52, 53].

Zdecydowana większość osób zmęczonych podejmuje dużo mniejszy wysiłek niż osoby zdrowe i potrzebuje więcej czasu na odpoczynek. Zmęczeni unikają aktywności, a nawet długi wypoczynek nie odbudowuje w pełni ich sił; często powoduje nawet pogłębienie się zmęczenia [16].

Poza dominującym odczuciem zmęczenia chorzy skarżą się także na inne towarzyszące dolegliwości. C. King., L.A. Jason [57] jako najczęściej zgłaszane wskazują rozwijające się objawy infekcyjne. Zmęczeni mają zmieniające się poczucie zimna lub gorąca, wrażenie jakby się miało gorączkę, a także uskarżają się na nadwrażliwość gardła, mięśni, węzłów chłonnych. Poza symptomami infekcyjnymi inne często zgłaszane dolegliwości to różnorodne bóle – głowy, brzucha, klatki piersiowej.

Kolejnym istotnym objawem wskazującym na syndrom zmęczenia przewlekłego są kłopoty ze snem. Pacjentów dotyka bezsenność, słaba jakość snu, czyli sen, który nie przynosi odpoczynku – osoby budzą się zmęczone [57]. A. Kulik [16] opisuje także zaburzenia w funkcjonowaniu poznawczo-emocjonalnym, które dotyczą osób przewlekłe zmęczonych. Zmęczeni mają obniżony nastrój i motywację, są często sfrustrowani, w złym humorze, apatyczni, mają też problemy z koncentracją uwagi, mobilizacją do działania i podejmowania decyzji, zorganizowaniem życia codziennego. Do tych objawów dodaje jeszcze dezorientację, częste trudności w podejmowaniu decyzji.

W sferze emocjonalnej przewlekłe zmęczeni wykazują też wysoką reaktywność, neurotyzm, krytycyzm, koncentrację na błędach, tendencję do nadinterpretacji bodźców, niską stabilność emocjonalną, niezadowolenie z siebie, tendencje perfekjonistyczne, a także trudności w relacjach społecznych [58].

Pomimo wielości objawów prezentowanych przez jednostkę cierpiącą na przewlekłe zmęczenie diagnoza tego zjawiska jest niezwykle trudna. Opiera się ona bowiem głównie na symptomach definiowanych przez chorego, przy czym niezwykle często odpowiadają one także innym schorzeniom. Stąd też bywa, że diagnoza przewlekłego zmęczenia opiera się na wykluczaniu innych chorób, mających prezentowane objawy, co jest ogromnym utrudnieniem dla lekarzy, a dla pacjentów – uciążliwością [20, 38].

## 7. Zakończenie

Przedstawione teoretyczne doniesienia na temat przewlekłego zmęczenia wśród młodzieży prowadzą do stwierdzenia o nieokreśloności zjawiska przewlekłego zmęczenia, będącego z tego powodu dodatkowym źródłem cierpienia dla dorastającej młodzieży ze względu na lęk o zdrowie, stygmatyzację i trudności w komunikowaniu swojego stanu subiektywnego. Kolejnym spostrzeżeniem jest niejednoznaczność mechanizmów i uwarunkowań przewlekłego zmęczenia i objawów jemu towarzyszących. Niejednoznaczność ta stwarza trudności nie tylko na poziomie diagnozy lecz także postępowania farmakologicznego/terapeutycznego. Wśród wielu możliwych przyczyn wymienia się także czynniki kulturowe, związane bezpośrednio z postrzeganiem objawów, nadawaniem im znaczenia, roli lekarza, psychologa, pedagoga i innych specjalistów pracujących z młodzieżą. Zwraca się także uwagę na elementy pośrednie – czynniki kulturowe sprzyjające zapadalności na określone dolegliwości.

Zmęczenie jest częstym niespecyficznym symptomem towarzyszącym w różnym stopniu procesem stresowym oraz symptomom klinicznym. Z punktu widzenia klinicznego istotne jest ustalenie, kiedy zmęczenie przestaje być stanem normalnym, a staje się stanem patologicznym. W przypadku nastolatków cierpiących na przedłużające się



zmęczenie proces diagnostyczny komplikuje dodatkowo fakt szybkich zmian psychologicznych i fizjologicznych, a w szczególności hormonalnych. Wejście w okres dorastania niesie za sobą nowe i trudniejsze zadania. Jest to również czas pewnej weryfikacji – między innymi – poziomu kondycji psychicznej i fizycznej młodego człowieka, jego odporności oraz zasobów energetycznych koniecznych do realizacji nowych ról społecznych ściśle związanych z rozwojem struktur osobowych. W związku z tym, choć rozpowszechnienie chronicznego zmęczenia wśród nastolatków nie osiąga takich rozmiarów, jak u dorosłych, to jednak niesie ze sobą poważne zagrożenia dla ich rozwoju. Stan permanentnego przemęczenia wpływa destrukcyjnie na motywację do podejmowania zadań, co stanowi swoiste zwężenie perspektyw rozwojowych, które w innych okolicznościach nastolatków brałby pod uwagę. Zmęczenie może być zasadniczą przyczyną zarzucania koncepcji i celów istotnych dla rozwoju osobistego [58].

Rodzi się potrzeba wczesnego rozpoznawania niepokojących oznak przedłużającego się zmęczenia u nastolatków i podejmowania prób przeciwdziałania niekorzystnym rozwojowo następstwom tego zjawiska. Dlatego też wskazana jest prawidłowo przeprowadzona ocena poziomu zmęczenia przewlekłego wśród młodzieży, która powinna być przedmiotem coraz bardziej zaawansowanych analiz. Winna być też sprawą priorytetową z punktu widzenia ochrony zdrowia młodzieży zarówno uczącej się, jak i pracującej, gdyż pojawiające się u osób dorosłych chroniczne zmęczenie może mieć swoje początki w okresie adolescencji [38, 59].

## Literatura

1. Kulik A., Szewczyk L., *Przewlekłe zmęczenie a temperament u nastolatków*, [w:] *Problemy psychosomatyki okresu dorastania i dorosłości*, Szewczyk L. Kulik A. (red.), Wydawnictwo Proquart, Lublin 2008.
2. Larun L., Brurberg K. G., Odgaard-Jensen J., Price J R., *Exercise therapy for chronic fatigue syndrome*, *Archives of Neurology*, 24, 2016, s. 212-219.
3. Januszewski A., Januszewska E., *Osobowość koherentna alternatywą narcystycznej, czyli ku personalistycznej wizji młodzieży w świetle badań psychologicznych*, [w:] Guzowski K., Barth G. (red.), *Świat osoby. Personalizm Czesława S. Bartnika*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2016.
4. D'Adamo P., Whitney C., *Zmęczenie*, Wydawnictwo MADA, Warszawa 2009.
5. Magnus P., Gunnes N., Tveito K., *Chronic fatigue syndrome/myalgic encephalomyelitis (CFS/ME) is associated with pandemic influenza infection, but not with an adjuvanted pandemic influenza vaccine*, *Vaccine*, 33, 2015, s. 6173-6177.
6. Eddy L., Cruz M., *The Relationship between Fatigue and Quality of Life in Children with Chronic Health Problems. A Systematic Review*, *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 12 (2), 2007, s. 105-114.
7. Krawczyk A., *Zmęczenie i strategie zmagania się z chorobą nowotworową na różnych etapach leczenia*, *Sztuka Leczenia*, 1-2, 2013, s. 21-30.
8. Larun L., Brurberg K. G., Odgaard-Jensen J., Price J. R., *Exercise therapy for chronic fatigue syndrome*, *Archives of Neurology*, 24, 2016, s. 212-219.
9. Fukuda K., Straus S. E., Hickie I., Sharpe M. C. Dobbins J. G., Komaroff A., *The Chronic Fatigue Syndrome: A Comprehensive Approach to Its Definition and Study*, *Annals of Internal Medicine*, 121, 1994, s. 953-959.
10. Katra G., *Co przeżyłem. Kwestionariusz do badania doświadczeń*, *Psychologia Wychowawcza*, 5, 1995, s. 404-448.
11. Williams X., *Zmęczenie*, Wydawnictwo Diogenes, Warszawa 1998.
12. Jethon Z., *Zmęczenie jako problem współczesnej cywilizacji*, PZWL, Warszawa 1977.

13. Marek T., *Pojęcie zmęczenia psychicznego w świetle koncepcji optymalnego poziomu aktywacji*. Przegląd Psychologiczny, t. XXVII, 4, 1984, s. 835-841.
14. Larun L, Brurberg K. G., Odgaard-Jensen J., Price J. R., *Exercise therapy for chronic fatigue syndrome*, Archives of Neurology, 24, 2016, s. 212-219.
15. Mandrowska-Xinxo A., Zdunkiewicz L., *Higiena pracy ucznia, zmęczenie, wypoczynek*, [w:] Jaczewski A. (red.), *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*, WSiP, Warszawa 1994.
16. Kulik A., *Zmęczenie przewlekłe u nastolatków: charakterystyka psychologiczna*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2010.
17. Marek T., *Pojęcie zmęczenia psychicznego w świetle koncepcji optymalnego poziomu aktywacji*. Przegląd Psychologiczny, t. XXVII, 4, 1984, s. 835-841.
18. Urbańska J., *Zmęczenie życiem codziennym*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza, Poznań 2010.
19. Hardcastle S. L, Brenu E. W, Johnston S., *Serum Immune Proteins in Moderate and Severe Chronic Fatigue Syndrome/Myalgic Encephalomyelitis Patients*. International Journal of Medical Sciences 2015; 12, 2015, s. 76-82.
20. Chojnacka - Szawłowska G., *Zmęczenie a zdrowie i choroba*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2009.
21. Eidelman D., *Chronic Fatigue Syndrome – medical fact or artefact*, Medical Hypothese, 60 (6), 2003, s. 840-842.
22. Larun L, Brurberg K. G., Odgaard-Jensen J., Price J. R., *Exercise therapy for chronic fatigue syndrome*, Archives of Neurology, 24, 2016, s. 212-219.
23. Sillamy N., *Słownik psychologii*, Wydawnictwo Księżnica, Warszawa 1994.
24. Tokarczyk E., *Syndrom chronicznego zmęczenia a kierowanie pojazdu*, Logistyka, 3, 2011, s. 2829-2835.
25. Łuszczak K., Szewczyk L., Janowski K., *Użyteczność oceny cech osobowości i zainteresowań w przewidywaniu zmian w poziomie skumulowanego znaczenia u nastolatków*. [w:] Szewczyk L., Kulik A. (red.), *Problemy psychosomatyki okresu dorastania i dorosłości*, Wydawnictwo Prokurat, Lublin 2008.
26. Carruthers B. M., Jain A. K., De Meirleir K. L., Peterson D. L., Klimas N. G., Lerner A. M., Bested A. C., FlorHenry P., Joshi P., Powles A. C. P., Sherkey J. A., van de Sande M. J., *Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome: Clinical Working Case Definition, Diagnostic and Treatment Protocols*, Journal of Chronic Fatigue Syndrome, 11 (1), 2003, 797-805.
27. Van Houdenhove B., *Listening to CFS. Why we should pay more attention to the story of the patient*. Journal of Psychosomatic Research, 52, 2002, 495-499.
28. Tiesinga L. J., Dassen T. W. N., Halfens R. J. G., van den Heuvel W. A., *Factors related to fatigue; prior of interventions to reduce or eliminate fatigue and the exploration of a multidisciplinary research model for further study of fatigue*. International, Journal of Nursing Studies, 36, 1999, 265-280.
29. Ware N.C., *Society, mind and body in chronic fatigue syndrome: An anthropological view*. Ciba Foundation Symposium, 173, 1993, s. 62-82.
30. Ware N.C., *An Anthropological Approach to Understanding Chronic Fatigue Syndrome*. [w:] Straus St. E. (red.), *Chronic Fatigue Syndrome*, NY Basel Hongkong: Marcel Dekker, 1994.
31. Zdunkiewicz L., *Higiena pracy umysłowej*, [w:] Wolański N. (red.), *Biomedyczne podstawy rozwoju i wychowania*, PWN, Warszawa 1979.
32. Grandjean E., *Zmęczenie w świetle codziennego doświadczenia*. [w:] Grandjean E. (red.), *Fizjologia pracy. Zarys ergonomii*, PZWL, Warszawa 1971.
33. Aaronson L. S., Pallikkathyl L., Crighton F., *A Qualitative Investigation of Fatigue Among Healthy Working Adults. Western*, Journal of Nursing Research, 25 (4), 2003, s. 419-433.
34. Fitzgibbon J., *Jak przewyciężyć zmęczenie*. Warszawa: Świat Książki, Warszawa 2004.

35. Sankowski T., *Zmęczenie, znużenie, przemęczenie, wyczerpanie, monotonia i automatyzacja*, [w:] Olszewska G. (red.), *Zarys psychologii pracy i wypoczynku*, Skrypt nr. 103, WWF, Poznań 1982.
36. Cofer H. N., Apply M.H., *Motywacja, teorie i badania*, PWN, Warszawa 1972.
37. Galubińska K., *Postęp cywilizacji a obciążenie psychiczne człowieka*, PWN, Warszawa 1974.
38. Pellicano C., Gallo A., Li X., Ikonomidou VN., Evangelou I.E., Ohayon J.M., Stern SK., Ehrmantraut M., Cantor F., McFarland H.F., *Relationship of cortical atrophy to fatigue in patients with multiple sclerosis*. *Archives of Neurology*, 67(4), 2010, s. 447-453.
39. Jankowski K., Maruszewski M., *Biologiczne podstawy zachowania*. [w:] Tomaszewski T. (red.), *Psychologia*, PWN, Warszawa 1978.
40. Klonowicz T., *Reaktywność a funkcjonowanie człowieka w różnych warunkach stymulacyjnych*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1984.
41. Bell D.S., *Chronic Fatigue Syndrome in Children*. *Journal of Chronic Fatigue Syndrome*, 1 (1), 1995, s. 933-939.
42. Bell K. M., Cookfair D., Bell D. S., Reese P., Cooper L., *Risk factor associated with CFS in a cluster of pediatric cases*. *Reviews of Infections Diseases*, 13, 1, 1991, s. 328-338.
43. Wielka Encyklopedia Medyczna, Hasło: EBF - objawy. Agora, Warszawa 2011.
44. Kurowski M., Kuna P., *Zespół przewlekłego zmęczenia*, *Alergia Astma Immunologia*, 2 (4), 1997, s. 223-228.
45. Kuspit M., *Wpływ temperamentu na zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży*, *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, Lublin -Polonia*, 15, 2002, s. 1-19.
46. Russell L, Broderick G, Taylor R., *Illness progression in chr-nic fatigue syndrome: a shifting immune baseline*. *BMC Immunology*, 17, 2016, 3-9
47. Natelson B.H., *Zespół przewlekłego zmęczenia*. *JAMA*, 285, 2001, s. 255-259.
48. Wiszniewska M., Pałczyński C., Walusiak J., Witeczak T., *Zespół przewlekłego zmęczenia i jego znaczenie w medycynie pracy*. *Medycyna Pracy*, 56, 5, 2005, s. 387-394.
49. Kulik A., *Kulturowe uwarunkowania zespołów medycznie niewyjaśnionych na przykładzie przewlekłego zmęczenia*. *Sztuka Leczenia*. 1-2, 2013, s. 33-40.
50. Deale A., Wessely S., *Patient's perceptons od medical care in chronic fatigue syndrome*. *Social Science & Medicine*. 52, 2001, s. 1859-1864.
51. Greenglass E., *Różnice wynikające z ról płciowych, wsparcie społeczne i radzenie sobie ze stresem*, [w:] Sęk H, Cieślak R. (red.), *Wsparcie społeczne, stres i zdrowie*, PWN, Warszawa 2004.
52. Kulik A., *Psychogenne i immunologiczne przyczyny przewlekłego zmęczenia u nastolatków*. *Endokrynologia Pediatria*, 1, 34, 2011, s. 67-74.
53. Duda M., *Zmęczenie jako współczesne zagrożenie cywilizacyjne*, *Edukacja – Technika – Informatyka*, 1/19, 2017, s. 152-156.
54. Eddy L., Cruz M., *The Relationship between Fatigue and Quality of Life in Children with Chronic Health Problems. A Systematic Review*. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 12 (2), 2007, s. 105-114
55. Leszniewska-Jodźiło B., *Zmęczenie – norma, problem, choroba*, [w:] Chojnacka-Szawłowska G., Pastwa-Wojciechowska B. (red.), *Kliniczne i sądowo-penitencjarne aspekty funkcjonowania człowieka*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2007.
56. Tokarczyk E., *Syndrom chronicznego zmęczenia a kierowanie pojazdem*. *Logistyka*, 3, 2011, s. 2829-2835.
57. King C., Jason L.A., *Improving the diagnostic criteria and procedures for Chronic Fatigue Syndrome*. *Biological Psychology*, 68, 2005, 871-866.
58. Kulik A., Szewczyk L., *Skumulowane zmęczenie wśród nastolatków – rozmiary zjawiska w Polsce*. [w:] Kosińska Dec K., Szewczyk L. (red.), *Rozwój – zdrowie – choroba. Aktualne problemy psychosomatyki*, BEL Studio, Warszawa 2004.  
Krawczyk A., *Zmęczenie i strategie zmagania się z chorobą nowotworową na różnych etapach leczenia*, *Sztuka Leczenia*, 1-2, 2013, s. 21-30.

## **Zmęczenie przewlekłe zagrożeniem współczesnej młodzieży**

### **Streszczenie**

Zmęczenie jako forma uogólnionej reakcji na stres jest we współczesnym świecie częstym i bardzo intensywnym zjawiskiem. Trzeba uwzględnić dynamiczny rozwój cywilizacji, urbanizacji, postęp techniki i industrializację. Przyczyną przewlekłego zmęczenia staje się wzrastające tempo współczesnego życia ze zmieniającymi się warunkami bytowania i odpoczynku, ze wzrostem obciążeń wynikających ze zmiany ról społecznych i zadań życiowych oraz płynących z rozwoju stosunków interpersonalnych. Zmęczenie przewlekłe to długotrwałe zmęczenie fizyczne i umysłowe, któremu towarzyszą trudności poznawcze, motywacyjne, emocjonalne oraz somatyczne. Chroniczne zmęczenie prowadzić może do niekorzystnych zachowań lub uszkodzeń organizmu objawiających się przez choroby. Etiologia przewlekłego zmęczenia nie jest dostatecznie znana. Wśród czynników wymienia się biologiczne, emocjonalne, społeczne i środowiskowe. Literatura wskazuje na związek zmęczenia z trudnościami układu nerwowego i pochodnymi właściwościami temperamentalnymi jako czynnika ryzyka zaburzeń, w tym przewlekłego zmęczenia. Problematyka zmęczenia przewlekłego ze względu na zwiększającą się częstotliwość występowania, wymaga zgłębienia z perspektywy psychologicznej. Jako jednostka niewyjaśniana medycznie pozostawia pacjenta w poczuciu osamotnienia i niezrozumienia, w przekonaniu, że jego dolegliwości nie mają racji bytu. Słowa klucze: zmęczenie przewlekłe, obiektywne, subiektywne, etiologia, obraz kliniczny

## **Chronic fatigue as a threat to youth**

### **Abstract**

Fatigue as a form of generalized response to stress is a common and very intense phenomenon in the modern world. The dynamic development of civilization, urbanization, technological progress and industrialization must be taken into account. The cause of chronic fatigue is the increasing pace of modern life with changing living and rest conditions, with an increase in burdens resulting from changes in social roles and life tasks, as well as those resulting from the development of interpersonal relations. Chronic fatigue is long-term physical and mental fatigue, which is accompanied by cognitive, motivational, emotional and somatic difficulties. Chronic fatigue can lead to adverse behavior or damage to the body manifested by disease. The etiology of chronic fatigue is not sufficiently known. Biological, emotional, social and environmental factors are mentioned. The literature indicates the relationship between fatigue and difficulties of the nervous system and related temperamental properties as a risk factor for disorders, including chronic fatigue. The problem of chronic fatigue, due to the increasing frequency of occurrence, requires exploration from a psychological perspective. As a medically unexplained unit, it leaves the patient feeling lonely and misunderstood, convinced that his ailments have no reason to exist.

Keywords: chronic fatigue, objective fatigue, subjective fatigue, etiology, clinical picture

## Lęki i zamartwianie się u współczesnych nastolatków

*„Czym jest szczęście?*

*nie uważać zwykłych zmartwień za katastrofy”*

*Andre Maurosi*

### 1. Wstęp

W okresie adolescencji kształtuje się zdolność dokonywania operacji myślowych związanych z prowadzeniem rozmyślań nie tylko nad tym co realne, ale także tym, co możliwe, czyli następuje dynamiczny rozwój myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego. Nastolatek próbuje wykorzystać logiczne myślenie we wszystkich (nie)możliwych sytuacjach. W tym czasie skomplikowaniu ulega mechanizm procesów poznawczych, które są pomocne w przetwarzaniu świata zewnętrznego. Dzięki procesom intrapsychizacji otwiera się przed nim świat przeżyć, doznań. Zachodzi następnie konieczność uporządkowania swoich stanów wewnętrznych, a więc pojawiają się procesy wartościowania i hierarchizacji. W tym okresie pojawiają się nowe formy intelektualne: pojęcia abstrakcyjne, myślenie spekulatywne, sądy wartościujące, a wraz z nimi wzrost krytycyzmu. Nastolatek dochodzi do stanu, w którym bodźce zewnętrzne przestają bezpośrednio wpływać na jego zachowania. Stopniowo zaczyna zmieniać kierunek zainteresowania z rzeczywistości zewnętrznej na wewnętrzną. Nowe struktury zostają napelnione nową treścią, pozostającą w ścisłym związku ze zmianami fizjologicznymi. Procesy fizjologiczne dochodzą do świadomości dziecka w postaci mglistych wrażeń ustrojowych i niejasnych stanów uczuciowych, które powodują rozdrażnienie i zmiany w zachowaniu. Potrzeba logicznego ujęcia świata zderza się z nieokreślonością własnych doznań, stając się przyczyną frustracji oraz zamartwiania się otaczającymi go problemami. Budowanie świata norm i wartości oraz światopoglądu oraz poszukiwania odpowiedzi na pytanie „kim jestem” odbywa się często na zasadzie eksperymentowania ze sobą i z innymi. Towarzyszy temu konflikt potrzeb, zwłaszcza wolności – zależności, posiadania autorytetów – wyzwalania się spod ich wpływu, bezpieczeństwa – autonomii. Radzenie sobie z często doświadczanymi urazami wprowadza młodego człowieka w stan martwienia oraz nadmiernego zamartwiania się o swoje odczucia i przeżycia. Doprowadza to często do zaangażowania się w rozwijanie zainteresowań, poszukiwania wsparcia społecznego, stawiania sobie określonych celów i wymagań, biernym oczekiwaniu, że ktoś rozwiąże problem lub nie dostrzega problemu, ucieczce od trudności. Nadmierne zamartwianie się doprowadza młodego człowieka do stosowania mechanizmów obronnych poprzez: nadmierne relacje z innymi bliskimi osobami, próby zmieniania własnej osobowości, przez eksperymentowanie, sprawdzanie siebie

---

<sup>1</sup> eljan@kul.pl, doktor nauk humanistycznych, Katedra Psychologii Klinicznej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II.

<sup>2</sup> anjan@kul.pl, doktor nauk społecznych, Instytut Psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Katedra Psychologii Ogólnej.

w realizacji wymagań i podejmowanych postanowień, porównywanie siebie z innymi oraz autorefleksję [1].

Zamartwianie się jest na ogół uznawane jako werbalno-mentalna forma rozwiązywania problemu, dotyczącego potencjalnych negatywnych wydarzeń w przyszłości. Natomiast normalne martwienie się jest krótkotrwałe i prowadzi do pozytywnych zachowań, mających na celu rozwiązanie problemu. Martwienie się staje się niepożądane, kiedy dotyczy zbyt wielu spraw, jest bardzo częste i trudno nad nim zapanować. Zbyt długie i zbyt częste zamartwianie się powoduje większy niepokój oraz więcej negatywnych myśli, co z kolei hamuje pozytywne ocenianie siebie i podejmowanie działania [2].

Zjawisko zamartwiania się wyrasta z powszechnych i występujących u każdego młodego człowieka lęków, które uznawane są za część procesu rozwojowego. Większość z nich zmniejsza stopień natężenia lub zwiększa wraz z okresem dojrzewania. Zaczynają one przypominać rozterki oraz niepokoje, które utrzymują się również w dorosłym życiu. Większość ludzi nieustannie martwi się o zdrowie swoje i najbliższych, rozmyśla o własnych bólach, niepokoi się o sytuacje trudne w jakich znaleźli się ich znajomi, a nawet odczuwa lęk przed planowanym wyjazdem, spotkaniem się z nieznanymi ludźmi lub innymi sytuacjami życiowymi [3, 4]. Natomiast dorastające osoby mogą się obawiać w różnych sytuacjach, które dorosłym wydają się być błahie lub prozaiczne. Zamartwiają się w domu oraz na terenie szkoły, że zostaną wywołane do odpowiedzi podczas lekcji, również kiedy nakłaniane są do rywalizacji sportowej czy innej społecznej aktywności bądź kiedy muszą publicznie wystąpić. Gdy reakcje na te sytuacje stają się zbyt silne oraz trwałe pojawia się problem. Nastolatkom nadmiernie martwią się o los swoich najbliższych osób z otoczenia. Nie mogą uwolnić się od myśli o rozwodzie, o chorobach przewlekłych, a nawet samobójstwie rodziców [5]. Zamartwianie się tymi sytuacjami, może osiągnąć bowiem poziom kliniczny i uniemożliwiać dziecku normalne funkcjonowanie w niektórych aspektach życia codziennego. W skrajnych przypadkach doprowadzić może do różnych zaburzeń lękowych czy depresji [6, 2].

Problemy ze zdrowiem psychicznym nie są jedynymi, które mogą towarzyszyć ciągłemu zamartwianiu. Mogą to być również: bezsenność, poczucie ciągłego niepokoju, irytacji, sięganie po używki. Zamartwiają się szczególnie osoby neurotyczne. Ich życiem steruje lęk [7-9]. Okazuje się także, że tym, co stanowi podłoże tendencji do zamartwiania się w wieku dorosłym są postawy, jakie rodzice przyjmują względem swoich dzieci, jak się wobec nich zachowują oraz jak je traktują [9, 10]. W okresie adolescencji wzrasta ponadto rol, jaką w rozwoju człowieka odgrywają rówieśnicy [11, 12]. Więż, którą łączy dziecko z przyjaciółmi i kolegami stanowi podstawę poczucia bezpieczeństwa i pozwala na odczuwanie społecznego wsparcia [13, 14]. Uniemożliwienie dziecku kontaktu z grupą rówieśniczą może być przyczyną pojawienia się lęku [15]. Skłonność do zamartwiania definiuje się jako serię myśli oraz obrazów, których osoba nie kontroluje, a które przyczyniają się do wytwarzania negatywnych emocji oraz do powstania i utrzymywania się lęku [16]. Te pojawiające się cykle myślowe, od strony treściowej, cechują się przewidywaniem niepomysłnych sytuacji [16]. Zatem zamartwianie uznaje się za łagodniejszą formę lęku antycypacyjnego [9, 10].

Celem artykułu jest zwrócenie uwagi na istotę lęku oraz zamartwiania się, jaką doświadcza współczesna młodzież.

## 2. Pojęcie skłonności do zamartwiania się

Termin zamartwiać się (ang. *worry*) można rozumieć w dwóch znaczeniach, jako: czynność lub pewien proces. Czynność oznacza niechęć do podejmowania jakichkolwiek prób działania z powodu długotrwałego lęku. Brak aktywności w działaniu doprowadza do: bezsenności oraz trudności w odżywianiu (anoreksja, bulimia). Natomiast proces zamartwiania jest próbą zaangażowania się w mentalne rozwiązanie jakiegoś problemu, którego wynik jest niepewny, a który może mieć jedno lub więcej negatywnych konsekwencji. Procesowi takiemu towarzyszy częściowo niekontrolowany łańcuch myśli i obrazów obciążonych negatywnym afektem [17, 18].

Przyszłościowa perspektywa odróżnia proces zamartwiania się od negatywnego myślenia, które występuje w stanach depresyjnych. W tym przypadku akcent jest położony na stratę i negatywne konsekwencje, które już mają miejsce. Jeżeli jednak odnoszą się do przyszłości, to nadchodzące wydarzenie traktowane jest jako pewne to znaczy takie, którego już nie da się zmienić ani uniknąć. Kolejną ważną temporalną cechą mechanizmu przeżywania zmartwień jest długość czasu, jaką zajmuje człowiekowi ten proces. Przeżywanie zmartwień jest zazwyczaj chwilowe, najczęściej trwa od kilku do kilkunastu sekund, a jedynie częstotliwość myśli pojawiających się pod wpływem różnych bodźców sprawia, że niekiedy mamy wrażenie nieustannego martwienia się [19, 20]. Uwzględnienie formy, czy też zawartości treściowej zmartwień pozwala mówić o dwóch typach zamartwiania się, o zmartwieniach typu „pierwszego” i typu „drugiego”. Typu pierwszego, dotyczą codziennych zdarzeń świata zewnętrznego oraz wewnętrznych zdarzeń niepoznawczych (np. odczucia somatyczne). Tymczasem, zamartwianie się typu drugiego ukierunkowane jest na swoje własne myśli – jest to zamartwianie się jednostki tym, że się zamartwia [21].

Zamartwianie się to myśli i obrazy odnoszące się do możliwych negatywnych konsekwencji. Temporalnie są zatem nastawione na przyszłość. Tak jak strach, który jest postrzegany jako szczególnie stan biologicznego systemu ostrzegawczego, przygotowujący organizm do ucieczki, tak samo zamartwianie uważa się za szczególnie stan systemu poznawczego, przygotowujący osobę na możliwe przyszłe zagrożenie lub stratę. Dzięki temu osoby przeżywając trudności życiowe mogą przygotować się wyłącznie na negatywne jej konsekwencje. Osoba może analizować różne możliwe nieprzyjemne zdarzenia i ich rezultaty jednocześnie, szukając dróg ich uniknięcia [22, 23, 18].

Zamartwianie się nazwać należy jako ujawnianie odnoszącego się do przyszłości nawyku myślowego negatywnego oraz intruzywnego. Jest ona poznawczą częścią składową lęku. Uruchamiać się może on zarówno pod wpływem lękowych myśli, jak i zdarzeń w środowisku. Procesowi temu towarzyszą również niekontrolowane intruzje poznawcze [24].

Umiejętność planowania i tworzenia zamiarów, a także zdolność myślenia o przyszłości wpływają na to, czy człowiek potrafi przewidzieć i rozwiązać potencjalne trudności, czy będzie się dalej zamartwiał. W pierwszym przypadku pomocnym jest, gdy problem, który trzeba rozwiązać jest konkretny. Łatwiej wtedy dotrzeć i rozważyć możliwe rozwiązania. Planowanie przyszłości prowadzi wtedy do działania. W drugim przypadku takiej sytuacji brak jest także konkretnego rozwiązania. Wybieganie myślą w przyszłość potęguje wtedy odczuwany niepokój, zamiast objawy pomniejszać. Taki sposób myślenia nazwać można właśnie martwieniem się [25].

Istnienie związku pomiędzy zamartwianiem się a funkcjonowaniem społecznym nie jest jednoznacznie oceniane. Z jednej strony, martwienie się angażuje szereg procesów poznawczych charakteryzujących się negatywnymi konsekwencjami w życiu, takimi jak: bezproduktywność i ograniczona zdolność do uczenia się w oparciu o własne doświadczenia, co wiąże się z tendencją do powtarzania nieadaptacyjnych zachowań, przewlekłością trwania, nadmiernym skupieniem się w oczekiwaniu na pojawienie się niepomyślnych wydarzeń [26-28]. Z drugiej strony, poprzez zamartwianie się można uniknąć negatywnych zdarzeń oraz może ono pomóc w przygotowaniu się na to, co najgorsze i nieuniknione [29-32]. Zamartwianie się o niskim nasileniu może spełniać funkcję adaptacyjną oraz stanowić motywację do działania [33, 24]. Korzystne działanie zamartwiania się może być dostrzegane w subiektywnie odbieranym redukowaniu prawdopodobieństwa pojawienia się niepożądanego wydarzenia w przyszłości [29, 31, 32]. Badania ujawniły, że zamartwianie się patologiczne i adaptacyjne stanowią swoiste kontinuum. Zamartwianie się patologiczne jest postrzegane jako niepokojące, niekontrolowane, natrętne i niechciane. Jednocześnie adaptacyjne martwienie się jest przyjemniejsze, ułatwia podejmowanie decyzji i nie przeszkadza w działaniu [24]. Badania wykazały, że zamartwianie się jest związane z takimi zaburzeniami psychicznymi jak:

- a) depresja [18, 34];
- b) bezsenność [35, 32];
- c) zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne [18, 21];
- d) zaburzenia odżywiania [32, 36];
- e) zaburzenia lękowe [18, 37].

### **3. Zamartwianie się a lęk, strach i panika**

Zamartwianie jest poznawczą komponentą lęku ale nie jest ono z lękiem tożsame. Zamartwianie jest rodzajem myślenia, które przyczynia się do pojawienia oraz utrzymania się lęku, będącego reakcją na antycypowane niebezpieczeństwa. Pełni funkcję ważnego źródła przetrwania. Jest naturalnym doznaniem, dzięki któremu wiemy, kiedy powinniśmy zadbać o siebie lub bronić się. Młodzież jest nieustannie pouczana, aby nie rozmawiać z osobami nieznanymi. Rodzice coraz częściej stawiają wysokie wymagania swoim dorastającym dzieciom. Dzień współczesnego nastolatka wypełniony jest zorganizowanymi i zaplanowanymi zajęciami. Zamartwianie młodzieży dotyczy często sprostania tym wymaganiom [38].

Szacuje się, że częstotliwość występowania zaburzeń lękowych wynosi 5-12%, czyli prawdopodobnie w 30 osobowej klasie jest ok. 2-3 nastolatków doświadczających tego typu zaburzeń i wymagają interwencji specjalisty. Lęk często nie dotyczy realnie istniejącego przedmiotu czy sytuacji. Odnosi się do zagrożenia, niezwiązanego z bieżącym wydarzeniem, sytuacją życiową, które są bardzo mało prawdopodobne. Zagrożenie znajduje się niejako wewnątrz przestraszonej osoby, a przewidywane niebezpieczeństwo jest subiektywne oraz ukryte – źródłem lęku jest bowiem ludzka psychika. Lęk można ogólnie zdefiniować jako emocjonalny niepokój, mający swoje źródło w przewidywaniu niebezpieczeństwa. Lęk stanowi reakcję fizjologiczną – obejmuje takie reakcje organizmu, jak: zwiększone napięcie mięśni, nudności, przyspieszone bicie serca: behawioralną – paraliżuje działanie, radzenie sobie z niektórymi codziennymi sytuacjami; psychologiczną – jest subiektywnym stanem niezadowolienia oraz obawy [9, 13, 39].



Objawy lęku wyrażają się w objawach fizjologicznych i psychicznych.

Do objawów fizjologicznych zalicza się:

- sercowo-naczyniowe: przyspieszony i nieregularny rytm serca, rumienienie się lub błądź;
- oddechowe: krótki, przyspieszony oddech;
- skórne: wysypki w postaci krost i plam, nagłe zmiany temperatury ciała, nadmierne pocenie się, uczucie pieczenia lub klucia;
- mięśniowo-kostne: drżenie, dygotanie, napięcie lub skurcze mięśni;
- żołądkowo-trawienne: biegunka, wymioty, bóle brzucha;
- Inne: bóle głowy, bóle w klatce piersiowej, nadmierna czujność, niepokój, bezsenność, nocne koszmary, zawroty głowy, omdlenia, częste moczenie się.

Objawy psychiczne:

- przerażenie, napięcie emocjonalne, nerwowość, zaniepokojenie, stres, niecierpliwość, panika, uczucie „umierania” ze strachu;
- lęk uniemożliwiający myślenie;
- koszmary lub przerażające wyobrażenia;
- poczucie odrzucenia i odmienności;
- kurczowe trzymanie się rodzica lub opiekuna, nadmierna zależność od nich;
- nieśmiałość, wycofanie się i ogólne zaniepokojenie w różnych sytuacjach społecznych;
- obojętność lub przewrażliwienie;
- niechętnie angażowanie się w zajęcia związane z jakimkolwiek niebezpieczeństwem, np. wspinanie się na wysokie drzewo, jazda na rowerze itp.
- podejmowanie nadmiernego ryzyka [9, 10, 39].

Zaburzenia lękowe są coraz bardziej aktualne w życiu społeczeństwa. Wyróżnia się różna zaburzenia z komponentą lęku, różniące się od zwykłego niepokoju, dłuższym utrzymywaniem się, większą intensywnością czy prowadzeniem do fobii, wpływającej destrukcyjnie na codzienne funkcjonowanie.

Należą do nich:

1. lęk napadowy z nagłymi atakami paniki w różnych sytuacjach, których z czasem osoba unika;
2. fobia społeczne – lęk przed upokorzeniem, zawstydzeniem w sytuacjach społecznych, np. w klasie szkolnej, na boisku, podczas spotkań z przyjaciółmi czy nowo poznanymi ludźmi;
3. fobia specyficzna – lęk niewspółmierny do rzeczywistego zagrożenia, przed jednym konkretnym obiektem, sytuacją, związany z ich unikaniem, np. przed pająkami, jazdą windą, wyładowaniami atmosferycznymi;
4. zaburzenie lęku uogólnionego – chroniczny niepokój i martwienie się przez co najmniej sześć miesięcy o dwie bądź więcej spraw, np. o zdrowie czy pracę;
5. zespół zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych – powtarzające się myśli lub działania odczuwane jako wewnętrzny przymus w celu obniżenia poziomu niepokoju;
6. zespół stresu pourazowego – następstwo poważnego psychicznego urazu, gwałtu czy katastrofy naturalnej [13, 32].

Ze względu na częstotliwość występowania strach stanowi częste zjawisko w trakcie wzrastania. Strach jest silną podstawową emocją, intensywnie doznawaną na poziomie fizjologicznym. Pojawia się w chwili, gdy człowiek przewiduje bezpośrednie zagrożenie. Automatycznie pojawiającą się reakcją na nie jest odruch „walki z” lub „ucieczki przed” niebezpieczeństwem. Udział myślenia, w przeciwieństwie do zamartwiania się, w przypadku strachu jest niewielkie, ponieważ organizm działa według własnego prymitywnego biologicznego, mającego ustrzec człowieka przed skrzywdzeniem [10]. Strach jest więc uczuciem, że osobie grozi coś konkretnego, np. ugryzie zły pies, czy przejedzie samochód na przejściu dla pieszych. Przewidywane niebezpieczeństwo jest więc widoczne i obiektywne, zagrażające nie tylko przestraszonej osobie, ale także innym ludziom, którzy również dostrzegają rzeczywiście występujące zagrożenie [32].

Istnieje również sytuacja, w której odruch „walki – ucieczki” pojawia się, mimo braku bezpośredniego zagrożenia. Mówimy wtedy o panice [10]. Charakteryzuje się ona nagłymi i intensywnymi napadami lęku. Dotyczą one często obaw przed śmiercią, katastrofą, obłędem. Atak paniki trwać może sekundy, minuty, najczęściej jednak – godziny. Towarzyszą mu liczne symptomy fizyczne m.in. pocenie się, zawroty głowy, kołatanie serca, nudności, dławienie w gardle, poczucie braku rzeczywistości, fale gorąca i zimna, mrowienie. W czasie ataku paniki człowiek nie obawia się najczęściej konkretnej sytuacji, obiektu, własnych emocji oraz jego przyczyn, które są nieznane. Dlatego też panika często nazywana jest strachem przed strachem [40].

Atak paniki odznacza się następującymi objawami:

- somatycznymi: kołatanie serca, tachykardia, uczucie duszności, bóle w klatce piersiowej, bóle brzucha, nudności,
- neurologicznymi: drżenie ciała, skurcze mięśni, zawroty głowy, złe samopoczucie,
- motorycznymi: pobudzenie lub prostracja,
- naczynioruchowymi: poty, uderzenie gorąca, dreszcze,
- psychicznymi: uczucia obcości, utraty orientacji, strachu przed śmiercią, popadania w obłęd [41].

Dojrzewający człowiek będący w panice jest przerażony, trudno dostępne. Nastolatek uzewnętrznia lęk poprzez swoją aktywność, która może przybierać różne formy: ataku złości, krańcowo nasilone roszczenia, ucieczki, różne zaburzenia zachowania. Istnieje ryzyko, że niepokój osoby dorosłej (rodzica) zapoczątkuje błędne koło, w którym lęki dziecka i dorosłego wzajemnie będą się nasilać. Stanowcze, lecz życzliwe przytulenie i objęcie młodego człowieka, ograniczenie destruktywności stanowią najwłaściwszą postawę dla uspokojenia go już we wstępnej fazie przeżywanego paniki [41].

#### **4. Zamartwianie się a zaburzenia lękowe: zespół lęku uogólnionego, zespół lęku separacyjnego oraz fobia społeczna**

Zaburzenia uogólnionego lęku cechuje się występowaniem nasilonego lęku przez większość dni w okresie przynajmniej sześciu miesięcy. Obawy są jednak niewspółmierne do prawdopodobieństwa wystąpienia nieszczęśliwego zdarzenia, a osoba wyolbrzymia jego powagę. Zespół lęku uogólnionego u mniej więcej połowy osób cierpiących na to zaburzenie rozpoczyna się w okresie dzieciństwa lub adolescencji. Wskaźnik zachorowalności ocenia się na 5%. Cztery główne symptomy zespołu lęku uogólnionego stanowią: napięcie mięśniowe, czujność i przeszukiwanie, wzbudzenie autonomiczne, lękowe oczekiwania. Pojawiają się one w opisach również innych

postaci zaburzeń lękowych, jednak należy podkreślić, że niepokój będący przejawem zespołu lęku uogólnionego ma charakter ogólny i obejmuje różnorodne życiowe sytuacje. Oznacza to, że osoba cierpiąca na to zaburzenie przejawia problemy przez cały czas, bez względu na kontekst. Wiele z tych obaw ma społeczny charakter. Zespół lęku uogólnionego cechuje również to, że oprócz komponentu strachu istotną rolę odgrywa przeciwstawne poszukiwanie bezpieczeństwa. Niespokojne poszukiwanie bezpieczeństwa utrzymuje się wraz z niepowodzeniami jego osiągnięcia. Osoba odczuwa wtedy wszelkie zagrożenia jako wszechobecne. Dziecko, które cierpi na zespół uogólnionego lęku martwi się, jak będzie cenione w przyszłości, obawia się o kontakty społeczne, sport, rodzinną aktywność. Niepokoi się nawet tym, co zdarzy się jutro, za godzinę, zaraz. Dzieci nie zawsze w ten sposób opisują swoje obawy, częściej widoczne są one w ich wysokim napięciu czy nerwowości. Stale utrzymujący się lęk scharakteryzowany może być jako „lękowe pojmowanie” czyli gotowość do reagowania na różne bodźce oraz sygnały jako ewentualne zagrożenia [ 32].

Specyficznym zaburzeniem lękowym występującym w okresie dzieciństwa oraz wczesnego okresu dorastania są lękowe zaburzenie separacyjne. Przejawia się ono nadmiernymi obawami i cierpieniem przed rozdzieleniem z osobami, z którymi dziecko jest zżyte, do których jest przywiązane. Dziecko niepokoi się, że głównemu obiektowi przywiązania może stać się coś złego. Pojawić się mogą takie problemy, jak odmawianie spędzania czasu poza domem, niechęć chodzenia do szkoły. Oczywiście, mowa jest tu o dziecku, które znajduje się w wieku, w którym te obawy nie powinny być tak nasilone. Jeśli taki lęk występuje u nastolatka, to faktycznie jest już to problemem, bowiem lęk obniżać może jego funkcjonowanie społeczne czy szkolne, a także świadczy o problemach z przywiązaniem i odzwierciedla złe przystosowanie. Nastolatek zaczyna preferować izolację od najbliższych osób z otoczenia również rówieśniczego. W płaszczyźnie klinicznej nadmierne zamartwianie się doprowadzić może do nadmiernego doświadczania lęku, złości, płaczu, krzyku pojawiające się z wyprzedzeniem w celu zapobieżenia sytuacji separacyjnej [5, 12, 41].

Kolejnym zaburzeniem, które rozpoczyna się zazwyczaj w okresie dzieciństwa lub dojrzewania, a które należy różnicować od dwóch wcześniejszych jest fobia społeczna. Jej początek dostrzec już można podczas edukacji szkolnej dziecka, które obawia się wezwania do odpowiedzi, nawet w sytuacji, gdy jest ono znakomicie do zajęć przygotowane. Objawy ujawniają się również w innych okolicznościach, które zdrowym osobom wydają się być błahę. Dzieci z fobią społeczną mogą przeżywać zawstydzenie, gdy w domu pojawiają się znajomi, a w dorosłym życiu starać się mogą unikać spotkań z nauczycielami, przełożonymi czy wspólnych posiłków ze znajomymi. Fobia społeczna pojawia się u młodych ludzi często równo u obu płci i dotyczy od 7% do 9% populacji ogólnej. Chorzy czują się ciągle oceniani, nieustannie żyją w lęku, że w społecznych sytuacjach nie wypadają wystarczająco dobrze, co znacząco zaburza ich prawidłowe funkcjonowanie w społeczeństwie, uniemożliwiając relacje z innymi, realizację ambicji i planów, powodując liczne problemy społeczne i zawodowe oraz przyczyniając się do odczuwania cierpienia, rosnącego wraz unikaniem pewnych sytuacji, będących przedmiotem obaw czy też lękowym oczekiwaniem. Na samą myśl o spotkaniu z obcymi osobami doświadczają licznych symptomów somatycznych: kołatanie, serca, pocenie się, drżenie kończyn itp. Wszelkie obawy, których doświadczają chorzy są nieuzasadnione lub nadmierne [38, 42-44].

## 5. Uwarunkowania skłonności do zamartwiania się

Poszukując przyczyn tego, dlaczego ludzie się martwią lub nadmiernie zamartwiają się, nie sposób odnieść się do wpływu czynników biologicznych oraz środowiskowych, które wzajemnie na siebie wpływając i potęgując, decydują ostatecznie o skłonnościach do zmartwień i obaw. Zamartwianie może być spowodowane wieloma różnymi czynnikami. Niektóre z nich mogą być bardziej oczywiste, powodowane z zewnątrz, np:

- oglądanie przerażających obrazów prezentowanych przez media (TV, radio, internet, czasopisma itp.),
- słuchanie niektórych informacji (np. w radio lub w rozmowie),
- znalezienie się w konkretnej sytuacji (np. kiedy należy podjąć decyzję, wykonać zadanie, być liderem dla innych, zmierzyć się z niepewnością) [2, 9].

Niektóre czynniki wyzwalające zamartwianie się nie muszą być tak oczywiste, takie jak myśli lub obrazy, które nieoczekiwanie pojawiają w ludzkiej wyobraźni. Ludzie, którzy opisują siebie jako stale martwiących się, często czują się wykończeni tym, że większość czasu spędzają na przesadnym zamartwianiu się. Nie rozumieją dlaczego wciąż kontynuują tę czynność. Często zadają sobie pytania „Dlaczego to robię?”, „Dlaczego nie mogę przestać się martwić?”. Istnieją dwa rodzaje myśli i przekonań, które podtrzymują błędne koło zamartwiania się. Są to:

1. negatywne myśli i przekonania oraz
2. pozytywne myśli i przekonania dotyczące zmartwień.

### **Ad. 1. Negatywne przekonania odnośnie zamartwiania się**

Osoby z zespołem lęku uogólnionego, oprócz martwienia się konkretnymi rzeczami, przede wszystkim martwią się tym, że się martwią. W takich przypadkach, osoby zamartwiające się postrzegają swoje martwienie się jako „złe” i często są przekonani, że:

- a. Nadmiernego martwienia nie da się kontrolować, np. uważają, że: „Nie jestem w stanie kontrolować swoich zmartwień i przez to one nigdy nie znikną”.
- b. Nadmierne martwienie się jest niebezpieczne, powoduje ono zmiany zarówno psychiczne, jak i fizyczne, np. stwierdzają, że: „Jeśli będę się tak zamartwiał to zachoruję/będę mieć załamanie psychiczne/oszaleję”.

Podtrzymywanie negatywnych (często fałszywych) przekonań o sobie, doprowadzających do nadmiernego zamartwiania się wieloma sprawami sprawi, że u dorastającego człowieka pojawi się długofalowy proces wprowadzający jednostkę w stan fatalistycznego nieradzenia sobie ze stresem. Ta sytuacja doprowadzić może do pojawienia się zaburzenia funkcjonowania.

### **Ad. 2. Pozytywne przekonania na temat zamartwiania się**

Dorastające osoby martwiący się często są przekonani, że istnieją korzyści z martwienia się. Takimi pozytywnymi przekonaniami są m.in.:

- a. martwienie się motywuje mnie do podjęcia działania,
- b. dzięki martwieniu się, znajduję rozwiązanie dla swoich problemów,
- c. martwienie się przygotowuje mnie na najgorsze,
- d. martwienie się pomaga mi uniknąć negatywnych sytuacji,
- e. martwienie się zapobiega złym wydarzeniom.

Unikanie może przyjąć formę ucieczki od konfrontacji z wynikiem swoich działań (np. odpuszczenie sobie awansu, aby uniknąć strachu związanego z wykonywaniem

nieodpowiedniej dla nas pracy) albo unikaniem martwienia się, przykładowo nieoglądanie wiadomości ze strachu, że mogą one wywołać martwienie się oraz proszenie bliskiej osoby, aby zapewniła nas, że nic złego nam się nie stanie. Unikanie pozbawia ludzi okazji do przeżywania doświadczeń, które zaprzeczają ich zamartwieniom i przekonaniom odnośnie martwienia się. Oznacza to, że niestawienie czoła swoim zamartwieniom, powoduje ich nasilenie [2, 9].

Osoby, które się zamartwiają się próbują na różne sposoby, ale bez sukcesu, kontrolować swoje niepokojące myśli. Przykładowo, próbują tłumić swoje zamartwienia poprzez racjonalizację, odwracanie swojej uwagi czy też pozytywne myślenie. Niestety tego typu próby kontrolowania myśli rzadko działają i zazwyczaj mają skutek odwrotny, czyli nasilają niepokojące myśli, co prowadzi do podtrzymywania przekonania o tym, że martwienie się jest poza naszą kontrolą. Większa lub mniejsza skłonność do zamartwiania się jest między innymi związana ze środowiskiem w jakim wychowuje się i wzrasta młody człowiek. Na temat relacji pomiędzy przywiązaniem do opiekuna a zamartwianiem się, czy też intensywnością przeżywanych zamartwień, wypowiadał się J. Bowlby [za: 12]. Zgodnie z jego stanowiskiem, brak stabilnych, dających zadowolenie relacji z rodzicami, może prowadzić do powstawania podwyższonego poziomu lęku oraz intensywniejszego i częstszego przeżywania zamartwień. Późniejsze badania empiryczne potwierdziły słuszność tych stwierdzeń, choć trzeba pamiętać, że nie jest to jedyna możliwa przyczyna powodująca nieprawidłowości [45].

A. Wells [46] podaje, że strategia zamartwiania się jako sposób radzenia sobie z problemami i różnymi wyzwaniem może być modelowana przez rodzica. Metoda ta w późniejszym czasie zyskuje negatywną ocenę w związku z zauważeniem niekorzystnego wpływu na życie danej osoby lub poprzez uzyskanie informacji o doświadczanych przez rodzica zaburzeniach psychicznych. Takie destrukcyjne zamartwianie się jest właśnie podstawowym objawem zaburzenia lękowego uogólnionego (GAD) ale przeżywanie zamartwień i to w zwiększonej częstotliwości i intensywności nie jest jednoznaczne z występowaniem tego zaburzenia.

Wpływ środowiska i osobiste doświadczenia mogą zapobiec problemom emocjonalnym i trudnościami natury psychologicznej. Sama skłonność do odczuwania lęku może, ale nie musi prowadzić do zamartwiania się czy zaburzeń lękowych, depresji [25]. Szczególne znaczenie mają doświadczenia z okresu dzieciństwa, ukazujące świat jako pełen nieprzewidywalnych zdarzeń i trudności – jako niebezpieczny. Zaczyna wytwarzać się u młodych ludzi wzorzec myślenia o sobie, w którym uważają, że nie sprawią kontroli nad swoim otoczeniem i nie radzą sobie w sytuacjach trudnych. Takie nastawienie pojawia się nie tylko pod wpływem przeżyć traumatycznych, ale również doświadczeń mniej dramatycznych, np. opieki nad chorym lub przygnębionym rodzicem, kontaktu z rodzicem zbyt krytycznym lub wymierzającym nieadekwatne kary, bycia ofiarą szkolnej przemocy bez możliwości przeciwstawienia się tej sytuacji. Niebagatelny wpływ mają także postawy wychowawcze rodziców, szczególnie nadopiekuńczość czy skłonność do reagowania lękiem w wielu sytuacjach, które stają się dla młodego człowieka wzorcem postępowania [1, 10]. Społeczno-rodzinne uwarunkowania lęku można sprowadzić do dwóch głównych grup. Pierwszą stanowią charakterystyczne cechy osobowości rodziców, w szczególności lękliwość matki. Ujawniane napięcie lękowe ze strony rodzica, staje się wzorem zachowania dziecka, dla którego

matka jest modelem lękowych zachowań. Dziecko przejmuje lękowe zachowania rodziców na drodze społecznego uczenia się poprzez identyfikację, naśladownictwo oraz wzorowanie się na rodzicach. Drugą grupę warunkującą lęk u dzieci stanowią swoiste sposoby wychowawczego oddziaływania w stosunku do dzieci oraz określone postawy wychowawcze [47].

Stwierdzono współwystępowanie wysokiego poziomu lęku, doprowadzającego do ustawicznego zamartwiania się u badanych nastolatków z postawą odrzucającą rodziców, natomiast niskiego poziomu z kochającą postawą. Z kolei odczuwanie braku miłości ze strony ojców stanowi przyczynę zachowania się zależnościowego i wycofującego się chłopców [10].

Nadopiekuńcza postawa wychowawcza rodziców również przyczynia się u dzieci do rozwoju skłonności do zamartwiania się czy nawet zaburzeń lękowych. Dzieci otaczane nadmierną troską są pozbawione możliwości zmierzania się oraz radzenia z wyzwaniami życia. Dorastając zamiast stawać się coraz bardziej niezależnymi i autonomicznymi, stają się przeciwnie coraz bardziej zależnymi od rodziców. Zaczyna brakować im doświadczeń potrzebnych do właściwego rozwoju osobowości oraz budowania poczucia własnej wartości [48].

Postawa wychowawcza rodziców charakteryzująca się nadmierną opiekuńczością zarówno pobłażliwą, jak i oparta na dominacji oraz przesadnym ochranianiem uważna jest za najczęstsze źródło lęku doprowadzającego do zamartwiania się najdrobniejszymi niepowodzeniami. Powoduje ona, że młody człowiek traci swoją wolność oraz niezależność. Niezaspokojenie tych dwóch potrzeb jest właśnie przyczyną powstawania lęku oraz niepokoju. Rodzice izolując dziecko od określonych bodźców, doświadczeń wpływają negatywnie na jego trening samodzielności, co w rezultacie sprzyja kształtowaniu się lęku u dziecka [49].

Również postawa nadmiernych wymagań wobec dzieci wiążąca się z ciągłą krytyką, podkreślaniem ich błędów i wad, rzadkim chwaleniem oraz nagradzaniem spowoduje, że będą one reagować lękowo doprowadzając nastolatka do ustawicznego zamyślenia się a w ostateczności do zamartwiania [38].

Rodzice zbyt wymagający, perfekcjonistyczni i krytyczni, krytykujący dziecko na jego błędy, stawiające zbyt wysokie wymagania, sprawiają w dziecku wrażenie, że ich miłość oraz szacunek zależą od tego, czy i jakie odnosi ono sukcesy. Bardzo prawdopodobnym jest, że ta ciągła presja, jakiej doświadcza dziecko wywoła w końcu lękowe zachowania dziecka. Nastolatek zacznie zamartwiać się każdym swoim zachowaniem, chcąc spełnić oraz zaspokoić wszystkie oczekiwania rodziców, odpowiedzieć na ich wymagania. Powodować może w zachowaniu dziecka spadek poczucia bezpieczeństwa, motywacji, a także samokrytyczną postawę i negatywny obraz własnej osoby [47, 49].

Młodzi ludzie wobec takiej postawy wychowawczej rodziców stają się nadmiernie czujni. Oczekują wręcz bolesnych komentarzy ze strony rodziców. Boją się, że w codziennym funkcjonowaniu – sytuacjach społecznych, pracy domowej, a nawet w zajęciach rekreacyjnych, popełnią błąd. Stają się więc perfekcjonistami, dążącymi do idealnego wykonania każdego zadania, która nierzadko przypominają mogą rytuały kompulsyjno-obsesyjne [48].

Postępowanie rodziców karzące zachowania dzieci, takie jak włączanie się do rozmowy, czy „pokazywanie się wobec innych” – czyli naturalne „życie w centrum” dziecka kształtować będzie w dziecku lęk społeczny [50].

Ważnym jest również związek pomiędzy lękiem przed separacją z rodzicem w dzieciństwie a prawdopodobieństwem pojawienia się zespołu paniki. Przeprowadzone wśród licealistów badania wskazują, że nastolatki zgłaszający ataki paniki w przeszłości doświadczyli przedwczesnej utraty jednego z rodziców (również w wyniku rozwodu). Aż 65% osób dorosłych zmagających się z skutkami paniki przeszło w dzieciństwie, przed ukończeniem piętnastego roku życia traumatyczną separację na skutek m.in. śmierci bliskiej osoby czy rozwodu rodziców [10].

## **6. Skłonność do zamartwiania się w różnych okresach rozwojowych**

Skłonność do zamartwiania się, choć istotnie wiąże się z różnymi zaburzeniami funkcjonowania psychospołecznego, jest także normalnym zjawiskiem w okresie rozwojowym każdego człowieka.

Dzieci mogą zamartwiać się różnymi sytuacjami życiowymi, które dorosłym zdawać mogą się błahe lub prozaiczne. Martwią się, gdy wywoływane są do odpowiedzi podczas lekcji szkolnej, kiedy nakłaniane są do uczestniczenia w rywalizacji sportowej czy innej społecznej aktywności bądź, gdy muszą wystąpić przed znajomymi, czy krewnymi. W tych przypadkach należy mówić o reakcjach naturalnych ze strony dziecka. Problem pojawia się, gdy reakcje te stają się bardziej skrajne oraz trwałe i są na tyle silne, że przeszkadzają w normalnym, codziennym funkcjonowaniu dziecka [1].

Wszystkie dzieci, bez względu na płeć, rasę, narodowość, rodzinę, status społeczny doświadczają lękają się oraz nadmiernie zamartwiają się różnymi zdarzeniami życiowymi. Większość z nich jest ściśle związana z poszczególnymi etapami życia dziecka.

U niemowląt pojawić się mogą takie objawy, jak : lęk przed osobami obcymi, nieznanymi, lęk przed separacją, lęk przed głośnymi dźwiękami oraz groźnymi przedmiotami, lęk wysokości. Doświadczanemu przez niemowlę lęku towarzyszy napięcie, które wyładowywane jest najczęściej poprzez krzyk oraz niespokojne ruchy ciała czy poszczególnych jego części. W tej grupie najmłodszych dzieci stan lęku określić należy, jako krótkotrwały i gwałtowny. Zanika on na ogół wraz z usunięciem przyczyny [50].

W wieku poniemowlęcym mechanizmy stanu lękowego są bardziej skomplikowane. Dostrzega się tendencje jego utrwalania. Wśród dzieci w wieku od 1. do 3. roku życia przeżywanie lęku związane jest najbardziej z doświadczeniem opuszczenia psychicznego i fizycznego ze strony najbliższych, znaczących osób. Najpowszechniejszymi lękami są lęki przed: ciemnością, obcymi ludźmi, nieznanymi miejscami, niektórymi zwierzętami. W tym okresie dziecko manifestuje uczucie lęku, którego stopień nasilenia wahać się może od obawy po przeżywanie panicznego strachu, bezruch, chowanie się, płacz oraz krzyk [1]. Dzieci w wieku przedszkolnym od 1. do 7. roku życia przejawiają niepokój związany z możliwością zranienia, uszkodzenia ciała. Jest to okres w którym dzieci szczególnie obawiają się złych oraz niemiłych dla nich ludzi, jak również gwałtownych, tajemniczych zjawisk przyrody np. błyskawicy, szumu wody, cieni. Wiek przedszkolny to także czas, w którym pojawia się strach przed istotami nadprzyrodzonymi, potworami. Jest to wywołane nadmiernie rozwiniętą wyobraźnią. Reakcje lękowe dzieci przejawiają się znieruchomieniem lub zacho-

waniem ucieczkowym. Towarzyszą im często zaburzenia funkcjonowania układu pokarmowego, które objawiają się bólem brzucha, głowy. W trakcie snu pojawiać się mogą lęki nocne, które są przejawem przeżyć w ciągu dnia [ 49].

W młodszym wieku szkolnym dzieci zaczynają niepokoić się wydarzeniami ukazywanymi w mediach. Na ich podstawie kształtują się takie lęki, takie jak: przed lataniem, przed kataklizmami wywołanymi przez człowieka – porwaniem, atakami terrorystycznymi, wojnami, przed chorobami – AIDS, nowotworem itp. Bardzo intensywnie wzrasta także przeżywanie lęku przed różnymi społecznymi sytuacjami, interakcjami z osobami dorosłymi, rówieśnikami w rodzinie oraz w szkole. W tym okresie życia wykształcić może się fobia szkolna, którą podzielić można na dwa zespoły: lęku separacyjnego, odczuwanego w sytuacji rozstania z rodziną oraz lęku przed szkołą. Dzieci w tym okresie życia odczuwają także lęk przeżywając jednocześnie wewnętrzne konflikty, wynikające ze zderzenia się z jego indywidualnymi możliwościami i wymaganiami otoczenia [38].

U dzieci w wieku szkolnym badania przeprowadzili A.T. Jersild, B. Goldman oraz J. Loftus [za: 23]. Zapytali, które z najczęściej przedstawionych im sytuacji przeżywają jako swoje zmartwienia. Dzieci w największej liczbie zaznaczyły sytuację niezdanego testu, bycie skarconym przez rodzica, słabe świadectwo szkolne oraz bycie skarconym przez nauczyciela. Ponad trzydzieści lat później podobne badania w Wielkiej Brytanii przeprowadził S. Ward [za: 23]. Stworzono listę 100 zmartwień i poproszono młodzież (w wieku 12-15 lat) o zaznaczenie, które z nich najczęściej im towarzyszą. Zaznaczane odpowiedzi najczęściej koncentrowały się wokół rodziny, relacji społecznych i szkoły. Zaznaczyły się pewne tendencje: jedna związana z płcią a druga z wiekiem. Pierwsza ukazała, że młodsze dziewczynki zgłaszały więcej zmartwień i były one bardziej intensywne niż u młodszych chłopców. Różnica związana z wiekiem pokazała, że młodszy uczniowie częściej i bardziej intensywnie przeżywają zmartwienia dotyczące szkoły i sfery ekonomicznej niż ich starsi koledzy i koleżanki.

W okresie dorastania zaznacza się różnica między odczuwaniem lęku przez dziewczęta, które częściej przeżywają stany lękowe, a chłopców, którzy cechują się większą lękliwością. W tym okresie życia młodzież odczuwa lęk przed niepowodzeniami szkolnymi, wyśmiewaniem, utratą pozycji społecznej. Nierzadko martwią się o swój zewnętrzny wygląd [25]. Z kolei W. Silverman i współ. [23] przebadali grupę 273 dzieci z klas od drugiej do szóstej. Najczęściej wskazanymi przyczynami zamartwiania się to te związane ze zdrowiem, szkołą oraz krzywdami osobistymi (ang. *personal harm*). Najbardziej dzieci wskazywały na następujące przyczyny zamartwiania się: atak ze strony zwierząt czy też obawy przed istotami pozaziemskimi lub „potworami” (ang. *aliens and supernatural creatures*). Po analizie danych stwierdzono różnice związane z płcią oraz pochodzeniem etnicznym. Dziewczynki częściej zamartwiają się niż chłopcy. Zamartwiania przeżywane przez badanych najintensywniej to te, które można zaliczyć do sfery bezpieczeństwa (wojna, pieniądze, katastrofy, rodzina i krzywdy osobiste), natomiast te przeżywane najczęściej należą do sfery socjalnej (koledzy klasowi, przyjaciele i rodzina).

Wiele obiektów ludzkich zmartwień i niepokojów na przestrzeni całego życia przypomina te, które w większości pojawiają się w okresie dorastania dziecka. Obok zagrożeń z zewnątrz czy groźnych wyobrażeń, fantazji oraz wewnętrznych obrazów, wymienić można szeroko rozumiane zmiany. Szczególnie wyróżnić trzeba zmiany:



somatyczne i osobowości. Pierwsze, to między innymi te związane z gospodarką hormonalną i przemianą materii, ale mając na uwadze okres dorastania dziecka, również zmiany uwarunkowane naturalnym rozwojem. Drugie także ściśle się z nim wiążą, dotycząc takich aspektów, jak: wzrostu, różnicowania czy dojrzewania [1, 2].

## **7. Zakończenie**

Okres adolescencji obfituje w liczne wyzwania. Zarówno przyspieszony, jak i opóźniony rozwój płciowy może być przyczyną problemów adolescentów. Fizjologiczne dojrzewanie organizmu wpływa na samoocenę – niektóre zmiany mogą być źródłem radości, inne dezaprobaty, dominują zaś uczucia ambiwalentne. Zwiększa się pobudliwość i labilność emocjonalna, częste są emocje lęku i zakłopotania. Zmienia się stosunek do rodziców, częściej dochodzi do konfliktów, a okres ten nie bez powodu nazywany jest czasem buntu. Na aktywność młodzieży wpływa istotnie środowisko szkolne, rodzinne i grupa rówieśnicza. Późna adolescencja to czas stabilizowania się zmian, kształtowania autonomii psychicznej i wkraczania w szersze życie społeczne. W pierwszej fazie adolescencji człowiek staje się dorosły pod względem fizycznym, zaś w okresie późnej adolescencji wkracza w dorosłość w sensie psychologicznym i społecznym [4]. Przed jednostką stają wówczas konkretne zadania rozwojowe, typowe dla danego okresu życia. W okresie adolescencji należy do nich osiągnięcie nowych, bardziej dojrzałych więzi z rówieśnikami obojga płci, ukształtowanie roli męskiej lub kobiecej, akceptacja swojego wyglądu, osiągnięcie niezależności uczuciowej od rodziców i innych osób dorosłych, przygotowanie [10].

Na podstawie własnych analiz, doniesień naukowych, jak i literatury przedmiotu stwierdzono, że istnieje związek pomiędzy doświadczanym lękiem a zamartwianiem u dorastającego człowieka. Zbyt długotrwały lęk i ustawiczne zamartwianie się prowadzi do zaburzeń funkcjonowania. Skutkiem zbyt częstego przeżywania lęków oraz ciągłego zamartwiania się może być:

- bezsenność, bóle głowy a zaraz po niej – chroniczne zmęczenie, kłopoty z koncentracją i pamięcią,
- dodatkowo pojawić się może tłumienie w sobie negatywnych emocji związanych z przeżywanymi problemami,
- trudności z rozładowywaniem negatywnych emocji co przekłada się na zaburzone relacje z najbliższymi osobami w rodzinie, szkole, z przyjaciółmi.

Zatem, podzielenie się swoimi zmartwieniami z innymi może pomóc zmniejszyć stres, który przecież jest sprawcą wielu niebezpiecznych dla zdrowia chorób. Wskazane jest, aby zwrócić uwagę na fakt, że zamartwianie (ich treść) znajdują się w sferze zainteresowania teorii metapoznawczej, która odpowiada za proces monitorowania, oceny i regulacji zawartości myśli, a także steruje procesem przetwarzania informacji. Według tej teorii utrzymywanie się zaburzeń psychicznych jest wynikiem systemu przekonań powodujący występowanie dezadaptacyjnych stylów radzenia sobie np. z emocjami czy też myślami. W przypadku niekorzystnego zamartwiania się mogą to być przekonania o konieczności rozmyślenia o jakimś wydarzeniu, o szkodliwości samego zamartwiania się i braku kontroli nad tym procesem [52]. W wielu przypadkach przeżywanie zmartwień tylko przypomina proces rozwiązywania problemu, jednak zamiast prowadzić do satysfakcjonującego wyniku, jest ciągłym przeglądaniem hipotetycznych możliwości bez znalezienia i wybrania odpowiedniego rozwiązania. W skrajnych przypadkach nadmiernego przeżywania całkowicie wyimaginowanych

zagrożeń może następować opracowywanie ciągle nowych scenariuszy, niemających odniesienia do realnego życia, a to już w niczym nie przypomina procesu skutecznego rozwiązywania problemów. Szkodliwość podwyższonego poziomu negatywnego zamartwiania się została potwierdzona wieloma badaniami, w tym szkodliwość dla zdrowia fizycznego. Chociaż trzeba pamiętać, że negatywny wpływ na stan zdrowia jest skorelowany ze wszystkimi rodzajami zmartwień. Potwierdzony został ogólny pozytywny związek pomiędzy tendencją do pojawiania się zmartwień, czy też zamartwiania się i ryzykiem zapadnięcia na chorobę niedokrwienną serca (zawał mięśnia sercowego). Specyficzne zmartwienia mogą także zwiększać ryzyko zapadnięcia na daną chorobę, której dotyczą. Za przykład może służyć podwyższona intensywność i częstotliwość przeżywania zmartwień dotyczących raka prostaty powiązana z podwyższonym poziomem antygeny specyficznego właśnie dla tego typu nowotworu. Warto także zaznaczyć, że treść obaw przeżywanych przez poszczególne pokolenia w danym społeczeństwie może być różna. To, co jest przedmiotem zmartwień aktualnie badanych osób, może wynikać z bieżących wydarzeń historycznych i kulturowych, a przez to różnić się znacznie od tego, co było główną przyczyną zmartwień poprzednich pokoleń [23]. Mogą one ulegać także zmianom w trakcie życia danej osoby. Porównanie osób ze zdiagnozowanymi zaburzeniami lękowymi z osobami z przeciętnym natężeniem lęku pozwala zauważyć zwiększoną ilość (różnorodność) tematów zmartwień u tej pierwszej grupy. Jednak ta różnica dotyczy tylko dziedziny zmartwień osobistych, a nie problemów ogólnych (ang. *general word problem*). Może to sugerować, że nadmierne zamartwianie się jest bardziej związane z zagrożeniami dotyczącymi własnej osoby niż zagrożeniami w sensie ogólnym, a tym bardziej o charakterze abstrakcyjnym. Treść zmartwień zależy także od aktualnych okoliczności życia [51, 52].

## Literatura

1. Januszewska E., Januszewski A., *Struktura i typy charakteru młodzieży a zdrowie biopsychiczne*, [w:] Uchnast Z. (red.), *Charakter. Jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2013.
2. Czaplinski J., *Między lękiem a nadzieją. Zmartwienia osób wchodzących na drogę rodzicielstwa adaptacyjnego*, J-book, Wrocław 2019.
3. Rachman S., *Zaburzenia lękowe*, GWP, Gdańsk 2005.
4. Wołpiuk-Ochocińska A., *Retrospektywna ocena postaw rodzicielskich młodzieży w perspektywie jej dobrostanu psychicznego*, *Wychowanie w Rodzinie*, XVI, 2, 2017, s. 129-152.
5. Kendall P. C., *Zaburzenia okresu dorastania i adolescencji*, GWP, Gdańsk 2012.
6. Last C. G., *Jak pomóc dziecku, które się boi. Przewyciężanie lęków i niepokojów*, Wydawnictwo eSPe, Kraków 2012.
7. Horney K., *Neurotyczna osobowość naszych czasów*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 1997.
8. Costa P. T., McCrae R. R., *Osobowość dorosłego człowieka*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2005.
9. Tagliaferro K., *Zaburzenia lękowe*, [w:] *Zaburzenia psychiczne i rozwojowe u dzieci a szkolna rzeczywistość*, Jerzak M. (red.), PWN, Warszawa 2016.
10. Hazlett-Stevens H., *Kobiety, które martwią się za bardzo*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2006.
11. Birch A., Malim T., *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęstwa do dorosłości*, PWN, Warszawa 2002.

12. Januszewski A., *Zaburzona więź psychiczna w rozwoju psychospołecznym a reaktywne zaburzenia przywiązania u dzieci i młodzieży*, [w:] Maciąg M, Maciąg K. (red.), *Dzieci i młodzież w XXI w. – ujęcie społeczne*, Wydawnictwo Naukowe TYGIEL, Lublin 2017.
13. Bourne E., Garano L., *Jak radzić sobie z lękiem. 10 prostych sposobów na złagodzenie lęku, strachu i zamartwień*, Wydawnictwo Helion, Gliwice 2007.
14. Kmiecik-Baran K., *HIV AIDS. Alienacja oraz wsparcie i odrzucenie społeczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 1995.
15. Lewicka – Zelent A., *Obniżanie poziomu przemocy i lęku u młodzieży gimnazjalnej*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2012.
16. Solarz A., Janowski K., *Sklonność do martwienia się, przekonania o martwieniu się a osobowość – analiza wzajemnych zależności i różnic płciowych*, *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 22,2, 2013, s. 103-112.
17. Borkovec T., Robinson E., Pruzinsky T., DePree I., *Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes*, *Behaviour Research and Therapy*, 21(1), 1983, s. 8-16.
18. Franczok-Kuczmowska, A. Kuzian M., *Psychospołeczne uwarunkowania funkcjonowania i zdrowia psychicznego w okresie wczesnej dorosłości*, *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis, Studia Psychologica*, XI, 2018, s. 115-134.
19. Borkovec T. D., Ray W. J., Stöber J. S., *Worry: Cognitive Phenomenon Intimately Linked to Affective, Psychological, and Interpersonal Behavioral Processes*, *Cognitive Therapy and Research*, 22 (6), 1998, s. 561-576.
20. MacLeod A., Williams J., Bekerian A., *Worry is reasonable: The role of explanations in pessimism about future personal events*, *Journal of Abnormal Psychology*, 100 (4), 1991, s. 478-486.
21. Wells A., *Terapia poznawcza zaburzeń lękowych. Praktyczny podręcznik i przewodnik po teorii*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2010.
22. Mathews A., *Why worry? The cognitive function of anxiety*, *Behaviour Research and Therapy*, 28, 6, 1990, s.455-468.
23. Silverman W., La Greca A., Wasserstein S., *What do children worry about ? Worries and their relation to anxiety*, *Child Development*, 66, (3), 1995, s. 671-686.
24. Janowski K., Solarz A., *Sklonność do martwienia się, przekonania o martwieniu się a osobowość – analiza wzajemnych zależności i różnic płciowych*, *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 22(2), 2013, s. 103-112.
25. Januszewska E., *Sense of Coherence and psychological indicators of bio-psycho-social health. A study among adolescents.*[w:] Janowski K., Steuden S. (red.), *The multidisciplinary approach to health and disease. Selected papers*, CPPP Scientific Press, Lublin 2011.
26. Davey GCL. *Worrying, social-problem solving abilities, and problem-solving confidence*. *Behaviour Research Therapy*, 32, 1994, s. 327-330.
27. Davey G.CL., Levy S., *Catastrophic Worrying: Personal Inadequacy and Perseverative Style as Features of the Ca-tastrophizing Process*. *Journal of Abnormal Psychology*, 107,(4), 1998, s. 576-586.
28. Robinson, O.C. ,Wright, G., *The prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife*, *International Journal of Behavioural Development*, 37, 5, 2013, s. 407-416.
29. Borkovec T., Robinson E., Pruzinsky T.,DePree I., *Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes*, *Behaviour Research and Therapy*, 21, 1, 1983, s. 8-16.
30. Borkovec T.D., Ray W.J., Stöber J.S., *Worry: Cognitive Phenomenon Intimately Linked to Affective, Psychological, and Interpersonal Behavioral Processes*, *Cognitive Therapy and Research*, 22, 6, 1998, s. 561-576.
31. Davey G.CL, Levy S., *Catastrophic Worrying: Personal Inadequacy and Perseverative Style as Features of the Ca-tastrophizing Process*, *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 4, 1998, s. 576-586.

32. Robinson O.C., Wright G., *The prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife*, International Journal of Behavioural Development, 37, 5, 2013, s. 407-416.
33. Belzer K.D., D'Zurilla T.J., Maydeu-Olivares A., *Social problem solving and trait anxieties predictor of worry in a college student population*, Personality and Individual Differences, 30, 2002, s. 573-585.
34. Starcevic V., *Pathological worry in major depression: a preliminary report*, Behaviour Research and Therapy, 33, 1995, s. 55-56.
35. Omvik S., Pallesen S., Bjorvatn B., Thayer J., Hilde-Nordhus I., *Nighttime thoughts in high and low worriers. Reaction to caffeine-induced sleeplessness*, Behaviour Research and Therapy, 45, 2007, s. 715-727.
36. Sassaroli S., Bertelli S., Decoppi M., Crosina M., Milos G., Ruggiero G.M., *Worry and eating disorders: A psychopa-thological association*, Eating Behaviour, 6, 2005, s. 301-307.
37. Hopko D.R., Bourland S.L., Stanley M.A., Beck J.G., Novy D.M., Averill P.M., Swann A.C., *Generalized anxiety disorder in older adults: Examining the relations between clinician severity ratings and patient self-report measures*, Depress Anxiety, 12, 2000, s. 217-225.
38. Januszewska E., *Uwarunkowania strategii regulacji emocji złości, lęku i smutku u młodzieży*, [w:] Szewczyk L., Talik E. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2009 a.
39. Januszewska E., Januszewski A., *Obraz choroby u dzieci i młodzieży z atopowym zapaleniem skóry*, [w:] Maciąg M., Maciąg K. (red.), *Zadania i wyzwania medycyny – charakterystyka problemów i postępowanie terapeutyczne*, Wydawnictwo Naukowe TYGEL Lublin, 2018.
40. Januszewska E., Januszewski A., *Struktura i typy charakteru młodzieży, a zdrowie biopsychiczne*, [w:] Uchnast Z. (red.), *Charakter. Jakość osobowego działania w podejściu teoretycznym i empirycznym*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2013.
41. Marcelli D., Cohen D., *Psychopatologia wieku dziecięcego*, Elsevier Urban, Wrocław 2013.
42. Tagliaferro K., *Zaburzenia lękowe*, [w:] *Zaburzenia psychiczne i rozwojowe u dzieci a szkolna rzeczywistość*, Jerzak M. (red.), PWN, Warszawa 2016.
43. Januszewska E., *Kryzys uczuć u dzieci: niepowodzenia szkolne i wagary*, [w:] Januszewski A., Oleś P., Otrębski W., [w:] *Studia z psychologii w KUL*. Tom 8, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1996.
44. Januszewska E., *Konfirmacyjne modele strategii regulacji emocji negatywnych. Badania eksploracyjne młodzieży*, [w:] Szewczyk L., Talik E., (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2009 b.
45. Kelly W., Paolini L., *The relationship between worry and family functioning among young adults*, Individual Differences Research, 12 (1), 2014, 31-37.
46. Wells A., *Terapia poznawcza zaburzeń lękowych. Praktyczny podręcznik i przewodnik po teorii*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2010.
47. Harwas-Napierała B., Trempała J., *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów rozwoju człowieka*, PWN, Warszawa 2011.
48. Last C. G., *Jak pomóc dziecku, które się boi. Przewycięzanie lęków i niepokojów*, Wydawnictwo eSPe, Kraków 2012.
49. Januszewska E., *Postawy rodzicielskie i elementy składowe niepokoju u dzieci chorujących na białaczkę, neurotycznych i zdrowych*, [w:] Januszewski A., Oleś P., Witkowski T. (red.), *Wykłady z psychologii w KUL*, Tom 6, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1992.

50. Szewczyk L., Piekarski R., *Funkcjonowanie dzieci z cukrzycą typu-1*, Endokrynologia Pediatria, 3, 32, 2010, s. 63-68.
51. Gołędzinowska M., Sawicka M., Żochowska A., *Martwienie się osób chorujących na schizofrenię*, Psychiatria, Neurologia, 27,2, 2018, s. 3-14.
52. Dragan M., Dragan W., *Właściwości psychometryczne polskiej wersji The Meta-cognitions Questionnaire-30*. Psychiatria Polska, 45, 4, 2011, s. 545-553.

## Lęki i zamartwianie się u współczesnych nastolatków

### Streszczenie

Celem artykułu jest zwrócenie uwagi czytelnika na ważność oraz aktualność podjętego problemu dotyczącego współczesnej młodzieży, która w swoim życiu doświadcza różnego rodzaju lęków, ale i nadmiernego zamartwiania się.

W oparciu o literaturę przedmiotu omówiono poznawcze składniki lęku, którego specyficznymi cechami są odczuwanie go jako coś przykrego, uporowanego oraz czego nie można się pozbyć. W analizie tekstów zwrócono uwagę na osoby nadmiernie zamartwiające się, które poprzez takie zachowania tworzą rozbudowane negatywne wizje przyszłych zdarzeń, które mogłyby się zdarzyć, wypatrują zagrożeń i starają się im zapobiec snując scenariusze, jakie mogą się zdarzyć. Są często przekonane, że dzięki temu zabezpieczą się przed przykrymi sytuacjami, będą przygotowane w razie pojawienia się hipotetycznych klęsk lub zagrożeń. W efekcie są przemęczone, rozdrażnione, załknione. W oparciu o analizy tekstów podkreślono, że młodzież, z jednej strony doświadcza wielu sytuacji trudnych związanych zarówno z osobą nastolatka, jak i z relacjami z ważnymi dla niego środowiskami (rodzina, szkoła i grupa rówieśnicza), które mogą być przyczyną nadmiernego zamartwiania się, ale z drugiej strony – dzięki wieloaspektowym przemianom okresu dorastania, zwłaszcza dotyczących rozwoju myślenia formalnego lepiej sobie radzi z bezproduktywnymi i powtarzającymi się myślami, dotyczącymi przyszłych, niepomyślnych zdarzeń.

Treści prezentowane w artykule wskazują, na fakt, że w sytuacji kiedy brakuje prawidłowych relacji interpersonalnych łączących nastolatka z innymi ludźmi pojawia się niepokój oraz lęk. Młody człowiek zaczyna odczuwać bezradność, beznadziejność, apatię doprowadzającą do depresji. Towarzyszy temu poczucie bycia wyeliminowanym, odosobnionym. Nastolatek będący w stanie nadmiernego zamartwiania się postrzega niektóre rzeczy jako ewentualne zagrożenie dla własnego bezpieczeństwa oraz dobrego samopoczucia.

Słowa kluczowe: zamartwianie się, lęk, uwarunkowania, okresy rozwojowe, nastolatek

## Anxiety and worry in modern teenagers

### Abstract

The aim of the article is to draw the reader's attention to the importance of the problem taken about contemporary youth who experience various types of fears in their lives, but are overly worried. Based on the literature on the subject, the cognitive component of anxiety was discussed, the specific features of which are feeling it as something unpleasant, clumsy, and which you can't get rid of. In the analysis of the texts, attention was paid to people who are excessively worried, who through such behaviors create extensive negative visions of future events that could happen, look out for threats and try to prevent them by making scenarios that may occur. They are often convinced that thanks to this they will protect themselves against unpleasant situations and will be prepared in the event of hypothetical disasters or threats. As a result, they are tired, irritable, and frightened. Based on the analysis of the texts, it was emphasized that young people, on the one hand, experience many difficult situations related both to the teenager and relationships with important environments for him (family, school and peer group), which may be the cause of excessive worry, but with on the other hand – thanks to the multifaceted changes in adolescence, especially regarding the development of formal thinking, it is better at dealing with unproductive and repetitive thoughts about future, adverse events.

The content presented in the article indicates that when there is a lack of proper interpersonal relations connecting a teenager with other people, there is anxiety and fear. The young man begins to feel helplessness, hopelessness, apathy leading to depression. This is accompanied by a sense of being eliminated and secluded. A teenager in a state of excessive worry sees some things as a possible threat to their own safety and well-being.

Keywords: worry, anxiety, conditions, developmental periods, teenager

## Trauma wywołana przemocą wobec dziecka. Rodzaje, skutki i propozycje terapeutyczne

*„Chęć kochania i otaczania opieką*

*Innych to najwyższa ludzka*

*skłonność, lecz w tym pragnieniu*

*ukryte są również ziarna przemocy”*

*Cloe Madanes*

### 1. Wstęp

Okres dzieciństwa kojarzy się z rodzinną zabawą, energią, wychowaniem. Wspaniałe dzieciństwo realizuje się wtedy, kiedy młody człowiek ma wsparcie w najbliższym otoczeniu. Dojrzały i kochający rodzice, gdy dostrzegą, że ktoś dokonuje aktu przemocy wobec dziecka stają niezwłocznie w jego obronie. Istnieją jednak rodziny w których sami rodzice krzywdzą własne dzieci wymierzając kary zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Ważnym punktem odniesienia stosowania przemocy wobec dziecka jest umiejętność rozpoznania u niego cech świadczących o byciu ofiarą przemocy. Właściwa obserwacja pozwala na dostrzeżenie i ocenę specyficznych zachowań dziecka wobec którego stosuje się przemoc. Według D. Rode [1] należą do nich:

- zaburzenia zachowania w sytuacji, kiedy dziecko nie radzi sobie z własnymi uczuciami i zaczyna stosować przemoc jako sposób obrony, rozwiązania konfliktów czy po prostu budowania relacji z innymi, odrzucając własną najbliższą rodzinę;
- problemy emocjonalne, które polegają na trudnościach w rozpoznawaniu i wyrażaniu emocji, co wtórnie powoduje trudności we właściwym rozumieniu miłości i bliskości w relacjach. U chłopców obserwujemy więcej napadów złości, przejawianej agresji, natomiast u dziewcząt wycofanie, pasywność. W ten sposób przemoc w rodzinie staje się elementem brutalnej socjalizacji do tradycyjnie rozumianych ról społecznych, w których mężczyzna jest sprawczy, a kobieta bierna;
- problemy funkcjonowania społecznego oraz nabywanie agresywnych wzorców zachowania;
- trudności funkcjonowania społecznego na terenie szkoły, ujawniające się zniekształceniami w ocenie relacji społecznych. Do tego dochodzą problemy z nauką, rozumieniem, koncentracją oraz
- problemy związane ze zdrowiem somatycznym typu – bóle głowy, brzucha, regresja związana z moczeniem się, zbyt intensywne napięcia w mięśniach, tiki, jąkanie itp.

Rozpoznanie symptomów przemocy u dzieci jest trudne do zdiagnozowania ponieważ często ukrywają one traumatyczne doświadczenia. Dodatkowo, większość z nich

---

<sup>1</sup> anjan@kul.pl, doktor nauk społecznych, Instytut Psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Katedra Psychologii Ogólnej.

jest przekonana o tym, że jest to ich wina, że ktoś stosuje wobec nich przemoc. Dotarcie i wzbudzenie zaufania u tych dzieci jest zatem bardzo trudne [2].

W przypadkach, gdy mamy do czynienia z rodziną z problemem alkoholowym wtedy przypuszczamy, że sprawcą może być rodzic, który nadużywa alkoholu. Jednak często sprawcami przemocy są także „normalni” kochający rodzice, którzy dopiero w domu, gdy przebywają z dzieckiem ujawniają swoje prawdziwe oblicze w którym dominują zachowania agresywne. Istnieją również rodzice, którzy stosują przemoc wobec dziecka odreagowując problemy, jakie mają w pracy czy nieudanym związku. Należy więc zaznaczyć, że przemoc wobec dziecka może mieć miejsce w różnych grupach zawodowych i społecznych [3].

Celem artykułu jest zwrócenie uwagi na zjawisko traumy wywołanej przemocą wobec dziecka. Omówiono rodzaje, skutki stosowanej przemocy wobec dziecka oraz zaproponowano formy terapii.

## **2. Pojęcie traumy oraz objawy zespołu stresu pourazowego u dzieci i młodzieży**

Doświadczenie traumatyczne to takie, podczas którego osoba jest narażona pośrednio lub bezpośrednio na utratę życia. Jest to również zdarzenie, w którym człowiek jest świadkiem zagrożenia życia lub zdrowia innej osoby. Może to być więc sytuacja, kiedy dziecko doświadcza przemocy lub gdy jest obserwatorem agresywnego zachowania wobec innych osób z zewnątrz [4].

Aby mówić o traumie oprócz ekspozycji na zagrażającą sytuację ważna jest również reakcja na nią. Udział w zdarzeniu o charakterze traumatycznym wiąże się z uczuciem intensywnego strachu, poczuciem bezradności i przerażenia. U dzieci odpowiedzią na takie zdarzenia, zamiast strachu, czy przerażenia może być dezorganizowane zachowanie (np. dziecko chaotycznie przerzuca zabawki) lub pobudzenie psychoruchowe (biega bez celu z jednego miejsca w drugie). Dzieje się tak zwłaszcza wtedy, gdy dziecko nie zdaje sobie sprawy z zagrożenia, a jego reakcja wynika z obserwacji zachowania rodziców [4, 5].

Specyfiką traumy jest trudność jej przepracowania i zintegrowania w toku swojego życia. Człowiek po przeżyciu traumy może rozszczepić swoją psychikę – w wyniku czego nie jest już w stanie podążać za wydarzeniami rzeczywistymi. Znajduje się w pozycji obronnej, co przejawia się w wypieraniu, odpychaniu i niechęci, żeby pamiętać cokolwiek o tych doświadczeniach. Od traumy nie można „odpocząć”, tak jak to się dzieje w przypadku doświadczeń stresujących, które nie zostawiają po sobie tak głębokich przeżyć jak trauma. Pozostaje ona na tak długo aktywna w psychice, aż zostanie przepracowana [6].

Występowanie zespołu stresu pourazowego powstałego w wyniku doświadczenia i ekspozycji na różne traumy wśród dzieci wynosi 36%. Kenneth Fletcher [za: 4], Zauważył, że zakres występowania różnych objawów zespołu stresu pourazowego zależy od poziomu rozwoju dziecka. Objawy te dzieli się na trzy główne grupy: powtórne przeżywanie, unikanie, oraz nadmierne pobudzenie (nadmierna reaktywacja na bodziec).

**1. Powtórne przeżywanie** polega na powracających myślach dotyczących traumatycznego zdarzenia. Mają one charakter intruzywny co znaczy, że traumatyczne wydarzenia wdzierają się do umysłu dziecka bez jego woli. Dzieje się to wtedy, gdy

coś przypomina dziecku o smutnym zdarzeniu. W następstwie ekspozycji na sygnały nawet jedynie przypominające traumę pojawia się nadmierne pobudzenie i silny lęk. Może to powodować trudność w zrozumieniu zachowania dziecka przez rodziców i nauczycieli. Czasem nawet same dzieci nie wiedzą, co konkretnie wzbudza ich lęk i dlatego zarówno one, jak i ich rodzice mają poczucie, że lęk pojawia się znikąd. Te intruzywne wspomnienia często pojawiają się w umyśle wtedy, gdy dziecko nie jest niczym zajęte, np. kładzie się spać, nudzi się, musi spokojnie siedzieć w jednym miejscu. Wspomnienia te często przybierają formę rzeczywistych obrazów wzrokowych: dziecko widzi ponownie całe zdarzenie i czuje się tak jakby działo się ono właśnie w tej chwili – jest to objaw określany jako *flash back*. Pojawiające się wówczas emocje są trudne do zniesienia – dzieci stają się pobudzone, często agresywne lub też dokonują samouszkodzeń.

Wspomnienia traumy szczególnie wyraźnie objawiają się także w koszmarach sennych. Sny dzieci po kilku tygodniach od przeżytych wydarzeń często nie dotyczą już samego zdarzenia, ale ulegają generalizacji, np. koszmary o potworach, dotyczące ratowania innych ludzi bądź mówiące o lęku odnośnie życia najbliższych. Zdarzenia traumatyczne często stają się tematem zabaw i rysunków, co jest również symptomem ponownego przeżywania. Dotyczy to zwłaszcza dzieci w wieku przedszkolnym, które nie mają poczucia przeżywania zdarzeń z przeszłości, a powracające wspomnienia ujawniają się u nich w powtarzalnych zabawach.

**2. Unikanie, czyli uciekam, bo nie chcę się bać** – ponieważ pojawiające się nagle wspomnienia wiążą się z uczuciem lęku i silnego napięcia dzieci robią wszystko, aby ich nie doświadczać. Obawiają się także, że wspomnienia powrócą. Symptom ten objawia się niechęcią do podejmowania rozmów na temat swoich doświadczeń, niezdolnością do przypomnienia sobie niektórych aspektów traumatycznego zdarzenia a czasem nawet emocjonalnym odrętwieniem. Mówimy wtedy o odcięciu emocjonalnym – dziecko nie chcąc odczuwać emocji związanych z traumą przestaje odczuwać jakiegokolwiek emocje. Rodzi to poczucie emocjonalnego oddalenia od innych ludzi także bliskich – oddalenia od dotychczasowego życia.

Młodzi ludzie unikają także wszystkiego, co może przypominać o zdarzeniu. Dotyczy to miejsca, przedmiotów czy jakichkolwiek bodźców związanych z traumą, które mogą wyzwolić bolesne wspomnienia. Często obserwuje się utratę zainteresowania normalnymi, codziennymi aktywnościami. Pojawia się nagle zniechęcenie i utrata dotychczasowych zainteresowań. Chociaż strategia unikania wynika z chęci ochrony siebie, szybko staje się utrudnieniem w codziennym życiu rodziny i dziecka. Nadmierna koncentracja na swoich stanach wewnętrznych, ciągła próba ich kontrolowania rodzi niechęć do nawiązywania relacji i podtrzymywania kontaktów społecznych. Obecność objawów w tej grupie powinna być związana z obserwacją dziecka w środowisku, gdyż może być ono niezdolne rozwojowo do zrelacjonowania swoich subiektywnych stanów psychicznych.

**3. Nadmierne pobudzenie** – objaw ten ma podłoże fizjologiczne i wynika z zaangażowania układu nerwowego w mechanizm „walki i ucieczki”. W obliczu zagrożenia życia lub zdrowia organizm mobilizuje się do obrony i działania, wzmagając czujność i dostarczając energii. Młodzi ludzie w następstwie przeżycia traumy stają się drażliwi, podenerwowani, łatwo ich przestraszyć.



Objawy nadmiernego pobudzenia mogą mieć różny charakter:

- a. drażliwość, nerwowość – dzieci stają się wybuchowe, agresywne wobec rodziny i rówieśników, młodsze dzieci stają się nadruclliwe, impulsywne, niespokojne, muszą cały czas być zajęte;
- b. problemy ze snem – dzieci mają trudności w zasypianiu, wybudzają się w nocy. Może nastąpić także zamiana nawyków, np. dziecko chce spać z rodzicami lub przy zapalonym świetle;
- c. trudności z koncentracją uwagi;
- d. problemy z pamięcią – dzieci mają trudności z zapamiętywaniem nowych informacji i przypominaniu sobie nabytych już umiejętności [4, 7].

### **3. Definicja przemocy**

Przemoc jest to przewaga wykorzystywana w celu narzucenia komuś swojej woli, wymuszenia czegoś na kimś. Są to wszelkie nieprzypadkowe akty godzące w osobistą wolność jednostki lub przyczyniające się do fizycznej a także psychicznej szkody, wykraczające poza społeczne zasady wzajemnej relacji [8, 9]. A. Lipowska-Teutsch [10] podaje, że przemocą jest zespół atakujących, nadzorujących i kontrolujących zachowań obejmujących przemoc fizyczną, seksualną i emocjonalną. Jest to spójna całość, ciąg zachowań o charakterze zamierzonym i instrumentalnym, którym celem jest zniewolenie ofiary, wyeliminowanie jej suwerennych myśli i działań, podporządkowanie jej żądaniom i potrzeby sprawcy.

Z kolei J. Bińczycka [2] sugeruje, że przemoc jest to wywieranie wpływu na ludzi, w wyniku którego ich aktualny poziom rozwoju fizycznego i psychicznego jest mniejszy niż potencjalny poziom jego rozwoju. Zdaniem autorki, definicja ta łączy w sobie trzy elementy, które są ze sobą ściśle związane i nie można ich rozdzielić. Nie ma czynu bez sprawcy ani bez ofiary. Istotą przemocy w rodzinie jest wykorzystywanie przewagi, siły lub władzy w celu krzywdzenia innych członków rodziny [8, 11]. Według Ireny Pospiszyl [12] przemoc to wszelkie nieprzypadkowe akty, godzące w osobistą wolność jednostki lub przyczyniającego się do fizycznej, a także psychicznej szkody osoby, wykraczające poza społeczne zasady wzajemnych relacji. Z definicji zjawiska przemocy wynika, że przemoc stosowana jest przez osoby silniejsze nie tylko fizycznie, ale i psychicznie w stosunku do osób słabszych. Dane zjawisko można nazwać przemocą, gdy zostaną spełnione cztery warunki:

1. Jest to intencjonalne działanie lub zaniechanie działania. Warunek ten jest spełniony, gdy jakaś osoba jest przekonana, że wie lepiej, co jest dobre dla drugiego człowieka i sama daje sobie prawo do decydowania za niego oraz jest przekonana, że osoba ta powinna się jej podporządkować, nie jest zainteresowana stanowiskiem drugiego człowieka. Wszystko powinno być tak, jak ona chce i każdy powinien liczyć się z jej zdaniem i nikt nie powinien próbować się jej przeciwstawić.
2. Jedna osoba ma przewagę nad drugą – nie jest to tylko przewaga fizyczna, ale często psychiczna, materialna, zawodowa. Na mocy tej przewagi zmusza drugą osobę do podporządkowania się jej. Osoba ta jest świadoma swojej przewagi i celowo ją wykorzystuje.
3. Działanie lub zaniechanie jednej osoby narusza prawa i dobra osobiste drugiej. Ten warunek zostaje spełniony, gdy jedna osoba nadaje sobie prawo do tego żeby, np. uderzyć inną osobę, zniszczyć jej coś, skrzytykować ją. Nieważne są dla niej

potrzeby tej drugiej osoby, nie liczy się z jej uczuciami i protestami. Traktuje daną osobę jak przedmiot, nie jak kogoś równego sobie.

4. Osoba wobec której stosowana jest przemoc doznaje cierpienia i szkód fizycznych i psychicznych. Wyrządzone szkody mogą być widoczne, ale i niezauważalne, natychmiastowe lub odroczone w czasie [por. 1].

Jeżeli wszystkie wymienione powyżej warunki zostaną spełnione, wtedy możemy mówić o stosowaniu przemocy. Osoba stosująca przemoc nazywana jest sprawcą, zaś osoba wobec której jest stosowana przemoc – ofiarą. Należy jednak pamiętać, że sprawca równie dobrze w innej relacji może być ofiarą, ofiara zaś sprawcą.

#### 4. Trauma powstała w wyniku przemocy

Przemoc wobec dzieci to stosowanie kar cielesnych, zadawanie cierpień psychicznych i inne formy poniżania dziecka. To także nie wywiązywanie się z opieki, które ma konsekwencje dla zdrowia fizycznego lub psychicznego dziecka. Przemocą jest także celowe zaniechanie działań, które mogłyby zapobiec krzywdzeniu dziecka. Sprawcami przemocy często są bliskie dziecku osoby, także rodzice i opiekunowie. Przemoc wobec dzieci nie jest ściśle powiązana ze statusem społecznym czy materialnym rodziny; może zdarzyć się w każdym środowisku [6, 12]. Przemoc stosowana wobec dzieci grozi różnego typu konsekwencjami do których zalicza się głębokie traumy. Mogą one pojawić się już w dzieciństwie (tzw. traumy/konsekwencje krótkoterminowe), ale występują także w dorosłym życiu (tzw. traumy/konsekwencje długoterminowe) [1, 13].

Przemoc wobec dzieci to zjawisko społeczno-psychologiczne, mające wielorakie uwarunkowania związane z siłami tkwiącymi w jednostce, rodzinie, a także w środowisku i w kulturze. Charakteryzując rodziców stosujących przemoc oraz doświadczających przemocy dzieci, wyróżniono sześć ważnych elementów szacowania ryzyka i potrzeby ochrony dziecka w relacji dziecko-rodzic [za: 1].

1. Wiedza i postawa wobec wychowania dziecka – rodziny stosujące przemoc przejawiają odmienne nastawienie do rozwoju dziecka niż nie stosujące przemocy. Rodzice stosujący przemoc mają nierealistyczne oczekiwania wobec zdolności własnych dzieci, ujawniając wobec nich bardzo wysokie wymagania. Wiele przypadków przemocy wynika z bezsensownych starań rodziców, by skłonić dziecko do zachowań, które wkraczają poza aktualny etap jego rozwoju.
2. Postrzeganie przez rodzica zachowania – rodzice stosujący przemoc mają bardziej negatywne zdanie na temat zachowania dziecka niż rodzice nie stosujący przemocy. Postrzegają oni swoje dziecko jako wymagające i irytujące. Może być to związane z faktem, że dzieci będące ofiarami przemocy częściej ujawniają problemy zdrowotne, zaburzenia jedzenia i snu [14]. Browne i Saqi [za: 14] analizując sposób postrzegania dzieci przez matki w rodzinach stosujących przemoc zauważyli, że w stanie stresu negatywnie oceniają dziecko. Matki niestosujące przemocy miały bardziej pozytywne spostrzeżenia na temat własnych dzieci.
3. Spostrzeżenia dziecka – dokonano porównania dzieci, wobec których stosowano przemoc fizyczną z grupą dzieci pozbawionych właściwej opieki w domu rodzinnym. Wykorzystywano Test Stosunków Rodzinnych Anthony-Bene. Karane fizycznie dzieci wyrażały zdecydowanie mniej uczuć wobec matki, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych. Dzieci pozbawione opieki, ale nie doświad-

czające przemocy fizycznej wyrażały zarówno pozytywne, jak i negatywne uczucia [6].

4. Szacowanie emocji rodziców i ich reakcja na stres – cechą wspólną sprawców przemocy jest podwyższony poziom pobudzenia w sytuacjach stresowych. Stwierdzono, że sprawcy przemocy są zwolennikami karania, grożą dziecku, krzyczą na nie, niezależnie od typu niewłaściwego zachowania. Natomiast rodzice nie stosujący przemocy wybierają sposoby dyscyplinowania zależne od okoliczności.
5. Obserwowanie zachowania i interakcji wobec dziecka – interakcje pomiędzy niemowlętami doświadczającymi przemocy a ich matkami pojawiają się rzadziej. W badaniach obejmujących interakcje stosujących przemoc matek z własnymi dziećmi zauważono, że matki te ingerują w zachowania dziecka, przeszkadzają w zabawie, popychają je, niekiedy jawnie okazują wrogość. Natomiast matki zaniedbujące dzieci wykazywały bierność, brak zaangażowania w kontakt z dzieckiem.
6. Ocena przywiązania małego dziecka do rodzica – wiele stosujących przemoc rodziców było ofiarą przemocy w dzieciństwie. W niektórych przypadkach związek między doświadczaniem przemocy w dzieciństwie i stosowaniem jej wobec własnych dzieci jest skutkiem zbyt słabych relacji z własnym rodzicem i zakłóceń w tworzeniu się „bezpiecznego przywiązania” [15]. Wykazano, że niepewne przywiązanie dotyczy większości, bo aż 70% maltretowanych dzieci, natomiast pozostałe 30% było ufnie przywiązanych do opiekuna. Nawet w przypadku doświadczających przemocy dzieci kompensacyjny wpływ czynników środowiskowych może zwiększyć prawdopodobieństwo bezpiecznego przywiązania [1].

R.J. Gelles [za: 1] wśród uwarunkowań zachowań agresywnych rodziców wymienia przede wszystkim wczesne doświadczenia z okresu dzieciństwa tj. bycie maltretowanym, odrzucenie uczuciowe przez rodziców, psychologiczne zaniedbanie oraz doświadczanie kar fizycznych. Zakłada, że wczesne traumatyczne doświadczenia bycia maltretowanym wywołują silne stropy, które z kolei wpływają na kształtowanie się zachowań psychopatycznych, a te z kolei prowadzą do maltretowania w kolejnym pokoleniu własnych dzieci. Również R.S. Kempe oraz C.H. Kempe [16] twierdzą, że najistotniejszą wspólną cechą w najbardziej agresywnych rodzinach jest powtarzanie z jednej generacji na drugą brutalnej przemocy, zaniedbywanie dziecka oraz utrata rodzicielskiej kontroli. Są oni przekonani, że przemoc fizyczna i zaniedbywanie współwystępuje z przemocą psychiczną i werbalną.

## **5. Rodzaje przemocy doprowadzające do traumy – ogólna charakterystyka**

### **5.1. Przemoc fizyczna**

A. Soriano [17] definiuje przemoc fizyczną jako działanie nieakcydentalne, prowadzone przez jakąkolwiek osobę, które wywołuje u dziecka uszczerbek fizyczny, psychiczną traumę lub chorobę, lub też stawia je w poważnym niebezpieczeństwie odniesienia szkody fizycznej lub choroby. Przemocą fizyczną jest celowe uszkodzenie przez sprawcę ciała ofiary, zadawanie jej bólu i wszelkiego rodzaju groźby uszkodzenia ciała (pobicia itp.). Przemoc fizyczna jest najczęściej stosowaną przemocą wobec dzieci. Jest ona często mylona z metodami wychowawczymi, niemniej jednak musimy pamiętać, że uderzenie dziecka zawsze jest przemocą fizyczną. Nie zawsze

zostawia po sobie ślady ponieważ niektórzy sprawcy wiedzą „jak uderzyć, żeby nie było tego widać”.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje przemoc jako: „zamierzone postępowanie lub użycie siły fizycznej przeciwko komuś, innej osobie, grupie lub społeczności, które powoduje doznanie obrażeń, zgonu, szkód psychicznych, uniemożliwia rozwój lub naraża na utratę zdrowia”. Definicja ta tłumaczy istnienie kilka rodzajów przemocy m.in. przemoc interpersonalną, czyli taką, która dzieli się na dwa rodzaje: przemoc wobec członków rodziny i przemoc wobec osoby niespokrewnionej. Definicja ta zawiera również istnienie przemocy grupowej, czyli naruszenia praw człowieka, konflikty zbrojne itp.

T. Suchańska, T. Schiller-Gąsiorowska [9] stwierdzają, że przemoc oznacza fizyczną przewagę wykorzystywaną do bezprawnych czynów dokonywanych na kimś. Przemoc fizyczna w domu może występować też pod kilkoma odsłonami. Mogą to być sytuacje, gdy jeden z rodziców stosuje przemoc do drugiego rodzica. W tych sytuacjach przemoc fizyczna nie jest wprost kierowana na dziecko, niemniej dziecko jest świadkiem tej przemocy i tak, jak ta, która jest kierowana w jego kierunku pozostawia po sobie ślady emocjonalne. Takie dziecko z perspektywy swoich kolejnych lat życia może mieć trudności w nawiązywaniu kontaktów partnerskich. Drugą sytuacją stosowania przemocy, a będącą dla dziecka traumą, jest przemoc skierowana w kierunku dziecka. Dziecko bite oraz maltretowane doświadcza wiele urazów emocjonalnych. Dla dziecka jest to bardzo trudna sytuacja, gdyż nie wie gdzie i w jaki sposób szukać pomocy. Osoby, które powinny go chronić same wyrządzają własnemu dziecku krzywdę. Dziecko, które doświadcza przemocy w domu na ogół jest bardzo wycofane, przejawia lęki i obawia się zaufać innym osobom dorosłym. W takiej sytuacji, gdy przemoc kierowana jest od osób najbliższych, najtrudniej jest samemu sobie z nią poradzić [18].

Kolejnym miejscem w którym dzieci mają do czynienia z przemocą fizyczną jest szkoła. W wielu szkołach zachowania agresywne przejawiają się w formie napaści. Cechy wyróżniające ucznia przejawiającego zachowania agresywne, to: impulsywność, niska samokrytyka, niska tolerancja na frustrację, niski poziom samokontroli, brak poczucia wstydu, niskie poczucie winy, zewnętrzna sterowność. Natomiast specyficzną cechą ofiary jest: niska samoocena, wrażliwość, pasywność, wycofanie, ukrywanie własnych potrzeb, unikanie rówieśników, poczucie żalu i krzywdy, poczucie osamotnienia i opuszczenia [19].

Dzieci mają kontakt z pojęciem przemocy już od najwcześniejszego okresu swojego życia. Przykładem mogą być bajki, gry komputerowe, filmu itp., które mają służyć wychowaniu i edukacji. Zamiast tego ukazują wiele treści związanych z przemocą, doprowadzając jednocześnie do wytworzenia w dziecku doświadczeń i przeżyć traumatycznych. W grach komputerowych dzieci otrzymują nagrodę kiedy przechodzą do następnego poziomu, kiedy kogoś skrzywdzą lub nawet zabiją. W ten sposób uczą się agresywnych zachowań, które później mogą wykorzystać w szkole na swoich rówieśnikach. Pomimo wprowadzonych ograniczeń wiekowych nikt poza rodzicem nie jest w stanie weryfikować, czy gra jest odpowiednia dla jego dziecka. Rodzice często nie zwracają uwagi na tego typu doświadczenia. Należy zatem ograniczać dzieciom dostęp do brutalnych gier oraz bajek pełnych przemocy [9, 18].

I. Pospiszyl [20] wskazuje, że przemoc obejmuje zachowania w postaci czynnej i biernej. Do przemocy czynnej zalicza: klapsy, kopanie, policzkowanie, bicie przedmiotem, oparzenia, zadawanie ran ciętych, duszenie, uśiłowanie lub dokonywanie zabójstw. Za bierną formę uznaje zakazy np.: areszt domowy, ograniczenie snu i pożywienia oraz dostępu do urządzeń sanitarnych i sprzętów umożliwiających przygotowanie pożywienia (por. Mazur 2002).

Częstość stosowania przez rodziców poszczególnych form przemocy fizycznej przedstawia tabela 1. [za: 20]

Tabela 1 Częstość stosowania form przemocy fizycznej

Rodzaje kar fizycznych	Częstotliwość stosowanych form przemocy
Klapsy	81,7%
Bicie ręką	66,8%
Bicie przedmiotem	40,7%
Szarpanie, popychanie, potrząsanie	30%
Spoliczkowanie	14%
Rzucanie przedmiotem	7%

Źródło: [20]

K. Kmiecik-Baran [21] wskazuje na występowanie odległych traumatycznych konsekwencji przemocy fizycznej w sferze somatycznej, poznawczej, behawioralnej, jak i emocjonalnej.

Tabela 2. Odległe traumatyczne konsekwencje przemocy fizycznej stosowane wobec dziecka [za: 21]

Sfera psychiczna	Sfera poznawcza, behawioralna, emocjonalna
- choroby somatyczne, - trwale uszkodzenia narządów wewnętrznych, - organiczne uszkodzenia mózgu, - trwale kalectwo fizyczne, - stałe napięcie mięśni ciała typu drżenie rąk, tiki.	- poczucie winy, - niska samoocena, - nerwice, - duża potrzeba kontrolowania wszystkiego, - stosowanie przemocy wobec innych, - małe poczucie własnej wartości, - słaby kontakt z otoczeniem, - depresja, - lęki.

Źródło: [21]

A. Lipowska-Teusch [22] stwierdza, że u dzieci, które widzą, jak rodzice biją i same są bite uczą się bicia uważając, że bicie to sposób w jaki rozwiązuje się problemy.

## 5.2. Przemoc psychiczna jako forma doświadczanej traumy

*„Gdybym musiał wybierać między zniewagą fizyczną a słowną zawsze wybierałbym karę fizyczną. Pozostają po nim ślady, a więc przynajmniej ludzie użalają się nad tobą. Jeżeli chodzi o słowa, to po prostu doprowadzają cię do szału. Rany po nich są niewidoczne. Nikt się tobą nie przejmuje. Bliźny fizyczne znikają znacznie szybciej niż te zadane przez obelgi” [za: 23].*

Niewątpliwie znęcanie się psychiczne jest trudniejsze do zdefiniowania ponieważ jest ona nieuchwytną formą złego traktowania. Nie pozostawia widocznych śladów, trudno jest cokolwiek udowodnić [9, 24].

A.Sorano stoi na stanowisku, że przemoc psychiczną należy rozumieć jako:

*„chroniczną wrogość wyrażaną słownie w formie obelg, drwin, lekceważenia, krytyki, gróźb, porzucenia oraz nieustanne blokowanie dziecięcych inicjatyw przez dorosłych”* [17, s. 62].

Najczęściej stosowaną formą przemocy psychicznej jest przemoc emocjonalna. Przemoc ta jest przede wszystkim stosowana przez osoby dorosłe, które przejawiają cechy niedojrzałości emocjonalnej. Należy do niej szantaż emocjonalny i zadawanie dotkliwych (niewidocznych) ran psychicznych poprzez: zastraszanie, prześladowanie, nieliczenie się z potrzebami i pragnieniami innych, narzucanie własnej racji i norm, wymuszanie czegokolwiek, by osiągnąć wyłącznie własne korzyści, utrzymanie stanu strachu i poczucia bezsilności w ofierze, poniżanie. Dorośli, którzy stosują tą przemoc wobec dzieci nie potrafią kierować się miłością, szacunkiem i troską [9, 18].

Niektórzy rodzice i osoby dorosłe wychodzą z założenia, że jedyną drogą do wyegzekwowania ze strony dziecka posłuszeństwa jest używanie w wychowaniu krzyku. Dziecko będące w takiej atmosferze wychowania doświadcza wiele cierpienia. Ból pojawia się również, gdy opiekunowie dziecka stosują przewiska, epitety, piętnują dostrzeżone w nich słabości. Jest to poniżanie ich godności. Godność jest mu odbierana również wtedy, gdy naruszona zostaje jego intymność, tajemnice, indywidualne doznania i przeżycia [25].

Po drugiej stronie kontinuum zadawania dziecku krzywdy emocjonalnej leży zaborcza miłość ze strony rodziców, nadmierne ochranianie. Nie pozwala to dziecku na rozwijanie swojej samodzielności, umiejętności zmagania się ze światem [15].

Przemoc psychiczna wywołuje wiele negatywnych i traumatycznych przeżyć, wśród których można wymienić: strach, obawę, poczucie niesprawiedliwości, bunt, potrzebę zemsty. A. Lipowska-Teusch [22] wskazuje na występowanie u ofiary tzw. „prania mózgu”, na które składają się następujące zachowania:

- a. izolacja – pozbawia ona ofiarę społecznego poparcia, ma zmniejszyć jej możliwość stawiania oporu, uzależnić od sprawcy, skoncentrować się na nim;
- b. monopolizacja uwagi – koncentracja uwagi ofiary na aktualnej sytuacji, wspieranie introspekcji, eliminacja bodźców innych niż te, którymi manipuluje agresor, uniemożliwienie działania niespójnego z uległością;
- c. osłabienie, doprowadzenie do przemęczenia – celem jest zmniejszenie fizycznej i psychicznej możliwości stawiania oporu;
- d. groźby – nasilają lęk i rozpacz;
- e. przychylność od czasu do czasu – powoduje pozytywną motywację do uległości;
- f. demonstrowanie wszechwładzy – wskazuje na daremność stawiania oporu;
- g. degradowanie – rodzi przekonanie, że opór bardziej naruszy szacunek do samego siebie i poczucie własnej wartości niż kapitulacja [26].

J. Brągiel [27] stwierdza, że maltretowanie psychiczne jest destruktywnym postępowaniem, w którym występuje przynajmniej jedno z następujących zachowań:

- a. odrzucenie – ma miejsce, gdy osoba dorosła odmawia przyznania dziecku wartości i prawa dla jego własnych potrzeb, nie okazuje mu zainteresowania i wsparcia;
- b. izolowanie – dorosły odcina dziecku drogę do normalnego doświadczenia społecznego, uniemożliwia mu nawiązywanie przyjaźni. W dziecku rodzi się przekonanie, że jest samotne i pozbawione bliskich;
- c. terroryzowanie – dziecko jest obrażane werbalnie, szykanowane, upokarzane. Osoba dorosła tworzy klimat strachu, w wyniku czego dziecko nabiera przekonania o wrogości świata;
- d. ignorowanie – dziecko jest pozbawione podstawowej stymulacji i odpowiedzialnego wsparcia. Ma miejsce usztywnianie jego rozwoju emocjonalnego i intelektualnego;
- e. korupcja – dziecko jest stymulowane do zachowań destruktywnych. Dorosły wzmacnia różne dewiacje i powoduje, że dziecko nie przestrzega norm społecznie aprobowanych, co wywołuje konflikty między nim a otaczającym go środowiskiem.

Wśród objawów wskazujących na występowanie psychicznej przemocy wobec dziecka można wyróżnić następujące zachowania ze strony rodziców:

- a. izolują, bagatelizują, odrzucają czy ignorują dziecko – robią z niego kozła ofiarnego;
- b. ich oczekiwania nie są dostosowane do wieku i rozwoju dziecka – są ponad jego możliwości;
- c. spostrzegają swoje dziecko jako odmienne, inne od pozostałych dzieci;
- d. w przeszłości miały już miejsce epizody przemocy;
- e. prawie nigdy nie zwracają się o pomoc do tego samego lekarza pediatry lub szpitala gdzie byli ostatnio [27, 26].

K. Kmieciak-Baran [21] wskazuje na istnienie wielu oznak maltretowania psychicznego dziecka. Dotyczy ono zarówno sfery somatycznej, poznawczej, emocjonalnej jak i behawioralnej.

Tabela 3. Traumatyczne konsekwencje maltretowania psychicznego dziecka

Sfera somatyczna	Sfera poznawcza, emocjonalna i behawioralna
- nietrzymanie moczu i kału, - wymioty, - bóle w okolicy serca, - bóle żołądkowe, - nadmierna potliwość, - nawracające bóle głowy, - stałe zawroty głowy, - biegunka.	- kłopoty z kontrolą emocji, - poczucie alienacji: bezsensu, anomii, - bezradności, samowyobcowania, - osamotnienia, - fobie, nerwice, lęki, - zaburzenia snu, - poczucie winy i krzywdy, - ucieczki, - problemy szkolne, - zachowania agresywne w stosunku do siebie i innych, - nieufność do innych.

Źródło: [21]

Dziecko wobec którego sprawcą przemocy jest rodzic ma utrudnione dojście do poszukiwania wsparcia, jest bardziej nieufne wobec dorosłych. W takich sytuacjach dzieci szybko wyprowadzają się z domu, często uciekają z niego przed ukończeniem osiemnastego roku życia. Dzięki temu nie są uzależnione w jakiś sposób od swoich

rodziców, wręcz przeciwnie, sami są za siebie odpowiedzialni i nie są zależni od rodziców. Pomimo tego, często nadal są związani z rodzicami emocjonalnie. Pozostawia to duże ślady na ich rozwoju i przyszłych relacjach partnerskich [29].

Kolejną grupą wymienianą w literaturze psychologicznej mogącą stosować przemoc psychiczną wobec dziecka są nauczyciele. Dziecko w szkole powinno czuć się bezpiecznie, nauczyciele w szkole powinni zastępować dzieciom ich rodziców (opiekunów). Powinni być otwarci, pomocni. Jednak zdarza się, że nauczyciele mogą przynosić do szkoły swoje prywatne problemy. W konsekwencji odreagowują na dzieciach własne problemy. Najczęstszą formą takiej przemocy jest wyzywanie lub wyśmiewanie się z ucznia przed całą klasą. Takie zachowanie ze strony nauczyciela bardzo negatywnie wpływa na stosunek ucznia do nauki i do samego chodzenia na lekcje. Uczeń początkowo zacznie opuszczać się w nauce, z biegiem czasu zaczyna unikać lekcji, na których nauczyciel będzie stosował przemoc psychiczną wobec niego. Trauma ta będzie prowadziła do wielu nieobecności, czego konsekwencją będzie nieklasyfikowanie ucznia i problemy z promocją do następnej klasy. Dzieci często boją się powiedzieć rodzicom o tej przemocy, gdyż myślą, że w relacji z nauczycielem są przegrani. Boją się, że wszystko odwróci się przeciwko nim i będą mieć jeszcze więcej problemów niż mają i nauczyciel będzie jeszcze bardziej karał ich za ich zachowanie stosując szantaż emocjonalny [9, 26, 28].

Przemoc psychiczna pozostawiająca traumatyczne wspomnienia w szkole dotyczy również relacji z rówieśnikami. W każdej klasie jest osoba, która czuje się liderem. Problem pojawia się, gdy osoba ta przybierze również rolę agresora. W tej sytuacji zdarza się, że nastawia całą klasę przeciwko swojej ofierze. Agresor nie zawsze musi chodzić z ofiarą do tej samej klasy. Bardzo często zdarza się, że agresorami są starsi koledzy. Gdy agresorem jest starszy kolega najczęściej dochodzi do wyłudzeń pieniędzy, szantaży, wyzwisk. W tych sytuacjach bardzo ważne jest zareagowanie rodziców na tę traumatyczną dla dziecka sytuację. Konsekwencją tej przemocy staje się unikanie pobytu w szkole, uczęszczania na lekcje, niechęć wychodzenia na przerwy. Często krzywda wyrządzona na dziecku jest tak duża, że musi ono uczęszczać na terapię lub zmienić szkołę [26].

Przemoc psychiczna jest jedną z najbardziej szkodliwych form przemocy. Pozostawia ślady, urazy, traumy w rozwoju dziecka na całe życie. Dziecko wobec którego stosowano przemoc psychiczną bardzo trudno nawiązuje relacje z innymi ludźmi. Boi się wchodzić w nowe środowisko, ma lęki, że zostanie odrzucone czy wyśmiane [9].

### **5.3. Zaniedbywanie**

A. Soriano [17] definiuje zaniedbywanie jako: „sytuacje, w których najbardziej podstawowe potrzeby dziecka (wyżywienie, ubranie, higiena, ochrona, bezpieczeństwo, wychowanie i opieka medyczna) nie są zaspokajane przez osoby za to odpowiedzialne” (s. 49). Zaniedbywanie jest to powtarzające się lub poważne zaniedbanie dziecka w tym: zimno, głód, skrajne ignorowanie obowiązków opiekuńczych, co prowadzi do znacznego pogorszenia stanu zdrowia dziecka lub zakłócenia jego rozwoju, w tym do opóźnienia rozwoju fizycznego bez uwarunkowań organicznych. Przemoc określana mianem zaniedbania – objawia się niedostrzeganiem potrzeb psychicznych i fizycznych dziecka, deprivacją potrzeb emocjonalnych i rozwojowych [30, 31].



Zaniedbywanie dziecka jest przemocą ponieważ jest to taka forma działania lub zaniechania (powstrzymywania się od działań należnych, koniecznych) wobec członków rodziny, które godzą w ich osobistą wolność i przyczyniają się do ich szkody psychicznej lub fizycznej, które są niezgodne ze społecznymi wartościami dotyczącymi wzajemnych relacji w rodzinie oraz/lub uznawane za niewłaściwe lub szkodliwe [32, 33].

Zaniedbywanie wiąże się z łamaniem praw dziecka. W literaturę psychologiczno-pedagogiczną podkreśla się fakt, że fundamentem rodziny jest zdrowy związek między rodzicami, których rolą w stosunku do dzieci jest modelowanie. Rodzice pokazują jak być kobietą, mężczyzną, matką, ojcem, jak trwać w związku, jak funkcjonować jako istota ludzka, jak zakreślać granice między sobą a światem zewnętrznym, jak z nim współgrać. Rodzice uczą jak kochać, czuć, wybierać. Rodzina jest pierwszym i najbardziej trwałym środowiskiem społecznym jednostki z którym utożsamia się na zawsze. Z literatury wynika, że wychowanie dziecka w rodzinie patologicznej implikuje wystąpienie u niego negatywnych konsekwencji rozwojowych [32, 33].

Zaniedbywanie może mieć charakter zaplanowany lub niezamierzony. Zaplanowane zaniedbywanie ma charakter świadomy. Jego celem jest pogorszenie stanu fizycznego lub emocjonalnego danej osoby. Do tej kategorii można zaliczyć: świadome porzucenie, odmawianie pieniędzy, odmawianie pożywienia, opieki medycznej i lekarstw. Zaniedbywanie niezamierzone nie ma charakteru świadomej, celowej próby pogorszenia stanu fizycznego lub psychicznego dziecka. Można tu zaliczyć: porzucenie, brak zapewniania odpowiedniego pożywienia, pieniędzy i opieki zdrowotnej na skutek lęków, niewiedzy, lenistwa, niezaradności [34].

Zaniedbywanie dzieci jest bardzo częstym zjawiskiem. Kojarzy się ono z niskim statusem społecznym, jednak zaniedbywanie dotyczy również rodzin bogatych, w których rodzice w ogóle nie interesują się swoimi dziećmi i/lub pomimo swoich dóbr materialnych nie zapewniają swoim dzieciom podstawowych potrzeb. J. Mazur [35] dokonuje rozróżnienia na zaniedbanie fizyczne oraz psychiczne. Do objawów fizycznych wskazujących na zaniedbywanie dziecka zaliczyć można m.in.: łapczywe jedzenie, uporczywe bóle brzucha po spożyciu posiłku, zabieranie ze sobą resztek niedojezonych pokarmów, np. ze stołówki szkolnej, brak dbałości o higienę osobistą, nieprzyjemny zapach. Z kolei do zaniedbań psychicznych należą: obojętność, lekceważenie emocjonalne, nieokazywanie pozytywnych uczuć [9, 26].

Wśród najbardziej znanych form zaniedbania w środowisku rodzinnym A. Soriano [17] wymienia następujące zachowania:

- a. brak kontroli – rodzice nie sprawują nad dzieckiem odpowiedniej kontroli;
- b. porzucenie – gdy nikt się dzieckiem nie zajmuje przez dłuższy czas;
- c. nieodpowiedni lub niewystarczający ubiór – dzieci są w brudnych, zniszczonych lub niedostosowanych do warunków meteorologicznych ubraniach;
- d. zaniedbanie stanu zdrowia – opieka medyczna jest niedostosowana, brak odpowiedniego leczenia;
- e. zaniedbanie wychowawcze – brak dostarczania odpowiednich bodźców do harmonijnego rozwoju osobowości dziecka [por. 36].

Do traumatycznych bezpośrednich oraz odległych konsekwencji zaniedbywania trzeba wyróżnić problemy istniejące zarówno w sferze somatycznej, poznawczej, emocjonalnej, jak i behawioralnej.

Tabela 4. Bezpośrednie traumatyczne konsekwencje zaniedbywania

Sfera somatyczna	Sfera poznawcza, emocjonalna, behawioralna
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zbyt mała waga dziecka,</li> <li>- niski wzrost,</li> <li>- chroniczne choroby, pasożyty,</li> <li>- opóźnienie rozwoju wynikające z niedożywienia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- poczucie wstydu, inności,</li> <li>- trudności w nawiązywaniu kontaktów z otoczeniem,</li> <li>- zahamowanie rozwoju psychicznego,</li> <li>- poczucie krzywdy.</li> </ul>

Źródło: [za: 21]

Tabela 5. Odległe traumatyczne konsekwencje zaniedbywania

Sfera somatyczna	Sfera poznawcza, emocjonalna, behawioralna
<ul style="list-style-type: none"> <li>- niedorozwój fizyczny,</li> <li>- choroby psychosomatyczne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- poczucie krzywdy,</li> <li>- poczucie winy,</li> <li>- zaniedbanie własnych dzieci,</li> <li>- niewykształcenie nawyków czystości,</li> <li>- niedoceniać siebie.</li> </ul>

Źródło: [za: 21]

## 6. Wybrane formy terapii

### 6.1. Pierwsza pomoc

Najbardziej dostępną formą pierwszej pomocy są telefony zaufania. Instytucje te są czynne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu. Zatrudnieni są tam pracownicy socjalni, psychologowie a także lekarze, prawnicy, pedagodzy, kuratorzy i doradcy rodzinni. Zadaniem pracujących ludzi jest dostarczenie osobie zainteresowanej informacji o tym, gdzie i jakiego rodzaju pomocy może uzyskać. Często jest konieczne podjęcie bezpośredniej interwencji [37].

I. Pospiszyl [20] wskazuje również na duże powodzenie schronisk dla kobiet, dzieci i innych ofiar przemocy. Pierwszej pomocy udzielają również pogotowia rodzinne, centra kryzysowe oraz agencje pomocy rodzinie. Ich działalność obejmuje udzielenie pierwszej pomocy w okresie ostrego kryzysu i zapobieganie powtarzającym się przypadkom krzywdzenia członków rodziny. Ogromną rolę w sytuacjach interwencji odgrywa również policja, personel medyczny oraz szpitale. Dlatego tak ważne jest, aby te instytucje opanowały umiejętność postępowania z ofiarami przemocy.

### 6.2. Terapia dzieci

Pospiszyl [20] wskazuje na zalety terapii grupowej w pracy z dziećmi doświadczającymi przemocy. Pozwala ona dzieciom przeżyć poczucie wspólnoty, odtworzyć doświadczenia urazowe, pokazuje, że ich problemy nie są nietypowe. Taka terapia jest potrzebna ponieważ dzieci doświadczające przemocy często żyją w specyficznym klimacie konspiracji, poczucia odpowiedzialności za sytuację czy wreszcie w izolacji od grupy rówieśniczej, dlatego nie zawsze potrafią mówić o swoich problemach. Należy pamiętać, że aby praca przynosiła pozytywne skutki, musi spełniać kilka warunków odnośnie zasad organizowanej grupy. Dotyczą one takich kwestii, jak: wiek, płeć uczestników terapii, czas trwania spotkań, zadania itp.

### **6.2.1. Zadania i zasady pracy z dziećmi**

Istotnym elementem tworzonych grup jest łączenie dzieci w podobnym wieku rozwoju psychofizycznego. Różnice wieku nie powinny przekroczyć 2-3 lat. Raczej nie tworzy się grup dziecięcych z uczestników poniżej czwartego roku życia. Jeżeli terapii poddawane jest rodzeństwo o dużej różnicy wieku, lepiej włączyć je do odpowiednich grup wiekowych niż ściśle respektować więzi pokrewieństwa, chyba że względy indywidualne przemawiają za utrzymaniem rodzeństwa razem (np. gwałtowny wzrost niepokoju dziecka oddzielonego od rodzeństwa).

Lepsze efekty uzyskuje się tworząc grupy homogeniczne (tzn. osobno z dziewcząt i chłopców). Grupy mieszane tworzyć można jedynie z dziećmi najmłodszymi, które nie przywiązują jeszcze wagi do różnic płciowych.

Dla efektywnej pracy najlepiej, gdy grupy składają się nie więcej niż z 6-8 osób. Zbyt liczne grupy mogą spowodować, że problemy pewnych dzieci będą pomijane lub że niektóre dzieci zdominują aktywność grupy. Ryzykiem dla realizacji celów terapeutycznych może być także nieustrukturalizowany przebieg spotkań. Praca z dziećmi młodszymi oraz chłopcami wymaga dużej dynamiki i dobrze opracowanego planu. W przeciwnym razie istnieje ryzyko, że aktywność grupy wymknie się spod kontroli terapeuty.

Zarówno długość okresu uczestnictwa w terapii, jak i czas trwania poszczególnych spotkań zależą od wieku dzieci. Optymalnym okresem trwania terapii dla dzieci najmłodszych jest 8 cotygodniowych spotkań. Terapia dzieci starszych może obejmować kilka miesięcy. Również czas trwania poszczególnych sesji musi być dostosowana do wieku: dla dzieci młodszych – 40-60 min. Spotkania dla dzieci starszych mogą trwać ponad godzinę. W pracy z grupą bardzo pomocne okazać się mogą takie techniki jak: zabawy, odgrywanie ról, rysunek, a w pracy z dziećmi starszymi dodatkowo pantomima i nagrania video.

Ważnym elementem pracy terapeutycznej jest uwzględnianie faktu, że będą w niej brały udział dzieci o niejednorodnych potrzebach i różniące się pod względem sytuacji społecznej. Wszystkie te dzieci mają specyficzne potrzeby. Aby nie stracić ich z oczu, warto zachęcić dzieci do prowadzenia dzienniczków terapii, w których opisywałyby przebieg spotkań z własnego punktu widzenia (oczywiście jest to możliwe tylko w pracy z dziećmi, które mają opanowaną technikę pisania). Ważne jest też czuwanie, aby żadne dziecko nie stało się kozłem ofiarnym wewnętrznej gry grupowej.

Dość często popełnianym błędem jest przekonanie, że terapeuta powinien być osobą o płci odmiennie niż sprawca przemocy, a ponieważ sprawcą jest najczęściej mężczyzna, grupy terapeutyczne dzieci chętniej powierza się kobietom. Tymczasem terapia stwarza dziecku niepowtarzalną okazję przełamania urazowych skojarzeń z określoną płcią. Dlatego optymalnym rozwiązaniem jest prowadzenie grupy dziecięcej przez dwoje terapeutów: kobietę i mężczyznę – przyjaznych, otwartych, poszerzających doświadczenia dziecka o kontakt z ludźmi, którzy pozytywnie prezentują role płciowe [20, 37].

## 6.2.2. Cele terapii

Istnieją trzy etapy terapii. W pierwszym etapie następuje ocena przez dziecko sytuacji przemocy. W drugim – nazwanie przeżyć i odreagowanie. W trzecim ma miejsce kształtowanie umiejętności społecznych [20, 37].

### A. Ocena przez dziecko sytuacji przemocy

Dzieci krzywdzone często czują się odpowiedzialne za doświadczenie przemocy. Zdarza się, że traktują przemoc jak normalną technikę wychowawczą albo też czują się winne tego, co je spotkało. Dlatego na początku rzeczą niezmiernie ważną jest ustalenie wspólnie z dziećmi dobrych i złych sposobów postępowania z innymi ludźmi. Prowadzący spotkanie może zacząć od zasygnalizowania, że wszystkie dzieci mają podobne doświadczenia, dlatego łatwiej będzie im zrozumieć siebie nawzajem. Owe poczucie wspólnych doświadczeń jest niezwykle silnym bodźcem przełamującym poczucie dziecięcej izolacji. Następnie warto zaproponować dzieciom ustalenie wspólnej listy zachowań, które krzywdzą innych ludzi, których ludzie się boją, które sprawiają im przykrość, ból itp. W ten sposób dochodzi się do wspólnej definicji przemocy. Później każde dziecko ma za zadanie podkreślić, które z zachowań z listy jemu się przydarzyło [37].

### B. Nazwanie przeżyć i odreagowanie

Emocjonalność ofiar przemocy często opisuje się jako „zamrożony strach”. Przejawia się on z jednej strony, nieumiejętnością wyrażania emocji w sytuacjach, w których większość dzieci żywo reaguje, np. podczas bolesnego zabiegu medycznego, w wypadku skaleczenia, poczucia zagrożenia, z drugiej zaś, w hamowaniu typowej dziecięcej spontaniczności. Dzieci krzywdzone najczęściej przybierają postawę wyczekującą, niezangażowaną, pełną rezerwy, a jeżeli już wdają się w dziecięce zabawy, to często prowokują bójki lub ujawniają niekontrolowane wybuchy agresji. Wykazują też wyraźne braki w zakresie umiejętności współdziałania.

Kiedy więc ustali się już listę zachowań krzywdzących, zadaniem grupy jest zastanowienie się, w jaki sposób dzieci najczęściej reagują na różne formy krzywdzenia i powiązanie ich z własnymi doświadczeniami. Istotne jest, aby dzieci mogły swobodnie porozmawiać o uczuciach, aby każde dziecko miało szansę opowiedzieć o swoich przeżyciach. Kiedy się już tego dokona, warto zaproponować dziecku znalezienie jakiejś osoby, której mogłoby powierzyć swoje lęki w przyszłości. Najlepiej, jeżeli będzie to jakaś osoba z rodziny lub ktoś znajomy, kogo dziecko lubi.

Ważnym elementem jest także zbadanie uczuć dziecka wobec innych (niż agresor) członków rodziny, np. matki, rodzeństwa, dziadków i umożliwienie mu wyrażania w sposób otwarty swojego stosunku do nich.

Ten etap terapii jest jednym z najtrudniejszych ze względu na ryzyko utraty kontroli nad grupą. Może mu towarzyszyć agresywne zachowanie niektórych uczestników, wycofanie się innych, płacze lub po prostu bójki i ogólne zamieszanie. W takiej sytuacji konieczna jest zmiana strategii działania, np. wprowadzenie gry, zabawy lub ćwiczeń relaksujących. Należy pamiętać również o tym, aby dzieci opuszczały spotkanie w stanie względnego emocjonalnego wyciszenia [28].

### C. Kształtowanie umiejętności społecznych

Jedną ze smutnych lekcji, jaką wyniosło dziecko z rodziny, jest zniekształcone wyobrażenie na temat stosunków międzyludzkich, szczególnie zaś sposobów porozu-

miewania się, okazywania sobie uczuć oraz zasad pełnienia ról społecznych związanych z rodziną. Dlatego ważnym elementem pracy z dzieckiem jest przekazanie mu wiedzy o potrzebie ochrony, pomocy i opieki, o prawach człowieka (w sposób dla dziecka zrozumiały), zasadach porozumiewania się między ludźmi o znaczeniu więzi w rodzinie, a także o sposobach obrony przed przemocą. Następnie należy przećwiczyć uczone sprawności.

Ważnym elementem pracy jest kształtowanie umiejętności społecznych, szczególnie w zakresie nawiązywania kontaktów międzyludzkich, zasad współpracy, funkcjonowania w zespole itp. Niektóre umiejętności ćwiczy się już od początku terapii, inne natomiast wymagają specjalistycznego potraktowania [28].

## **7. Wnioski i zakończenie**

Na podstawie analizy tekstów zaprezentowanych w niniejszym artykule można wywnioskować, że dziecko pochodzące ze środowiska stosującego wobec niego przemoc musi znaleźć sposób na zachowanie zaufania do ludzi, ukształtować w sobie poczucie bezpieczeństwa, utrwalić poczucie kontroli, wzmocnić siły, a także kompensować sobie braki opieki i ochrony ze strony dorosłych.

Ofiara doświadczająca traumę przemocy, aby przetrwać, musi ukryć i zignorować to, że jest ofiarą. Ucieka się do deklaracji, że: „nie jest ofiarą i nie potrzebuje pomocy” – to jest jej strategia przetrwania. Przyjmuje najczęściej postawę: „nie dam się tak łatwo zdenerwować”, „Mogę dużo znieść, więcej niż inni”, „Poradzę sobie sam/sama”. Nie może postrzegać swojego oprawcy jako sprawcy, odnosi się do niego w sposób szczególny – idealizuje go, postrzega go, na ile się da, jako kogoś słabego i potrzebującego pomocy, broni jego agresywnych wybuchów i zajmuje się nim bardziej niż sobą, aby możliwie szybko i z wyprzedzeniem przewidzieć jego zachowanie. U ofiar przemocy można stwierdzić tendencje do psychicznego zafiksowania na sprawcy. Dla strategii przetrwania – określanych jako postawa ofiary, charakterystyczne jest to, że wprawdzie ofiara ma wszystkie możliwe objawy (depresja, migreny, bezsenność itp.), to nie łączy ich świadomie z przemocą, którą doświadczyła lub nadal doświadcza ze strony sprawcy [6, 39].

Jeśli utrwalona przez lata postawa ofiary będąca konsekwencją relacji ofiara-sprawca, wzmacniana przez struktury społeczne i skłonność do skrywania zachowań przemocowych oraz ochrony sprawców zaczyna być traktowana jako „choroba psychiczna”, młodociani pacjenci tracą szansę na dotarcie do prawdziwych przyczyn problemów. Najbardziej traumatyzuje przemoc psychiczna, ponieważ wywołuje u ofiary paraliżujące poczucie bezsilności i nienawiść w stosunku do sprawców. Z tego tworzą się niekończące się spirale przemocy – ofiary stają się sprawcami. Używanie przemocy jest strategią przetrwania, która wywołuje kolejne traumy. Nienawiść ofiary zazwyczaj nie może być rozładowana bezpośrednio na sprawcy i zostaje rozładowana okazji na innych niewinnych osobach, słabszych od ofiary [6, 39].

## Literatura

1. Rode D., *Psychologiczne uwarunkowania przemocy w rodzinie. Charakterystyka sprawców*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2010.
2. Bińczycka J., *Sprawca przemocy*, [w:] Papież J., Pluski A. (red.). *Przemoc dzieci i młodzieży w perspektywie polskiej transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2004.
3. Pospiszyl I., *Przemoc w rodzinie*, WSiP, Warszawa 1994.
4. Siwek K., *Zespół stresu pourazowego*, [w:] Jerzak J. (red.), *Zaburzenia psychiczne i rozwojowe u dzieci a szkolna rzeczywistość*, PWN, Warszawa 2016.
5. Łysiak T., *Trauma – od genologii pojęcia do studiów nad traumą*, [w:] Łysiak T. (red.). *Antologia studiów nad traumą*, Universitas, Kraków 2015.
6. Ruppert F., *Wczesna trauma Rozpoznawanie i uwalnianie*, Wydawnictwo Virgo, Warszawa 2014.
7. La Capra D., *Trauma, nieobecność, utrata*. [w:] Łysiak T. (red.). *Antologia studiów nad traumą*, Universitas, Kraków 2013.
8. Piłszczyk, A., *Obraz psychopatologiczny sprawcy przemocy w rodzinie*, *Psychiatria Polska*, XLI, 6, 2007, s. 827-836.
9. Suchańska T., Schiller-Gąsiorowska T., *Osobowość a wczesny uraz relacyjny*, Konin: Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, 2010.
10. Lipowska-Teusch A., *Rodzina a przemoc*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1997.
11. Pospiszyl, I., *Razem wobec przemocy*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa, 1999.
12. Durrant J. E., Ensom R., *Corporal punishment of children: Lessons from 20 years of research*, *Canadian Medical Association Journal*, 6, 2012, s. 184-189.
13. Joško-Ochojska J., *Dziedziczenie traumy. Epigenetyczny „list” do przyszłych pokoleń*, [w:] J. Joško-Ochojska (red.), *Medyczne i społeczne aspekty traumy*, Śląski Uniwersytet Medyczny, Katowice 2016.
14. Nikodemka S., *Przemoc wobec dzieci – przegląd badań*, *Niebieska linia*. 4, 2000, s. 9-14.
15. Januszewski A., *Zaburzona więź psychiczna w rozwoju psychospołecznym a reaktywne zaburzenie przywiązania u dzieci i młodzieży*, [w:] M. Maciąg, K. Maciąg (red.) *Dzieci młodzież XXI wieku – ujęcie społeczne*, Wydawnictwo Naukowe TYGIEL, Lublin 2017.
16. Kempe R. S., Kempe C. H., *Child Abuse, Harvard University Press, Harvard 1981*.
17. Soriano, A., *Przemoc wobec dzieci*, eSPe, Kraków 2002.
18. Durrant J., Plateau D. P., Ateah C. A., Holden G. W., Barker L.A., Stewart-Tufescu A., Jones A. D., Ly G., Ahmed R., *Parents' views of the relevance of a violence prevention program in high, medium, and low human development contexts*, *International Journal of Behavioral Development*, 41, (4), 2017, s. 49-54.
19. Durrant J. E., Ensom R., *Corporal punishment of children: Lessons from 20 years of research*, *Canadian Medical Association Journal*, 4, 2012, s. 184-189.
20. Pospiszyl I., *Przemoc w rodzinie*, WSiP, Warszawa 1994.
21. Kmiecik – Baran K., *Przemoc wobec dzieci – diagnoza i interwencja*, [w:] J. Papież, A. Płukis (red.), *Przemoc dzieci i młodzieży w perspektywie polskiej transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 1999.
22. Lipowska-Teusch A., *Wychować, wyleczyć, wyzwolić*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1998.
23. Forward S., *Toksyczni rodzice*, Jacek Santorski & CO Agencja Wydawnicza, Warszawa 1994.
24. Mazur J., *Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2002.

25. Jaworska-Andryszewska P., Abramowicz M., Kosmala A., Klementowski, K., Rybakowski J., *Trauma wczesnodziecięca w chorobie afektywnej dwubiegunowej*, *Neuropsychiatria i Neuropsychologia*, 11, 2, 2016, s. 39-44.
26. Gershoff E.T., Grogan-Kaylor A., *Spanking and Child Outcomes: Old Controversies and New Meta-Analyses*, *Journal of Family Psychology*, 4,6, 2016, s. 25-28.
27. Brągiel J., *Zrozumieć dziecko skrzywdzone*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole, 1996.
28. Gershoff E.T., Leeb S.J., Durrant J.E., *Promising intervention strategies to reduce parents' use of physical punishment*, *Child Abuse and Neglect*, 14, 2017, s. 71-74.
29. Ferguson C.J., *Spanking, corporal punishment and negative longterm outcomes: A meta-analytic review of longitudinal studies*, *Clinical Psychology Review*, 21, 2013, s. 33-38.
30. Bińczyńska J., *Między swobodą a przemocą w wychowaniu*. Wydawnictwo: Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 1997.
31. Bińczycka J., *Sprawca przemocy*, [w:] Papiież J., Płuski A. (red.) *Przemoc dzieci i młodzieży w perspektywie polskiej transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2004.
32. Jarosz E., *Przemoc w wychowaniu – czas z tym skończyć*, Raport Rzecznika Praw Dziecka 2017,
33. Jarosz E., Nowak A., *Dzieci ofiary przemocy w rodzinie*, Raport Rzecznika Praw Dziecka, BRPD, Warszawa 2012
34. Belsky J., *Child maltreatment: prevalence, consequences, causes and privation*, [w:] Browne K., Davies C., Stratton P. (red.), *Early prediction and prevention of child abuse*, Wiley, Chichester 1998.
35. Mazur J., *Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2002.
36. Romano E., Bell T., Norian R., *Corporal punishment :examining Attitudes toward the law and factors influencing attitude change*, *Journal of Family Violence*, 28, 4, 2013.
37. Haskett M. E., Stelter R., Proffit K., Nice R., *Parent emotional expressiveness and children's self-regulation: Associations with abused children's school functioning*, *Child Abuse and Neglect*, 36 (4), 2012, s. 296-307.
38. Levine P. A., *Trauma i pamięć. Mózg i ciało w poszukiwaniu autentycznej przyszłości*, Wydawnictwo Czarna owca, Warszawa 2017.
39. La Capra D., *Trauma, nieobecność, utrata*, [w:] Łysiak T. (red.) *Antologia studiów nad traumą*, Universitas, Kraków 2013.

## **Trauma wywołana przemocą wobec dziecka. Rodzaje, skutki i propozycje terapeutyczne**

### **Streszczenie**

Celem artykułu jest wyjaśnienie znaczenia traumy wywołanej przemocą wobec dziecka. Na podstawie analizy tekstów źródłowych opisano, czym trauma jest dla skrzywdzonego młodego człowieka. Zwrócono szczególną uwagę na rodzaje przemocy doprowadzające do pojawienia się urazów. Wyodrębniono przemoc fizyczną, która jest celowym uszkodzeniem przez sprawcę ciała ofiary, zadawaniem jej bólu i wszelkiego rodzaju gróźb uszkodzenia ciała (pobicia itp.). Opisana przemoc fizyczna często mylona jest z metodami wychowawczymi, niemniej jednak zwrócono uwagę, że każde uderzenie dziecka zawsze jest przemocą fizyczną, która wywołuje głęboki ból zarówno somatyczny, jak i psychiczny. Kolejnym rodzajem jest przemoc psychiczna powodująca obniżenie możliwości rozwoju dziecka. Najczęściej stosowaną jej formą jest przemoc emocjonalna będąca „szantażem emocjonalnym”. Jest ona zadawaniem dotkliwych (niewidocznych) ran psychicznych poprzez: zastraszanie, prześladowanie, nieliczenie się z potrzebami i pragnieniami innych, narzucaniem własnej racji i norm, wymuszaniem czegokolwiek, by osiągnąć wyłącznie własne korzyści, utrzymaniem stanu strachu i poczucia bezsilności w ofercie oraz poniżaniem. Następnie omówiono zaniedbywanie, w której najbardziej podstawowe potrzeby dziecka

(wyżywienie, ubranie, higiena, ochrona, bezpieczeństwo, wychowanie i opieka medyczna) nie są zaspokajane przez osoby za to odpowiedzialne.

W artykule uwzględniono propozycje terapeutyczne. Zaproponowano formy terapii, jakie można zastosować wobec pokrzywdzonych dzieci. Wyodrębniono: pierwszą pomoc oraz uświadomienie roli zadań i zasad jakie trzeba stosować w pracy z pokrzywdzonymi dziećmi. Ważną kwestią omówioną w artykule jest ocena przez dziecko sytuacji przemocy, nazwanie przeżyć i odreagowanie oraz kształtowanie umiejętności społecznych, szczególnie w zakresie nawiązywania kontaktów międzyludzkich, jak zachęcanie pokrzywdzonego dziecka do współpracy i funkcjonowania w zespole.

Słowa kluczowe: trauma, przemoc, rodzaje, wybrane formy terapii

## **Trauma caused by child abuse. Types, effects and treatment suggestions**

### Abstract

Children who experienced the trauma of abuse, develop a special way of responding to difficult life events, characterised by a defensive approach, high sense of self-control, and hypersensitivity in responding to stimuli. Curbing the neurotic fear that impairs adaptation and personality development, becomes the highest priority. Examples include a tendency to form symbiotic bonds to people around the child, high separation anxiety that impairs the quality of peer interactions and the development of autonomy, which is so important for entering and fulfilling social roles in adulthood or disintegration anxiety that blocks the individual's willingness to open up for controlled change in personality development. Children start shopping behaviours that are categorized as outside the normal range. Their functioning is disturbed by forms of aggressive behaviour and a false feedback loop strengthens their belief that they are responsible for what has happened to them. They are unable to accept, identify and reciprocate feelings. They have problems with empathy and they avoid close relationships with others. As a result, they develop a range of personality structures with narcissistic, antisocial, avoidant or *borderline* characteristics. Considering the necessity to perform various roles in adult life (e.g. parental, marital and professional). It is crucial to prepare the child's *ego* to reach its optimal potential by going through a purifying stage of *catharsis*, which will make it possible to orient their personality toward development (aspects of motivation, interests, learning, social interactions, etc.).

Keywords: trauma, abuse, types, selected forms of therapy



## Depresja, osamotnienie a przeżyta trauma u dzieci i młodzieży

*Często nie zdajemy sobie sprawy, że depresja to wszechogarniający ból fizyczny.*

*Jest to cierpienie nie do opisanania.*

*Zbudowane na bazie mieszanki lęku i agresji szarpie człowieka na różne strony.*

*Rozsadza głowę, otępia, dusi w gardle.*

*Nie pozwala spać, odbiera zmysły.*

*Wciąga w czeluść wypełnioną przerażającą samotnością.*

*Odbiera nadzieję i sens życia.*

*Gdy cierpienie przekracza siły, jakimi człowiek dysponuje, dochodzi do próby samobójczej*

Campbell

### 1. Wstęp

Doświadczając w życiu zbyt wielu intensywnych wydarzeń o charakterze urazowym można mieć negatywne przekonanie o sobie samym. Osoby zalęknione twierdzą, że brakuje im umiejętności prawidłowego funkcjonowania zarówno w sferze psychicznej, jak i społecznej. Konsekwencje związane z doznaną oraz nieprzepracowaną traumą mogą być bardzo destruktywne dla rozwijającego się młodego człowieka. Zbyt silne zdarzenia traumatyczne zaburzają prawidłowy rozwój fizyczny, poznawczy, emocjonalny. Im młodszy wiek życia dziecka, tym bardziej niekorzystne konsekwencje pojawiające się zarówno w rozwoju somatycznym, jak i psychicznym. Dzieci i młodzież, która doznała zbyt silnej traumy jest w większym stopniu narażona na wystąpienie epizodów depresji [1-3].

Trauma doświadczana przez młodego człowieka odgrywa istotną rolę w dalszym procesie rozwoju społecznego funkcjonowania. Negatywne jego oddziaływanie jest wynikiem długotrwałego stresu, frustracji doprowadzającej do szkodliwego i destrukcyjnego oddziaływania na dojrzewającą jednostkę. Każda nieadekwatna do wieku dziecka trudna sytuacja życiowa może nieść konsekwencje negatywne. Mogą być one tak silne dla niedojrzałej psychiki młodego człowieka, że można je określić jako „życie w ustawicznej traumie” [3, 4].

Dziecko jest istotą szczególnie narażoną na różnego rodzaju zaburzenia wywołane wyrządzoną wobec niego krzywdą. Bardzo szybko i z łatwością można narazić dziecko na cierpienie i ból. Zatem warto postawić pytania: Co dzieje się z dzieckiem, które doświadcza smutku z powodu doznanej traumy? Jak zachowuje się w sytuacji, gdy

---

<sup>1</sup> eljan@kul.pl, doktor nauk humanistycznych, Katedra Psychologii Klinicznej, Instytut Psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II.

sam jest ofiarą zdarzenia traumatycznego? Obecna wiedza wskazuje, że dziecko przeżywa stratę dogłębniej i długofalowo niż osoba dorosła. Ze względu na mniejszy repertuar emocji, nie potrafi wyrazić wewnętrznych przeżyć. Uwidaczniają się one najczęściej w zabawie, rysunkach, opowiadaniu itp.. Reakcja na doświadczaną traumę np. śmierć rodzica związana z chorobą, wypadek samochodowy, w którym naocznym świadkiem jest dziecko, przemoc fizyczna i psychiczna stosowana wobec dziecka, oddanie go do domu dziecka z powodu niewydolności wychowawczej rodziców, jak i inne formy niedojrzałych zachowań dorosłych względem dziecka doprowadzają do tragicznych w skutkach doświadczeń traumatycznych. Reakcja dziecka na te zachowania jest zależna od wielu czynników m.in. od wieku, w którym dziecko doświadczyło strat, sposobu, w jaki pozostali członkowie rodziny zareagowali oraz od własnych indywidualnych uwarunkowań i predyspozycji osobowościowych [5, 6].

Istnieje grupa dzieci, która wykazuje silną odporność na uraz oraz stosunkowo szybkie jego przepracowanie. Jednak u większości nadmierne traumatyczne zdarzenia zaburzają obraz siebie, jak i poczucie bezpieczeństwa. Jeśli nieprawidłowa jest postawa rodzica w stosunku do okazywanych przez dziecko emocji może mieć to w późniejszym okresie negatywne konsekwencje dla już dorosłej osoby. W takich wypadkach występuje ryzyko pojawienia się depresji lub innych chorób psychicznych [4, 7].

Wy różnić można dzieci, które traumatyczne zdarzenia odreagowują poczuciem osamotnienia lub nawet samotnością. Jest to stan wynikający z izolacji społecznej lub zakłóconych relacji międzyludzkich. Jest rodzajem skazania dziecka na zamknięcie się w swoim świecie wewnętrznym, co zawsze stanowi trudność w radzeniu sobie z życiem. Rodzi poczucie izolacji, wiąże się z bólem, odrzuceniem, tęsknotą za bliskimi, ciepłem rodzinnym. Samotność może być fizyczna (społeczna) – rozumiana jako izolacja, odosobnienie, odczuwane jako obojętność innych lub brak bliskości. Może być również samotność psychiczna – gdy jest odczuwana przez jednostkę jako niewystarczający kontakt psychiczny z innymi, jako marginalizacja i dyskomfort psychiczny. W przypadku dziecka do osamotnienia prowadzą trzy sfery:

- a. sfera zagrożeń – milczenie, brak poczucia przynależności, niewypowiedzenia swego zdania;
- b. sfera dewastacji – wyrażane jako blokada emocjonalna, brak okazywania uczuć;
- c. sfera wyboru – jej wyrazem jest wycofanie, izolacja, unikanie kontaktu z innymi, smutek, depresja, myśli samobójcze, pustka emocjonalna i egzystencjalna. Wszystkie te oznaki są niepokojące, a każda oznacza smutek, obawy i lęki, oświadczenie poczucia bezradności i beznadziejności [8, 9].

Depresja, która pojawia się w wyniku przeżytej traumy niesie za sobą poważne konsekwencje. Są one różnorodne i obejmują zarówno: a) zachowania wyrażające się niepodejmowaniem czynności, których oczekuje się od dorastającej osoby tj. systematycznego wypełniania obowiązków szkolnych, społecznych oraz b) zachowania łamiące normy i zakazy społeczne. Ich wspólną cechą jest permanentne poczucie zagrożenia związanego z dalszą perspektywą życiową. Spektrum tych zachowań, a przede wszystkim zagrożeniem dla życia staje się: – eksperymentowanie ze środkami psychoaktywnymi; – nadmierna ucieczka w świat internetu, smartfonów, gier komputerowych; – uzależnienia od niekontrolowanych zakupów, nadmiernego jedzenia (otyłość), kompulsyjnego jedzenia typu bulimia lub niechęci jedzenia (anoreksja) [3, 4].

Wewnętrzne uczucie dyskomfortu oraz brak nadziei na realizację osiągnięć w przyszłości ułatwiają podejmowanie aktywności ryzykownych, dających natychmiastowe i doraźne poczucie zmiany. Zarówno dzieci, jak i młodzież doświadczona zbyt intensywną traumą – po drastycznych przeżyciach tworzy w pamięci głęboko skrywane wspomnienia, które wpływają na pojawienie się mechanizmów obronnych tj. zaprzeczanie, tłumienie, identyfikacja z agresorem itp. Towarzyszyć temu mogą emocje typu wściekłość, smutek, agresja, lęk [10].

Celem artykułu jest ukazanie wpływu doznanej traumy na funkcjonowanie dzieci i młodzieży w kontekście poczucia osamotnienia, którego skutkiem – przy braku konstruktywnego przepracowania przeżytej traumy – staje się depresja.

## **2. Charakterystyka traumy oraz zaburzeń powstałych w wyniku następstwa zdarzenia traumatycznego**

Trauma z języka greckiego (gr. *ὁ τραῦμα*) oznacza pierwotnie tyle, co rana, skaleczenie, uraz. W języku polskim jej synonimem jest słowo, wstrząs, uraz. Uraz psychiczny jest procesem zapoczątkowanym przez wydarzenie traumatyzujące, z którego nie można uciec [11]. Według S. Folkman [12] wyróżnić można dwa sposoby ujęcia traumy – szerokie i wąskie, uwzględniające jej istotę, częstość występowania i następstwa. W szerokim ujęciu traumą można określać wszelkie urazy psychiczne występujące na różnych etapach życia człowieka (kryzysy, konflikty, zagrażające życiu przewlekłe choroby somatyczne i psychiczne), które łączą się z ryzykiem wystąpienia emocjonalnych, poznawczych i społecznych zaburzeń. Takie rozumienie traumy zbliżone jest do pojęcia sytuacji stresowej. W rozumieniu wąskim trauma jest traktowana jako rodzaj ciężkiego stresora, który powoduje narażenie na utratę życia lub poważne zranienie ciała, ma najczęściej charakter nagły, niekontrolowany, może dotyczyć wielu osób równocześnie. Odnosi się to także do sytuacji, w której osoba jest świadkiem takiego wydarzenia.

W okresie dzieciństwa wskazuje się na dwa podstawowe typy traumy doświadczanej w tym okresie życia: typ I i typ II. Pierwszy jest rezultatem zdarzenia pojedynczego i krótkotrwałego (np. porwanie, bycie świadkiem morderstwa, wypadku komunikacyjnego itp.), drugi dotyczy sytuacji długotrwałych, powtarzających się, narażenia na działanie traumatycznych czynników zewnętrznych (np. odrzucenie, odosobnienie itp. [13, 14].

Doświadczenie traumatycznego zdarzenia współwystępuje często z podwyższonym ryzykiem zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania. W kontekście diagnozy ważną kwestią jest rozważenie, czy reakcja na wydarzenie traumatyczne ma charakter normatywny to znaczy czy jest to normalna reakcja na nienormalną sytuację. Warto również stwierdzić czy zachowanie po sytuacji traumatycznej w znaczącym stopniu odbiega od normy. U większości osób w pierwszym okresie po traumatycznym zdarzeniu dominują takie objawy, jak: lęk, niepokój, nadmierne pobudzenie i unikanie kontaktów, które można rozważać w kategoriach reakcji normatywnych, adekwatnych do zaistniałej sytuacji [15, 16].

Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne [15] oraz Klasyfikacja DSM-5 [16] wyodrębniły grupę zaburzeń określaną jako zaburzenia związane z traumą lub stresorem, do których należą:

(1) Ostre zaburzenie stresowe (ASD) – warunkiem koniecznym do rozpoznania tego zaburzenia jest doświadczenie przez osobę ciężkiego wydarzenia traumatycznego oraz utrzymywanie się objawów w okresie od trzech dni do miesiąca po wystąpieniu zdarzenia traumatycznego. Klasyfikacja wymienia 14 objawów tego zaburzenia, pogrupowanych w następujące kategorie:

- objawy intruzyjne (np. nawracające wspomnienia, sny);
- negatywny nastrój;
- objawy dysocjacyjne (derealizacja, amnezja dysocjacyjna);
- objawy unikania (np. wspomnień, myśli, miejsc wiążących się z traumą) oraz
- objawy pobudzenia (np. zaburzenia snu, drażliwość, nadmierna czujność).

Według DSM 5 ostre zaburzenie stresowe ASD może się utrzymywać do 30 dni po urazie, jeżeli zaś objawy utrzymują się dłużej, należy rozważyć rozpoznanie PTSD.

(2) Zespół PTSD – podobnie jak przy diagnozie ASD, dla jego stwierdzenia konieczne jest doświadczenie przez osobę wydarzenia traumatycznego, a objawy muszą się utrzymywać przez co najmniej miesiąc.

Objawy podzielone są na cztery kategorie:

- a. intruzyjne;
- b. unikania bodźców związanych z traumatycznym wydarzeniem;
- c. negatywne zmiany w treściach poznawczych i nastroju związane z wydarzeniem traumatycznym oraz
- d. znaczne zmiany w zakresie pobudzenia i reaktywności.

Do spełnienia kryteriów diagnostycznych wymagane jest stwierdzenie występowania objawów w każdej z tych kategorii.

(3) Zaburzenia przystosowania – są ujmowane jako heterogenna grupa syndromów reakcji na stres, występujących po narażeniu na stresujące wydarzenie. Klasyfikacja dopuszcza, iż stresor może mieć charakter traumatyczny (trauma w wąskim rozumieniu) lub nie-traumatyczny. Klasyfikacja DSM-5 wyróżnia ponadto dwa specyficzne zaburzenia występujące w okresie dzieciństwa, związane z doświadczaniem specyficznego typu wydarzeń traumatycznych w tym okresie rozwojowym

(4) Reaktywne zaburzenie przywiązania – charakteryzuje się uporczywymi odchyleniami od normy we wzorcach wytwarzania więzi (przywiązania) u dziecka, które są związane z zaburzeniami emocjonalnymi (brak społecznej i emocjonalnej reaktywności na innych, ograniczenie pozytywnego afektu, epizody nieuzasadnionej drażliwości, smutku, lęku).

(5) Odhamowane angażowanie się w relacje społeczne – charakteryzuje się zmniejszeniem lub brakiem odpowiedniego zahamowania w nawiązywaniu relacji z nieznanymi dorosłymi [15, 16].

Najbardziej typowym zaburzeniem związanym ze stresem traumatycznym można wskazać złożony zespół stresu pourazowego, który wiąże się z przedłużoną lub powtarzającą się traumą, sięgającą okresu dzieciństwa. Do podstawowych cech tego zespołu należą: – poczucie winy; – stygmatyzacja; – zaburzenia tożsamości osobistej (ciągłości Ja – trudność w integrowaniu przeszłości i terażniejszości) oraz – zaburzenia tożsamości społecznej [17, 18].

Oprócz zaburzeń, które w sposób przyczynowy wiążą się z doświadczeniem wydarzeń traumatycznych, pozostaje jeszcze szeroka grupa zaburzeń, w których

można wskazać na związek pomiędzy ich objawami a narażeniem na zdarzenia traumatyczne. W przypadku tych zaburzeń, do ich stwierdzenia nie jest wymagane wykazanie związku z traumą, lecz niekiedy mogą one stanowić psychologiczne konsekwencje przeżytej traumy. Do takich zaburzeń zaliczyć można:

- a. zaburzenia lękowe;
- b. zaburzenia nastroju;
- c. zaburzenia depresyjne i lękowe mieszane;
- d. zaburzenia dysocjacyjne czy
- e. zaburzenia osobowości, w następstwie traum przeżytych w okresie dzieciństwa [19, 20].

### 3. Analiza psychologiczna traumy doświadczanej przez dzieci i młodzież

Dzieci są szczególnie wrażliwe na urazy, ponieważ ich struktury mózgowe nie są jeszcze w pełni wykształcone. Dziecko doświadczające traumy często świadomie postanawia ograniczyć wypowiedzanie się na temat traumatycznego przeżycia lub decyduje się na całkowite milczenie. Roma Ligocka [za: 21] opisuje tę sytuację w następująco sposób:

*„Milczenie realizuje się podwójnie, gdy milczy dziecko przedstawione w warstwie wydarzeniowej, ukryte pod stołem lub pod łóżkiem, na strychu lub w innych kryjówkach, aby ocalić swoje istnienie, dzięki ciszy równoznacznej z nieistnieniem czyli jedyną strategią przetrwania. Dziecko opisuje samo siebie bez dystansu, jako milczące milczeniem, które nigdy się nie kończy” [21, s. 65].*

Dziecko, które doznało traumy często dystansuje się od ludzi oraz sytuacji, które przypominają trudne dla niego zdarzenia życiowe. Nie chce poznać obiektywnej przyczyny zaistniałego urazu. Po doznanej traumie staje się osobą obojętną, jakby nie odczuwającą, nie reagującą właściwie na trudne zdarzenia życia. Takie zdystansowanie się do wielu spraw ludzkich odbierane jest przez osoby dorosłe jako osoby będące chłodne emocjonalnie. Jednoznacznie o stanie emocji, przeżyć jakie doświadcza dziecko po doznanej traumie przybliży poniższy fragment:

*„Wypowiadanie” się dziecka poprzez „milczące posłuszeństwo”, „opowiadanie” o „przymusie milczenia”, które pozwala nie istnieć,*

*kiedy słowo czy jakikolwiek ludzki dźwięk jest równoznaczny ze stratą,*

*jest odwróceniem tej perspektywy.*

*Mówienie, wypowiedzanie staje się równoznaczne z życiem, obowiązkiem życia, a stagnacja i milczenie – ze stratą.*

*Wysłuchanie i usłyszenie głosu dziecka, które nigdy go nie posiadało, daje także kontrolę nad wydarzeniami w takim sensie, że wyzwolenie od strachu za pomocą słów staje się wolnością i może stać się przeżyciem i zapomnieniem traumy” [21, s. 29].*

W przypadku powrotu do istniejącego traumatycznego przeżycia wypowiedziane przez dziecko urazowe zdarzenie może być próbą rekonstrukcji wydarzeń. Może stać się:

- a. ogromnym wysiłkiem skierowanym wobec pamięci lub skojarzeń,

- b. próbą powrotu do utraconej tożsamości,
- c. daniem świadectwa temu, co zachowało się w świadomości,
- d. przeżyciem oczyszczenia. Oczyszczenie możliwe jest dzięki twórczej rekonfiguracji, nadaniu opisywanym wydarzeniom formy narracyjnej, sensu lub odpowiednie wyrażanie braku sensu za pomocą subiektywnego języka. Kolejnym ważnym zagadnieniem w doświadczeniu traumy przez dziecko jest problem „powrotu” do stanu normalnego funkcjonowania (zdrowia psychicznego), ponieważ aby do czegoś powrócić, należy się najpierw od tego oddalić, czyli – trudne dzieciństwo musi się wreszcie w pewnym momencie życia skończyć [22].

Z. Podnieśńska [21] podaje nam iż: „Przeszłość w naszych wspomnieniach jest czymś bardzo osobistym, a jednocześnie istnieje poza nami. Jest odległym depozytem, na podobieństwo rzeczy, która mimo, że stanowi naszą własność znajduje się w oddalonym, choć zdawało by się, bezpiecznym miejscu” (s. 59).

Według D.W. Winnicott’a [23] doznana trauma bezpowrotnie niszczy dwie iluzje: 1) omnipotencji (wszechmocy) oraz 2) nieograniczonych umiejętności chronienia dziecka przed złem przez rodziców. Doświadczenie urazu przez dzieci i młodzież wprowadza czasami nowe umiejętności obserwowania tego, co może się wydarzyć w otaczającym środowisku.

Przebieg doświadczanej traumy jest zmienny i zależy od wielu różnych czynników m.in.: od rodzaju urazu oraz od reakcji rodziców dziecka na traumatyczne zdarzenie. W przypadku dzieci oprócz objawów występujących u dorosłych, czyli odrętwienia, nadmiernego pobudzenia często dochodzi do zablokowania zdolności uczestniczenia w normalnych doświadczeniach rozwojowych dzieciństwa. Dodatkowo osiągnięcia szkolne są gorsze niż mogłyby być. Obniżona zdolność korzystania z dzieciństwa ma swoje długofalowe skutki [24].

Wymienić można następujące reakcje, które mogą wystąpić u dziecka po zdarzeniu traumatycznym:

1. rozwija się zespół stresu pourazowego lub jego pojedyncze objawy. Dochodzi do tego w ciągu pierwszych tygodni lub miesięcy po wydarzeniu;
2. pojawiają się obawy, strach, lęk o bezpieczeństwo swoje i innych (młodsze dzieci mogą lgnąć do dorosłych, nawet wówczas kurczowo się ich trzymać; starsze dzieci odczuwają dyskomfort, ponieważ zdają sobie sprawę, że są podatne na uszkodzenia, zranienia);
3. lęk przed tym, że sytuacja będąca przyczyną traumatycznego zdarzenia powtórzy się;
4. zmiany zachowania: wzrost poziomu aktywności, zaburzenia koncentracji uwagi, wybuchy gniewu lub agresja, wzrost drażliwości w kontaktach z przyjaciółmi, rodziną, dorosłymi albo w określonych sytuacjach, wycofanie się;
5. pogorszenie wyników w nauce. Zwykle jest to niewielkie pogorszenie, u dzieci starszych można zauważyć zwiększoną liczbę opuszczonych lekcji;
6. zaburzenia psychosomatyczne (ból głowy, żołądka);
7. zaburzenia snu, zmiany odżywiania, problemy z oddychaniem;
8. powtarzające się pytania i rozmowy na temat wydarzenia: szczególnie u młodszych dzieci. One także w zabawie czy rysunku będą odtwarzały dane zdarzenie;

9. dzieci z przedszkola i początkowych klas szkoły podstawowej mogą przejawiać zachowania regresywne;
10. uczniowie ostatnich klas szkoły podstawowej oraz gimnazjum przejawiać będą spadek zaufania, negatywne postrzeganie innych ludzi [25].

Reakcja rodziców na zdarzenie jest czynnikiem bardzo istotnym dla reakcji dziecka. Gdy rodzice okazują niepokój, sami nie potrafią poradzić sobie z zaistniałą sytuacją to wówczas może to wpłynąć przytłaczająco na zachowanie dziecka. W przypadku, gdy rodzice potrafią odnaleźć się w tych warunkach oraz zapewniają dziecku bezpieczne schronienie, rozwija to u dziecka zdolność poradzenia sobie ze stresem oraz na podatność na zespół stresu pourazowego [24, 26].

Symptomy wskazujące na rozwijanie się u dziecka negatywnych przeżyć związanych z sytuacją traumatyczną można przedstawić następująco:

1. ponowne odtwarzanie traumy w postaci snów, wspomnień, zabaw, a przy kontakcie z czymś, co o traumie przypomina – reaktywność fizjologiczna oraz silny dystres;
2. uporczywe unikanie tematów związanych z traumą – myśli, wspomnień;
3. zmniejszona ogólna reaktywność – brak zainteresowań ważnym działaniem, perspektywami na przyszłość, chłód emocjonalny;
4. trwałe objawy wzmożonego pobudzenia – trudności w zasypianiu, koncentracji, czujność, drażliwość, wybuchowość [27].

#### 4. Objawy doświadczania traumy a wiek życia dziecka

Nasilenie lub zróżnicowanie objawów doznanej traumy w dużym stopniu zależy od poziomu rozwoju poznawczego i emocjonalnego dzieci i młodzieży. Bardzo małe dzieci mogą przejawiać mało symptomów „dorosłego” zespołu stresu pourazowego. Wynika to z ograniczonych umiejętności posługiwania się językiem oraz innych sposobów reagowania na stres. Dzieciom szczególnie ciężko jest wyrazić uczucie odrętwienia, wycofanie. Zamiast tego pojawia się zgeneralizowany strach, unikanie sytuacji zarówno związanych, jak i niezwiązanych z sytuacją traumatyczną. Ponadto doświadczona trauma przejawia się to w zaburzeniach snu [26].

U dzieci w **wieku przedszkolnym** objawy, które wskazują na doświadczenie przez dziecko traumy są bardziej ograniczone (mają mniejszy zakres) niż u młodzieży. Dotyczy to głównie obszaru objawów poznawczych (np. mniejszej ilości intruzywnych wspomnień). Zarówno u niemowląt, jak i dzieci przedszkolnych wyróżniono dwie główne reakcje na traumatyczne zdarzenia: pobudzenie lub dysocjację. Wśród objawów wskazujących na pobudzenie wymienia się: trudności w koncentracji uwagi, niekontrolowany ruch całego ciała, nadruchliwość, zaburzenia snu (lęki nocne, koszmary nocne). Do objawów dysocjacyjnych będących odpowiedzią na uraz wymienia się: unikanie, zamieranie, nadmierne ucieczki w marzenia w ciągu dnia, fugi, depersonalizację oraz katatonie<sup>2</sup> [28]. Według R. Gordona oraz R. Wraith [29] dzieci w wieku przedszkolnym reagują na doznane traumy poprzez: nadmierny płacz, ssanie kciuka, utratę kontroli nad czynnościami jelit i pęcherza, lęk przed samotnością/przed obcymi, łatwość irytacji, zmieszanie lub nadmierne lgnięcie do innych, apatyczność.

---

<sup>2</sup> Katatonia – (od gr. *katá-* w złożeniach oznaczające „całkowicie, w pełni” lub stosowane jako wzmocnienie; *tonikós* „napięty”) – występowanie zwiększonej lub zmniejszonej aktywności ruchowej.

Dzieci w wieku wczesnoszkolnym doświadczają zjawisk zakrzywienia czasu oraz dostrzegania omenów<sup>3</sup> które nie występują zwykle u osób dorosłych. Zakrzywienie czasu to mylenie przez dziecko kolejności traumatycznych przeżyć, gdy przywołuje je z pamięci. Dostrzeganie omenów to przeświadczenie, że występowały znaki przepowiadające fatalne w skutkach zdarzenie. Poza tym można wyróżnić zabawę pourazową (jest literalnym odzwierciedleniem wydarzenia – powtarzanie pewnego aspektu traumy ma charakter kompulsywny) oraz przedstawienie tematów związanych z urazem (polega to na odtwarzaniu w zachowaniu różnych aspektów urazu [30]. Zdaniem R. Gordona i R. Wraith [29] w młodszym wieku szkolnym pojawia się ból głowy, bóle brzucha, trudności w koncentracji uwagi, niechęć wykonywania poleceń, agresja fizyczna, unikanie rówieśników i kontaktów z osobami bliskimi dziecku.

U młodzieży obawy zaczynają przypominać obraz zespołu pourazowego u dorosłych. Jednak jest u młodzieży odtwarzanie urazu poprzez wcielanie jego elementów do swojego życia codziennego [30]. Młodzież, która doświadczyła nadmiernej traumy przeżywa poczucie bezradności, beznadziejności. Jest zdezorientowana w konkretnej sytuacji społecznej. Młody człowiek często powraca myślami do traumatycznych wydarzeń. Typowym skutkiem jest chroniczne zmęczenie, wyczerpanie współwystępujące z trudnościami w koncentracji uwagi. Osoby te w nieoczekiwanych sytuacjach przejawiają niekontrolowane pobudzenie, drażliwość, wybuchy gniewu. Pojawiają się ataki paniki. Większość z nastolatków staje się osobami nadmiernie czujnymi, ostrożnymi; zaobserwować można częste niekontrolowane wzdrygnięcia ciała. Konsekwencją przeżytej traumy u młodego człowieka staje się subiektywnie odczuwane poczucie osamotnienia [31]. Zdaniem R. Gordona oraz R. Wraith [29] młodzieży w okresie pre i adolescencyjnym doznanej traumie towarzyszą ustawiczne bóle głowy, zmieszanie, niechęć wykonywania jakichkolwiek czynności, zachowania agresywne i auto-agresywne, wycofanie się oraz izolacja.

Jednym z istotnych czynników jest występowanie przed doświadczeniem traumatycznym u dziecka innych problemów psychologicznych, takich jak: depresja czy zaburzenia zachowania. Są one czynnikami zwiększającymi podatność na pojawienie się objawów zespołu stresu pourazowego czy ostrej reakcji na stres. Także inne doświadczenia traumatyczne, nawet o niskim nasileniu, przyczyniają się do psychopatologicznej odpowiedzi na nowy stresor. Jedno doświadczenie traumatyczne ułatwia pojawienie się kolejnych ze względu na obniżenie u dziecka możliwości radzenia sobie. Także istnienie podwyższonego poziomu napięcia u dziecka przed traumą może prowadzić do bardziej emocjonalnie naznaczonych wspomnień w wyniku ekspozycji na traumatyczne zdarzenie i zainicjowanie procesu prowadzącego do zespołu stresu pourazowego [32].

Wśród istotnych czynników wpływających na predyspozycje do przedłużonej reakcji na traumatyczny stres J. Briere oraz C. Scott [33] wskazują na negatywną samoocenę. Ich badania wykazały, że skłonność do negatywnej oceny siebie przed zdarzeniem była najważniejszym predyktorem zespołu stresu pourazowego – ważniejszym niż liczba wcześniejszych zdarzeń traumatycznych czy przedtraumatycznych reakcji na stres. Autorzy wyjaśniają, że osoby, które zwykle dokonywały negatywnych

<sup>3</sup> Omen – (z łac. *przepowiednia*, wróżba, znak) to zdarzenie lub zjawisko interpretowane jako zapowiedź przyszłych zdarzeń, dobrych lub złych.



ocen dotyczących siebie są bardziej predysponowane do rozwoju zespołu stresu potraumatycznego, ponieważ ich i tak już negatywny obraz siebie ulega dalszemu przekształceniu wyniku traumatycznego zdarzenia.

**Czynniki rodzinne i środowiskowe** – czynniki rodzinne mają szczególne znaczenie w przypadku najmłodszych dzieci, których poczucie bezpieczeństwa fizycznego i psychologicznego zależy w głównej mierze od ich opiekunów. E.R. DeVoe, T. Tovah, B. Klein i in. [32] podkreślają, że stopień przerażenia rodziców w konfrontacji z traumą, ich reakcja i funkcjonowanie rodziny może mieć większy wpływ na mobilizację dziecięcych zasobów radzenia sobie niż bezpośrednia ekspozycja dziecka na katastrofę. Badania dotyczące typowych objawów występujących u dzieci poniżej 48 miesiąca życia wykazały, że jeśli zdarzenie traumatyczne wiązało się z bezpośrednim zagrożeniem dla rodziców, ale nie bezpośrednim dla dziecka, to dzieci, mimo wszystko, ujawniały rosnący poziom nadmiernego pobudzenia oraz agresji i lęków niewystępujących przed traumatycznym zdarzeniem.

Wyróżnia się kilka cech rodzin, które utrudniają poradzenie sobie z traumatycznym zdarzeniem. Wśród nich można wymienić m.in. gotowość rodziców do rozmowy z dzieckiem na temat traumy, występowanie objawów psychopatologicznych u członków rodziny, jakość relacji oraz dostępność wsparcia społecznego. Dzieci są zależne od rodziców w zakresie zdolności relacjonowania zdarzeń i radzenia sobie z trudnymi doświadczeniami. Rodzice lub inni dorośli opiekunowie wpływają na ujawnienie i modyfikowanie symptomów zespołu stresu pourazowego u dzieci także przez:

- a. pomoc w werbalizacji traumatycznego doświadczenia;
- b. pomoc w nazywaniu emocji pojawiających się podczas zdarzenia i po zdarzeniu;
- c. dostarczanie ocen oraz stylów radzenia sobie po traumatycznych doświadczeniach [33, 34].

Dziecko w wieku przedszkolnym i szkolnym ma ograniczony zasób wiedzy o świecie oraz słownictwa służącego zarówno do opowiadania o zaburzeniu, jak i nazwania własnych emocji. Rozmowa z rodzicami lub innymi dorosłymi opiekunami może dostarczać wiedzy potrzebnej do przetworzenia zdarzenia, umieszczenia go w odpowiednim kontekście i zapobiegania fragmentaryzacji wspomnień oraz pomoc dziecku w regulacji silnych emocji. Unikanie dyskusji na temat zdarzenia zubaża rozumienie przez dziecko sytuacji, uniemożliwiając mu ponowną ocenę zdarzenia i skorygowania zaistniałych nadinterpretacji. Unikanie przez rodziców rozmowy z dzieckiem oraz inne zachowania sprzyjające unikowym strategiom mogą być czynnikiem podtrzymującym psychopatologię dziecka [32].

## **5. Osamotnienie związane z traumą u dzieci i młodzieży**

Zjawisko samotności i osamotnienia coraz częściej dotyczy osób młodych wypełniając ich dzieciństwo bólem, krzywdą, zniewoleniem. Dzieci i młodzież żyją w świecie, który dynamicznie zmienia się. Stają się one świadkami dokonujących się przemian społecznych, ekonomicznych. Doświadczają skutków procesów rodzinnej transformacji systemowej, przeżywają różne wydarzenia i zjawiska występujące w skali globalnej świata. Globalizacja powoduje wiele nowych, korzystnych zmian w różnych dziedzinach życia człowieka, społeczeństw, ale także przyczynia się do wystąpienia licznych trudności, barier, niepokoju dotyczących także nieprawidłowego funkcjonowania rodziny. We współczesnym świecie wzrasta liczba rodzin

dysfunkcyjnych, które zagrażają normalny rozwój i życie dziecka, nie realizują swoich podstawowych funkcji związanych z zaspokojeniem jego potrzeb bezpieczeństwa, miłości, opieki, troski, szacunku, uznania co prowadzi do trwałego osłabienia więzi w rodzinie. Rodziny, w których pojawiają się zjawiska o charakterze destrukcyjnym stają się źródłem niezwykle trudnych, bolesnych przeżyć, cierpienia, bólu, doświadczania poczucia osamotnienia. Nagromadzenie tego rodzaju przeżyć, ich nasilenie i czas trwania często prowadzi do osłabienia lub nawet zerwania najważniejszych więzi w rodzinie i poza nią. Jest to proces postępujący, niszczący osobowość dziecka, wyzwalający i utrwalający dominację tendencji destruktywnych nad konstruktywnymi. Doprowadzić to może młodego człowieka do depresji [10].

### **5.1. Poczucie osamotnienia dzieci i młodzieży – próba zdefiniowania pojęcia**

Biorąc pod uwagę rozumienie pojęć samotność i osamotnienie powinno się w stosunku do młodych, dla określenia ich stanu psychicznego, subiektywnych przeżyć używać terminu osamotnienie, a nie samotność. Osoba dorosła ma swój wewnętrzny świat do którego może się schronić, odwołać się, czerpać siłę i treści do życia izolując się od innych [35]. Natomiast młody człowiek posiada ten wewnętrzny świat w stopniu ograniczonym i tak ściśle powiązany ze światem zewnętrznym, że oddzielenie ich niesie ze sobą wręcz sytuację dramatyczną rozwoju osobistego. Z tego powodu tak bardzo trudne dla młodego człowieka jest osamotnione dzieciństwo, gdyż nie jest w pełni ukształtowany świat wewnętrzny do którego mógłby się schronić przed „złem” z jakim styka się w świecie ludzi dorosłych – w świecie zewnętrznym [36, 37].

Poczucie osamotnienia to subiektywny stan dziecka, poczucie „solitaryzmu”<sup>4</sup> na skutek odepchnięcia, wykluczenia, odtrącenia przez rodziców przejawiający się wrogością lub złym traktowaniem. Zazwyczaj wyraża się on w sposób pośredni poprzez surowe postawy wychowawcze, nadmierną oschłość” [35].

O poczuciu osamotnienia dziecka w rodzinie decyduje brak związku psychicznego młodej osoby z rodzicami, kiedy czuje się ono subiektywnie niekochane przez rodziców, odtrącone emocjonalnie przez innych. Rodzice powołując dziecko do życia wiążą je ze sobą nie tylko biologicznie ale i psychicznie, emocjonalnie. To z kolei decyduje o nieformalnym związku dziecka z rodzicami, odbieranymi przez nie subiektywnie i indywidualnie w kategoriach antynomii akceptacji-odrzućcia [36].

Poczucie osamotnienia to sytuacja, stan lub sposób przeżywania rozbieżności między wymaganiami stawianymi przez role społeczne a sądami o samym sobie. W ujęciu tym poczucie osamotnienia zawsze określa sytuację, nie tylko emocjonalną młodzieży, ale również ich sytuację społeczną [38].

Podkreśla się, że niekorzystne, traumatyczne sytuacje i warunki środowiskowe, głównie rodzinne tkwiące poza młodym człowiekiem, wobec których jest on bezsilny, bezbronny, prowadzą do osłabienia więzi emocjonalnej lub jej zerwania między dzieckiem a rodzicem, rodzicami, rodzeństwem, innymi członkami rodziny. Wywołując w nim zawsze stan osamotnienia. Dla dzieci i młodzieży jest to bolesna dolegliwość i przeżycie wynikające z braku więzi i stałego kontaktu z osobą dla nich znaczącą. Osamotnienie to stan psychiczny spowodowany niezadawalającą ilością i jakością społecznych oraz emocjonalnych interakcji. Pojawiają się u nich takie przeżycia

<sup>4</sup> Solitaryzm – ofiarność, wielkoduszność

jak: gniew, pesymizm, niezaradność, cierpią na brak wsparcia, dobroci, miłości, tolerancji. Dzieci i młodzież nigdy nie wybierają osamotnienia, natomiast zawsze wywołuje ono ujemne skutki w nich samych, w ich rozwoju, w kontaktach z innymi osobami. Odczuwają oni lęk oraz strach przed osamotnieniem. Stan ten doprowadza młodych ludzi do poczucia bezradności, beznadziejności oraz depresji [36].

Charakteryzując pojęcie osamotnienia K. Szafrńska [38] wskazuje na następujące jego specyficzne cechy:

- a. osamotnienie jest wynikiem i konsekwencją różnych sytuacji i warunków zewnętrznych, w których dziecko żyje; jest rezultatem obiektywnych warunków, np. rodzinnych, szkolnych;
- b. traktowane może być jako pewnego rodzaju „konieczność”, przed którą dziecko staje, skazane za niepowodzenia w łączności innymi;
- c. jest to sytuacja, w której dziecko znalazło się i z czego jest niezadowolone;
- d. nigdy młodzież nie decyduje się na osamotnienie, nie wybiera tego spośród różnych możliwości;
- e. osamotnienie oznacza poczucie braku kontaktu z innymi, osłabienie więzi między dzieckiem a osobami znaczącymi dla niego;
- f. wskazuje ono na to, że wzajemna łączność między dzieckiem a innymi osobami słabnie, zostaje ograniczona lub zerwana;
- g. jest to subiektywne doświadczenie braku bliskich więzi z drugim człowiekiem, subiektywny stan wynikający z braku więzi z innymi osobami, braku zrozumienia, porozumiewania się, braku wspólnych celów i poczucia wspólnoty życia;
- h. jest to suma przeżyć o charakterze negatywnym, destrukcyjnym powstałych w wyniku izolacji z najbliższymi osobami, osłabienie więzi emocjonalnej;
- i. osamotnienie jest to nie tylko samotność fizyczna, ale również i psychiczna.

Młode osoby silnie odczuwają potrzeby: bezpieczeństwa, miłości, przynależności, uznania wynikające z natury i rozwoju dziecka. Wskazują, że pragnie ono i potrzebuje stałych i bardzo ciepłych, życzliwych kontaktów z innymi osobami, zwłaszcza bliskimi a zwłaszcza w rodzinie, w grupie rówieśniczej. Z istoty swej młody człowiek nie dąży do samotności, do przebywania w odosobnieniu, rzadko koncentruje się tylko na własnych sprawach wewnętrznych, obcując wyłącznie ze sobą. Wyróżnić można wiele różnorodnych sytuacji, które prowadzą do jego osamotnienia, warunki, w których znalazło się ono z konieczności i które wywołują w nim ból, cierpienie, niezadowolone, poczucie osłabienia lub brak kontaktu z innymi bliskimi mu osobami [35].

Podsumowując można stwierdzić, że osamotnienie u dzieci i młodzieży jest: subiektywnym doświadczeniem; nieprzyjemnym, stresującym, bolesnym, ale również groźnym dla życia, rozwoju, edukacji przeżyciem; jest skutkiem czynników zewnętrznych związanych z nieprawidłowymi relacjami pomiędzy dzieckiem a innymi osobami, zwłaszcza mu bliskimi.

## **5.2. Rodzaje i różnorodne oblicza osamotnienia**

Osamotnienie to dolegliwość, która doświadczana jest przez młodych ludzi. Zjawisko to ma różne rodzaje i oblicza w zależności od czasu trwania, stopnia intensywności, głębi przeżyć, zakresu, treści tych przeżyć, źródeł wywołujących osamotnienie.

Poczucie osamotnienia jest najczęściej chwilowym, przemijającym, przejściowym stanem. Trwa zazwyczaj krótko, jest to odpowiedź na sytuacje zewnętrzne, takie jak:

pobyt w szpitalu, zmiana szkoły, przeprowadzka, niepowodzenia szkolne, wyjazd na dłuższy okres czasu rodzica itp. Natomiast osamotnienie, które trwa przez dłuższy okres czasu określa się jako chroniczne, dotyka ono dzieci po śmierci np. rodzica, po rozwodzie rodziców, w czasie dłuższej choroby własnej lub osób bliskich, dzieci z rodzin z problemem alkoholowym, rodzin patologicznych szczególnie, w których doświadczają przemocy fizycznej, psychicznej; w wyniku pogłębiającego się trwającego długo konfliktu emocjonalnego między dzieckiem a innymi bliskimi mu osobami. Taka sytuacja w środowisku życia młodej osoby powoduje to, że „zamyka się ono w sobie”, traci zdolność komunikowania się z innymi, odczuwa smutek, oddala się od ludzi, odczuwa brak zaufania do rodziców, nauczycieli, do samego siebie. W wyniku tych przeżyć młody człowiek traci umiejętność nawiązywania i podtrzymywania kontaktów interpersonalnych, czuje się wyobcowane z najbliższego środowiska [35].

M. Łopatkowa [39] wyróżnia osamotnienie „całkowite” – powstające na skutek utraty rodziców, odebrania im praw rodzicielskich, porzucenia lub chronicznego zaniedbywania obowiązków rodzicielskich. Dziecko odczuwa, że jest „niczyje”. Natomiast osamotnienie „częściowe” – powstaje w sytuacji, braku jednego rodzica na skutek śmierci, rozwodu lub bardzo długiej nieobecności ojca lub matki spowodowanej wyjazdem, pobytem w szpitalu, w zakładzie opieki psychiatrycznej, w zakładzie karnym.

Z kolei B. Hołyst [40] rozróżnia osamotnienie pierwotne, które każde dziecko przeżywa od chwili narodzin; osamotnienie osobowościowe, którego przyczyn należałoby szukać w cechach osobowości jednostki; sytuacyjne powstające wówczas, gdy dziecko odseparowane jest od osób bliskich z powodów niezależnych od niego oraz osamotnienie wtórne, które występuje w rezultacie utraty bliskiej osoby. Autor wyróżnił cztery postacie osamotnienia ze względu na przyczyny wywołujące osamotnienie i emocje, które jej tworzą:

- a. pojawiające się na skutek utraty bliskiej osoby lub zerwania kontaktów z nią, czemu towarzyszyć może rozpacz, bezradność, cierpienie;
- b. wywołane niezaspokojeniem potrzeb dziecka przez osoby utrzymujące z nim kontakt, w wyniku czego może odczuwać brak zainteresowania, nawet lekceważenie, poniżenie;
- c. będące konsekwencją długotrwałej samotności, co prowadzi do przygnębienia, depresji;
- d. wynikające z braku satysfakcji z istniejących kontaktów społecznych, skutkiem czego może być poczucie znudzenia, rozczarowania.

Niektórzy badacze dla scharakteryzowania osamotnienia dzieci i młodzieży używają pojęć osamotnienie emocjonalne i społeczne. Osamotnienie jako stan odczuwany w sensie emocjonalnym oznacza, że osłabienie więzi emocjonalnej z jedną lub wieloma osobami nie pozwala na poczucie własnej wartości, sensu życia, bycia potrzebnym i kochanym. Osoba zaczyna izolować się od innych, boi się nawiązywać nowych kontaktów, często znajduje substytuty pozwalające mu mieć poczucie, że przynależy do kogoś. Natomiast osamotnienie społeczne dotyka najczęściej dzieci porzucone, niekochane, niechciane, chociaż tak bardzo pragną być one akceptowane, potrzebne, otoczone troską i miłością [41].

Osamotnienie można rozpatrywać również jako pewnego rodzaju chorobę, jednostkę chorobową z jej objawami, przebiegiem i następstwami. W stosunku do młodych ludzi będą to długotrwałe stany smutku, przygnębienia, lęku, strachu, koszmary senne, bezsenność, niepokój, bóle, głowy, brak apetytu, mogą wystąpić zachowania agresywne, będące reakcją buntu na zadany dziecku los, bezbronność, ucieczka w świat wewnętrznych przeżyć, izolacja od innych ludzi oraz depresja [42].

## **6. Zjawisko depresji wywołane doznaną traumą**

Przyczyny depresji mają podłoże wieloczynnikowe, zarówno biologiczne, jak i psychospołeczne. Do czynników biologicznych należą: uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego w czasie ciąży, porodu lub w wyniku chorób wczesnodziecięcych; genetyczna predyspozycja do zaburzeń depresyjnych: depresja częściej występuje u tych dzieci, których jedno z rodziców cierpi na tego typu zaburzenia; nieprawidłowości w funkcjonowaniu osi podwzgórza – przysadka – nadnercza związane z czynnikami genetycznymi lub jako efekt stresu w trakcie krytycznego okresu rozwoju mózgu; niektóre choroby somatyczne. Wśród psychospołecznych czynników depresji T. Wołańczyk oraz J. Komender [43] wymieniają: zaburzone relacje rodzic-dziecko, a przede wszystkim postawy odrzucające, nadmiernie zdystansowane, amorficzne, nadmiernie krytyczne, restrykcyjne; dezorganizacja życia rodzinnego, wynikająca z choroby rodziców (w tym również depresja, uzależnienia, przemoc); separacja, rozwód rodziców; ubóstwo, niewystarczające warunki socjalne, niski status społeczny rodziny; traumatyczne wydarzenia oraz długotrwałe niepowodzenia [43, 44].

Depresja młodzieńcza przejawia się w zespole zaburzeń nastroju, emocji, czynności poznawczych oraz zachowań. Pierwszym jej obszarem jest obniżenie nastroju o różnym stopniu nasilenia. Może wyrażać się, zwłaszcza u osób młodszych zmiennością nastroju z odcieniem dysforii. Towarzyszyć może podwyższony poziom poczucia bezradności i beznadziejności. Drugi istotny obszar objawów w depresji to podwyższony poziom lęku przed przyszłością, wyrażającego się poczuciem niezdolności do osiągnięcia zadowalającego statusu w dorosłości. Dotyczy to perspektyw zdobycia wykształcenia, pozycji społecznej, statusu materialnego, znalezienia przyjaciół. Trzecim obszarem objawów są zaburzenia w sferze poznawczej. Najważniejsze są trudności funkcjonowania w obszarze nauki szkolnej. Trudności w uczeniu się, niepowodzenia szkolne, trudności w koncentracji uwagi, wytrwałości w nauce, poczucie nieoryginalności myślenia są często pierwszymi i niezauważalnymi objawami depresji młodzieńczej. Charakterystyczne jest poczucie małej wartości, poczucie nieskuteczności własnych działań i nieuchronności niepowodzenia. Kolejnym objawem jest uczucie nudy i niemożność znalezienia przyjemności. Nuda i anhedonia zaliczane jest do objawów zaburzeń nastroju.

Kolejny istotny obszar objawów stanowią zaburzenia aktywności. W depresji młodzieńczej zmniejszenie aktywności często maskowane jest dysforią i zaburzeniami zachowania. Najwyraźniej występują trudności w rozpoczynaniu działania oraz łatwe męczenie się. Charakterystyczne są także zaburzenia rytmów dobowych, trudności w rannym wstawaniu, późne kładzenie się spać, lepsze funkcjonowanie w godzinach wieczornych. Często także występują zaniedbania w staraniu się o wygląd zewnętrzny i higienę osobistą [44, 45].

Najbardziej charakterystycznymi objawami depresji młodzieńczej są zaburzenia zachowania. Sprawiają one trudności rodzicom, opiekunom, i wychowawcom. Są różnorodne i obejmują zarówno zachowania wyrażające się niepodejmowaniem czynności, których oczekuje się od adolescenta: systematycznego uczestniczenia w zajęciach szkolnych, podejmowania obowiązków szkolnych, domowych i społecznych, jak i zachowania łamiące normy oraz nakazy i zakazy społeczne. Ich wspólną cechą jest obecność zagrożenia dla dalszej linii życiowej młodego człowieka. Spektrum tych zachowań a przede wszystkim zagrożeniem dla ich życia są m.in.:

- a. eksperymentowanie ze środkami psychoaktywnymi;
- b. chaotyczna, często przypadkowa i niepowściągliwa aktywność seksualna;
- c. nadmierna ucieczka w świat internetu, smartfonów, gier komputerowych itp.;
- d. uzależnienia od niekontrolowanych zakupów.

Istotne jest to, że, że depresyjni adolescenty znają normy i zasady życia społecznego, nie znajdują jednak subiektywnie akceptowanych podstaw do ich przestrzegania. Wewnętrzne uczucie dyskomfortu i brak nadziei na osiągnięcia w przyszłości ułatwiają podejmowanie aktywności ryzykownych, dających natychmiastowe i doraźne poczucie zmiany. Ten typ zaburzeń zachowania określa się w literaturze jako autodestrukcyjne zaburzenia zachowania [45].

Szczególną formą depresji w okresie dojrzewania jest dysmorfofobia, która charakteryzuje się nadmiernym przywiązaniem do estetyki własnego ciała [46, 3]. W psychopatologii zaburzenie to zalicza się do zaburzeń urojeniowych, w przypadku mniejszego nasilenia objawów do zaburzeń hipochondrycznych [47]. W przypadku młodych ludzi zmiany wyglądu własnego ciała, które wchodzi w naturalny proces dojrzewania stają się często szczególnym źródłem zaburzeń depresyjnych. Wygląd zewnętrzny staje się źródłem niepokoju, lęku, wstydu. Młody człowiek przestaje akceptować wygląd swojego ciała, które zaczyna go przerażać ale i fascynować; wprowadzając młodego człowieka w niepokój i radość, akceptację i przerażenie. Pojawiają się dwa oblicza – akceptacji i jego brak. Wyróżnia się trzy źródła dysmorfofobii:

1. biologiczne – w które są przypisywane zmiany zachodzące u każdego nastolatka między 11 a 19 rokiem życia. Zmierzają one w ustalonym i pożądanym kierunku, ale często nie jest znanym i budzącym lęk u dorastającej młodzieży;
2. uczuciowe – charakteryzujące się gwałtownymi przeżyciami emocjonalnymi młodego człowieka. Fakt ten wiąże się z brakiem wsparcia i gratyfikacji nieokazywanej przez rodziców; najczęściej ma to miejsce wśród dzieci oceniających, że nie są wystarczająco kochane przez najbliższych;
3. społeczne – wiąże się zazwyczaj ze wzorcami wyglądu zewnętrznego preferowanymi przez kolorowe czasopisma, reklamy, telewizję itp. [3, 42, 48].

Depresja jest zaburzeniem, które niesie za sobą wiele negatywnych skutków. Poprzez swoje objawy i ich stopień nasilenia powoduje, że młodzi ludzie przestają prawidłowo funkcjonować w szkole, domu, w kontaktach z rówieśnikami. Przestają dostrzegać sens życia i często podejmują decyzję o popełnieniu samobójstwa. Badania wskazują, że najwięcej prób samobójczych i samobójstw zarejestrowano w populacji ludzi młodych w wieku 15-24 lat. Wśród młodzieży szczególną uwagę specjalistów zwracają tzw. adolescencyjne zamachy samobójcze, które wiążą się z przejściowymi zaburzeniami osobowości będącymi następstwem rozwoju jednostki. Rodzą się w tym

czasie u młodych ludzi problemy związane z wchodzeniem w nowe role społeczne, kształtowanie własnej tożsamości, powstają konflikty w najbliższym otoczeniu. W wyniku gromadzenia się negatywnych doświadczeń młody człowiek zaczyna wycofywać się z życia społecznego, pogrąża się w smutku, czuje się nikomu niepotrzebny, bezwartościowy, bezradny, nie widzi dla siebie perspektywy na przyszłość, a to doprowadza do utraty sensu i chęci do życia. Samobójstwo staje się wtedy dla młodego człowieka najlepszym wyjściem z trudnej sytuacji życiowej [40, 41].

Kolejnym następstwem wystąpienia zaburzeń depresyjnych w dzieciństwie lub w okresie adolescencji jest zwiększone prawdopodobieństwo pojawienia się zaburzeń afektywnych w dorosłym życiu. Nawracająca depresja według wyników badań J. Rabe-Jabłońskiej [49] występowała u 19% dorosłych, u których w dzieciństwie stwierdzono zaburzenia depresyjne. Również występowanie depresji w połączeniu z zaburzeniami lękowymi, zaburzeniami zachowania, czy ADHD stanowi ryzyko pojawienia się choroby afektywnej w okresie dorosłości [3].

## **7. Propozycja pracy z dzieckiem po zdarzeniu traumatycznym**

Zasadnicze pytanie brzmi: co można zrobić, gdy dostrzegamy, że dziecko przejawia poczucie osamotnienia, smutku i depresję związaną z doznaną traumą. Podstawowym zadaniem jest sformułowanie przez opiekuna (obserwatora) dziecka właściwej diagnozy. Powinna ona rozpocząć się od:

### **A. Rozmowy z rodzicami**

Rodzice często wiedzą, że dziecko przeżyło trudne dla siebie zdarzenie. Mogą bagatelizować wpływ traumy na jego psychikę. Rodzice sami mogą cierpieć z powodu trudności i nie łatwo jest im otoczyć dziecko odpowiednią opieką emocjonalną. Jeśli stwierdzimy, że pojawiła się znacząca zmiana w zachowaniu dziecka trzeba koniecznie poinformować o tym zdarzeniu rodziców. Przeprowadzić z nimi szkolenie, psycho-edukację z zakresu wpływu traumy na samopoczucie młodej osoby. Wskazane jest, aby opiekun dziecka dokonał szczegółowego opisu zachowania dziecka, gdyż będzie to pomocne w procesie diagnozy.

Jeśli posiadamy informację, że dziecko przeżyło traumę, trzeba:

1. Okazać zrozumienie – to znaczy pokazać, że rozumiemy jego zachowanie, które wynika z ekstremalnie trudnych przeżyć. Nie wolno stasować żadnych kar związanych z istniejącymi objawami. Nie wolno wymagać od młodej osoby takiej samej sprawności intelektualnej i zadaniowej, jak przed incydem lub trudną dla niego sytuacją życiową. Nie jest ona w stanie tak samo funkcjonować, albo będzie to robić nadmiernym kosztem. Jeśli jest tym faktem przygnębiona, wskazane jest zwrócenie uwagi na fakt, że doceniasz to, co robi i jak się stara. Zapewnić trzeba, że wierzymy w to, iż dziecko robi wszystko, co może w tej sytuacji.

2. Pomoc w trudnych momentach

- a) Intruzywne wspomnienia. Różnorodnie bodźce wywołują wspomnienia w całkiem nieoczekiwanych momentach. Pojawiające się napięcie domaga się rozładowania albo też nawał wspomnień powoduje „zamieranie” w trakcie zajęć. Przydatne będzie opracowanie wspólnie z terapeutą i dzieckiem pomocnych interwencji. W takich sytuacjach pomaga przywołanie uwagi i koncentracja na tym, co dzieje się „tu i teraz”.

Jeśli dziecko odwzorowuje traumę w zachowaniach i zabawach i wiąże się to z krzywdzeniem innych dzieci czy silnym napięciem warto przekierować jego uwagę

na inny rodzaj aktywności. W niektórych sytuacjach odtwarzanie w zabawie zdarzenia traumatycznego może być terapeutyczne jednak tylko wówczas, gdy dziecko robi to w obecności terapeuty. W przeciwnym wypadku takie działanie przyniesie mu więcej strat niż korzyści.

b) Poczucie zagrożenia

Dzieci, które przeżyły traumę, żyją w notorycznym poczuciu zagrożenia. Mogą w tym stanie reagować nieco nadwrażliwie nawet w mało zagrażających sytuacjach. Jeżeli jest to zauważalne przez obserwatora trzeba wskazać na te aspekty sytuacji, które nie sugerują zagrożenia. Trzeba pokazać, że przy opiece może się czuć bezpiecznie. Gdy dziecko nadwrażliwie reaguje na hałas albo podniesiony głos wyjaśnić trzeba, że nie kierują tobą złe intencje. Dzieci z doświadczeniami przemocy (lub innej przeżytej traumy) mogą myśleć, że gdy mówimy podniesionym głosem to na nie krzyczymy, nawet, gdy uwaga był skierowana na całą grupę.

Dzieciom z doświadczeniem przemocy rówieśniczej szczególnie trudno jest czuć się bezpiecznie w szkole czy jakiegokolwiek grupie rówieśniczej. Jeszcze długo dziecko może obawiać się ponownego ataku, miejsc, które negatywnie się kojarzą. Poczucie zagrożenia wiąże się z silnym napięciem i **nastawieniem**, że na pewno za chwilę ktoś ponownie zaatakuje. Czasami, aby przerwać takie napięcie dzieci same prowokują do ataku, aby mieć to co nieuniknione za sobą i czuć, że kontrolują sytuację.

c) Pomoc w powrocie do normalności

Zachęcić trzeba do udziału w ulubionych wcześniej zajęciach czy kontynuowania hobby. Jeśli dziecko było przez jakiś czas nieobecne na zajęciach szkolnych (np. wymagało hospitalizacji), trzeba mu pomóc w powrocie; niech koncentruje się na tym, by być na bieżąco, ale niekoniecznie na tym, by nadrobić teraz wszystkie zaległości. Należy dążyć do tego by życie młodego człowieka było normalne, aby jednak tak się stało, musi mieć zapewnione wsparcie. Zapobiegnie to niepotrzebnej izolacji i poczuciu odosobnienia. Ten stan normalizacji i powrotu do swojego poprzedniego życia jest bardzo ważny w procesie terapii [33].

**B. Wskazana/konieczna rozmowa z dzieckiem**

a) Dzieci niechętnie spontanicznie dzielą się swoimi traumatycznymi doświadczeniami. Mają skłonność do unikania wspomnień, przez to też niechętnie rozmawiają o nich zarówno z rodzicami, jak i osobami postronnymi. Rozmowa z rodzicami, zwłaszcza jeśli rodzice sami cierpią z powodu urazu czy są napięci emocjonalnie, może być dla dziecka bardzo trudna. Nie wolno ignorować dziecka, gdy dziecko chce podzielić się swoim doświadczeniem oraz ujawnić przykre odczucia.

b) Potrzeba rozmowy skrzywdzonego dziecka z poszanowaniem jego granic. Trzeba pozwolić dziecku mówić bez prowokacji do zwierzeń z własnej ciekawości i potrzeby sensacji. Nie wolno upowszechnić tego co dziecko powiedziało. Jeśli z różnych przyczyn człowiek dorosły jest zmuszony wykorzystać zdobytą wiedzę o doświadczeniach skrzywdzonego dziecka, trzeba powiedzieć mu o tym, uzasadniając dlaczego trzeba albo chce się powiedzieć komuś o tym. Niekiedy doświadczenia dzieci mają znamiona przestępstwa, co obliguje dorosłego do zgłoszenia faktom odpowiednim instytucjom (np. wykorzystanie seksualne, przemoc domowa). Jeśli dziecko zapyta, czy „Pani/Pan nikomu nie powie” – odpowiedzieć trzeba, że nie możesz tego obiecać.



c) Historie opowiadane przez dzieci mające traumatyczne doświadczenia są „pokawałkowane” i opowiadane chaotycznie. Dlatego celowe jest, aby dziecko narysowało lub opowiedziało od początku do końca, od momentu, kiedy było bezpieczne, omawiając również przeżytą traumę, do tego momentu, kiedy znów było bezpieczne. Ten zabieg umiejscowi traumę w odpowiednim kontekście i zmniejszy koncentrację wyłącznie na najgorszych fragmentach zdarzenia. Jeśli dziecko rysuje na zajęciach tylko traumatyczne fragmenty swoich przeżyć warto podać mu dodatkowe kartki. Niech narysuje to, co było przed zdarzeniem, kiedy dobrze się czuło, a na drugiej moment po zdarzeniu.

d) Trzeba dać dziecku sygnał, że to, co czuje jest najzupełniej normalne w tej nienormalnej i niecodziennej sytuacji, w jakiej się znalazł. Nie wolno zaprzeczać uczuciom i ocenom – „nie ma się czego bać”, lub „to musiało być straszne”. Warto zapytać jak się czuje w danym momencie.

e) Istotną rolę pełni nadzieja, że można zmienić to jak się czuje i reaguje, ale niech to nie będzie nadmierny optymizm. Pomocne bywa udzielanie wsparcia w powrót do normalnego funkcjonowania, okazywanie zrozumienia i wykazanie gotowości do rozmowy z młodą osobą [33, 44].

### **C. Skierowania do specjalisty**

Jeżeli są zauważalne niepokojące symptomy u dziecka, skierować trzeba rodziców do specjalisty. Odpowiednia i szybka interwencja terapeutyczna zapobiegą późniejszym powikłaniom i oszczędzą młodym ludziom cierpienia.

## **8. Zakończenie**

Analizując powyższe doniesienia wskazano, że dzieci i młodzież cierpiące na apatię, smutek i depresję są pozbawione możliwości adekwatnego reagowania na codzienne sytuacje życiowe. Aby prawidłowo oceniać zachowania dorastającego człowieka warto zwrócić uwagę na sygnały, mogące świadczyć o trudnościach w ich funkcjonowaniu. Na podstawie własnych analiz, doniesień naukowych, jak i literatury przedmiotu stwierdzono o istnieniu różnorodnych sposobów reagowania dzieci na identyczne nawet traumy. Wiąże się to z ich:

1. indywidualnym rozumieniem zagrażającej sytuacji oraz
2. znajdowaniem jej związku z własną osobą to znaczy z szacowaniem, na ile jest ona bezpośrednio niebezpieczna,
3. indywidualnym sposobem radzenia sobie z traumą ujawnioną na poziomie fizjologicznym i psychologicznym. Tym, co wpływa na odmienne reagowanie w formie oraz nasileniu objawów jest integracja traumatycznych zdarzeń z szerszym obrazem Ja.

Na odmiennosc reagowania dzieci w sytuacji konfrontacji z silną, traumatyczną sytuacją wpływa w znacznym stopniu dostęp do wsparcia pochodzącego od rodziny i otoczenia społecznego. Analizując konsekwencje przeżytej w dzieciństwie traumy należy uwzględnić różnice indywidualne oraz znaczenie czynników ochronnych. Koncepcje *resilience* oraz wzrostu potraumatycznego stwarzają nadzieję na dobry rozwój nawet w przypadku dzieci z traumatycznymi doświadczeniami. Koncepcja salutogenezy Aarona Antonowskiego [51] znajduje współcześnie swój rozwój i uaktualnienie w badaniach nad prężnością psychiczną [52]. Ten nurt myślenia o czynnikach i mechanizmach ochronnych wskazuje na szanse pomocy, jakie można dać

dzieciom, młodzieży i młodym dorosłym. Badania nad prężnością psychiczną wskazują na ochronne znaczenie zasobów wewnętrznych jednostki (ang. *assets*) oraz zasobów wsparcia społecznego [53]. Badania własne, jak i innych autorów nad dziećmi wywodzącymi się z niekorzystnych rozwojowo środowisk rodzinnych (ubóstwo, patologia społeczna, przestępczość) dowodzą, że nie wszyscy młodzi ludzie przeżywają zagrożenia w swoim życiu jako skrajną traumę [35, 36, 53, 54]. Można wskazać mianowicie charakterystyki osobowe i relacyjne, które stanowią czynniki ochronne wobec ekstremalnie negatywnych przeżyć oraz dramatycznych zniszczeń. Badacze zjawiska prężności psychicznej zajmujący się określeniem zasobów indywidualnych chroniących dziecko przed negatywnymi skutkami niepomyślności losu, wskazują na znaczenie prawidłowej więzi pomiędzy dzieckiem a stałym opiekunem szczególnie w pierwszym roku życia [50, 54, 52]. Tym, co uważane jest za istotną pomoc w powrocie do równowagi po traumatycznym przeżyciu, są zaufanie do ludzi oparte na bezpiecznym przywiązaniu oraz zdolność do emocjonalnej bliskości. Takie cechy jak wysoka sprawność procesów poznawczych, autonomia, wewnętrzne poczucie kontroli, dobre kompetencje społeczne okazały się kluczowe dla pokonania strachu związanego z doświadczeniem traumatycznym i uruchomienia zdolności samonaprawiania (ang. *a self-righting tendency*) [54, 55]. Wyniki badań nad zjawiskiem *resilience* stanowią również wsparcie dla tworzenia programów promocji zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz pomoc dla terapeutów, pracujących z osobami po traumatycznych przeżyciach z okresu dzieciństwa [56, 57].

## Literatura

1. Dąbkowska M., *Wpływ traumatycznych doświadczeń na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży*, Psychiatria Praktyczna Ogólnolekarska, 4(6), 2006, s. 161-164.
2. Ickovics J. R., Meade Ch. S., Kershaw T. S., Milan S., Lewis J.B., Ethier K. A. *Urban Teens. Trauma, Posttraumatic Growth, and Emotional Distress Among Female Adolescents*, Journal Consulting Clinical Psychology, 74(5), 2006, s. 841-850.
3. Januszewska I., *Depresja ucieczką od nierozwiązanych problemów współczesnych nastolatków*, Cywilizacja, 30, 2017, s. 57-72.
4. Philippe F. L., Laventure S., Beaulieu-Pelletier G., Lecours S., Lekes N., *Ego-Resiliency as a mediator between childhood trauma and psychological symptoms*, Journal of Social and Clinical Psychology, 30(6), 2011, s. 583-598.
5. Ahnert L., *Wieviel Mutter braucht ein Kind? Bindung-Bildung-Betreuung: oeffentlich und privat*. Spektrum, Akademischer Verlag, Heidelberg 2010.
6. Zwoliński A., *Krzywdzone dzieci*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2012.
7. Januszewska E., *Uwarunkowania strategii regulacji emocji złości, lęku i smutku u młodzieży*, [w:] Szewczyk L., Talik E. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2009.
8. Januszewska E., *Kryzys uczuć u dzieci: niepowodzenia szkolne i wagary*, [w:] Januszewski A., Oleś P., Otrębski W. (red.), *Studia z psychologii w KUL*, Tom 8, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1996.
9. Januszewska E., Januszewski A., *Samotność i osamotnienie doświadczane przez osoby starsze*, [w:] Brudek P., Steuden S., Januszewska I., Gamrowska A. (red.), *Oblicza starości we współczesnym świecie, Perspektywa psychologiczno-medyczna*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2015.
10. Kast V., *Vom Sinn der Angst*. Verlag Herder, Muenchen 2015.

11. Pietkiewicz I. J., Tomalski R., *Zaburzenia związane z traumą – perspektywa teoretyczna*. Czasopismo Psychologiczne, 24, 2, 2018, s. 261-268.
12. Folkman S., *Stress, health, and coping: An overview*. [w:] Folkman S. (red.), *The Oxford handbook of stress, health and coping*, Oxford University Press, Oxford–New York 2011.
13. Terr L., *Childhood traumas: An outline and overview*. American Journal of Psychiatry, 148(1), 1991, s. 10-20.
14. Chu D. A., Williams L. M., Harris A., Bryant R. A., Gatt J. M., *Early life trauma predicts self-reported levels of depressive and anxiety symptoms in nonclinical community adults: Relative contributions of early life stressor types and adult trauma exposure*, Journal of Psychiatry Research, 47(1), 2013, s. 23-32.
15. American Psychiatric Association (APA), *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*, DC. Bedard, Washington 2013.
16. *Kryteria diagnostyczne zaburzeń psychicznych, DSM-5*, [w:] Gałęcki P., Pilecki M., Rymaszewska J., Szulc, A., Sidorowicz S., Wciórka J. (red.), Erdan Urban Partner, Wrocław 2018.
17. Herman J. L., *Przemoc: uraz psychiczny i powrót do równowagi*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1998.
18. Solomon E. P., Heide K. M., *Type III trauma: Toward a more effective conceptualization of psychological trauma*, International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 43(2), 1999, s. 202-210.
19. Briere J., Scott C., *Podstawy terapii traumy. Diagnoza i metody terapeutyczne*. Instytut Psychologii Zdrowia, Warszawa 2010.
20. Klatkiewicz A., *Traumatyczne zdarzenia w dzieciństwie a rozwój zaburzenia osobowości borderline*, Nowiny Lekarskie, 80(6), 2011, s. 484-492.
21. Podnieśńska Z., Wróbel J., *Pamięć, trauma, wyobraźnia*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011.
22. Kast V., *Ueber wieder mit sich selber eins werden: Identität und Selbstwert entwickeln in einer komplexen Welt*, Patmos Verlag, Stuttgart 2018.
23. Winnicott D.W., *Dom jest punktem wyjścia. Eseje psychoanalityczne*, Wydawnictwo Imago, Gdańsk 2010.
24. Fergus S., Zimmerman M.A., *Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk*, Annual Review of Public Health, 26, 2005, s. 399-419.
25. Ruppert F., *Wczesna trauma. Rozpoznawanie i uwalnianie*. Wydawnictwo Virgo, Warszawa 2014.
26. Ford J.D., *Posttraumatic Stress Disorder. Scientific and Professional Dimensions*, Elsevier Academic Press, Amsterdam, Boston, Oxford 2010.
27. Kubacka-Jasiecka D., *Kryzys emocjonalny i trauma szansą na rozwój i potęgowanie zdrowia. Wątpliwości i pytania*. Rocznik Filozoficzny Ignatianum, XXII, 1, 2016, s. 51-89.
28. Dąbkowska M., *Wpływ traumatycznych doświadczeń na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży*, Psychiatria Praktyczna Ogólnolekarska, 4(6), (2006), s. 161-164.
29. Gordon R., Wraith R., *Responses of children and adolescents to disaster*, [w:] Wilson J. P., Raphael B. (red.), *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes*, Plenum Press, New York 1993.
30. Cohen J. A., Bukstein O., Walter H., Benson S. R., Chrisman A., Farchione T. R., Hamilton J., Keable H., Kinlan J., Schoettle U., Siegel M., Stock S., Medicus J., *Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with posttraumatic stress disorder*, Journal of American Academy Child and Adolescent Psychiatry, 49, 2010, s. 414-430.
31. Helios J., Jedlecka W., *Diagnoza i ochrona dziecka z traumą rozwojową w polskim systemie oświatowym*, Problemy Wczesnej Edukacji, 3, 38(2), 2017, s. 75-81.

32. DeVoe E. R., Tovah P., Klein B., Bannon W., Miranda-Julian C., *Young Children in the Aftermath of the World Trade Center Attacks*, American Psychological Association, 3, 1, 2011, s. 1-7.
33. Briere J., Scott C., *Podstawy terapii traumy. Diagnoza i metody terapeutyczne*, Instytut Psychologii Zdrowia, Warszawa 2010.
34. Solomon E. P., Heide K. M., *Type III trauma: Toward a more effective conceptualization of psychological trauma*, International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 43(2), 1999, s. 202-210.
35. Januszewski A., Januszewska E., *Osobowość koherentna alternatywą narcystycznej, czyli ku personalistycznej wizji młodzieży w świetle badań psychologicznych*, {w:} Guzowski K., Barth G.(red.), *Świat osoby. Personalizm Czesława S. Bartnika*, Wydawnictwo KUL., Lublin 2016.
36. Januszewska E., *Konfirmacyjne modele strategii regulacji emocji negatywnych. Badania eksploracyjne młodzieży*. [w:] Szewczyk L., Talik E. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2009 a.
37. Izdebska, J., *Dziecko osamotnione w rodzinie: kontekst pedagogiczny*, Trans Humana, Białystok 2004.
38. Szafrńska K., *The Issue of Loneliness and Isolation of Youths, Youth Detention Center Charges*, Resocjalizacja Polska, 13, 2017, s.181-198.
39. Łopatkowa M., *Samotność dziecka*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1989.
40. Hołyst B., *Suicydologia*, Lexis Nexis, Warszawa 2011.
41. Januszewska E., *Uwarunkowania strategii regulacji emocji złości, lęku i smutku u młodzieży*, [w:] Szewczyk L., Talik E. (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej i osobowości. Psychologia kliniczna nastolatka*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2009 b.
42. Januszewska E., *Sense of Coherence and psychological indicators of bio-psycho-social health. A study among adolescents*, [w:] Janowski K., Steuden S. (red.), *The multidisciplinary approach to health and disease. Selected papers*, CPPP Scientific Press, Lublin 2011.
43. Wolańczyk T., Komender J., *Zaburzenia emocjonalne i behawioralne u dzieci*, PZWL, Warszawa 2013.
44. Ambroziak K., Jerzak M., Zając K., *Zaburzenia depresyjne*, [w:] Jerzak M. (red.), *Zaburzenia psychiczne i rozwojowe u dzieci a szkolna rzeczywistość*, PWN, Warszawa 2016.
45. Bomba J., *Depresja młodzieńcza*, [w:] Namysłowska I. (red.), *Psychiatria dzieci i młodzieży*, PZWL, Warszawa 2014.
46. Kadri N., Moussaoui R., *Dermatologia i psychiatria*. WPA Bulletin on Depression, 26, 2003, s. 17-22.
47. Jakuszkowiak K., Cabała W. J., *Psychodermatologia w codziennej praktyce lekarskiej*, Psychiatria w Praktyce Ogólnolekarskiej, 3, 2004, s. 107-111.
48. Tomkiewicz S., *Adolescencja a depresja*, Dialogi, 1(2), 2003, s. 41-47.
49. Rabe-Jabłońska J., *Stan psychiczny osób u których przez 15 laty stwierdzono zaburzenia depresyjne*. Psychiatria Polska, 2, T. XXXV, 2001, s. 187-198.
50. Cohen J.A., Mannarino A.P., Deblinger E., *Terapia traumy i traumatycznej żałoby u dzieci i młodzieży*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2011.
51. Antonovsky A., *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*, Fundacja IPN, Warszawa 1995.

52. Richardson G. E., *The Metatheory of Resilience and Resiliency*, Journal of Clinical Psychology, Vol.58(3), 2002, s. 307-321.
53. Constantine N., Benard B., Diaz M., *Measuring protective factors and resilience traits in youth: The Healthy Kids Resilience Assessment*, American Psychologist, 55, 1999, s. 647-654.
54. Werner E. E., *Protective factors and individual resilience*, [w:] Handbook of Early Childhood Intervention, Shonkoff J. P., Meisels S.J. (red.), University Press, Cambridge 2000.
55. Garmezy N., Rutter M., *Stress, Coping, and Development in Children*, McGraw, New York 1983.
56. Opora R., *Praktyczne implikacje wynikające z badań nad odpornością psychiczną u dzieci i młodzieży*, Studia Gdańskie. V, 2005, s. 97 – 108.
57. Ostaszewski K., *Druga strona ryzyka*, Remedium, 2(144), 2006, s. 1-3.

## **Depresja, osamotnienie a przeżyta trauma u dzieci i młodzieży**

### Streszczenie

Młodzież, która przeżyła w swoim życiu traumę wtórnie doświadcza poczucia osamotnienia, bezradności i beznadziei, ma wypaczoną samokontrolę, jest nieadekwatnie obojętna i smutna z wyraźnym rysem depresji i jej konsekwencjami tj. (a) niepodejmowanie czynności, których się od niej oczekuje, np. systematycznego wypełniania obowiązków szkolnych, domowych; (b) generowanie zachowań polegających na łamaniu norm i zakazów społecznych. Paradoksalnie jednak dostrzec można permanentne poczucie zagrożenia o dalszą perspektywę życiową, również liczne zachowania zagrażające życiu, np. zażywanie środków psychoaktywnych, ucieczkę w świat internetu, gier komputerowych, smartfonów, uzależnień od niekontrolowanych zakupów i zaburzenia w odżywianiu się. Uczucie dyskomfortu oraz brak nadziei na realizację celów wzbudzają impulsy do podejmowania aktywności ryzykownych, dających natychmiastową, choć doraźną poprawę nastroju. Młodzież doświadczona nieprzepracowaną traumą skrywa swoje wspomnienia (rola mechanizmów obronnych zaprzeczania i tłumienia), które w formie ruminacji ograniczają lub stygmatyzują bieżące funkcjonowanie. Wtórnie – można obserwować emocje typu: złość, wściekłość, smutek, gniew, które wpływają na trudności w uczeniu się, integrowaniu myśli w spójną całość, tworzeniu spójnej narracji dla siebie i otoczenia społecznego lub trudności w komunikowaniu się z nimi. Depresja powstała w wyniku doświadczonej traumy, będąc nierzadko maskowaną – często jest niezauważalna lub ignorowana przez najbliższe środowisko, np. rodzinne czy szkolne, co doprowadza do spiralnego wzmocnienia jej, a dalej – do zachowań autodestrukcyjnych z myślami lub próbami samobójczymi włącznie.

Słowa kluczowe: trauma, osamotnienie, depresja, wybrane formy terapii

## **Depression, solitude and trauma in children and young people**

### Abstract

Young people who lived through trauma experience feelings of helplessness and hopelessness, have distorted self-control, and are inappropriately sad or numb, with clear features of depression and consequences including (a) failing to do things they are expected to do, such as systematic school work or participation in household tasks; and (b) demonstrating behaviours that involve violating social norms and prohibitions. Paradoxically, their constant sense of threat and anxiety about prospects in life is accompanied by numerous risky or life-threatening behaviours, e.g. substance abuse, escaping into the world of Internet, smartphones and computer games, shopping addiction, and eating disorders. A feeling of discomfort and the lack of hope about achieving their goals produce impulse to engage in risky activities that give immediate, albeit shot-team, mood enhancement. Young people affected by unresolved trauma have hidden memories (as a result of defence mechanisms such as denial and repression) that limit or impair their current functioning in the form of ruminations. They experience post-traumatic emotions such as anger, rage and sadness that lead to difficulties in learning, integrating thoughts, building a consistent narrative about oneself and the social environment, and communicating with others. Post-traumatic depression, often masked, is frequently unnoticed or ignored by the child's environment, such as the family or the school, which leads to the downward spiral of depression and eventually, to self-harming behaviours including suicidal thoughts and attempted suicide.

Keywords: trauma, solitude, depression, selected forms of therapy

## **Proces skrócony przed biskupem w świetle reformy procesu małżeńskiego z 2015 roku**

### **1. Wstęp**

Papież Franciszek 15 sierpnia 2015 roku ogłosił listem apostolskim motu proprio *Mitis Iudex Dominus Iesus* [1] reformę kościelnego procesu małżeńskiego, która obowiązuje od dnia 8 grudnia 2015 roku. Jedną z najważniejszych zmian było dodanie nowej formy procesu małżeńskiego – procesu skróconego. Proces skrócony jak również cała reforma kościelnego prawa procesowego zakłada uproszczenie i przyspieszenie spraw dotyczących stwierdzenia nieważności małżeństwa. Mimo, że nowa forma procesu ma skróconą procedurę, to nadal jest to proces sądowy a nie postępowanie administracyjne. W preambule do motu proprio papież Franciszek wyjaśnia, że zachowując nauczanie swoich poprzedników – sprawy o nieważność małżeństwa mają być rozpoznawane na drodze sądowej, gdyż wymaga tego konieczność zagwarantowania w najwyższym stopniu ochrony prawdy świętego węzła, a to właśnie zabezpieczają gwarancje porządku sądowego [2]. Proces skrócony wprowadza nowe uprawnienia dla małżonków ubiegających się o orzeczenie nieważności małżeństwa. Kompetencję do orzekania w procesie skróconym o nieważność małżeństwa posiada tylko biskup diecezjalny. To postępowanie może być prowadzone wyłącznie, gdy zachodzą szczególne okoliczności [3].

### **2. Przesłanki prowadzenia procesu skróconego**

W *Zasadach proceduralnych* dołączonych do motu proprio, w art. 14 zostały wyliczone „okoliczności dotyczące rzeczy lub osób, które dopuszczają rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa stosując proces skrócony według kan. 1683-1687” [4]. Należy przy tym zwrócić uwagę, że okoliczności te zostały wskazane przed prawodawcą kościelnego przykładowo a nie taksatywnie i są to: – taki brak wiary, który może spowodować symulację zgody małżeńskiej lub błąd determinujący wolę; – krótki czas pożycia małżeńskiego; – aborcja dokonana dla uniknięcia zrodzenia potomstwa; – uparte trwanie w związku pozamałżeńskim w czasie zawierania małżeństwa lub bezpośrednio po nim; – podstępne zatajenie bezpłodności, poważnej choroby zakaźnej lub posiadania potomstwa z wcześniejszego związku albo pozbawienia wolności; – zawarcie małżeństwa motywowane w sposób całkowicie niezgodny z istotą małżeństwa lub wynikające z nieoczekiwanej ciąży kobiety; – przemoc fizyczna dokonana w celu wymuszenia zgody małżeńskiej; – brak używania rozumu potwierdzony dokumentacją medyczną. Powyższe przykłady nie wyczerpują zbioru okoliczności osób i rzeczy, które mogą zostać zakwalifikowane przez wikariusza sądowego do tej formy procesu, chociażby ze względu na jego własną ocenę materiału, tj. skargi powodowej i dołączonych do niej załączników. Taka ocena może się zrodzić w przypadkach kiedy

---

<sup>1</sup> monikagorna94@gmail.com, Instytut Prawa Kanonicznego, Wydział Prawa, Prawa Kanonicznego i Administracji, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, www.kul.pl.

zaskarzana nieważność małżeństwa jest oparta na szczególnie oczywistych dowodach [5]. Ponadto wskazane okoliczności nie zastępują obowiązujących w sądowno-procesowym badaniu nieważności małżeństwa tytułów prawnych.

## **2.1. Brak wiary będący źródłem symulacji zgody małżeńskiej lub błędu determinującego wolę**

Powyższa okoliczność zawiera dwie bardzo istotne zasady. Po pierwsze sygnalizuje, że brak wiary może prowadzić do poważnych skutków, w tym prawnych, zawieranego małżeństwa. Po drugie, wprost wskazuje, że nie można w tym przypadku mówić o żadnym automatyzmie, polegającym na konieczności uznania, że niewiara małżonków w sposób oczywisty prowadzi do nieważności małżeństwa [6]. Natomiast nie chodzi tutaj o brak wiary jako taki, a jedynie o ten, który może prowadzić do symulacji konsensusu lub błędu determinującego wolę. Poza tym, do ważności małżeństwa nie wymaga się osobistej wiary małżonków, ale intencji czynienia tego, co czyni Kościół. Dlatego prawodawca kościelny zdecydował użyć się sformułowania „może” zamiast „musi” i że dzieje się tak w każdym przypadku. W związku z tym do orzeczenia nieważności małżeństwa konieczne jest udowodnienie zastosowania wynikających z braku wiary opinii i poglądów do własnego małżeństwa. Brak wiary może prowadzić do symulacji konsensusu lub błędu determinującego wolę, gdy oznacza on zdecydowane „nie” w stosunku do tego, czego chce Kościół. Jednakże znamion takiego działania nie wyczerpuje zwykła obojętność w wierze [7].

## **2.2. Krótki czas pożycia małżeńskiego**

W tym miejscu należy zwrócić uwagę, że prawodawca kościelny użył nieprecyzyjnego sformułowania, ponieważ określenie „krótki” (łac. *brevitas*) jest pojęciem względnym, może oznaczać kilka dni lub kilkanaście miesięcy, przy czym sama krótkotrwałość pożycia małżeńskiego sama w sobie nie jest przyczyną nieważności małżeństwa, ale może być symptomem rozmaitych powodów nieważności i może oznaczać niezdolność psychiczną powodującą szybki rozpad wspólnoty, błąd co do przymiotu osoby, gdzie nagle odejście od współmałżonka natychmiast po odkryciu prawdy może stanowić element dowodu tego tytułu nieważności. Podobnie może być przy podstępym wprowadzeniu w błąd, warunków, symulacji, przymusie lub bojaźni. Szybkie zerwanie pożycia może być potwierdzeniem przedślubnej awersji wobec drugiej strony lub zamierzonej wtedy niechęci do ustanowienia wspólnoty życia. Natomiast nie zawsze przy krótkotrwałym pożyciu można mówić o nieważności małżeństwa, a tym bardziej, że ta okoliczność wskazuje na „oczywistą” nieważność [8].

Należy również podkreślić, że czas trwania małżeństwa jako taki nie staje się nowym tytułem nieważności małżeństwa, ponieważ prawodawca nie ma na celu określenia, że małżeństwa trwające tydzień, miesiąc czy rok są na pewno nieważne. Raczej można się tutaj przychylić stanowisku, że stworzenie właściwie funkcjonującej wspólnoty małżeńskiej przez osobę lub z osobą dotkniętą jakąś formą poważnej anomalii psychicznej jest niemożliwe, co w konsekwencji powoduje szybki rozpad małżeństwa [9].

### 2.3. Aborcja dokonana dla uniknięcia zrodzenia potomstwa

Papież Franciszek nie ustanowił, aby przerwanie ciąży powodowało od tej pory nieważność małżeństwa. Natomiast jurysprudencja oraz doktryna prawa kanonicznego, fakt dokonanej aborcji często przywołują jako okoliczność pośrednio potwierdzającą wolę symulanta, który zawiera małżeństwo z intencją wykluczenia potomstwa. W związku z tym przy interpretacji powyższego zapisu należy pamiętać, że chodzi o aborcję dokonaną dla uniknięcia zrodzenia potomstwa, co jednocześnie obliguje w każdym przypadku do zbadania rzeczywistej intencji danej osoby. Dlatego w kontekście skutków dla ważności zgody małżeńskiej, chodzi nie o aborcję jako taką, ale o wykluczenie potomstwa, którego udowodnienie może opierać się m.in. na fakcie aborcji [10]. Przyczyną wykluczenia potomstwa może być: – wielka i jakby nienaturalna niechęć do dzieci w ogóle; – wstręt lub lęk przed pożyciem cielesnym; – obawa znacznego pogorszenia przez poród stanu zdrowia danej osoby; – obawa przed urodzeniem dziecka chorego obciążonego genetycznie, dziecka specjalnej troski; – chęć prowadzenia swobodnego życia; – zła i przewrotna wola. O powziętym uprzednio, czyli jeszcze przed ślubem, zamiarze wykluczenia potomstwa na czas wspólnego pożycia małżeńskiego mogą świadczyć takie okoliczności jak np. przerywanie ciąży po ślubie czy też ciągłe stosowanie środków i metod antykoncepcyjnych [11].

### 2.4. Uporczywe trwanie w relacji pozamałżeńskiej w czasie zawierania małżeństwa i wkrótce po ślubie

Podobnie jak w przypadku aborcji, nie mamy tutaj do czynienia z okolicznością jako taką, ale musimy rozważać ją jedynie w kontekście ewentualnej symulacji zgody małżeńskiej. Należy przy tym zauważyć, że jednym z istotnych przymiotów małżeństwa jest jedność, pod którą można rozumieć także i wierność. Wobec tego już samo wykluczenie wierności małżeńskiej powoduje nieważność małżeństwa. Tym samym należy zaprzeczyć, aby w dokonanej zdradzie małżeńskiej upatrywać wystarczającego dowodu na nieważność małżeństwa. Przy interpretacji art. 14 *Zasad proceduralnych* trzeba mieć na uwadze, że prawodawcy nie chodzi o brak wierności jako taki, ale o pozostawanie w relacji pozamałżeńskiej w czasie zawierania małżeństwa lub wkrótce po ślubie, zaś sama relacja pozamałżeńska może być przesłanką uprawdopodobniającą wykluczenie wierności małżeńskiej [12]. Ponadto w omawianym przepisie mowa jest raczej o uporczywej (łac. *pervicax*), tj. trwałej relacji pozamałżeńskiej, ponieważ bliska relacja przedślubna mogła zostać zakończona wraz z zawarciem małżeństwa, a popełniona zdrada nie stanowi dowodu wykluczenia wierności a jedynie niedotrzymania zobowiązania wierności [13].

### 2.5. Podstępne wprowadzenie w błąd

Kolejnymi okolicznościami zezwalającymi na prowadzenie procesu o nieważność małżeństwa w formie procesu skróconego jest podstępne zatajenie niepłodności, poważnej choroby zakaźnej, posiadania potomstwa z wcześniejszych związków lub kara pozbawienia wolności. Nie są to jednak okoliczności nowe dla procesu małżeńskiego, bowiem w kan. 1098 Kodeksu Prawa Kanonicznego prawodawca stanowi o nieważnie zawartym małżeństwie na skutek podstępu [14]. Dlatego okoliczności wymienione w *Zasadach proceduralnych* są jedynie przykładami, które mogą stanowić



przymiot podstępny [15]. Jeśli zaś chodzi o niepłodność to warto zaznaczyć, że sama z siebie nie powoduje nieważności małżeństwa. Chodzi tutaj o niepłodność, która stała się przedmiotem podstępnego działania nupturienta w celu uzyskania od drugiej strony zgody małżeńskiej. Natomiast, gdy jeden z nupturientów wie o niepłodności drugiej strony i mimo to godzi się na zawarcie z nią związku małżeńskiego, wówczas małżeństwo zostanie ważnie zawarte [16]. Analogicznie będzie w sytuacji zatajenia poważnej choroby zakaźnej, chociaż może się tutaj rodzić pytanie dlaczego prawodawca stanowi akurat o chorobie zakaźnej. Prawdopodobnie wynika to z faktu, że każda poważna choroba zakaźna w istotnym stopniu uniemożliwia stworzenie trwałej i harmonijnej wspólnoty życia małżeńskiego oraz może wpływać na stan bezpośredniego zagrożenia dla życia i zdrowia współmałżonka, którego źródłem jest podjęcie naturalnego współżycia i intymnej bliskości z chorym [17]. Podobny stan nieprawdy dotyczy ukrywania przed drugą stroną posiadania potomstwa z innego związku czy też istotnych defektów ze swojej przeszłości, np. wyrok, więzienie, poważne zobowiązania finansowe.

## **2.6. Zawarcie małżeństwa dla innych korzyści lub z powodu nieoczekiwanej ciąży**

Podobnie jak w przypadku wcześniejszych okoliczności wynikających z art. 14 § 1 Zasad proceduralnych nie są nowymi tytułami nieważności małżeństwa, ale mogą być argumentami za nią. Zawarcie małżeństwa z przyczyn całkowicie przeciwnym życiu małżeńskiemu jest ukierunkowaniem na jedną z form całkowitej symulacji małżeństwa. Doktryna prawa kanonicznego wskazuje, że symulacja całkowita ma miejsce również wtedy, gdy dana osoba traktuje zawarcie związku małżeńskiego w sposób instrumentalny, mając na uwadze cele zupełnie odmienne od ustanowienia węzła małżeńskiego oraz wynikających z niego praw i obowiązków, których nie ma zamiaru podejmować. Zanim jednak zostanie stwierdzona symulacja zgody małżeńskiej, należy odróżnić przyczyny kontraktu od motywu, którym dana osoba kierowała się zawierając małżeństwo [18].

Jeśli zaś chodzi o zawarcie związku małżeńskiego spowodowane nieoczekiwaną ciążą to również nie oznacza to możliwości uznania automatycznie nieważności małżeństwa. Nieoczekiwana ciąża nie musi być od razu ciążą niechcianą, ponieważ może być podstawą do stworzenia trwałej więzi między małżonkami. Natomiast przy interpretacji symulacji całkowitej wskazuje się, że ciąża kobiety często staje się motywem zawarcia małżeństwa a nie przyczyną wykluczenia małżeństwa. Jeśli nawet zostanie udowodnione, że gdyby nie ciąża to małżeństwo nie zostało zawarte to nie oznacza to jeszcze, że samo małżeństwo zostało z tego powodu wykluczone. Natomiast dużo bardziej prawdopodobna będzie sytuacja, w której małżeństwo kobiety w ciąży zawierane jest pod wpływem bojaźni, spowodowane presją rodziców, którzy nie wyobrażają sobie, aby ich córka wychowywała dziecko samotnie bądź też, aby ich syn nie wziął odpowiedzialności za mające się urodzić dziecko [19].

## **2.7. Przemoc fizyczna w celu wymuszenia zgody małżeńskiej**

Użyte określenie nie ogranicza się tylko sytuacji, w której małżeństwo zostało zawarte pod wpływem bezpośredniej przemocy wywartej podczas samej ceremonii ale również do przypadków, w których przymus fizyczny był wywierany na daną osobę wcześniej, co z dużym prawdopodobieństwem mogło zniweczyć konsens małżeński [20].

## **2.8. Brak używania rozumu potwierdzony przez dokumentację medyczną**

Brak używania rozumu jest efektem ciężkich schorzeń psychicznych, które tak destruktywnie oddziałują na osobę, że w chwili zawarcia małżeństwa nie jest zdolna do sprawnego użytkowania swoich władz wolitywnych i intelektualnych, skutkiem czego jej działanie nie jest uznawane za pełne, odpowiedzialne i ludzkie. Omawiany przepis stanowi, że ciężkie schorzenia umysłowe mają zostać potwierdzone dokumentacją medyczną niebudzącą wątpliwości. A zatem musi mieć następujące cechy: pewna, wiarygodna oraz stanowiąca samodzielne źródło dowodowe, tak by powołanie biegłego nie było konieczne [21].

## **2.9. Zgodna prośba stron**

Prawodawca kościelny w kan. 1683 n. 1 MIDI stanowi, że orzekanie w sprawach o nieważność małżeństwa w procesie skróconym jest możliwe, jeśli żądanie zostało zgłoszone przez obydwoje małżonków lub przez jednego z nich za zgodą drugiego. Powyższa norma prawna przewiduje dwie formy zgodności, tj. prośbę o nieważność składają małżonkowie wspólnie lub prośbę składa współmałżonek, ale za zgodą drugiego. W art. 15 Zasad proceduralnych mamy doprecyzowanie pierwszej formy, tzn. zgodność powinna wyrażać się w tym przypadku w podpisaniu skargi powodowej przez obydwoje małżonków. Natomiast druga forma budzi większe wątpliwości, tym bardziej, że Papieska Rada ds. Tekstów Prawnych nie zezwala na aplikowanie zasady z art. 11 § 2 Zasad proceduralnych, zgodnie z którą uważa się, że strona pozwana nie sprzeciwia się żądaniu, jeśli zdaje się na sprawiedliwość sądu lub prawidłowo wezwana po raz drugi nie udziela żadnej odpowiedzi. Zgodnie ze stanowiskiem Papieskiej Rady powyższa zasada może być stosowana jedynie w procesie zwyczajnym. Jeśli zaś chodzi o proces skrócony to zgoda drugiego współmałżonka może być wyrażona za pomocą różnych środków, lecz przede wszystkim ma gwarantować w sposób publiczny i jednoznaczny wolę strony oraz chronić sędziego i drugą stronę [22]. Dlatego przez zgodną wolę stron należy rozumieć, że obie strony jednomyślnie chcą procesu o nieważność małżeństwa, co się tyczy zarówno formy procesu – tj. procesu skróconego jak również zgadzają się na tytuł z jakiego nieważność ma zostać orzeczona. Brak zgodności w zakresie przyczyny nieważności małżeństwa pozbawia możliwości prowadzenia procesu w formie procesu skróconego [23].

## **3. Przebieg procesu skróconego przed biskupem**

Elementem wspólnym dla każdego rodzaju procesu o nieważność małżeństwa jest skarga powodowa. Prawodawca w kan. 1684 MIDI doprecyzował kan. 1504 KPK stanowiąc, że skarga powodowa powinna przedstawiać krótko całościowo i jasno fakty, na których opiera się żądanie; wskazać dowody, które mogą być natychmiast zebrane przez sędziego; zawierać w załączeniu dokumenty, na których opiera się żądanie. Skargę powodową należy złożyć do wikariusza sądowego kompetentnego do jej rozpatrzenia. Należy przy tym jednak zauważyć że strony mogą jedynie poprosić o proces biskupi, natomiast decyzję o jego prowadzeniu podejmuje oficjał (czyli wikariusz sądowy) jeśli zostaną spełnione łącznie wszystkie warunki wynikające z kan. 1683 MIDI. Wikariusz sądowy, po weryfikacji warunków niezbędnych do prowadzenia procesu biskupiego wydaje dekret określający formułę wątpliwości, powołuje

instruktora i asesora oraz wzywa wszystkich, którzy powinni wziąć udział na posiedzenie, które ma odbyć się w ciągu trzydziestu dni [24]. Jeżeli skarga powodowa została złożona w celu prowadzenia procesu zwykłego, ale wikariusz sądowy uzna, że może ona zostać rozpoznana w trybie procesu skróconego, to ma prawo skłonić strony do prowadzenia procesu w trybie procesu biskupiego, oczywiście po uzupełnieniu niezbędnych warunków [25]. Głównym zadaniem wikariusza sądowego jest takie wydanie decyzji i przygotowanie procesu, aby biskup diecezjalny na podstawie przedłożonych materiałów mógł osiągnąć pewność moralną lub stwierdzić, że takiej pewności nie ma. Jeśli wikariusz będzie miał jakiegokolwiek wątpliwości co do nieważności małżeństwa wówczas musi przekazać sprawę do rozpatrzenia w trybie zwyczajnym, od czego strona powodowa w żaden sposób nie może się odwołać. Jeśli natomiast skarga powodowa nie spełnia wymogów formalnych to może zostać odrzucona. W takiej sytuacji wzywa się powoda do uzupełnienia lub poprawienia wad i ponownego złożenia skargi [26].

Po przyjęciu skargi i otrzymaniu stanowiska zarówno pozwanego, jak i obrońcy węzła małżeńskiego, wikariusz sądowy wydaje dekret, w którym informuje, że sędzia będzie biskup diecezjalny, poza tym określa w tymże dekreście formułę wątpliwości, powołuje instruktora i asesora, a następnie wzywa wszystkich innych, którzy powinni wziąć udział w posiedzeniu, które winno odbyć się w ciągu trzydziestu dni (kan. 1685 MIDI). Co do zasady, wszystkie dowody powinny być załączone do skargi powodowej, jednak gdyby strony chciały podczas posiedzenia złożyć jeszcze jakiś dokument, instruktor może go przyjąć, o ile nie wpłynie to na przedłużenie procesu [27]. Zadaniem instruktora jest przeprowadzenie postępowania dowodowego, ponieważ biskup diecezjalny nie uczestniczy w procesie aż do momentu wydania wyroku. Zgodnie z kan. 1686 MIDI postępowanie dowodowe powinno zostać przeprowadzone w miarę możliwości na jednym posiedzeniu. W wezwaniu do sądu powinna znaleźć się informacja dla stron, o prawie do złożenia propozycji kwestii niezwiązanych do skargi powodowej, co do których proszą o przesłuchanie świadków. Postępowanie dowodowe w procesie skróconym kończy się wyznaczeniem terminem piętnastu dni na przedstawienie uwag obrońcy węzła małżeńskiego oraz wniosków obrończych stron, jeśli takie zgłoszą [28].

#### **4. Wyrok i apelacja**

Po upływie piętnastodniowego terminu oficjał przekazuje akta biskupowi diecezjalnemu. Wówczas biskup zapoznaje się z otrzymanymi aktami, uwagami obrońcy węzła oraz wnioskami stron jeśli zostały takie złożone, a także konsultuje się z instruktorem oraz asesorem. Zanim biskup diecezjalny wyda pozytywny wyrok musi osiągnąć pewność moralną, tj. wymaga się, aby była wykluczona jakakolwiek roztropna, pozytywna wątpliwość popełnienia błędu co do prawa oraz ustaleń faktycznych. Uzyskanie pewności moralnej wymagane jest jedynie w przypadku wyroku za nieważnością małżeństwa. Jeżeli biskup diecezjalny nie osiągnie pewności moralnej to nie może orzec nieważności zaskarżonego małżeństwa i wówczas nie wydaje wyroku, ale przekazuje sprawę do rozpatrzenia w procesie zwyczajnym [29]. Zgodnie z art. 20 § 2 MIDI wyrok powinien zostać sporządzony na piśmie oraz podpisany przez biskupa i notariusza. W treści zaś powinien przedstawiać motywy podjętej decyzji w sposób

związły i uporządkowany oraz notyfikowany stronom w ciągu miesiąca do dnia wydania decyzji.

Mimo że do rozpoczęcia procesu biskupiego wymagana jest zgoda obojga małżonków, to jeśli jedna ze stron po wydaniu wyroku będzie czuła się pokrzywdzona, wówczas może skorzystać z przysługującego jej prawa do wniesienia apelacji [30]. Należy jednak zauważyć, że przepisy MIDI pozwalają na odrzucenie wniesionej apelacji, np. w sytuacji, gdy strona działa celowo na zwłokę, aby przedłużyć proces. Jeśli zaś apelacja zostanie przyjęta, sprawa zostaje przekazana do rozpatrzenia w procesie zwyczajnym na drugim stopniu zgodnie z kan. 1687 § 4 MIDI. Ponieważ reforma procesu małżeńskiego zniósła obowiązek dwóch zgodnych orzeczeń – dotyczy to również procesu skróconego, dlatego po upływie terminu na wniesienie apelacji pozytywny wyrok pierwszej instancji staje się wykonalny [31].

## 5. Podsumowanie

Ustanowienie nowego rodzaju procesu o nieważność małżeństwa jest jednym z najważniejszych punktów reformy kościelnego prawa procesowego, której celem jest uproszczenie i przyspieszenie rozpatrywania spraw o nieważność małżeństwa, jednakże w żaden sposób nie podważa zasady nierozzerwalności małżeństwa. Prowadzenie procesu w nowej formie uzależnione jest od spełnienia przez małżonków określonych prawem wymagań. Oprócz zgodnej prośby małżonków konieczne jest, aby zachodziły takie okoliczności, które w sposób oczywisty wskazują na nieważność. W art. 14 Zasad proceduralnych prawodawca wskazał przykładowe okoliczności dotyczące faktów i osób dzięki którym może być prowadzony proces skrócony. Nie jest to zamknięty katalog, dlatego w przyszłości może okazać się, że sądy kościelne prowadzą procesy biskupie na podstawie innych okoliczności.

Mimo, że ciężar wydania wyroku spoczywa w tym przypadku na biskupie diecezjalnym to duże znaczenie odgrywa tutaj wikariusz sądowy, którego zadanie polega na przygotowaniu całego procesu biskupiego. Warto również zauważyć, że nie wszyscy biskupi diecezjalni są z wykształcenia kanonistami w związku z tym mogą napotkać wiele trudności zanim wydadzą decyzję w sprawie.

## Literatura

1. Litterae Apostolicae Motu Proprio Mitis Iudex Dominus Iesus (08.09.2015); tekst polski: Papież Franciszek, List apostolski motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus reformujący kanony Kodeksu Prawa Kanonicznego dotyczące spraw o orzeczenie nieważności małżeństwa, Tamów 2015 (dalej cyt.: MIDI).
2. MIDI Preambuła, s. 11.
3. Greszata-Telusiewicz M., *Processus brevior*, [w:] Krajczyński J. (red.), *Proces małżeński według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, Płocki Instytut Wydawniczy, Płock 2015, s. 75-92.
4. Zob. art. 14 § 1 Zasady proceduralne w sprawach o stwierdzenie nieważności małżeństwa.
5. Wenz W., *Proces o nieważność małżeństwa według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka w tradycji kanonicznej*, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu, Wrocław 2016, s. 320-321.
6. Nowicka U., *Proces skrócony przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 27 (2016) nr. 1, s. 114.
7. Nowicka U., *Okoliczności dopuszczające rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa w procesie skróconym przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 26 (2015) nr 3, s. 46-47.

8. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 196.
9. Nowicka U., *Okoliczności dopuszczające rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa w procesie skróconym przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 26 (2015) nr 3, s. 48.
10. Nowicka U., *Proces skrócony przed biskupem*, w: *Ius Matrimoniale* 27 (2016) nr. 1, s. 116.
11. Wenz W., *Proces o nieważność małżeństwa według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka w tradycji kanonicznej*, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu, Wrocław 2016, s. 341.
12. Nowicka U., *Okoliczności dopuszczające rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa w procesie skróconym przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 26 (2015) nr 3, s. 51-52.
13. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 197-198.
14. Kan. 1098 KPK: Kto zawiera małżeństwo, zwiedziony podstępem, dokonany dla uzyskania zgody małżeńskiej, a dotyczącym jakiegoś przymiotu drugiej strony, który ze swej natury może poważnie zakłócić wspólnotę życia małżeńskiego, zawiera je nieważnie.
15. Nowicka U., *Okoliczności dopuszczające rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa w procesie skróconym przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 26 (2015) nr 3, s. 53.
16. Wenz W., *Proces o nieważność małżeństwa według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka w tradycji kanonicznej*, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu, Wrocław 2016, s. 348.
17. Wenz W., *Proces o nieważność małżeństwa według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka w tradycji kanonicznej*, Papieski Wydział Teologiczny we Wrocławiu, Wrocław 2016, s. 350.
18. Nowicka U., *Okoliczności dopuszczające rozpoznanie sprawy o nieważność małżeństwa w procesie skróconym przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 26 (2015) nr 3, s. 54-55.
19. Nowicka U., *Proces skrócony przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 27 (2016) nr. 1, s. 117-118.
20. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 200.
21. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 201.
22. Nowicka U., *Proces skrócony przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 27 (2016) nr. 1, s. 110-111.
23. Nowicka U., *Proces skrócony przed biskupem*, *Ius Matrimoniale* 27 (2016) nr. 1, s. 111.
24. Greszata-Telusiewicz M., *Uprawnienia wikariusz sądowego w processus brevior coram Episcopo według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, *Przegląd Prawno-Ekonomiczny* 34 (1/2016), s. 201.
25. Greszata-Telusiewicz M., *Uprawnienia wikariusz sądowego w processus brevior coram Episcopo według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, *Przegląd Prawno-Ekonomiczny* 34 (1/2016), s. 201.
26. Freliszka A., *Proces skrócony według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, *Kościół i Prawo* 6 (19) 2017, nr 1, s. 202.
27. Freliszka A., *Proces skrócony według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, *Kościół i Prawo* 6 (19) 2017, nr 1, s. 202.
28. Freliszka A., *Proces skrócony według motu proprio Mitis Iudex Dominus Iesus*, *Kościół i Prawo* 6 (19) 2017, nr 1, s. 202-203.

29. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 174.
30. Majer P., Art. 5/ Tytuł V – *Proces małżeński skrócony przed biskupem*, [w:] Skonieczny P. (red.), *Praktyczny komentarz do Listu apostolskiego Mitis Iudex Dominus Iesus papieża Franciszka*, Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej Biblos, Tarnów 2015, s. 189.
31. Zob. kan. 1679 MIDI.

## **Proces skrócony przed biskupem w świetle reformy procesu małżeńskiego z 2015 roku**

### Streszczenie

Proces skrócony jest nową formą procesu o nieważność małżeństwa. W artykule poddano analizie przepisy dotyczące wymagań do wszczęcia procesu oraz sam przebieg procesu. Postępowanie w trybie procesu skróconego może mieć miejsce w przypadku zaistnienia szczególnych przesłanek: zgodna prośba małżonków oraz wystąpienie okoliczności, które w sposób oczywisty wskazują na nieważność małżeństwa i są poparte dowodami. Szczególną rolę w procesie skróconym pełni biskup diecezjalny, który ma wyłączną kompetencję do orzekania w tej formie procesu oraz wikariusz sądowy, który decyduje czy sprawa może być rozpatrywana w procesie biskupim oraz przygotowuje postępowanie.

Słowa kluczowe: proces skrócony, stwierdzenie nieważności małżeństwa, *Mitis Iudex Dominus Iesus*, reforma procesu małżeńskiego

## **The Briefer Matrimonial Process before the Bishop according to reform of the process of marriage of 2015**

### Abstract

One of the biggest news is the introduction of the briefer matrimonial process before the Bishop. The essence of this process is simple and easy procedure. It is possible in those cases where the alleged nullity of marriage is supported by particularly clear arguments. The diocesan bishop himself is competent to judge cases of the nullity of marriage with the briefer process whenever: 1. The petition is proposed by both spouses or by one of them, with the consent of the other; 2. Circumstance of things and persons recur, with substantiating testimonies and records, which do not demand a more accurate inquiry or investigation, and which render the nullity manifest.

Keywords: shorten process, marriage invalidation, *Mitis Iudex Dominus Iesus*, reform of the process of marriage

## Elementy koherencji w architekturze XXI wieku

### 1. Wstęp

Na przestrzeni XX wieku ignorowanie kontekstu stało się probierzem wielkości architekta. Taka postawa urasta do poważnie traktowanego dogmatu, wobec erupcji indywidualizmu architektów [1]. Niniejszy artykuł prezentuje przykłady realizacji architektonicznych odpowiadających kontekstowi miejsca w szerokim znaczeniu tego słowa na przestrzeni początków XXI wieku. Materiał zwraca uwagę na tendencje powrotu do źródeł w zakresie kształtowania architektury. Obszar relacji z kontekstem – obszar koherencji został podzielony na płaszczyzny grupujące cechy uwarunkowań lokalnych, od kulturowych przez ekonomiczne, społeczne do naturalnych – pojętych w szerokim aspekcie. Przykłady zaczerpnięto z twórczości laureatów nagrody Pritzкера – przyjmując jako kryterium wyboru szerokie pole w zakresie tematycznym, terytorialnym i wysoki poziom artystyczny reprezentatywnego obszaru realizacji architektonicznych.

U zarania architektura stanowiła emanację lokalnych uwarunkowań, nie była kwestią wyboru, lecz zasięgu osiągalnych technologii, materiałów i wiedzy. Była wynikiem lokalizacji w rozumieniu naturalnych czynników panujących w określonym miejscu: klimatu, nasłonecznienia, szaty roślinnej, struktury geologicznej oraz dostępnych materiałów. Każdy obszar przekładał się na specyficzny język form. Z biegiem rozwoju cywilizacji, architektura mogła abstrahować od tych kryteriów, realizować obiekty „wbrew naturze” – oczywiście odbywało się to kosztem zainwestowanych zasobów energetycznych i środków. Modernizm, następnie bazujący na jego pryncypach styl międzynarodowy i jego bezkompromisowe zasady wyseparowały architekturę z kontekstu, odrywając ją od tkanki krajobrazu, zarówno w kontekście przyrodniczym, jak i kulturowym. U podłoża takiego działania stały osiągnięcia drugiej rewolucji przemysłowej, technologia umożliwiła budowanie wyżej i wbrew uwarunkowaniom lokalnym. Separacja odbywała się w różnym nasileniu, w różny sposób, pod różnymi hasłami.

Według Johna Czaplickiego, na przykład, w odniesieniu do Rosji, architektura socjalistyczna zwykle nie reagowała na środowisko naturalne, lokalne zwyczaje i dziedzictwo kulturowe poszczególnych miejsc lub regionów”. Zwykle szydercze epitety, takie jak „feudalny”, „burżuazyjny” i „kapitalistyczny”, były skierowane na substancję historyczną [2].

Wiek XX to antypody w zakresie kształtowania architektury, od miesowskiej klarowności i powściągliwości, po promowane przez Venturiego bogactwo i wieloznaczność [3], żonglujące formami historycznymi oderwanymi od znaczenia. W tym czasie regionalizm w architekturze utożsamiano z postawami sprzeciwu wobec uniformizacji rozwiązań i kojarzono z reakcją na stereotypy, uproszczenia w kształtowaniu przestrzeni [4]. Przed regionalizmem można mówić o architekturze wernakularnej, która stanowi zapis pamięci nie tylko przekazów i wpływów kulturowych, ale również wielopokole-

---

<sup>1</sup> Politechnika Krakowska.

niowych doświadczeń ludzi, tworzących jej formy w określonych warunkach przyrodniczych.

Przełom wieku XX i XXI przynosi konstatację w zakresie polityki energetycznej, co zmienia w dużej mierze świadomość społeczną. Prowadzi to w konsekwencji do rozwiązań koherentnych wobec uwarunkowań jako ekologicznej formy kształtowania przestrzeni.

## 2. Płaszczyzny koherencji

„Kraje, które przyjęły architekturę współczesną jako rodzaj powszechnego środka wyrazu – zbiór specjalnych kształtów, które zachowując całą swoją wartość bez względu na to, gdzie zostały zastosowane – powodowały architektoniczne bankructwo” [5], refleksja owa pobrzmiewa w przestrzeni architektury od 1968. Wiek XXI w sposób spektakularny realizuje powrót do koherencji uwarunkowań lokalnych, tak oczywistej u zarania architektury. Płaszczyzny koherencji przebiegają w różny sposób i są odbierane w różnych obszarach percepcji. Występują pojedynczo lub też dochodzi do ich nawarstwień.

### 2.1. Kultura

Płaszczyzną najbardziej złożoną, dającą najbardziej „endemiczne” efekty w zakresie kształtowania architektury jest kultura, która tworzy element tożsamości lokalnej. To odniesienie do kultury minionych generacji w szerokim aspekcie: filozofii, poezji i całej gamy innych dziedzin technicznych i humanistycznych.

Realizacje Wang Shu, laureata nagrody Pritzкера z 2012, są nie tylko odpowiedzią na wysiłki obserwacyjne autora, ale będą także ucieleśnieniem jego krytycznego stanowiska w odniesieniu do kumulatywnego zbioru sztuki, literatury i filozofii wytworzonych przez jego przodków [6].



Rysunek 1. Kompleks Fuyang, komunikacja na dachu obiektu, proj. Wang Shu.

Źródło: [<https://www.dezeen.com/2018/11/07/wang-shu-fuyang-cultural-complex-amateur-architecture-studio-hangzhou-china> (dostęp 03.07.2020)]

Uderzający jest też swoisty dla kultury wschodniej sposób obcowania i odbierania sztuki, z czego korzysta architekt w swojej pracy. Wykorzystuje malarstwo pejzażowe jako strategię percepcji swojej architektury, w malarstwie nie można docenić całej kompozycji jednym rzutem oka. Długie formaty wymuszają drogę stopniowego odkrywania i rozszerzonego doświadczenia [7], co przekłada się na prowadzenie



użytkownika poprzez meandry ścieżek, zapewniając mu różnorodne doświadczenia wizualne i taktylne, dając możliwość tworzenia indywidualnych scenariuszy poznania obiektu i otoczenia, które zlewają się w jeden obraz (rys. 1).

Towarzyszy mu nieustanna świadomość zakorzeniona w kulturze wschodu, iż jesteśmy drobną częścią natury – światło, woda, zielen, powietrze jest nieodłącznie eksponowanym elementem w realizacjach Wang Shu. Architekt wykorzystuje niezliczone strategie podporządkowane osiągnięciu integracji z naturą. Interującym zabiegiem jest aktywne i twórcze korzystanie z architektury wernakulnej, lokalni rzemieślnicy implementują historyczne technologie we współczesne, a nawet eksperymentalne rozwiązania konstrukcyjne. Tworzony jest kolaż przy udziale materiałów porożbiórkowych, które przeplatają się ze współczesnym materiałem. Materiały porożbiórkowe wykorzystywane są w sposób niezwykle indywidualny i twórczy, kreując nową jakość. Zespolenie oparte na kreacji historycznej technologii, filozofii, materiałach porożbiórkowych i nowatorskich rozwiązaniach w rezultacie nie tworzy zaskoczenia – otrzymujemy produkt – używając nomenklatury dzisiejszych czasów, nacechowany bez wątpienia przynależnością lokalną i niezaprzeczną ciągłością.

## **2.2. Ekologia**

Myślenie o człowieku jako elemencie natury skłania twórców XXI wieku do myślenia w kategoriach szacunku wobec przyrody, co kieruje w stronę architektury zrównoważonej, architektury świadomej miejsca w kontekście przyszłych pokoleń. Wyraźnie widoczny jest nurt low-tech, osiągający rezultaty oszczędności energetycznej poprzez niekonięcznie zawansowane technologicznie rozwiązania. Niezwykle ważne jest stosowanie niskonakładowych energetycznie materiałów podlegających biodegradacji bądź też pozyskanych jako rozbiórkowe. Ekologia to odpowiedź na zmiany klimatyczne i cały obszar działań profilaktycznych.

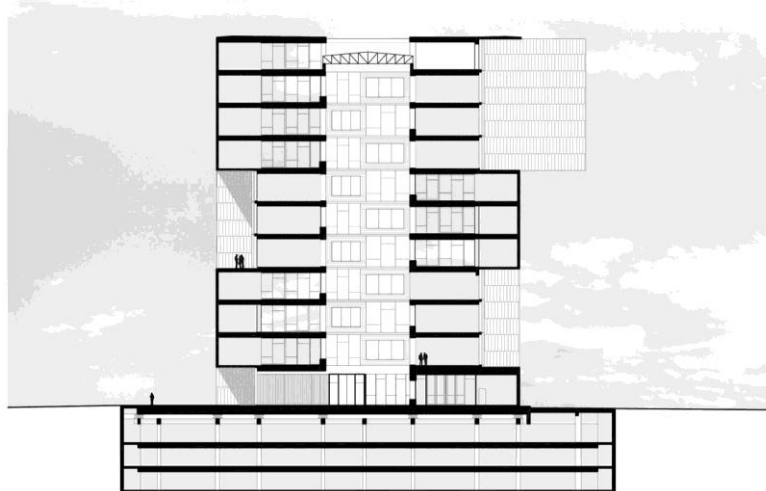
Projekt Innovation Center powstał w roku 2011 na terenie kampusu San Joaquin w Santiago (Chile) dla Angelini Group, które pragnęło stworzyć centrum wymiany myśli między biznesem a nauką.

Aravena znany już ze swoich niekonwencjonalnych pomysłów i z zupełnie innego podejścia do projektowania, postawił na stworzenie bryły, która swoją formą i rozmieszczeniem funkcji całkowicie odbiega od typowych obiektów biurowych oraz budynków sąsiadujących. Aravena postanowił odwrócić znany wszystkim plan obiektu biurowego, polegający na stworzeniu rdzenia, który będzie opleciony przestrzeniami przeszklonymi. Rdzeń stanie się transparentnym elementem umożliwiającym komunikację między użytkownikami. To właśnie wymiana informacji w stopniu optymalnym była założeniem projektu. Odwrócenie typowego planu powierzchni biurowej (zastąpienie nieprzezroczystego rdzenia, przezroczystym obwodem szklanej ściany osłonowej (...)) stanowiło odpowiedź nie tylko na względy funkcjonalne, ale i kwestie energetyczne obiektu [8].

W Santiago występują bardzo specyficzne warunki klimatyczne. Powierzchnie przeszklone generują wewnątrz budynków bardzo wysoką temperaturę, co skutkuje istotnym zużyciem energii w zakresie klimatyzacji pomieszczeń. Dzięki stworzeniu wewnętrznego, przeszklonego atrium (rys. 2), Innovation Center wyeliminowało ten problem, redukując zużycie energii ze 120 do 45 kW/m<sup>2</sup>/rok. Nieprzezroczysta fasada była nie tylko izolacją termiczną, ale także pomogła wyeliminować wyjątkowo silne

światło, które normalnie zmusza do ochrony wewnętrznych przestrzeni roboczych zasłonami i żaluzjami [9].

Innovation Center w Santiago zawdzięcza swój oryginalny wygląd nie tylko myśleniu o aspektach ekologicznych, ale również estetycznych (rys. 3) oraz chęci stworzenia budynku, który przetrwa próbę czasu.



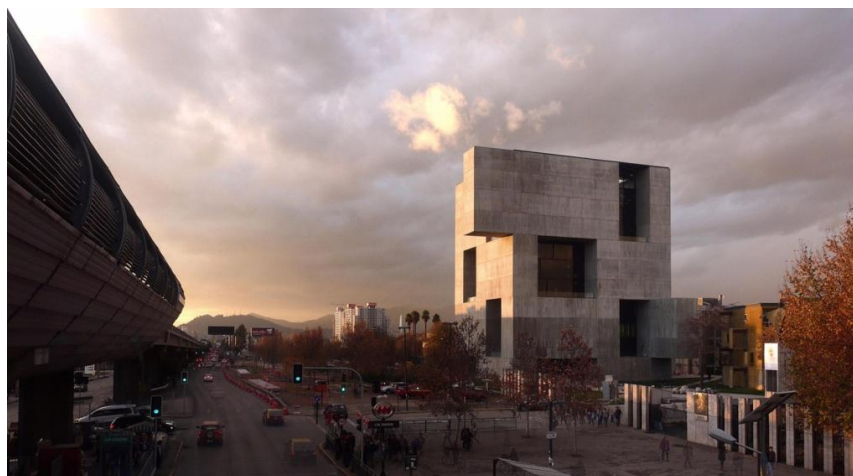
SECTION - 1/500

0 5 10

All pictures are protected by copyright.

Rysunek 2. Innovation Center w Santiago, przekój, proj. Alejandro Aravena.

Źródło: [[https://www.archdaily.com/549152/innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental/54198e28c07a80edf50000b6-innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental-section?next\\_project=no](https://www.archdaily.com/549152/innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental/54198e28c07a80edf50000b6-innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental-section?next_project=no)] (dostęp 24.06.2020)]



Rysunek 3. Innovation Center, proj. Alejandro Aravena.

Źródło: [<https://www.archdaily.com/549152/innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental/54198dcac07a80cf4d000013-innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandro-aravena-elemental-photo>] (dostęp 24.06.2020)]

### **2.3. Człowiek**

Szeroka perspektywa to też spojrzenie przez pryzmat przeludnienia, kataklizmów, konfliktów społecznych. W Ostatnim 50-leciu doszło do podwojenia liczby mieszkańców na ziemi. Obecnie w miastach żyje 3 mld ludzi, z czego 1 mld żyje poniżej progu ubóstwa [10]. Wiek XXI to nie tylko projekty wychodzące naprzeciw tej świadomości, ale aktywne działania architektów, przy oddolnym udziale społeczeństwa lokalnego. Ubóstwo wynikające z kataklizmów, konfliktów społecznych, uwarunkowań gospodarczych, stało się wytyczną i obszarem działania widocznym w realizacjach architektonicznych na początku wieku.

Zwrócenie uwagi na społeczność, powiązanie zastanych warunków z możliwościami zmiany, obserwacja, dokładne poznanie miejsca i współpraca, przekładają się na dobór odpowiednich rozwiązań [11].

W projekcie w Iquique z 2004 roku, Alejandro Aravena wraz z zespołem Elemental, podszedł w sposób innowacyjny do zagadnień przedprojektowych. Na tym etapie włączył konsultacje społeczne jako element diagnozy stanu wyjściowego. W wyniku konsultacji uzyskano wytyczne do sformułowania wniosków dotyczących jednej z istotnych cech projektowanego osiedla. Cechą tą była optymalna lokalizacja, w znaczeniu dostępności do infrastruktury, a nie obszary peryferyjne, odcinające społeczność od możliwości pracy i izolujące od struktury miasta. Ograniczony budżet wpłynął znacząco na przyjęte rozwiązanie. Rozwiązaniem tym okazały się domy przyrostowe. System ten polegał na zbudowaniu przez architekta jedynie połowy domu, a drugą połowę mieszkańcy mogliby samodzielnie rozbudować [12], w miarę swoich możliwości. Niezależność w zakresie formy i czasu realizacji umożliwiła zaangażowanie wszystkich uczestników procesu inwestycyjnego, włącznie z przyszłym użytkownikiem i przyniosła oczekiwany sukces. Strategia działania z osiedla Quinta Monrov w Iquique z 2004 przenoszona była z sukcesem na inne chilijskie osiedla.

Podobne zaangażowanie w rozwiązywanie problemów społecznych, tym razem osób pozbawionych domostw, na skutek kataklizmów, można odnaleźć nie tylko w projektach, ale i w postawie Shigeru Ban laureata nagrody Pritzкера z 2014. Japoński architekt bierze czynny udział w rozwiązywaniu problemów spowodowanych trzęsieniem ziemi, tsunami oraz konfliktami społecznymi i związanymi z tym uchodźcami. Jego stanowisko, iż nie chce być architektem tylko dla uprzywilejowanych [13], wyraża się w jego wszechstronnych działaniach (również pro bono) w wielu miejscach na świecie: Ruanda, Japonia, Chiny, Włochy.

Trzęsienie ziemi i tsunami w Tohoku w 2011 roku stało się pretekstem do podjęcia działań pomocowych. Aktywność lokalnych władz nie przynosiła oczekiwanych skutków. Celem projektu było stworzenie nie drogiego, tymczasowego rozwiązania mieszkaniowego, które można by szybko zbudować, aby dać schronienie mieszkańcom, którzy stracili dach nad głową [14], oferując rodzinom prywatność podczas powrotu do zdrowia [15]. Zaprojektowano trzypiętrowe, tymczasowe mieszkania (rys. 4) z kontenerów transportowych w dwóch typach, składające się na mieszkania o powierzchni 19,8 m<sup>2</sup> (1-2 osób), 29,7 m<sup>2</sup> (3-4 osób) i 39,6 m<sup>2</sup> (powyżej 4 osób) łącznie dla 189 rodzin, układane w szachownicę. Architekt poświęcił dużo uwagi stworzeniu przestrzeni, która będzie przyjazna, z niezbędnymi miejscami do przechowywania, ponieważ do tej pory budynki tymczasowe realizowane przez rząd nie miały

takich przestrzeni. Zainstalowano wbudowane szafy i półki we wszystkich obiektach z pomocą wolontariuszy i funduszu darowizn [16] – *Voluntary Architects Network* (VAN), organizacja zarządzana przez Shigeru). Założenie zostało usytuowane na płaskiej przestrzeni byłego boiska baseballowego. Projekt miał na celu zaprojektowanie mieszkań w taki sposób, aby mieszkańcy mogli łatwo założyć nową społeczność. Obejmował strefę spotkań, warsztatów dla dzieci oraz rynek, na którym mieszkańcy mogli zrobić podstawowe zakupy [17]. Architekt stworzył również stadion na miejscu poprzedniego, zniszczonego przez tsunami, do którego konstrukcji wykorzystał charakterystyczne dla niego papierowe tuby oraz drewno klejone.



Rysunek 4. Mieszkania wykonane z kontenerów transportowych, Onagawa, proj. Shigeru Ban.

Źródło: [<https://www.designboom.com/architecture/shigeru-ban-onagawa-temporary-container-housing-community-center/>] (dostęp 24.06.2020)]

## 2.4. Krajobraz

Wiek XXI to także renesans architektury organicznej, zgodnej z zasadami Hugo Haringa realizowany w sposób bardziej syntetyczny niż u prekursorów acz niezwykle wyraźny. Wielka wrażliwość na układ, kształt, kolorystykę, fakturę, widoczna jest od rozwiązań nawiązujących do krajobrazu po architekturę mimikryczną – znikającą w krajobrazie.

Znane ze swojej niezwyklej wrażliwości na piękno natury i kontekst miejsca biuro RCR Arquitectes, laureat Pritzкера z 2017 (Rafaela Aranda, Carme Pigem i Ramon Vilalta) zaprojektowało w 2007 roku dom dla pary, który miał pokazać równowagę między naturą, niezależnością i wspólnotą jego mieszkańców. Obiekt ten znajduje się w malowniczej scenarii z widokiem na kościółek romański oraz Pireneje.

Głównym założeniem architektów było stworzenie budynku na skraju nasypu, tak żeby nie zasłaniał on widoku, a raczej go podkreślał i kadrował. Dom stworzony został z kilku większych, wertykalnych brył połączonych ze sobą horyzontalnym korytarzem.

Całość założenia ma za zadanie integrację z terenem. Dzięki horyzontalnemu położeniu, budynek staje się wyłącznie dyskretnym akcentem podkreślającym krajobraz. Równie istotne znaczenie ma tutaj zastosowany materiał. Obiekt ten został wykończony blachą z kortenu, która swoją naturalną, rudo-brązową barwą nawiązuje do terenu, wtapia się w niego (rys. 5).

Połączenie blachy, szkła, drewna oraz kamienia, podkreśla organiczną łączność z naturą, otwiera się na nią. Architekci zwrócili również uwagę na wykorzystanie spływającej ze zbocza wody, tworząc niewielki basen. Dzięki stworzeniu dużych przeszkleń w przestrzeniach wertykalnych, budynek staje się jeszcze bardziej transparentny i zaczyna delikatnie zanikać w krajobrazie.



Rysunek 5. Dom horyzontalny, La Vall de Bianya, proj. RCR Rafaela Aranda, Carme Pigem i Ramon Vilalta.  
Źródło: [<https://divisare.com/projects/368010-rcr-arquitectes-pep-sau-horizon-house> (dostęp 24.06.2020)]

## 2.5. Przyroda

Krajobraz jako makro skala, ograniczony do mniejszej stanowi czynnik przyrodniczy, to wytyczna pochodząca z naturalnych uwarunkowań, polegająca na przywróceniu architekturze jej rzeczywistych elementów, takich jak topografia, dotyk, światło, klimat, tektonika. Wytyczna jest zbieżna ze strategią zaczerpniętą z idei regionalizmu krytycznego, polegającą na wyodrębnieniu przyrodniczego elementu, tego który w regionalizmie krytycznym występował jedynie jako „mediator” w dialogu cywilizacji ze zdekonstruowanym spektrum kultury światowej [18].

Glenn Murcutt, australijski architekt (Pritzker 2002), realizując swój projekt z 2016 dla rodziny Donaldson, zetknął się z nie lada trudnym zadaniem. Teren o dużym nachyleniu, porośnięty rodzimym buszem o powierzchni 715 m<sup>2</sup>, z drogą dojazdową usytuowaną w górnej części nieruchomości, uniemożliwił rozwiązanie projektu abstrahując od uwarunkowań.

Donaldson House to dwupiętrowa letnia rezydencja, położona u podnóża piaskowej skarpy, otoczona ze wszystkich stron krzewami, drzewami oraz zielenią niską. Koncepcja obiektu, od założeń ogólnych, po detale wynika z uwarunkowań środowiskowych. Zachowano naturalne pochylenie terenu, utrzymano okoliczną zielen, „rozcięto” nawet

powierzchnie dachu celem utrzymania istniejącego drzewostanu. Ze względu na położenie w strefie wysokiego ryzyka pożaru, obiekt został zaprojektowany i zbudowany zgodnie ze ścisłymi przepisami, z zastosowaniem szkła o podwyższonej odporności, patynowych okładzin cynkowych i stalowego dachu [19]. Forma budynku stworzona została w oparciu o analizę nasłonecznienia, form przyrody, znajdujących się w pobliżu, otwarcie widokowych oraz ilości i umiejscowienia drzewostanu. Dzięki takiemu zabiegowi architekt otrzymał ciekawą i nietuzinkową bryłę, która odpowiada na kontekst formą, fakturą, detalem i kolorem.

Rozmieszczenie funkcji obiektu było uwarunkowane głównie nasłonecznieniem. Wszystkie obszary komunikacyjne znajdują się po południowej stronie domu, dzięki czemu sypialnie i pomieszczenia mieszkalne mogą wykorzystywać doświetlenie od północy [20], co ze względu na intensywne nasłonecznienie jest optymalne.

Glenn Murcutt zwrócił również uwagę na aspekt ekologiczny w swoim budynku. Obiekt wyposażony został w elektryczne żaluzje, dzięki czemu możliwe jest zacienianie pomieszczeń oraz nie jest potrzebna instalacja klimatyzacyjna. Ciepła woda pozyskiwana jest z podgrzewaczy słonecznych. Fotowoltaika zaspokaja prawie wszystkie potrzeby energetyczne obiektu. Deszczówka jest gromadzona i wykorzystywana do celów gospodarczych.

Donaldson House to przykład budynku jednorodzinne samowystarczalne, który w ciekawy i niekonwencjonalny sposób nawiązuje do kontekstu miejsca, czerpie z niego swoje walory i w maksymalnym stopniu je eksponuje (rys. 6). Budynek nie dominuje, a raczej podkreśla najlepsze cechy otoczenia, wnikając w jego różnorodności.



Rysunek 6. Dom dla rodziny Donaldson, widok z sypialni, Palm Beach, proj. Glenn Murcutt.  
Źródło: [<https://divisare.com/projects/368010-rcr-arquitectes-pep-sau-horizon-house> (dostęp 24.06.2020)]

### 3. Podsumowanie

Dylemat wyrażony przez Ricoeura – jak się unowocześnić, a jednocześnie powrócić do źródeł [21], być może znajduje swoją odpowiedź w architekturze początku XXI.

Wiek XX – okres obfitości i beztroski energetycznej, zaowocował kryzysem ekologicznym, który dotarł do świadomości tak naprawdę z przełomem wieków. Architektura jako jeden z przejawów ludzkiej egzystencji, w wyraźny sposób – zwrotem do źródeł odpowiada na ten stan rzeczy. Architektura koherentna, którą Radziewanowski zawężają do regionalnej – określa ją jako pragmatyczną – w sposób efektywny kształtuje przestrzeń wykorzystując w tym celu szeroko pojęty kontekst. Forma przestała być niewolnicą stylu, abstrahuje od trendów i tendencji, zasadza się na czymś trwalszym, na fundamencie odwiecznej architektury, fundamencie osadzonym na gruncie lokalnych uwarunkowań.

Architektura koherencji jest kontynuacją powagi i ładu trwania, mającym swój początek w okresie antycznej Grecji. To szlachetne pochodzenie odzwierciedla się dziś w równie szlachetnej, w pełni nowoczesnej architekturze, stojącej ponad czasem i modą [22].

### Literatura

1. Kosiński W., *Trwanie i przemijanie architektury – symulacje twórczości*, Biblioteka Cyfrowa PK.
2. Czaplicka J., *The Vernacular in Place and Time: Relocating History in Post-Soviet Cities*, [w:] M. Umbach & B. Hüppauf (red.), *Vernacular Modernism: Heimat, Globalization, and the Built Environment*, Stanford 2005), s. 173.
3. Venturi R., *Complexity and Contradiction in Architecture*, Museum of Modern Art Papers on Architecture, New York 1977.
4. Kurzątkowski M., *Architecture vernaculaire=architektura rodzima?*, *Ochrona Zabytków* 1 (1985), s. 3-16.
5. Giedion S., *Przestrzeń, Czas i Architektura Narodziny nowej tradycji*, PWN.
6. Montserrat Bigas Vidal, Luis Bravo Farré, Angélica Fernández-Morales, Gloria Font Basté, Gaoli Li, Liyuan Quan, Marta Recasens, *The whole city was a landscape. nature, architecture and painting in the work of wang shu*, *EGA Expresión Gráfica Arquitectónica*, 25, (2015), s. 100-107.
7. Ibidem.
8. Źródło:<https://www.archdaily.com/549152/innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandra-aravena-elemental>, tłumaczenie własne (dostęp 24.06.2020).
9. Źródło:<https://www.archdaily.com/549152/innovation-center-uc-anacleto-angelini-alejandra-aravena-elemental>, tłumaczenie własne (dostęp 24.06.2020).
10. [https://www.ted.com/talks/alejandra\\_aravena\\_my\\_architectural\\_philosophy\\_bring\\_the\\_community\\_into\\_the\\_process?language=pl#t-35419](https://www.ted.com/talks/alejandra_aravena_my_architectural_philosophy_bring_the_community_into_the_process?language=pl#t-35419).
11. Semeniuk M., Aktywność architekta na tle społecznym, *Budownictwo i Architektura* 14(2) (2015), s. 81-92.
12. Kisiel A., *Nieformalne miasta – wyzwania dla architektury społecznej*, PUA 2/2019.
13. [https://www.ted.com/talks/shigeru\\_ban\\_emergency\\_shelters\\_made\\_from\\_paper?language=pl#t-31925](https://www.ted.com/talks/shigeru_ban_emergency_shelters_made_from_paper?language=pl#t-31925).
14. Hikone S., Tokubuchi. M. *Temporary Multi-storey Container House after Earthquake and Tsunami Disaster on March 11, 2011*, IABSE 2014.
15. Źródło:<https://www.designboom.com/architecture/shigeru-ban-onagawa-temporary-container-housing-community-center/>, tłumaczenie własne (dostęp 24.06.2020).

16. Źródło: [http://www.shigerubanarchitects.com/works/2011\\_onagawa-container-temporary-housing/index.html](http://www.shigerubanarchitects.com/works/2011_onagawa-container-temporary-housing/index.html), tłumaczenie własne (dostęp 24.06.2020).
17. <https://www.world-architects.com/en/architecture-news/reviews/onagawa-container-temporary-housing>.
18. Frampton K., *Ku krytycznego Regionalizmowi Krytycznemu: Sześć Punków Architektury Oporu*, Essays on Postmodern Culture, ed. Hal Foster, Seattle, wyd. Bay Press, 1983
19. Źródło: <https://www.designboom.com/architecture/glenn-murcutt-donaldson-house-australia-05-07-2017/> (dostęp 24.06.2020).
20. Ibidem.
21. Ricoeur P., *Cywilizacja powszechna i kultury narodowe*, [w:] *Podług nadziei. Odczyty, szkice, studia*, przeł. A. Krasieński, Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax, 1991, s. 169
22. Kosiński W., op. cit.

## Elementy koherencji w architekturze XXI wieku

### Streszczenie

Niniejszy artykuł prezentuje przykłady realizacji architektonicznych odpowiadających kontekstowi miejsca w szerokim znaczeniu tego słowa na przestrzeni początków XXI wieku. Materiał zwraca uwagę na tendencje powrotu do koherencji uwarunkowań lokalnych. Obszar koherencji został podzielony na płaszczyzny grupujące cechy uwarunkowań. Przykłady zaczerpnięto z twórczości laureatów nagrody Pritzкера – przyjmując jako kryterium wyboru szerokie pole w zakresie tematycznym, terytorialnym i wysoki poziom artystyczny reprezentatywnego obszaru realizacji architektonicznych.

Słowa kluczowe: koherencja, regionalizm, lokalne uwarunkowania, architektura XXI wieku, Pritzker

## Elements of coherence in the architecture of the 21<sup>st</sup> century

### Abstract

This paper presents examples of architectural implementations corresponding with the context of the place in the broad sense of the word throughout the early twenty-first century. The material focuses on the tendency to return to the coherence of local conditions. The coherence area has been divided into planes grouping the features of the given conditions. Examples were taken from the work of the Pritzker prize winners; criteria for the selections were wide as far as the theme/subject and territory are concerned, with a high artistic level of a representative area of architectural implementations.

Keywords: coherence, regionalism, local conditions, 21<sup>st</sup> century architecture, Pritzker



## Problematyka życia w mieście w XXI wieku na przykładzie Łodzi

### 1. Wprowadzenie

Miasto Łódź jako ośrodek przemysłowy rozwinęło się dopiero w połowie XIX wieku. Wyjątkowo dynamiczny, nagły rozwój spowodował obok wielu pozytywnych zjawisk wpływających na wzrost znaczenia miasta polegającego na rozwoju struktury zakładów przemysłowych, budynków mieszkalnych czy też transportu kolejowego i układu ulic, pojawienie się charakterystycznych elementów dla okresu wybuchu rewolucji przemysłowej. Zjawisk negatywnych dla równomiernego spokojnego rozwoju, tak charakterystycznego dla innych miast, których rozwój następował na przestrzeni wielu wieków. W Łodzi nie rozwinęły się struktury typowe dla grupy mieszczańskiej. W mieście nastawionym jedynie na zysk, żyjącym ze spekulacji, nie myślano o zapewnieniu mieszkańcom struktury przeznaczonej dla zdrowia, nauki wypoczynku czy rekreacji. Realizowano to tylko w minimalnym zakresie dla zapewnienia ciągłości pracy zakładów przemysłowych. Pierwsze tego typu obiekty i przestrzenie powstały na przełomie XIX i XX wieku. Prawdziwy rozwój myśli kształtującej strukturę dojrzałego miasta nastąpił po odzyskaniu niepodległości i nobilitacji Łodzi do rangi miasta wojewódzkiego. Szczęśliwie położenie miasta z jego licznymi rzeczkami, ciekami, stawami i rozlewiskami oraz pozostałościami puszczy łódzkiej tak chętnie i grabieżczo wykorzystywanymi przez okres eksplozji kapitalistycznej Łodzi, nie został zaprzepaszczonej i już w latach 20. ubiegłego wieku został zauważony przez projektantów układu przestrzennego aglomeracji łódzkiej. Podjęto już wówczas próby uporządkowania i wykorzystania otwartych terenów zielonych położonych wzdłuż linii rzek i układów zbiorników wodnych (rys. 1). Ostatnie lata ubiegłego stulecia i początek nowego XXI wieku dają realną szansę realizacji rozległych planów związanych z rekreacyjnym wykorzystaniem bogactwa zastanego układu geograficznego, wpływającego jednoznacznie pozytywnie na standard życia w mieście. Autorka artykułu pragnie zaprezentować współczesne realizacje architektoniczne z regionu aglomeracji łódzkiej, które zostały wykreowane zgodnie z doktryną etyczną, wg której przyjemność, rozkosz, unikanie przykrości stanowi najważniejsze dobro, cel życia i motyw postępowania. Ocenie poddano obiekty kubaturowe, jak i ukształtowane hedonistycznie miejskie przestrzenie publiczne. Analizowano dokumentację budowlaną oraz krytyczne wypowiedzi użytkowników. Celem podjętej analizy jest ocena zjawiska polegającego na poszukiwaniu powrotu do dziewiętnastowiecznego charakteru zabudowy Łodzi i okolic, odbieranego jako hedonistyczny wobec krytycznego stosunku do architektury modernistycznej. Jest to aktualnie temat powszechnej debaty społeczeństwa łódzkiego w odniesieniu do programu rewitalizacji przestrzeni miejskiej. Rozważania autorki w prezentowanym artykule obejmują dyskusję nad problematyką kreowania miejskiej przestrzeni, jej kontynuacji i nowoczesności na podstawie obserwacji i własnych realizacji.

---

<sup>1</sup> joanna.olenderek@p.lodz.pl, instytut Architektury i Urbanistyki, Wydział Budownictwa, Architektury i Inżynierii Środowiska, Politechnika Łódzka.

## 2. Łódź a zalecenia Rady Architektów Europy

Rozdrobnienie struktur społecznych stwarza potrzebę przebudowy społeczeństwa zurbanizowanego. Miasto jako rezultat ogromnej ilości poszczególnych działań zarówno publicznych, jak i prywatnych, budynek czy grupa budynków, oddziałuje w sferze estetycznej jak i funkcjonalnej. Ważne jest aby otoczenie oferowało przestrzeń dobrej jakości powiązaną z naturalnym środowiskiem. Fundamentalne funkcje miasta muszą w łatwy sposób być dostępne, a jego środowisko może być ciche lub głośne, ułatwiające lub utrudniające pracę, zabawę i wypoczynek. Ułatwienie dostępu do najcenniejszych z kulturowego punktu widzenia części miast, również poprzez wykorzystanie przestrzeni zielonych i rzecznych jest nieuchronne. Dostęp do terenów wybrzeży lub atrakcyjnych krajobrazowo, dla jakości życia jest bardzo ważny. Rada Architektów Europy zaleca: *„Europejskie miasto jest jedynym najbardziej znaczącym zbiorowiskiem naszej wspólnej spuścizny kulturalnej i jako symbol kwintesencją europejskiej kultury. Nasza obywatelska tradycja stara się uczynić strukturę społeczną czytelną i dostępną dla obywateli poprzez organizację środowiska zbudowanego, umożliwiając im współuczestnictwo w sposób racjonalny, demokratyczny i naprawę ludzki”* [1]. Musimy zadbać o ciągłość kulturową kształtowania miast w taki sposób, aby właściwie rozwiązywać problemy, z punktu widzenia lokalnego klimatu i tradycji, aby uzyskać spójny obraz całości. Służy temu postęp w inżynierii ruchu, kontrola hałasu i czystości powietrza, wtopienie układu zieleni, cieków i zbiorników, dając pozytywny efekt dla całej społeczności. Europejskie zalecenia zawarte w Białej Księdze oceniają stan istniejący i nakazują nam projektantom i nam mieszkańcom jak najszybsze podjęcie starań bowiem: *„Wskaźniki określające intensywność zabudowy przeciążają infrastrukturę centrów miast, niszczą historyczną skalę i wypełniają zabudową każdą wolną przestrzeń, a nie są w stanie uporządkować chaosu komercyjnej zabudowy, która obrasta dojazd do wielu miast. Miasto zrównoważone to kluczowy cel jaki trzeba uzyskać”* [2]. Projektanci, powinni promować zwiększenie udziału zieleni, terenów otwartych i zbiorników wodnych czy cieków, rewitalizować zniszczone krajobrazy i poprzez dobre praktyki projektowe dokonywać ich regulacji i powiększenia oraz zbliżenia do miejsc egzystencji

Działalność polegająca na przygotowaniu projektu pozyskania struktur zielonych przestrzeni jest prowadzona w oparciu o odpowiednie regulacje prawne. Pamiętać trzeba o przygotowaniu ofert ułatwień finansowych oraz lokalnych programów rewitalizacyjnych, tak aby bariery własnościowe udało się pokonać dzięki działaniom społeczności miejskich w ramach programów pozyskujących właścicieli terenów. Głównym jednak powodem trudności w kompleksowej rewitalizacji prowadzonej podobnie jak w krajach zachodnich jest brak środków finansowych na realizację szeroko zakrojonej rewitalizacji. Jednocześnie w miastach Europy, tam gdzie partnerstwo publiczno-prywatne jest charakterystyczną cechą prowadzonych procesów rewitalizacyjnych, a zadania podzielone przez partycypujących partnerów, tak jak np. w Wiedniu czy Mainz gdzie procesy zostały zdynamizowane i prowadziły do realizacji programów w krótkim czasie co dało już dziś oczekiwane efekty. My będziemy zapewne musieli poczekać na efekty działań, stąd muszą być one szczególnie dokładnie przemyślane, tak aby nie uronić niczego z istniejących zasobów zieleni. Miejscy eksperci zwracają uwagę, iż należy mieć także świadomość, że silnie oddziaływać mogą innego rodzaju

bariery, m. in. polityczne, mentalne, instytucjonalne, jak również bariera dochodowa, klimat interesów czy też konkurencja w użytkowaniu ziemi. Utrudnienia kolejne to brak wspólnej, strategii rozwiązywania problemów o charakterze społeczno-gospodarczym i przestrzennym. Proces przeciwdziałaniu rozrastaniu się miasta na obszary otwarte, zewnętrzne w kierunku zrównoważonego rozwoju jego struktury daje też podstawy do pozyskania kolejnych przestrzeni otwartych dla realizacji powierzchni rekreacyjnych polepszających warunki życia. Mamy też problem w zasadzie niewystępujący w przykładach z zachodniej Europy, związany z zasilaniem migracyjnym miasta. W Łodzi odpływ mieszkańców jest bardzo widoczny, co mieć będzie istotne znaczenie dla przyszłego programu przeobrażeń i strategii rozwoju. Kreowanie wizerunku miasta, jego atrakcyjności, poprzez tworzenie ekologicznej struktury, oparte na doznaniach, zmysłowych, nienamacalnych, budowanie pozytywnych skojarzeń związanych z warunkami życia mieszkańców jest bardzo istotnym sposobem na przyciągnięcie nowych mieszkańców. Kreowanie jego wizerunku, budowanie pozytywnych skojarzeń jest dziś powszechną formą jego promocji. Dziś tradycyjny model miasta przekształca się w kierunku postrzegania jego walorów z pozycji bardziej turysty, widza dla którego znaczenie mają struktura zabudowy, kliny zieleni, kręgi wartości kulturowych i w końcu zielone centrum pełne zielenców i historycznych parków dostępnych powszechnie. Bardzo ważne jest położenie miasta w ramach państwa, tutaj Łódź jest wyjątkiem na skalę Europy, dostęp i komunikacyjna dostępność całej Europy, jednocześnie z biologiczną, czystą klimatycznie rzeczywistością (Rys. 2).

### **3. Zielony Krąg Tradycji i Kultury**

W Łodzi i okolicach oznakowano szereg szlaków turystyki pieszej i rowerowej, umożliwiających aktywny wypoczynek w połączeniu z poznawaniem atrakcji regionu. Obecnie na terenie miasta płynie 18 rzek o łącznej długości około 110 kilometrów. Zlewnie Łodzi to: dorzecze Bzury, dorzecze Miazgi, dorzecze Neru. Oto zalecenia szczególnie istotne dla tworzenia przyszłego przestrzenno-biologicznego zrównoważonego obszaru Łodzi. W ramach studium poświęcono mu wiele punktów opisując programy i określając hasłowo główne działania w postaci: *parki, lasy, tereny zieleni urządzonej, parki dydaktyczne, przestrzenie zielone dolin rzecznych denaturalizowane, ogrody działkowe. Antropopresja terenów leśnych ze względu na występowanie w obszarze aglomeracji. Idea błękitno-zielonej sieci, stanowi rozwinięcie kształtującego się już systemu Zielonego Kręgu Tradycji i Kultury. Ochrona tożsamości i wizerunku Łodzi. Strefa ochrony krajobrazu – zabytkowych parków i cmentarzy. Dobra kultury współczesnej, ochrona w zakresie zieleni. Komunikacja rowerowa, również rekreacyjna, zasady kształtowania i powiązań. Obszary wymagające rekultywacji, przekształceń lub rehabilitacji. Poprawa warunków życia w mieście* [3].

Mikroklimat budowany przez cieką w mieście jest wyjątkowo korzystnym działaniem dla zdrowia i życia populacji miejskich. Wywiera on wpływ na między innymi sprawność umysłową i fizyczną ludzi. Pomaga poprawić wydajność w pracy czy też stabilizuje gospodarkę cieplną organizmu. Bardzo istotne znaczenie ma sposób planowania urbanistycznego, to w Polsce jest często nieprzemysłanym kształtowaniem struktur miejskich. Właściwy ich dobór, usytuowanie w rejonach zieleni i szczególnie przestrzeniach wokół cieków wodnych i zbiorników decyduje o tym, jak odbieramy przestrzeń miasta. Szczególnie racjonalne gospodarowanie istniejącymi zasobami

i przekształcanie rejonów najcenniejszych przyrodniczo, wpływających na mikroklimat jest często niedoceniane przez społeczności i władze. Dbanie o środowisko naturalne i zrównoważony rozwój, o który tak ostatnio walczą świadome jego znaczenia środowiska architektów, ekologów, hydrologów, wydaje się rzeczą nadrzędną. Aktualnie można stwierdzić potrzebę wzmocnienia narzędzi prawnych dla przemyślanej polityki planistycznej, dla prawidłowego funkcjonowania i rozwoju społeczeństwa w przyszłości. Zasoby te są często nie do odnowienia, tracimy zbyt wiele dobrego otoczenia przyrody. Ostatnio tak dyskutowane wartości miasta pieszego są bez takich rejonów i przestrzeni bez przyszłości.

#### 4. Program PROREVITA

Jak projektować w ramach istniejących zespołów zabudowy XIX wiecznego miasta, miasta wzniesionego dla uzyskania maksymalnych zysków właścicieli fabryk i nieruchomości na wynajem. W ramach prac projektowych rewitalizowanych przestrzeni miasta poprzemysłowego, realizując założenia programowe PROREVITA autorzy próbowali uzyskać nowe innowacyjne rozwiązania projektowe, dotyczące problemu występowania światła w architekturze. Artykuł przedstawia proces badawczy dochodzenia do rozwiązań finalnych, tak aby realizując zadane funkcje odpowiedzieć na pytania czym jest światło, jaka jest jego rola i jakie są sposoby realizacji konkretnych zadań w trudnych warunkach podwórek-studni śródmiejskich miejskich kamienic. Spróbowano usystematyzować hierarchię potrzeb w postaci katalogu koniecznych procesów i kolejnych kroków podejmowanych w podobnych sytuacjach przestrzennych. Jednocześnie wskazano miejsca najbardziej odpowiedzialne za efekty przestrzenne i wartości kulturowe w ramach procesu wydobywania poprzez światło nowych wartości budownictwa historycznego i kwalifikowanego jako zasób architektonicznego łódzkiego dziedzictwa kulturowego. Każdy architekt projektujący obiekty architektoniczne na terenie Rzeczypospolitej zobowiązany jest do przestrzegania zasad dotyczących norm oświetlenia światłem dziennym zawartych w obowiązujących obecnie w Polsce warunków technicznych jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie. W odniesieniu do oświetlenia możemy przeczytać m.in. :

§ 57. 1. Pomieszczenie przeznaczone na pobyt ludzi powinno mieć zapewnione oświetlenieienne, dostosowane do jego przeznaczenia, kształtu i wielkości, z uwzględnieniem warunków określonych w § 13 oraz w ogólnych przepisach bezpieczeństwa i higieny pracy.

2. W pomieszczeniu przeznaczonym na pobyt ludzi stosunek powierzchni okien, liczonej w świetle ościeżnic, do powierzchni podłogi powinien wynosić co najmniej 1:8, natomiast w innym pomieszczeniu, w którym oświetlenieienne jest wymagane ze względów na przeznaczenie – co najmniej 1:12.

§ 58. 1. Dopuszcza się oświetlenie pomieszczenia przeznaczonego na pobyt ludzi wyłącznie światłem sztucznym, jeżeli:

1) oświetlenieienne nie jest konieczne lub nie jest wskazane ze względów technologicznych,

2) jest uzasadnione celowością funkcjonalną zlokalizowania tego pomieszczenia w obiekcie podziemnym lub w części budynku pozbawionej oświetleniaiennego.

2. W przypadku gdy pomieszczenie, o którym mowa w ust. 1, jest pomieszczeniem stałej pracy w rozumieniu ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy, dla

zastosowania wyłącznie oświetlenia światłem sztucznym, w tym elektrycznym, jest wymagane uzyskanie zgody właściwego państwowego wojewódzkiego inspektora sanitarnego, wydanej w porozumieniu z właściwym okręgowym inspektorem pracy.

3. Uzgodnienie, o którym mowa w ust. 2, nie dotyczy budynków służących obronności państwa.

§ 59. 1. Pomieszczenia przeznaczone na pobyt ludzi oraz do ruchu ogólnego (komunikacji) powinny mieć zapewnione oświetlenie światłem sztucznym odpowiednio do potrzeb użytkowych.

2. Ogólne oświetlenie światłem sztucznym pomieszczenia przeznaczonego na stały pobyt ludzi powinno zapewniać odpowiednie warunki użytkowania całej jego powierzchni.

3. Oświetlenie światłem sztucznym połączonych ze sobą pomieszczeń przeznaczonych na stały pobyt ludzi oraz do ruchu ogólnego (komunikacji) nie powinno wykazywać różnic natężenia, wywołujących olśnienie przy przejściu między tymi pomieszczeniami.

§ 60. 1. Pomieszczenia przeznaczone do zbiorowego przebywania dzieci w żłobku, przedszkolu i szkole, z wyjątkiem pracowni chemicznej, fizycznej i plastycznej, powinny mieć zapewniony czas nasłonecznienia co najmniej 3 godziny w dniach równonocy (21 marca i 21 września) w godzinach 8<sup>00</sup>-16<sup>00</sup>, natomiast pokoje mieszkalne – w godzinach 7<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>.

2. W mieszkaniu wielopokojowym dopuszcza się ograniczenie wymagania określonego w ust. 1 co najmniej do jednego pokoju, przy czym w śródmiejskiej zabudowie uzupełniającej dopuszcza się ograniczenie wymaganego czasu nasłonecznienia do 1,5 godziny, a w odniesieniu do mieszkania jednopokojowego w takiej zabudowie nie określa się wymaganego czasu nasłonecznienia [4]. Z kolei w Białej Księdze Architektów Europy w rozdziale dotyczącym nowej zabudowy napisano, iż należy zapewnić każdemu budynkowi, gdzie ludzie żyją lub pracują, słońce, światło dzienne i świeże powietrze, ogrzewać, chłodzić i oświetlać nasze budynki nie niszcząc dalej ziemi i sprawić aby każdy budynek był piękny. Jednocześnie postulowane jest aby zapewnić każdemu skromne, zdrowe miejsce zamieszkania jako warunek podstawowy i stwierdzić czy wznoszone budynki we właściwy sposób spełniają potrzeby nasłonecznienia, prywatności, współżycia i trwałości. W tworzeniu dobrej architektury fundamentalne znaczenie ma odpowiedzialność inwestora. Aby osiągnąć spójność w warunkach rozbieżnych interesów potrzeba znacznie więcej niż tylko wiedzy planistycznej, umiejętności budowania i wysokich standardów technicznych. Potrzebne jest zamiłowanie piękna, respektu dla osoby i planety. Trzeba pamiętać, że we właściwych rękach okno zamiast być zwykłą dziurą w ścianie może się stać źródłem tego cudownego elementu, jakim jest światło, które rodzi trudne do zdefiniowania zjawisko – przestrzeń. Jakość architektury pod względem wyposażenia i instalacji dotyczy jej trwałości, przydatności i jakości użytkowej. Właściwa hierarchizacja wartości, lepsza efektywność inwestycji pozwala osiągnąć harmonię społeczną i kulturową, trwałe środowisko zbudowane dostosowane do nowych potrzeb/nowej przyszłości (rys. 3).

## 5. Przykłady obiektów rewitalizowanych

Przy rewitalizacji przestrzeni architektonicznej Łodzi na uwagę zasługują dokonania autorki artykułu związane z problemami realizacyjnymi dotyczącymi budynków użyteczności publicznej w rejonie Parku im. H. Sienkiewicza oraz przy Placu Wolności. Proponowane działania mają na celu zatrzymanie regresu śródmieścia Łodzi oraz wzmocnienie roli funkcji centralnych / metropolitarnych, poprzez:

- a. zwiększenie intensywności użytkowania terenów sąsiadujących z centrum, utrzymanie bądź wprowadzenie zróżnicowanych funkcji, w tym wzbogacenie funkcji użyteczności publicznej o różnej skali oddziaływania;
- b. stworzenie przestrzennych warunków dla oddziaływania synergicznego terenów zrewitalizowanych lub dobrze prosperujących na terenach wymagających rewitalizacji;
- c. uporządkowanie lub stworzenie przestrzeni publicznej mającej zapewnić przyjazne, bezpieczne otoczenie o unikatowych wartościach i skali zwróconej do odbiorcy pieszego;
- d. konserwację i rehabilitację zabudowy historycznej jako elementu tożsamości oraz przestrzeni dla osób i instytucji o zróżnicowanym poziomie dochodu;
- e. polepszenie stanu środowiska naturalnego – poprzez działania na rzecz ograniczenia zanieczyszczeń komunikacyjnych, komunalnych, stosowanie przy remontach i modernizacjach energooszczędnych materiałów i technologii, wprowadzenie ekologicznych systemów ogrzewania, wzrost powierzchni biologicznie czynnych, poprawienie warunków oświetlenia i nasłonecznienia;
- f. zwiększenie dostępności – także dla osób niepełnosprawnych – dzięki likwidacji fizycznych barier dzielących lub ograniczających obszar oraz polepszeniu jakości obsługi transportowej, w tym przede wszystkim poprzez transport publiczny i ruch „miękki”;
- g. podwyższenie jakości życia poprzez podwyższenie standardu mieszkaniowego (stan techniczny obiektów, infrastruktura techniczna włącznie z nowoczesnymi sieciami telekomunikacyjnymi), przestrzeni pół publicznej – ulic, placów i parków (nawierzchnia, elementy małej architektury, zieleń);
- h. podjęcie działań społecznych, mających na celu rozwiązywanie problemów związanych z bezrobociem, zjawiskami patologii społecznej, opieką nad ludźmi starszymi i dziećmi (organizacja szkoleń, dokształcanie i zmiana kwalifikacji, tworzenie odpowiednich placówek pomocowych i opiekuńczych), stworzenie dla tych działań niezbędnych instytucji;
- i. pozytywną zmianę image'u obszaru w świadomości społeczności lokalnej i szerszej publiczności;
- j. przyjmuje się, że w tej strefie ingerencje strukturalne, tzn. w zabytkowy układ planistyczny i przestrzenny, powinny być zminimalizowane;
- k. w szczególności unikać należy na tych obszarach zmian skali zabudowy albo elementów układu planistycznego (np. linii zabudowy).

W architekturze rozpoczęło to czas tanich konstrukcji i ultra-skondensowanych przestrzeni życiowych. Wielkie apartamentowce zostały stworzone dla setek tysięcy przesiedlonych ze wsi aby zapewnić potrzebną siłę roboczą na gigantycznych platformach przemysłowych. Te warunki mieszkalne nie były tymczasowe, pomimo

bezosobowego stylu i braku estetyki. Celem tego podejścia była negacja wszystkiego co twórcze lub własne, żeby stworzyć „nowego człowieka”, który pasuje reżimowi.

Na ile u progu XXI wieku, następuje ochrona przestrzeni publicznych, ich uatrakcyjnianie czy w końcu tworzenie dla nich nowych typów aktywności, organizowanie i wspieranie działań innowacyjnych, edukacyjnych i aktywizujących społeczność lokalną? Czy uniknięto i poprzez jakie elementy niegościnniej przestrzeni, braku zieleni, umebłowania terenu, elementów małej architektury? Historia myśli architektonicznej podobnie jak fortuna, kołem się toczy. Dzisiejsze myślenie o architekturze mieszkaniowej jest zbieżne z myśleniem o przestrzeni mieszkalnej w latach poprzedniego, wielkiego, światowego kryzysu gospodarczego. Bowiem aktualnie też jesteśmy w trakcie kryzysu ekonomicznego, przewartościowania kulturowego i życia na poziomie bliskim minimum egzystencji. Zjawisko to jest szczególnie obecne w polskiej gospodarce ery globalizacji i transformacji. W obliczu braku finansowo dostępnych mieszkań dla młodych, wielkiej rzeszy bezdomnych, dla których nie ma mieszkań socjalnych staramy się wyjść naprzeciw temu zapotrzebowaniu. Jako architekci od lat związani z Łodzią, która cierpi na niedostatek tzw. tanich mieszkań o standardzie podstawowym, odpowiednio nasłonecznionych i przewietrzanych, w ramach pracy w pracowni „Olenderek & Olenderek Architekci” podjęliśmy próbę propagowania w łódzkim środowisku mieszkań małych wykonywanych w innowacyjnej technologii opracowanej przez firmę RD RYMAROV.

## 6. Mieszkania społecznie najpotrzebniejsze

Doświadczenia Łodzi w zakresie budowy mieszkań społecznie najpotrzebniejszych są znaczne i sięgają okresu międzywojennego. Międzywojenna Łódź podniesiona w lutym 1920 r. do rangi miasta wojewódzkiego, była zgodnie z wynikami powszechnego spisu ludności z 1921 r. ośrodkiem przeludnionym o średniej gęstości zaludnienia około 4 osoby na izbę w lokalach jednoizbowych, które stanowiły 60% ogólnej liczby mieszkań. Proces kształtowania przestrzeni o charakterze mieszkalnym w Łodzi II Rzeczypospolitej stymulowały, poza uwarunkowaniami lokalnymi, czynniki o zasięgu krajowym i europejskim. Działania dotyczące budowy mieszkań prowadził przede wszystkim samorząd Łodzi II Rzeczypospolitej: *Akcję budowy tanich mieszkań, zakrojoną na stosunkowo dużą skalę, prowadziły w okresie międzywojennym władze miejskie Łodzi* [5], jak również FKW, ZUS i TOR, wznosząc w okresie międzywojennym kolonie, osiedla i zespoły zabudowy (rys. 4). Wśród nich czołowe miejsce zajmuje Kolonia Mieszkalna na Polesiu Konstantynowskim. Jej projekt z 1928 r., efekt współpracy czteroosobowego kolektywu (Jerzy Berliner, Jan Łukasik, Miruta Słońska, Witold Szereszewski,) zaprezentowano obok projektów Warszawskiej Spółdzielni Mieszkaniowej na Żoliborzu (autorzy: Barbara i Stanisław Brukalscy, Bruno Zaborowski) i Gdyńskiej Spółdzielni Mieszkaniowej (Romuald Gutt, Józef Jankowski, Adam Paprocki i Juliusz Żakowski) na wystawie towarzyszącej obradom II Międzynarodowego Kongresu Architektury Nowoczesnej we Frankfurcie nad Menem (24-26 X 1929 r.), a następnie na warszawskiej wystawie *Mieszkanie najmniejsze* (1-21 III 1930 r.) Projekty rzutów trzech rodzajów mieszkań zastosowanych w tym osiedlu były reprodukowane w pokongresowej publikacji *Die Wohnung für das Existenzminimum (Mieszkanie spełniające minimalne standardy egzystencji)*, wydanej w 1933 r. w Stuttgarcie [6]. Przed przystąpieniem do realizacji planu budowy kolonii na Polesiu Konstantynowskim (docelowo 11 tys. izb) władze miejskie dokładnie rozważały

problem jej sfinansowania. Występując ze śmiałym programem budowy mieszkań tzw. społecznie najpotrzebniejszych, wzorowano się na Wiedniu, gdzie od 1923 roku socjaldemokraci prowadzili taką akcję na dużą skalę. Wiedeń jednak miał obok statusu miasta, status jednego z państw – ogniw federacji składających się na państwo związkowe, a zatem mógł ustalać podatki i czerpać środki na budownictwo mieszkaniowe. Nowa architektura mieszkaniowa ówczesnego Wiednie była rezultatem olbrzymiej akcji socjalistycznego magistratu, o rozmiarach której świadczą liczby – w latach 1923-1927 wybudowano 30 tys. mieszkań [7]. Łódź była zależna od władz centralnych, które zwlekały ze zgodą na uchwaloną przez władze miejskie pożyczkę amerykańską, aż kryzys gospodarczy przekreślił możliwość jej uzyskania. Wobec trudności finansowych tym bardziej należy docenić wysiłki władz samorządowych, które w połowie lipca 1928 roku rozpoczęły budowę kolonii na Polesiu Konstantynowskim. Przy realizacji inwestycji, przeprowadzonej w dwóch etapach i trwającej do 1933 roku, zatrudniono ponad 2 tys. robotników, zmniejszając tym samym bezrobocie. Przedsięwzięcie nie zostało wprawdzie doprowadzone do końca, ale zarówno jego historia, jak i efekty przestrzenne wybudowanej części osiedla, liczącej około 3 tys. izb, stanowią znaną kartę w walce o mieszkanie społecznie najpotrzebniejsze, nie tylko na arenie krajowej, ale i europejskiej.

Równie istotne dla Łodzi II RP były dokonania Stowarzyszenia Budowlano-Mieszkaniowego ZUS, które ustaliło, że działalność budowlaną należy podjąć w ośrodkach o najtrudniejszej sytuacji mieszkaniowej. Były to: Łódź, Zagłębie Węglowe, Górny Śląsk, Warszawa, Lwów, Kraków i Poznań. W następnej kolejności przewidziano: Częstochowę, Zagłębie Naftowe, Białystok i Lublin. Budowę osiedla ZUS w Łodzi prowadzono w latach 1930-1932, a zatem równocześnie z analogiczną akcją na Żoliborzu w Warszawie. Zgodnie z ogólnokrajowymi wytycznymi zastosowano podział na lokale robotnicze i urzędnicze, tworzące odpowiednie typy segmentów i domów. W zależności od wielkości powierzchni mieszkalnej w obu grupach znajdowały się po trzy kategorie mieszkań. Najliczniejsze były lokale dwupokojowe, które podobnie jak w kolonii magistrackiej na Polesiu Konstantynowskim uznano za społecznie najpotrzebniejsze. Wszystkie mieszkania powyżej parteru, nawet najmniejsze, posiadają balkon, są prawidłowo nasłonecznione i w większości przewietrzane. Strukturą pozostają zbliżone do wariantów zastosowanych przez Stanisława Brukalskiego i Józefa Szanajcę w budynkach „Warszawa 1” i „Warszawa 2”. Przetwarzają zatem *opracowanie racjonalne w sensie optymalnego rozwiązania problemu: dana powierzchnia dla maksimum funkcji życiowych rodziny o określonym modelu bycia* [8]. Przy czym, podobnie jak w Warszawie, życie zrewidowało początkowe założenia, rozgraniczenie mieszkań dla dwóch kategorii lokatorów – robotników i urzędników – okazało się niemożliwe. Dla większości pracowników fizycznych najskromniejsze, najwnikliwiej zaprojektowane i oszczędnie wykonane mieszkania były niedostępne. Mało zarabiający robotnicy nie byli w stanie złożyć wymaganej kaucji i opłacać komorne. W tzw. Domach robotniczych w większości mieszkali pracownicy umysłowi. Wspomniane rozgraniczenie na lokale robotnicze i urzędnicze spowodowało niedogodności eksploatacyjne, których zdołano uniknąć w kolonii mieszkalnej na Polesiu Konstantynowskim, gdzie wszystkie mieszkania, poza najmniejszymi (bez łazienki), otrzymały jednakowy standard sanitarno-gospodarczy. Pod względem elastyczności przystosowania do wymagań zmieniającego się użytkownika były racjonalniejsze. Również z punktu widzenia podstawowego założenia polskiej teorii



i praktyki funkcjonalizmu, traktującego mieszkanie jako fragment przestrzeni społecznej, osiedle magistrackie miało pełnić, przynajmniej w początkowych założeniach, dzięki wielu obiektom i urządzeniom ogólnym, funkcje wychowawcze. Mimo że przy budowie łódzkiego osiedla ZUS nie uwzględniono tego założenia, nie odbiegało od innych tego typu realizacji w kraju. Należy jednak przyznać, że w zakresie dostarczenia mieszkań tzw. społecznie najpotrzebniejszych, dorobek działalności Stowarzyszenia Budowlano-Mieszkaniowego ZUS w Łodzi był znaczący. We wszystkich miastach objętych akcją budowlaną stowarzyszenia, do jego likwidacji w 1933 roku, powstało w sumie 4321 mieszkań, z czego w Warszawie wybudowano 931 [9], a w Łodzi – 514, w tym 342 najbardziej pożądane lokale dwupokojowe. Mimo niezrealizowania zespołu w całości, przestrzeń osiedla stała się, obok kolonii na Polesiu Konstantynowskim, największym jednorodnym elementem pejzażu architektonicznego miasta w kategorii wielorodzinnych budynków mieszkalnych.

## **7. Firma RD Rymarov**

Współpracę z firmą RD Rymarov nawiązano w 2009 roku na zaproszenie ze strony czeskiej oraz polskiego przedstawiciela do uczestniczenia w realizacji koncepcji budownictwa niskoenergetycznego i pasywnego, w wykonawstwie którego od blisko 40 lat specjalizuje się czeska firma. Idea jej działania oparta jest o przesłanie zawarte w Białej Księdze Rady Architektów Europy dotyczące programu minimum zdrowej przestrzeni dla każdego obywatela wspólnoty europejskiej i uzyskania optymalnej przestrzeni dla młodych ludzi, dla małżeństw spodziewających się potomstwa lub już posiadających potomków, ale będących na początku kariery zawodowej. Dla dobra społeczności miejskiej, a w takiej przestrzeni żyje większość z nas, zgodnie z sugestiami Rady Architektów istnieje konieczność kształtowania wartościowej przestrzeni architektonicznej w obrębie miast. Miasto zrównoważone to kluczowy cel, jaki trzeba uzyskać. Waga i ogrom tego wyzwania nie powinna przesłaniać faktu, że zrównoważone budownictwo nie wystarcza. Potrzebna jest naprawdę zrównoważona architektura. Jednym z celów jest optymalizowanie możliwości uzyskania kredytu, co za tym idzie operowanie oszczędnie przestrzenią, tworzenie „spokojnej”, dość minimalistycznej architektury. Jest to próba realizacji wytycznych europejskiej wspólnoty w uzyskaniu poprawnie zakomponowanej struktury zespołów mieszkalnych, przy szczególnym uwzględnieniu przestrzeni zurbanizowanej i wyposażonej w infrastrukturę techniczną. Wielką troską nas współczesnych jest zachowanie wolnych od urbanizacji terenów dla przyszłych pokoleń. Założeniem istotnym jest również budowanie z myślą o kilkudziesięcioletnim okresie bezawaryjnego użytkowania, optymalizacji i możliwości zastosowania nowych przyszłych technologii dziś powszechnie niedostępnych. Kolejnym założeniem przy projektowaniu jest uzyskanie ponadczasowej w odbiorze architektury budynków i ładu układu przestrzennego wraz z zachowaniem elegancji i mobilności struktury w zakresie dostosowywania do oczekiwań przyszłych pokoleń. Podjęto się zastosowania nowej w Polsce technologii wznoszenia wielokondygnacyjnego budynku w konstrukcji drewnianej, szczególnie polecanej jako tzw. „zdrowa” i jako jedyna, w rozumieniu użytego głównego budulca, pożądana w przyszłości. Dzięki prefabrykacji uzyskano wielką dokładność, szczególnie w ramach elementów standardowego wykończenia i w przyszłości szybkiego wznoszenia kompletnych struktur gotowych do zasiedlenia już po jednym do dwóch miesięcy od momentu wkroczenia na teren inwestycji, co jest zbieżne z oczekiwaniami rynku. Obiekty projektowane są generalnie

w standardzie „pod klucz” tj. z kompletnym wykończeniem. Podobne tempo zachowuje firma RD Rymarov przy wznoszeniu budynków jednorodzinnych w zabudowie szeregowej czy obiektów wolnostojących. Równolegle prowadzimy badania nad sposobami kształtowania obiektów, w architekturze których wykorzystujemy regionalne materiały z rejonu centralnej Polski i Moraw, szczególnie w ramach robót wykończeniowych. Poszukujemy elementów charakterystycznych dla lokalnej architektury regionalnej. Jest to według nas jeden z najważniejszych elementów budowanej struktury przestrzennej, niezbędny w miastach i osiedlach przyszłości dla ich identyfikacji regionalnej oraz budowania świadomości lokalnej różnorodnych środowisk. wobec faktu potrzeby zróżnicowania globalnych, ogólnoeuropejskich, identycznych form i detalu architektonicznego. Rymarov prowadzi w ramach programu europejskiego klastra innowacji projekty mające na celu przebadanie zdrowych technologii i uzyskanie zero energetycznych budynków i domów przyszłości dla miast. Jeden z nich to zrealizowany w 2012 roku przykładowy budynek mieszkalny wzniesiony w ramach w/w projektu w Ostrawie a zawierający absolutne nowości techniczne w zakresie energooszczędności i pasywności bardzo szeroko rozumianej jako zarówno metody wznoszenia, wyposażenia budynku, jego struktury materiałowej, ekologiczności wbudowanych materiałów, ich proekologicznego procesu wytwarzania oraz uzyskania realnych w kontekście dostępnych kredytów konsumpcyjnych kosztów realizacji i eksploatacji obiektu.

Obecnie plany współpracy zostały poszerzone o próbę realizacji całkowicie budżetowych, w powszechnym rozumieniu, budynków wielorodzinnych dla słabych ekonomicznie, wykluczonych grup ludności czyli tzw. budownictwa socjalnego. Opierając się na realizacjach przeszłości, postanowiliśmy uzyskać jak najlepsze wyniki w zakresie ekonomicznym inwestycji tak potrzebnych w przyszłości i stanowiących pokazną pozycję w ramach realizowanych założeń zarówno w Europie, jak i w świecie. Forma architektoniczna też ma odpowiedzieć na zapotrzebowanie przyszłości w postaci eleganckiej, spokojnej linii, skromnego detalowania budynków, co było jak najbardziej odpowiednie także w przeszłości. Patrzymy w przyszłość, korzystając z osiągnięć przeszłości. Wydaje się, że struktura obiektów, w której będą dobrze czuli się ludzie jest znana, bowiem humanistyczne wartości są ponadczasowe i niezmiennie. Pozytywnie odbierana jest przestrzeń pozbawiona np. niekorzystnych warunków klimatycznych jak zawirowania powietrza. Jesteśmy pewni, że będzie podobnie w przyszłości, stąd prowadzimy badania modelowe dla wyeliminowania tych niekorzystnych zjawisk. Osiedla przyszłości oprócz wyposażenia obiektów w technologie o standardzie pasywnym lub chociaż niskoenergetycznym powinny posiadać układ przestrzenny tak przemyślany, aby dawał możliwość uniknięcia, negatywnie działających na mieszkańców i niesprzyjających dla budowania pozytywnych interakcji społecznych, syntetycznych materiałów. Naturalne materiały budowlane będą w przyszłości wielką wartością. Pytanie aktualne dziś brzmi: jak odtwarzać zasoby naturalne dla zachowania równowagi ekologicznej planety? Firmy budowlane działające w technologiach wykorzystujących drewno jako budulec uczestniczą równolegle w programie ogólnoeuropejskim odtwarzania zasobów leśnych.

Domy jednorodzinne również stanowią znaczącą grupę realizowanych typów budynków w ramach współpracy z Rymarovem. Uzyskujemy bardzo dobre wyniki ekonomiczne inwestycji, tworząc interesującą architekturę.

Rymarov udowadnia również możliwość realizowania architektury eko dla obiektów użyteczności publicznej uczestnicząc w programie w Austrii w Wiener Neustadt. Realizują bardzo futurystyczną architekturę, architekturę przyszłości wraz z zastosowaniem w pełni pasywnych tendencji w budownictwie.

Zadajmy sobie pytanie, na ile zmieniają się relacje w przyszłości czy się zmieniają i ewentualnie jak szybko społeczności zmieniają swe upodobania?

Autorce, podobnie jak firmie Rymarowskie domy, hasło: zrównoważony rozwój kojarzy się z oszczędzaniem energii niezbędnej zarówno w procesie eksploatacji domu, jak i podczas technologii towarzyszącej wytwarzaniu materiałów budowlanych koniecznych do wzniesienia obiektu. Wyższa szkoła jazdy to tzw. energia odnawialna, materiały biodegradowalne i recykling, ale widziany w kontekście niezanieczyszczenia powietrza środowiska. Zmiany klimatyczne na świecie powodują wydłużanie w Polsce i w Łodzi okresów ogrzewania pomieszczeń mieszkalnych albo ich schładzania. Fakt ten wymaga używania technologii popularnie nazywanych niskoenergetycznymi lub w krótkim okresie czasu uzyskania tzw. zero energetycznych obiektów.

## Literatura

1. *Europa i architektura jutra* – Rada Architektów Europy, Bruksela 1995.
2. *Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego miasta Łodzi*, Urząd Miasta Łodzi 2011.
3. *Warunki techniczne, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie tekst jednolity* – (Dz. U. poz. 1422 z 2015 r.).
4. *Strategia przestrzennego rozwoju Łodzi, polityka sektorowa „Strategii zintegrowanego rozwoju Łodzi 2020+”*, Łódź 2012.
5. Ostrowski W., *Urbanistyka współczesna*, Warszawa 1975.
6. Syrkus H., *Ku idei osiedla społecznego 1925-1975*, Warszawa 1976.
7. Marzyński S., *Działalność budowlana gminy miasta Wiednie*, Architektura i Budownictwo, R. 1929, z. 9.
8. Heyman Ł., *Nowy Żoliborz 1918-1939*, Wrocław 1976.
9. Środowisko mieszkaniowe Housing Environment 22/2018 Wydział Architektury Politechniki Krakowskiej, Kraków 2018
10. Środowisko mieszkaniowe Housing Environment 27/2019 Wydział Architektury Politechniki Krakowskiej, Kraków 2019

## Problematyka życia w mieście w XXI wieku na przykładzie Łodzi

### Streszczenie

Autorka artykułu pragnie zaprezentować współczesne realizacje architektoniczne z regionu aglomeracji łódzkiej, które zostały wykreowane zgodnie z doktryną etyczną wg której przyjemność, rozkosz, unikanie przykrości stanowi najważniejsze dobro, cel życia i motyw postępowania. Ocenie poddano obiekty kubaturowe, jak i ukształtowane hedonistycznie miejskie przestrzenie publiczne. Analizowano dokumentację budowlaną oraz krytyczne wypowiedzi użytkowników. Celem podjętej analizy jest ocena zjawiska polegającego na poszukiwaniu powrotu do dziewiętnastowiecznego charakteru zabudowy Łodzi i okolic odbieranego jako hedonistyczny wobec krytycznego stosunku do architektury modernistycznej. Jest to aktualnie temat powszechnej debaty społeczeństwa łódzkiego w odniesieniu do programu rewitalizacji przestrzeni miejskiej. Rozważania autorki w prezentowanym artykule obejmują dyskusję nad problematyką kontynuacji i nowoczesności. Czy kontynuacja jest słabością sztuki?. Czy zachowanie ciągłości tradycji jest jedynie sztuką zachowawczą?. Nowoczesne to coś nowego, zawsze bardziej nowoczesnego w stosunku do czegoś wcześniejszego. Tożsamość zawarta w tradycji jest nieodzownym elementem dla określenia współczesności w twórcywie, którym posługuje się architekt. Tradycja w architekturze nie musi być nieprzejednanym wrogiem awangardowego dzieła. Dynamika rozwoju dzisiejszych miast polskich w dużym stopniu związana jest z napływem obcego kapitału. Konsekwencją

tego zjawiska jest wyraźna zmiana w strukturze polskiego handlu. Przemianom tym towarzyszą, przede wszystkim, inwestycje polegające na budowie nowych wielofunkcyjnych centrów handlowych. Proces ten, nierzadko zmienia wizerunek miasta, kreując jego nowe centrum. Inwestycje te, bez wątpienia podnoszą jakość życia człowieka, ale obniżają poziom jego bezpieczeństwa, tworząc nowe zagrożenia związane z funkcjonowaniem wielkopowierzchniowych przestrzeni publicznych. Rozdrobnienie struktur społecznych stwarza potrzebę przebudowy społeczeństwa zurbanizowanego. Miasto jako rezultat ogromnej ilości poszczególnych działań zarówno publicznych, jak i prywatnych, budynek czy grupa budynków, oddziałuje w sferze estetycznej, jak i funkcjonalnej. Ważne jest, aby otoczenie oferowało przestrzeń dobrej jakości powiązaną z naturalnym środowiskiem. Fundamentalne funkcje miasta muszą w łatwy sposób być dostępne, a jego środowisko może być ciche lub głośnie, ułatwiające lub utrudniające pracę, zabawę i wypoczynek. Ułatwienie dostępu do najcenniejszych z kulturowego punktu widzenia części miast, również poprzez wykorzystanie przestrzeni zielonych i rzecznych jest nieuchronne. Musimy zadbać o ciągłość kulturową kształtowania miast w taki sposób, aby właściwie rozwiązywać problemy, z punktu widzenia lokalnego klimatu i tradycji, aby uzyskać spójny obraz całości. Służy temu postęp w inżynierii ruchu, kontrola hałasu i czystości powietrza, wtopienie układu zieleni, cieków i zbiorników, dając pozytywny efekt dla całej społeczności. Historia myśli architektonicznej podobnie jak fortuna, kołem się toczy. Dzisiejsze myślenie o architekturze mieszkaniowej jest zbliżone z myśleniem o przestrzeni mieszkalnej w latach poprzedniego, wielkiego, światowego kryzysu gospodarczego. Bowiern aktualnie też jesteśmy w trakcie kryzysu ekonomicznego, przewartościowania kulturowego i życia na poziomie bliskim minimum egzystencji.

Słowa kluczowe: życie w mieście, XXI wiek, krajobraz miejski, Łódź

## Issues of city life in the 21<sup>st</sup> century on the example of Łódź

### Abstract

The author of the article would like to present contemporary architectural implementations from the Łódź agglomeration region, which were created in accordance with the ethical doctrine according to which pleasure, pleasure, avoidance of unpleasantness are the most important good, purpose of life and motive of conduct. Cubature objects as well as hedonistically shaped urban public spaces were evaluated. Construction documentation and critical user statements were analyzed. The aim of the analysis is to assess the phenomenon of seeking a return to the nineteenth-century character of Łódź's buildings and the surrounding area perceived as hedonistic towards The fragmentation of social structures creates the need to rebuild an urbanized society. The city as a result of a huge number of individual activities, both public and private, a building or a group of buildings, affects the aesthetic and functional sphere. It is important that the surroundings offer good quality space associated with the natural environment. The fundamental functions of the city must be easily accessible and its environment may be quiet or noisy, facilitating or hindering work, play and leisure. Facilitating access to the most culturally valuable parts of cities, also through the use of green and river spaces, is inevitable. We must ensure cultural continuity in shaping cities in such a way as to properly solve problems, from the point of view of the local climate and tradition, to get a coherent picture of the whole. This is achieved by the progress in traffic engineering, noise and air purity control, blending greenery, watercourses and reservoirs giving a positive effect to the entire community. The history of architectural thought, like a fortune, goes on. Today's thinking about housing architecture coincides with thinking about living space in the years of the previous, great, global economic crisis. Because currently we are also in the course of an economic crisis, cultural reevaluation and life at a level close to the minimum of existence.

the critical attitude towards modernist architecture. This is currently the topic of widespread debate of the Lodz society in relation to the urban space revitalization program. The author's considerations in the presented article include a discussion on the issues of continuity and modernity. Is continuation a weakness of art ? Is maintaining the continuity of tradition only a conservative art ? Modern is something new, always more modern in relation to something earlier. The identity contained in tradition is an indispensable element in defining the present in the material used by the architect. Tradition in architecture does not have to be an uncompromising enemy of the avant-garde work. The development dynamics of today's Polish cities is largely associated with the inflow of foreign capital. The consequence of this phenomenon is a clear change in the structure of Polish trade. These changes are accompanied, above all, by investments involving the construction of new multi-functional shopping centers. This process often changes the image of the city, creating its new center. These investments undoubtedly increase the quality of human life but lower the level of security, creating new threats related to the functioning of large-scale public spaces.

Keywords: city life, 21<sup>st</sup> century, urban landscape, Łódź

## Spis Rysunków



Rysunek 1. Park Ludowy na Zdrowiu im. Marszałka Józefa Piłsudskiego, widok założenia  
Źródło: [fot. W. Stepień]



Rysunek 2. Schemat położenia Łodzi w regionie opracowany w Miejskiej Pracowni Urbanistycznej



Rysunek 3. Współczesny budynek mieszkalno-usługowy przy Placu Wolności w Łodzi.  
Źródło: [fot. autorka]



Rysunek 4. Kolonia Mieszkalna T.O.R. na Marysinie III. Domki wg projektu Heleny i Szymona Syrkusów.  
Źródło: [Fot. autorka, 1985]

## **Polskie społeczeństwo w perspektywie zmian globalizacyjnych na świecie**

### **1. Wstęp**

Po rozpadzie Związku Socjalistycznych Republik Radzieckich (ZSRR, Związek Radziecki) Polska znalazła się w niezwykle ważnym z punktu widzenia dalszego rozwoju społecznego i gospodarczego momencie dziejowym. Przez kilkadziesiąt lat, pozostając w orbicie sowieckiego wpływu politycznego, kulturalnego i gospodarczego, polska tożsamość nie uległa zniszczeniu. Walka o pamięć zbrodni katyńskiej czy obrona kościoła katolickiego przed represjami ze strony władzy skonsolidowały społeczeństwo i skupiły jeszcze bardziej wokół tradycji i polskości. Naród polski, stając w obliczu transformacji systemowej, wkroczył w nią z pełną nadziei wolą całkowitego uczestniczenia w cywilizacji zachodniej, jako wolne i demokratyczne państwo. Intensyfikacja kontaktu z krajami Europy Zachodniej i USA spowodowała, że Polska po roku 1989 znalazła się na ścieżce globalizacji, której lokomotywą stała się Ameryka [1]. To zbliżenie przyniosło szereg konsekwencji.

Aby spróbować ująć opisany wyżej proces i jego skutki w uporządkowane ramy, a następnie lepiej go zrozumieć można wykorzystać m.in. koncepcję zawartą w rozważaniach Samuela Huntingtona w dziele „Zderzenie cywilizacji”. Huntington przedstawił w niej tezę, jakoby cywilizacje niezachodnie, dotknięte zjawiskiem westernizacji, a więc przejmujące wzorce społeczne, ekonomiczne i polityczne krajów Europy Zachodniej i USA uległy zjawisku indygenizacji, a więc powrotu do tradycji i zwyczajów lokalnych [2].

Tezę tę połowicznie można spróbować transformować i osadzić na gruncie polskiego życia społecznego. Połowicznie, gdyż w Polsce nigdy nie nastąpiło odejście od lokalnych wzorców kulturowych na rzecz obcych, które napłynęły do kraju wraz z intensyfikacją procesów globalizacyjnych. Od kilku lat można jednak w Polsce obserwować przesłanki nasilonego zainteresowania tym, co narodowe i polskie. Czy pierwotną przyczyną tego zjawiska była globalizacja? Tę hipotezę niezwykle trudno udowodnić. Świat nauk społecznych jest tworem złożonym z procesów, które często bardzo trudno zdefiniować i stwierdzić zachodzące między nimi zależności. Warto jednak przynajmniej wszcząć dyskusję dotyczącą tej zależności przyczynowo-skutkowej i odpowiedzieć na pytanie, na ile jest ona prawdopodobna.

Celem artykułu jest zatem przedstawienie zmian w polskim społeczeństwie w świetle zmian globalizacyjnych na świecie. Analiza będzie poparta m.in. rozważaniami Samuela Huntingtona, zawartymi w dziele „Zderzenie cywilizacji”. Te działania mają na celu zasygnalizowanie istnienia prawdopodobnego związku przyczynowo-skutkowego między napływem do Polski wielokulturowych wzorców, a wzmocnieniem znaczenia tradycji i wzorców kultury polskiej.

---

<sup>1</sup> karolina.k.rybak@gmail.com, doktorantka w Instytucie Nauk Politycznych i Stosunków Międzynarodowych na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie.

## 2. Globalizacja na świecie – zagadnienia teoretyczne

### 2.1. Globalizacja, amerykańizacja, westernizacja, tożsamość narodowa, kultura narodowa – wyjaśnienie pojęć

Aby rozpocząć analizę polskiego społeczeństwa w świetle globalizacji, warto na samym wstępie rozwinąć pojęcia, które następnie posłużą w artykule jako punkty odniesienia. Pierwszym z nich jest właśnie globalizacja. W naukach społecznych brak jest jednoznacznej definicji tego zjawiska. Jest to pojęcie nieostre, co wynika z faktu zróżnicowania podejść naukowych, w zależności od dyscypliny. Mimo tych problemów definicyjnych można uznać, że globalizacja to zjawisko, które cechuje się pewnymi atrybutami: naciskiem na swobodny przepływ kapitału, towarów i usług, rozprzestrzenianiem się komercyjnej, masowej kultury, powiązaniem zjawisk w skali świata (obecnością dużych, międzynarodowych koncernów). Wśród cech istotnych można również wskazać postęp naukowo-technologiczny [3].

Kolejne dwa pojęcia, jakie należy wprowadzić do rozważań to amerykańizacja oraz westernizacja. Obydwa z nich wiążą się ze zjawiskiem rozszerzania się idei tożsamy dla kultury zachodniej, natomiast amerykańizacja zawęży je tylko do tych, charakterystycznych dla Ameryki.

Z perspektywy niniejszego artykułu warto szczególnie zwrócić uwagę na dwie przeciwstawne perspektywy badawcze odnoszące się do globalizacji, w kontekście jej relacji ze wspomnianą powyżej westernizacją oraz amerykańizacją. Część socjologów i politologów uznaje, że globalizacja stanowi płaszczyznę upowszechniania zachodnich (głównie amerykańskich) wartości i technologii, jest narzędziem, które służy dominacji, której sednem jest kulturowe, polityczne i ekonomiczne podporządkowanie „peryferii normatywnemu centrum”. Stawia się tutaj akcent na kwestię kulturowej homogenizacji świata, czego przyczyną jest nadawanie uniwersalnych znaczeń ideom świata zachodniego. Ma to także znaczny wpływ na funkcjonowanie lokalnych tożsamości, które bardzo często ulegają w ten sposób degradacji. W tym podejściu akcentuje się zjawisko unifikacji kultury światowej i opisuje się to zjawisko szeregiem określeń o znaczeniu pejoratywnym, a więc właśnie za pomocą westernizacji, amerykańizacji, czy nawet coca-kolonizacji [4].

Zwolennicy innego podejścia z kolei prezentują stanowisko, twierdząc że globalizacja jest zjawiskiem niezwykle złożonym, pełnym ambiwalencji i bardzo trudno jest określić, które ze zjawisk składających się nań są dominujące, a które podrzędne i mniej znaczące. W tym rozumieniu kultura lokalna nie zawsze będzie przyjmować rolę tej, która bezwiednie poddaje się wpływom amerykańizacji i westernizacji. Badacze popierający tę tezę sądzą, że amerykańizacja i westernizacja są to zjawiska istotne w świetle zjawiska globalizacji i to one stanowią jej motor napędowy, ale trudno jest mówić o westernizacji i amerykańizacji samej globalizacji. W warunkach globalnych poszczególne kraje, narody i społeczeństwa posiadają wolność w zakresie konstruowania swojej tożsamości kulturowej. Warto jednak zaznaczyć, że towarzyszy temu westernizacja biurokracji we wszystkich niemalże krajach świata oraz upowszechnianie w tych sferach typowych dla Zachodu wzorów i wartości. Nadal jednak należy pamiętać, że dotyczy to tylko instytucji [5].



Bardzo ważnym pojęciem, które należy zdefiniować w kontekście rozważań niniejszego artykułu jest również koncepcja tożsamości zbiorowej. Samo pojęcie tożsamości ukształtowało się w momencie zaistnienia procesów charakterystycznych dla społeczeństwa nowoczesnego. Zwiększenie anonimowości oraz ruchliwości społecznej zapoczątkowały pytania o pozycję społeczną jednostki [6]. Z. Bauman jako jedno z istotniejszych zjawisk w tym kontekście wskazał na tzw. „bezdomność człowieka” – w czasach nowoczesnych jednostek nie można ulokować w jednym podsystemie i funkcjonują one w modelu zdeintegrowanym [7]. Z czasem dywagacje nad tożsamością zostały umieszczone poza doświadczeniem jednostki. Zaczęto interesować się tym czy faktycznie można mówić o pojęciu tożsamości kolektywnej, która będzie się odnosić do zbiorowości. Nastąpiła więc generalizacja pojęcia tożsamości [6]. Nadal istnieją spory, czy w ogóle można mówić o pojęciu tożsamości zbiorowej. Część naukowców je odrzuca, twierdząc że tylko jednostki mogą być świadome swojej indywidualności. Filozof Cezary J. Olbromski stwierdził, że: „Tożsamość społeczna jako taka nie istnieje. Tożsamość społeczna związana jest ze świadomością, ta zaś jest częścią osoby. Społeczeństwo zaś nie jest formą nadrzędnego względem osoby organizmu świadomego, jest ono jednością nietożsamych zdarzeń społecznych” [8]. Z kolei przeciwny pogląd reprezentuje Richard Jenkins, który uznał, że nie ma powodu, dla którego należy kwestionować tożsamość kolektywną, skoro powszechnie przyjmuje się, że zbiorowość jest wielością jednostek, które postrzegają siebie nawzajem jako wystarczająco podobne, aby można było mówić „my” [9]. Brak jest zatem jasnej definicji tego terminu. Próby określenia czym jest tożsamość zbiorowa podjął się jednak chociażby Alberto Melucci, który stwierdził, że tożsamość zbiorowa to „interaktywna i dzielona definicja konstruowana przez liczbę jednostek (bądź grup na bardziej skomplikowanym poziomie) i dotycząca orientacji na działania i pola możliwości i ograniczenia, w których działania mają miejsce” [10].

Rozważając kwestię tożsamości zbiorowej, warto zaznaczyć, że – o ile uwzględnione zostanie statnowisko akceptujące istnienie tejże – można wyróżnić kilka rodzajów tożsamości kolektywnej. Należy do nich chociażby tożsamość narodowa, którą A. Kłosowska określiła jako „refleksyjny stosunek przedmiotu do samego siebie” oraz jako „zbiorową samowiedzę, jej samookreślenie, tworzenie obrazu własnego i całą zawartość, treść samowiedzy, a nie z zewnątrz konstruowany obraz charakteru narodu” [11]. Analizując czym jest tożsamość narodowa warto wziąć pod uwagę dwa aspekty: aspekt kontynuacji oraz aspekt odmienności. Ten pierwszy skupia się na trwaniu, przeszłości, przenoszenia tego co minione na grunt współczesności. Aspekt odrębności zaś koncentruje się na odmienności od innych grup, na kontrastach między „nami” a „nimi” [6].

Wreszcie, na końcu warto rozwinąć pojęcie kultury narodowej. Aby to zrobić, należy na początku odnieść się do terminu kultura. Znowu jest to termin nieostry i trudny w zdefiniowaniu. Ogólnie można przyjąć, że jest to całokształt materialnego i duchowego dorobku ludzkości gromadzony, utrwalony, wzbogacony w ciągu jej dziejów, przekazywany z pokolenia na pokolenie [12]. Z kolei kultura narodowa według Ph.R. Cateora i P.N. Ghauri dzieli się na kulturę materialną, instytucje społeczne, estetykę, edukację, język oraz systemy wierzeń, zawiera w sobie część duchową,

materiałną oraz intelektualną [13]. M. Bartosik-Purgat wskazuje, że atrybutem kultury narodowej jest przede wszystkim istota przekazywania z pokolenia na pokolenie [14].

Świat, a także Polska stoi obecnie w obliczu licznych dylematów, jakie niesie za sobą globalizacja. Kultura narodowa oraz tożsamość kolektywna nie pozostają bowiem obojętne na wielość procesów zachodzących w przestrzeni. Otwartym pytaniem pozostaje czy kultury narodowe zachowają swoje odrębności, czy też poddadzą się homogenizacji. Jak zostało wcześniej wspomniane, możliwe są różne scenariusze, zarówno oparcie się inwazji kulturowej, a nawet wykorzystanie globalizacji do swoistej emancypacji, ale i włączenie się w proces unifikacji i rezygnacja z odrębności. W jakim miejscu znajduje się Polska?

## **2.2. Teza książki Samuela Huntingtona „Zderzenie cywilizacji” oraz jej główne założenia**

Samuel Huntington w swoim dziele „Zderzenie cywilizacji” postawił tezę dotyczącą natury antagonizmów międzynarodowych w czasie zimnej wojny i po jej zakończeniu. Według niego, główną przyczyną napięć międzynarodowych przed 1989 rokiem była walka ideologii, a osią konfliktu stały się dwa imperia: USA, reprezentujące liberalną demokrację i ZSRR, w którym funkcjonował komunistyczny system rządów. Po roku 1989, w którym rozpadł się blok sowiecki, nastąpiła zmiana paradygmatu i źródłem konfliktów stało się napięcie międzycywilizacyjne. Kraje od tej pory poczęły być bardziej skłonne do wszczynania konfliktów z krajami, które należą do innej cywilizacji niż z tymi, które należą do tego samego kręgu cywilizacyjnego. Autor podkreślił, że po zakończeniu zimnej wojny bardziej niż kiedykolwiek liczy się bowiem tożsamość, symbole narodowe i przywiązanie do tradycji [2].

Cywilizacja zachodnia i jej potęga według Huntingtona przedstawia się dwojako. Wskazał on na jej siłę, podkreślając, że społeczeństwa innych cywilizacji potrzebują Zachodu dla osiągnięcia swoich celów. Zachód kieruje systemem bankowym, a także sprawuje przywództwo moralne w wielu społeczeństwach, wpływa także na politykę, gospodarkę każdego innego rejonu świata. To tylko jedne z przesłanek, które decydują o znaczeniu tego regionu. Huntington jednocześnie podkreślił, że coraz bardziej zaznacza się schyłkowy obraz cywilizacji zachodniej, która mierzy się z licznymi trudnościami. „Zderzenie cywilizacji” Huntingtona zostało wydane w 1996 r. Już wtedy autor sygnalizował takie problemy jak dezintegracja społeczna czy stagnacja ludnościowa [2]. Obecnie możemy te rozważania rozszerzyć o inne dylematy współczesności. Stanowią one pokłosie globalizacji i wszystkich zagrożeń, towarzyszących procesom bezpośrednio z nią związanych. Należą do nich przede wszystkim problemy z określeniem tożsamości. Wspomniany w poprzednim podrozdziale problem funkcjonowania przez jednostki w społecznym rozproszeniu, sprawia że coraz ciężiej odpowiedzieć na pytanie: Kim jestem? Jakimi wartościami się kieruję? Z kim lub z czym się utożsamiam? Nic zatem dziwnego, że współczesny człowiek Zachodu często rezygnuje z próby wyjaśnienia tych mentalnych dylematów. Punkt ciężkości istnienia przesuwa się coraz bardziej w kierunku afirmacji teraźniejszości [1]. Liczy się tylko to, co jest tu i teraz. Coraz mniej jest symboli i znaków stanowiących o przeszłości. Pamięć zbiorowa ulega destrukcji. Poszerza się skala permissywizmu. Nowymi „świątyniami” stają się centra handlowe. Przeważające pragnienie mieć nad być, prowadzi do nieustannej pogoni za pieniądzem i powstania nowej „religii” opartej na konsumpcji [15]. To w dalszej kolejności prowadzi

do alienacji społecznej, a wręcz dehumanizacji istnienia. Jednym z symboli globalizacji stał się McDonald. W książce „Makdonaldyzacja społeczeństwa”, traktującej właśnie o procesie, który powoduje, że w coraz to nowych sektorach społeczeństwa i w reszcie świata zaczynają dominować zasady działania barów szybkich dań, George Ritzer wskazuje na odczłowieczający wpływ ich funkcjonowania na ludzkie życie [16]. Dyskusja nad postępującą globalizacją jest tym bardziej istotna w obliczu rosnącego zanieczyszczenia środowiska naturalnego, będącego skutkiem postępu technicznego.

Mimo tych wszystkich trudności, z jakimi staje do walki cywilizacja zachodnia, udaje jej się skutecznie wpływać na inne regiony świata. Nośnikiem tego swoistego imperializmu kulturowego, jaki stanowi jej nieodzowną cechę, stała się westernizacja. Czy każdy krąg cywilizacyjny ulega temu zjawisku? Reakcje są zgoła różne. Stanowisko w zupełności odrzucające westernizację zaprezentowała chociażby Japonia do połowy XIX w. Z kolei Turcja, uznawana jest przez Huntingtona jako „kraj na rozdrożu”, który podczas panowania Mustafy Kemal Paszy został poddany westernizacji, ale od początku lat 90. odradza się w nim tradycja i nacjonalizm [2].

Huntington postawił tezę, jakoby westernizacji bardzo często towarzyszyła modernizacja. Region westernizowany zwiększa swój poziom technologiczny oraz mnoży kapitał intelektualny. Pierwsze pokolenie, które znajduje się w wieku produkcyjnym w początku westernizacji przejmuje kulturę Zachodu. Drugie pokolenie, które rodzi się w regionie zwesternizowanym, o wyższym poziomie zmodernizowania, powraca do lokalnych tradycji i wartości wyznawanych pierwotnie, a więc następuje tzw. „indigenizacja w drugim pokoleniu” [2].

Choć „Zderzenie cywilizacji” Huntingtona zostało wydane w 1996 r., to należy zwrócić uwagę na fakt, że wiele tez zawartych w książce potwierdziło się i stale się potwierdza. Zauważyć można wiele symptomów, które niepokojąco wskazują na pewne dysfunkcje cywilizacji zachodniej i utratę jej przewagi, na przykład w stosunku do cywilizacji islamskiej. Cywilizacja zachodnia, aspirująca do bycia wzorem dla innych kultur, chcąc uzyskać przewagę, zderzyła się z bardzo mocnym oporem lokalnych tradycji i silnego przywiązania do wartości i religii.

### **2.3. Koncepcja Samuela Huntingtona a polskie społeczeństwo po 1989 roku**

Koncepcja Samuela Huntingtona przedstawiona w poprzednim podrozdziale dotyczy relacji cywilizacja niezachodnia – westernizacja, przy czym cywilizację Huntington rozumiał jako najbardziej złożoną jednostkę kulturową, posiadającą zestaw wspólnych cech na poziomie wyższym niż rodzina, lokalna społeczność, czy nawet grupa etniczna lub naród. Uznawał ją, za najwyższy stopień kulturowego ugrupowania i najszerzą płaszczyznę kulturowej tożsamości, a westernizację jako napływ wzorców kultury Zachodu do określonego kraju czy regionu [2]. Można spróbować przemodelować jego tezę i doprowadzić do zamiany pewnych pojęć. I tak: termin cywilizacja można spróbować zastąpić słowem kultura. Jest to pojęcie, które podobnie jak cywilizacja nie posiada jednej definicji. Jednak w kontekście tych rozważań można przyjąć, że kultura to jednostka mniej złożona niż cywilizacja, ale nadal posiadająca zestaw wspólnych cech na poziomie ciągle wyższym niż rodzina czy społeczność lokalna. Następnie można odwołać się do pojęcia globalizacji, rozumianego jako ogół procesów prowadzących do coraz większej współzależności i integracji państw, społeczeństw, gospodarek i kultur, czego efektem jest tworzenie się „jednego świata”, światowego

społeczeństwa [17], zanikanie kategorii państwa narodowego; kurczenie się przestrzeni społecznej i wzrost tempa interakcji poprzez wykorzystanie technologii informacyjnych [18] oraz wzrost znaczenia organizacji ponad- i międzynarodowych, w szczególności ponadnarodowych korporacji [19]. W tym punkcie należy także wspomnieć o amerykańskości. To nie są tożsame pojęcia, aczkolwiek jak zostało wspomniane uprzednio, wiążą się ze sobą. Amerykanizacja, rozumiana jako transfer amerykańskich wzorców kultury, jest lokomotywą globalizacji [1]. Jednym z lepiej obrazujących związek tych dwóch pojęć cytatem jest następujące twierdzenie: „Globalizacja często ma uszy Myszki Miki, je big maki, pije Coca-colę i Pepsi, wykonuje obliczenia na komputerach IBM-u, używa Windowsów 98 i procesora Pentium II oraz posługuje się urządzeniami do łączenia w Internecie wyprodukowanymi przez Cisco Systems” [20].

Następnym etapem analizy jest zastosowanie utworzonej koncepcji pojęcowej w odniesieniu do polskiego społeczeństwa po roku 1989. Czy faktycznie w polskim społeczeństwie, w ciągu ostatnich kilku lat pod naporem globalizacji, a w szczególności towarzyszącej jej amerykańskości, nastąpiło umocnienie znaczenia lokalnej kultury narodowej? Czy Polacy są bardziej skłonni poszukiwać swojej tożsamości w polskiej historii, narodowych ideach? Czy być może poszukują jej w innych dziedzinach rzeczywistości? Hipoteza postawiona w niniejszym artykule opiera się na stwierdzeniu że w ostatnim czasie dochodzi do pewnej reorientacji społecznej i po początkowym okresie fascynacji nowymi ideami, wzorcami kulturowymi, które zaczęły być z łatwością przyswajane, nastąpił czas wzmocnienia tradycji. Jest to być może reakcja na wspomniane wcześniej problemy, z którymi boryka się cywilizacja zachodnia. Wielość ingrediencji rzeczywistości zmusza niejako jej uczestników do zwrócenia się w kierunku czegoś, co jest im dobrze znane. Globalizacja i kultura masowa uruchomiły zapotrzebowanie na kulturowe tożsamości [1]. Przykład może stanowić chociażby wspomniana Turcja, która w pewnym momencie zaczęła opierać się na westernizacji. Interesującym zjawiskiem jest też antyamerykanizm w Korei [16] czy nawet działalność międzynarodowej organizacji Slow Food, która staje w obronie lokalnych kuchni na świecie [21].

Należy w tym punkcie także podkreślić, że nie można tu mówić o indygenizacji w ścisłym tego słowa znaczeniu, gdyż polskie społeczeństwo nigdy nie odeszło od swojej kultury narodowej. Można jedynie zasugerować hipotezę o umocnieniu się znaczenia polskich wartości kultury. Hipoteza także opiera się na pojęciu amerykańskości zamiast westernizacji. Celem, który przyświeca temu zabiegowi, jest chęć uniknięcia błędu logicznego. Według Huntingtona westernizacja to proces, który dotyczy cywilizacji niezachodnich. Trudno mówić zatem w świetle tych tez o westernizacji Polski, skoro była ona zawsze, mimo pozostawania przez kilkadziesiąt lat w sowieckiej strefie wpływów, pełnoprawnym członkiem cywilizacji zachodniej. Oczywiście można stwierdzić, że podlegała westernizacji, ale w pewnym zakresie, na przykład w odniesieniu do pewnych rozwiązań technologicznych czy zasad organizacji życia społecznego. Zatem, aby uściślić rozważania, pojęcie westernizacja zastąpiono pojęciem amerykańskości.

### **3. Zmiany na polskim gruncie społecznym, politycznym i kulturalnym**

#### **3.1. Preferencje polityczne**

Interesującym zjawiskiem, na jakie warto zwrócić uwagę w kontekście hipotezy postawionej w poprzednim rozdziale, jest wzrost popularności partii o charakterze konserwatywnym. Jako przykład można podać wynik uzyskany przez Konfederację w wyborach parlamentarnych do Sejmu w 2019 r., która przekroczyła próg wyborczy osiągając 6,4%, co przy wysokiej frekwencji równa się ponad 1,2 mln. głosów [22]. Konfederacja jest formalnie zarejestrowana jako federacyjna partia polityczna pod nazwą Konfederacja Wolność i Niepodległość (Konfederacja Wolnościowcy i Narodowcy).

Jak sama nazwa wskazuje, partia ta łączy w sobie różne organizacje. Należy do niej m.in. partia Koalicja Odnowy Rzeczypospolitej Wolność i Nadzieja (w skrócie: KORWiN). W jej deklaracji ideowej można znaleźć jasne stanowisko, które podkreśla charakter narodowy partii: „Jesteśmy partią narodową w tym sensie, że uznajemy prawo każdego do życia zgodnie ze swoimi narodowymi przekonaniem. Naród to nasi przodkowie, współczesne społeczeństwo i nasi potomkowie. Nie uznajemy praw „społeczeństwa” do niszczenia tradycji narodowych i życia kosztem przyszłych pokoleń narodu” [23]. Partia za nadrzędne wartości uznaje wolność, własność i sprawiedliwość. W Sejmie IX kadencji, z ramienia partii KORWiN mandaty otrzymało 5 posłów [23].

Kolejnym ugrupowaniem, które wchodzi w skład Konfederacji jest Ruch Narodowy. Z punktu widzenia niniejszych rozważań warto zwrócić uwagę na rozdział III programu tego ugrupowania, które nosi tytuł „Suwerenność kulturowa”. Można tam znaleźć postulaty wprowadzenia jednolitego nauczania historii, tak aby nacisk został położony na wychowanie młodzieży w duchu patriotyzmu. Pojawia się tam także następujące stwierdzenie: „Zdaniem Ruchu Narodowego twórcze życie kulturalne naszego narodu nie może dłużej pozostawać zakładnikiem anachronicznych układów, kompulsywnego naśladowania dekadentckiego Zachodu, zideologizowanej krytyki i politycznie poprawnej bigoterii” [24]. Jest to zatem jasna deklaracja wspierania odrodzenia się polskiej kultury i sprzeciwu wobec wartości napływających z Zachodu. Podkreśla się potrzebę afirmacji kultury narodowej w prasie i telewizji, konieczność przywrócenia pozycji kulturze katolickiej oraz wsparcie dla polskich twórców. Z kolei w odniesieniu do pamięci historycznej, wskazuje się na konieczność położenia nacisku na budowę świadomości historycznej Polaków, upamiętnienie i popularyzację dorobku polskich ruchów politycznych. Ruch Narodowy posiada w Sejmie IX kadencji 5 posłów [24].

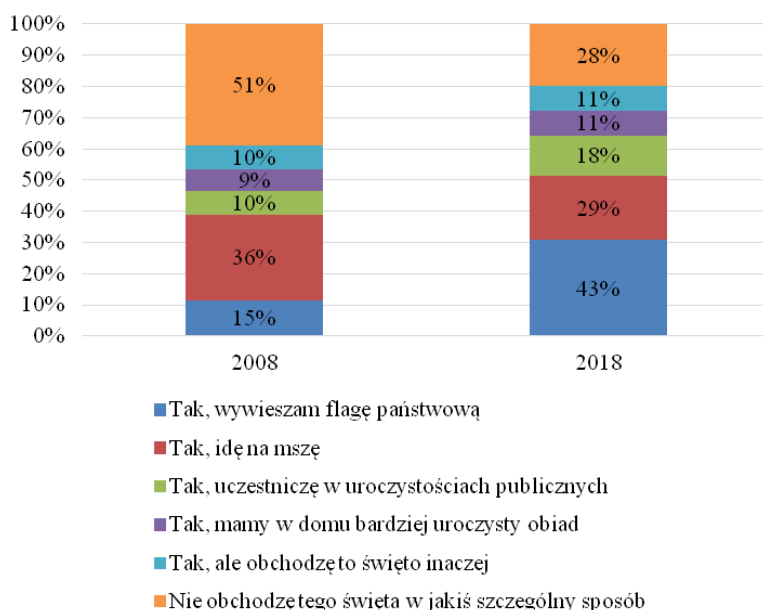
Pozostałe partie i organizacje wchodzące w skład Konfederacji to Konfederacja Korony Polskiej, partia głosząca poglądy nawiązujące do monarchizmu i tradycjonalizmu, z której ramienia w Sejmie zasiada 1 poseł, Partia Kierowców, Konfederacja Rolniczo-Konsumencka oraz Zjednoczeni [25].

Konfederacja to partia łącząca różne środowiska o różnych poglądach, które kładą nacisk na różne obszary życia czy to społecznego, czy gospodarczego. Wypracowany konsensus polityczny połączył je w jedność. Jak zostało nadmienione, Konfederacja w wyborach do Sejmu w 2019 r. zdobyła 6,4% głosów. Według statystyk aż 50% głosów oddanych na Konfederację to głosy ludzi w wieku 18-29 lat [26]. Oznacza to, że poglądy, które znajdują się w zaprezentowanych w niniejszym podrozdziale deklaracjach ideowych zyskują na popularności, szczególnie wśród młodych osób. W 2015 r. partia KORWiN do Sejmu się nie dostała, podobnie w 2011 r. Nowa Prawica Janusza Korwina-Mikke.

### 3.2. Nastroje społeczne

Uzasadniając hipotezę postawioną w niniejszym rozdziale, warto odwołać się do badań dokonanych przez Centrum Badania Opinii Społecznej w 2018 r. Raport zatytułowany „Stulecie odzyskania niepodległości. Pamięć i wspólnota” ukazuje wyniki analizy postaw patriotycznych, stosunku do pamięci zbiorowej i tożsamości polskiego społeczeństwa [27]. Raport zawiera aż 117 stron, to też w niniejszym rozdziale uwaga zostanie poświęcona tylko niektórym wskaźnikom, tym najbardziej istotnym z punktu widzenia założeń przedstawionych w niniejszym tekście. Wybrano trzy zestawy danych statystycznych. Pierwszy dotyczy odpowiedzi respondentów na zapytanie: „W jaki sposób obchodzisz rocznicę odzyskania niepodległości?”, drugi dotyczy kwestii przechowywania historycznych pamiątek rodzinnych, a trzeci zainteresowania tworzeniem lub próbą stworzenia drzewa genealogicznego.

Na początku przeanalizowane zostaną statystyczne wyniki opowiedzi badanych respondentów na zapytanie: „W jaki sposób obchodzisz rocznicę odzyskania niepodległości?” Wyniki zostały ujęte na poniższym wykresie 1.



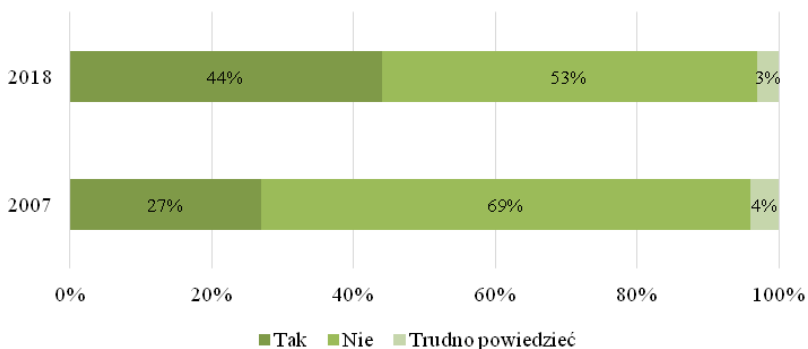
Wykres 1. W jaki sposób obchodzisz rocznicę odzyskania niepodległości? Źródło: [27]

Wykres ukazuje jak przez 10 lat zmieniło się podejście Polaków do obchodzenia święta niepodległości. W 2018 r. aż o 23 p.p. w stosunku do roku 2008, zmalała liczba osób, które w żaden sposób nie celebrują święta 11 listopada. O 8 p.p. wzrosła liczba osób, które uczestniczą tego dnia w uroczystościach publicznych. Dodatnią tendencję zauważa się także w odniesieniu do wskaźnika liczby osób, które wywieszają flagę państwową. W roku 2008 robi to tylko 15% procent respondentów, gdzie w roku 2018 już 43%.

Statystyki przedstawione na wykresie, wskazują na pozytywny trend w odniesieniu do kulturowania rocznic patriotycznych. Polakom coraz bardziej zależy na upamiętnianiu

wspólnych dla narodu świąt. Najbardziej zaznacza się wśród Polaków zwiększenie aktywności w sferze symbolicznej (wywieszanie flagi państwowej), ale pozytywna tendencja występuje także w odniesieniu do aktywności społecznej związanej z uczestnictwem w publicznych wydarzeniach upamiętniających rocznice.

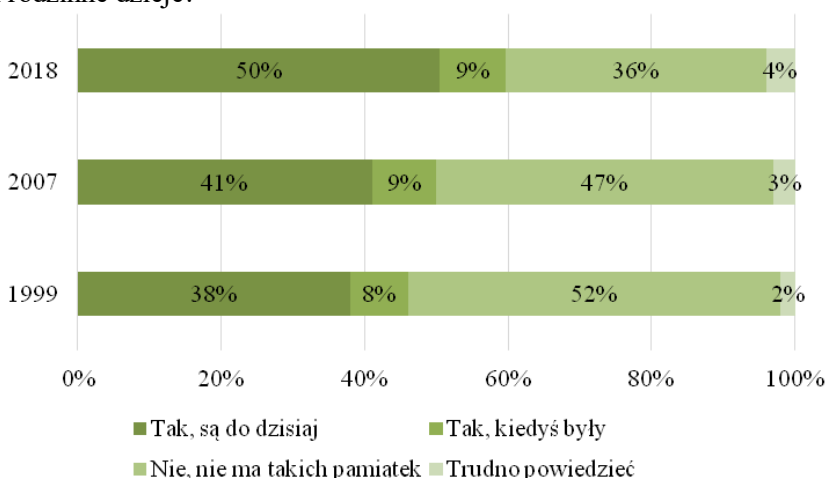
Kolejnym istotnym obszarem badań społecznych jest pamięć historyczna, dotycząca najbliższej rodziny. Na poniższym wykresie przedstawiono rezultaty badania dotyczącego przechowywania pamiątek rodzinnych związanych z historią przodków.



Wykres 2. Czy w Pana(i) rodzinie były lub są przechowywane jakieś pamiątki rodzinne? Źródło: [27]

Z wykresu 2 wynika, że coraz więcej osób w roku 2018 interesuje się historią swojej rodziny, w związku z czym szuka pamiątek i je przechowuje. Począwszy od 1999 r., odsetek osób, które mają w swoim posiadaniu rzeczy, upamiętniające swoich przodków zwiększył się o 12 p.p. W 1999 było to 38% osób badanych, w 2018 już połowa respondentów.

Na wykresie 3 przedstawiono statystyczne ujęcie odpowiedzi respondentów na pytanie „Czy ktoś z Pana(i) rodziny próbował odtworzyć drzewo genealogiczne rodziny lub opisywał rodzinne dzieje?”



Wykres 3. Czy ktoś z Pana(i) rodziny próbował odtworzyć drzewo genealogiczne rodziny lub opisywał rodzinne dzieje? Źródło: [27]

Diagram jest kolejnym dowodem, który potwierdza większe zainteresowanie Polaków historią swojej rodziny. Liczba osób, która podjęła próbę odtworzenia drzewa genealogicznego swojego rodu lub go odtworzyła, zwiększyła się w 2018 r. aż o 17 p.p. w stosunku do roku 2007.

W niniejszych rozważaniach przedstawiono tylko niektóre wskaźniki zawarte w raporcie. Pokazują one jednak pewną tendencję wzrostową w obszarze kultywowania patriotyzmu, pamięci o historii i przodkach. Jest to jednocześnie jeszcze jeden argument, który może skłaniać ku hipotezie, zakładającej pewien zwrot społeczeństwa polskiego w kierunku polskiej tradycji i kultury.

### **3.3. Instytucjonalizacja myśli narodowej i chrześcijańsko-demokratycznej**

Niezwykle ważnym zjawiskiem, jakie można obserwować w Polsce w ciągu ostatnich kilku lat, jest powstawanie instytutów, których zadaniem jest kultywowanie pamięci zbiorowej o wydarzeniach historycznych. Jako przykład można chociażby podać Instytut Pileckiego. Założony w roku 2016, ma służyć refleksji nad dwoma ważnymi, o ile nie najważniejszymi zagadnieniami XXI wieku: nazizmem i komunizmem [28].

Treści analizowane w niniejszym artykule wymagają jednak pochylenia się nad innym zgoła zjawiskiem. W roku 2020 dochodzi do instytucjonalizacji myśli narodowej i chrześcijańsko-demokratycznej. Powstaje Instytut Dziedzictwa Myśli Narodowej im. Romana Dmowskiego i Ignacego Jana Paderewskiego [29]. To wielki przełom w kontekście popularyzacji idei chrześcijańskiej i narodowej. Dlaczego? Według prof. Żaryna dorobek obozów narodowego i obozu katolicyzmu społecznego był w ciągu dziesięcioleci skutecznie zakłamywany [30]. W konsekwencji trafiał do odbiorców w formie zniekształconej i tym samym nie miał szansy zaistnieć na szerszą społeczną skalę. Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego Piotr Gliński podkreślił z kolei, że Instytut ma być forum uczciwej debaty i wymiany myśli na temat dziedzictwa ruchów narodowych i konserwatywnych. Ma też stanowić panaceum na usunięcie „białych plam” z kart polskiej historii, a więc usunąć z dyskursu publicznego te fałszywe, powtarzane przez lata slogany [29]. Decyzja o utworzeniu instytutu na pewno toruje drogę myśli konserwatywnej i narodowej, aby ta dotarła do szerszego grona.

Wydarzenia niniejsze będą mieć niebagatelny wpływ na kultywowanie pamięci zbiorowej polskiego społeczeństwa. Wielu autorów podkreśla bowiem, że domeną naszej współczesności jest prezentystyczne podejście do rzeczywistości, zanik autorytetów w wyniku procesu dyfuzji kultury, mniejszy udział przeszłości w życiu człowieka [1]. Powstanie instytucji, mających na celu upamiętnianie wydarzeń historycznych i zwrot w kierunku patriotyzmu, świadczy jednak o tym, że społeczeństwo umacnia się na drodze budowania swojej tożsamości z wykorzystaniem tradycji i patriotyzmu.

### **4. Podsumowanie**

Życie we współczesnej rzeczywistości wymaga od człowieka umiejętności poruszania się w świecie, w którym dominującą rolę odgrywa zmiana, a nie ciągłość [30]. Liczne problemy, z którymi zmagają się cywilizacja zachodnia, a będące m.in. wynikiem globalizacji i amerykańizacji, dotyczą także polskiego społeczeństwa, w którym pojawiły się pewne znamiona wulgaryzacji obyczajów i wzrost postaw materialistycznych. Tożsamość istnieje w warunkach zmian w tworzeniu więzi społecznych, które są coraz bardziej tymczasowe [31]. Jak wynika z rozważań zawartych w niniejszym



rozdziale, Polacy są coraz bardziej skłonni budować swoją tożsamość kulturową, opierając się o idee patriotyczne i historyczne, związane z narodową historią. Zostało to potwierdzone w badaniach społecznych przeprowadzonych w 2018 r., a także w preferencjach wyborczych. Aż 50% elektoratu Konfederacji, prawicowej partii politycznej, która weszła do sejmu IX kadencji stanowili młodzi mężczyźni w wieku od 18 do 29 lat. Partia ta grupuje inne partie i organizacje, w których deklaracjach ideowych można znaleźć hasła narodowe, odwołujące się do tradycji i postulatów dotyczących pamięci zbiorowej. Odpowiedzią na te ruchy społeczne stało się utworzenie w roku 2016 Instytutu Dziedzictwa Myśli Narodowej im. Romana Dmowskiego i Ignacego Jana Paderewskiego.

Z rozważań wynika zatem, że mogą istnieć pewne związki między globalizacją i amerykańizacją, które to zjawiska dotknęły także Polski, a indygenizacją, czyli powrotem do lokalnych tradycji. Na koniec podkreślić należy, że stwierdzenie o indygenizacji polskiego społeczeństwa, zachodzącej wskutek amerykańizacji jest tylko hipotezą i stanowi przyczynek do dalszej dyskusji. Warto w tym punkcie zacytować Karla Poppera, który w swoim dziele „W poszukiwaniu lepszego świata”, napisał: „Być może masz rację, a być może ja nie mam racji; i jeśli w naszej krytycznej dyskusji także, być może, nie rozstrzygniemy ostatecznie, kto z nas ma rację, to jednak możemy mieć nadzieję, że po takiej dyskusji będziemy pojmować sprawy nieco lepiej niż przedtem. Możemy uczyć się od siebie wzajemnie, dopóki nie zapomnimy, że chodzi nie tyle o to, kto ma rację, ile raczej o to, by zbliżyć się do obiektywnej prawdy” [32].

## **Literatura**

1. Golka M., *Cywilizacja współczesna i globalne problemy*, Oficyna Naukowa, Warszawa 2012, s. 91, 117, 158, 362, 377.
2. Huntington S., *Zderzenie cywilizacji i nowy kształt ładu światowego*, Zysk i S-ka, Poznań 1996, s. 14-24, 51-52, 127-128, 144-148, 243-253.
3. Cimek G., *W labiryncie pojęć – globalizacja jako kategoria teoretyczna*, w: Zeszyty naukowe Akademii Marynarki Wojennej, rok LII nr 4 (187), Gdynia 2011, s. 174.
4. Mlinar, Z., *Globalization and Territorial Identities*, Avebury, Aldershot 1992, s. 20-21.
5. Melosik Z., *Globalizacja, amerykańizacja i procesy (glo)kalizacji. Konteksty i kontrowersje*, w: „Horyzonty wychowania”, 17 (41), Poznań 2018, s. 13.
6. Bokszański Z., *Tożsamości zbiorowe*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2005, s. 20, 44, 50, 56, 109, 110, 195.
7. Bauman Z., *Wieloznaczność nowoczesna – nowoczesność wieloznaczna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1995, s. 220.
8. Olbromski C. J., *Tożsamość społeczna: typowość czy "wspólność, bezbarwność czy przejrzystość*, w: *Colloquia Communia*, nr 3 (70), Toruń 2000, s. 16.
9. Jenkins R., *Social Identity*, Routledge, London-New York 1996, s. 19.
10. Melucci A., *Challenging Codes: Collective Action in the Information Age*, Cambridge University Press, Cambridge 1996, s. 70.
11. Kłoskowska A., *Kultury narodowe u korzeni*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1996, s. 99.
12. *Encyklopedia Popularna PWN*, Wyd. dwudzieste czwarte, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1994, s. 422.
13. Dudziak A., *Kultura narodowa w dobie globalizacji*, w: *Przegląd Politologiczny*, nr 1, Poznań 2010, s. 127.

14. Bartosik-Purgat M., *Otoczenie kulturowe w biznesie międzynarodowym*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2006, s. 21-26.
15. Ritzer G., *Magiczny świat konsumpcji*, Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza SA, Warszawa 2004, s. 9, 23-24.
16. Ritzer G., Ritzer G., *Makdonaldyzacja społeczeństwa*, Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza SA, Warszawa 2003, s. 14. 38, 297.
17. *Globalizacja.*, w: *Encyklopedia socjologii*, Oficyna Naukowa, Warszawa 1998, s. 241.
18. Giddens A., *Socjologia*, PWN, Warszawa 2004, s. 74-75.
19. Sztompka P., *Socjologia zmian społecznych*, Znak, Kraków 2005, s. 93-94.
20. Friedman Th. L., *Lexus i drzewo oliwne. Zrozumieć globalizację*, Dom wydawniczy Rebis, Poznań 2001, s. 465.
21. <https://www.slowfood.com/about-us/>, dostęp: 19.05.2020 r.
22. <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/wyniki-wyborow-2019-jak-glosowali-polacy-pis-wygrywa-w-kazdej-grupie-wiekowej/tflk7p0>, dostęp: 19.05.2020 r.
23. <https://wolnosc.pl>, dostęp: 19.05.2020 r.
24. <https://ruchnarodowy.net>, dostęp: 19.05.2020 r.
25. <https://konfederacja.net>, dostęp: 19.05.2020 r.
26. <https://noizz.pl/spoleczenstwo/wybory-parlamentarne-2019-konfederacja-w-sejmie-ktoglosowal/hew94d5>, dostęp: 19.05.2020 r.
27. *Stulecie odzyskania niepodległości. Pamięć i wspólnota*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa 2008, s. 13, 82, 85.
28. <https://instytutpileckiego.pl/pl>, dostęp: 19.05.2020 r.
29. <https://dzieje.pl/aktualnosci/p-glinski-powstanie-instytut-dziedzictwa-mysli-narodowej-im-romana-dmowskiego-i>, dostęp: 19.05.2020 r.
30. <https://www.gov.pl/web/kultura/powstanie-instytut-dziedzictwa-mysli-narodowej-im-r-dmowskiego-i-i-jpaderewskiego>, dostęp: 19.05.2020 r.
31. Nora P., *Epoka upamiętniania*, w: Jacek Żakowski, *Rewanż pamięci*, Warszawa 2002, s. 61.
32. Popper K., *W poszukiwaniu lepszego świata*, Książka i Wiedza, Warszawa 1997, s. 239-240.

## Polskie społeczeństwo w perspektywie zmian globalizacyjnych na świecie

### Streszczenie

Polacy po rozpadzie ZSRR, wracając znów w roku 1989 do bycia narodem suwerennym, stają przed dylematami natury nie tylko gospodarczej, ale i społecznej. Przez ponad 40 lat naród polski wyeksponowany na wpływy kultury sowieckiej, musi się w końcu zderzyć ze zjawiskiem amerykańskiej – masowym transferem wartości, idei i zachowań tożsamy dla kultury amerykańskiej. Jej atrybuty, do których należą chociażby Coca-Cola, McDonald czy hollywoodzkie kino, stały się symbolem klasy średniej, która w tamtym czasie dopiero się tworzyła i wytyczyły ścieżkę, którą zaczęto masowo podążać. Jakie to przynosi skutki dla polskiego narodu?

Próbując odpowiedzieć na to pytanie, nazwać i opisać procesy, których dotyczy to zagadnienie, można odwołać się do rozważań Samuela Huntingtona, jednego z amerykańskich politologów. To on, w dziele „Zderzenie cywilizacji” wskazuje, że westernizacja, a więc proces przyjmowania wartości charakterystycznych dla kultury zachodniej, powoduje u przejmujących je kultur niezachodnich indygenizację, w której mieści się pojęcie powrotu do korzeni – wartości i tradycji lokalnych.

Powyższą koncepcję można zastosować na gruncie rozważań o o zjawiskach, zachodzących w polskiej przetrzeni. Łatwo bowiem zauważyć, że w ostatnich latach polska myśl patriotyczna zdecydowanie się umocniła. Coraz większy nacisk kładzie się na kultywowanie tradycji przeszłości, popularność zdobywają pisma konserwatywne. Warto zatem zastanowić się, co było tego przyczyną.

Celem artykułu jest zatem zaprezentowanie zmian w polskim społeczeństwie w kontekście zmian globalizacyjnych na świecie. Analiza będzie oparta m.in. rozważaniami Samuela Huntingtona, zawartymi w dziele „Zderzenie cywilizacji”. Te działania służą zasygnalizowaniu istnienia prawdopodobnego związku przyczynowo-skutkowego między napływem do Polski wielokulturowych wzorców, a wzmocnieniem znaczenia tradycji i wzorców kultury polskiej.

Słowa kluczowe: globalizacja, amerykańizacja, Samuel Huntington, tożsamość narodowa

## **Polish society in the view of worldwide globalizational changes**

### **Abstract**

After the collapse of the Soviet Union in 1989, Polish society faces many economic and social problems. During the 40 years of exposure to the influence of Soviet culture, it is then hit by the Americanization. The attributes of Americanization like Coca-Cola, McDonald or Hollywood become the symbols of the middle class, that started to be created that time and they marked the path to be followed. What kind of consequences does it bring to the Polish society?

Trying to answer this question, name and describe the processes that are connected with this phenomenon, it is right to refer to the Samuel Huntington's considerations. In the book titled "The clash of civilizations", he indicates that westernization, defined as a process of transfer the western ideas to different countries and regions causes the indigenization, which means the return to the tradition and local values.

This conception can be used to analyse the processes, which appear in the polish social space. Last time polish society is more likely to cultivate historical memory. More and more popular are the conservative magazines. It is worth to consider what its cause was.

The aim of this chapter is to show the changes among polish society in the view of globalization. The analysis will be mostly done in the light of Samuel Huntington's considerations contained in "The clash of civilizations". These activities will be necessary to signalize potential relation between invasion of external cultural patterns and reinforcement of national culture and tradition in Poland.

Keywords: globalization, americanization, Samuel Huntington, national identity

# Czy zmierzamy w kierunku zrównoważonej mobilności? Ocena na podstawie 15 lat badań w ramach Barometru Warszawskiego

## 1. Zrównoważona mobilność i zrównoważony transport

Termin zrównoważona mobilność pojawił się już w 1992 roku w Europie w Zielonej Księdze na temat wpływu transportu na środowisko [1]. Jednak przez dłuższy czas nie był tak powszechnie używany jak termin zrównoważony transport [2]. W nawiązaniu do szerokiej definicji zrównoważonego rozwoju przedstawionej przez Brundtland w 1987 r. [3] różne organizacje międzynarodowe przygotowywały swoje propozycje definicji zrównoważonego transportu, np. OECD [4], Komisja Europejska [5], ONZ [6]. Cechą wspólną tych podejść było akcentowanie konieczności ograniczenia negatywnych skutków społecznych i środowiskowych działalności transportowej, a jednym z głównych rekomendacji było promowanie środków transportu, które miałyby te skutki jak najmniejsze. .

Do końca lat 90. XX wieku powstała swojego rodzaju hierarchia ekologicznych środków transportu na podstawie kalkulacji tzw.: kosztów zewnętrznych [7, 8]. W transporcie osobowym miejskim ustalono, że najkorzystniej dla środowiska i społeczeństwa jest poruszać się pieszo lub rowerem, a następnie komunikacją miejską, podczas gdy dopiero na końcu samochodem [9]. Takie podejście, oprócz wspomnianych wcześniej organizacji, akcentowała m.in. Agenda 21 [10], Europejska Komisja Ministrów Transportu OECD [11]. W dalszej części artykułu kierujemy się tą hierarchią jako kryterium oceny.

W 1999 roku w Fundacji Instytut na rzecz Ekorozwoju powstała prosta i praktyczna definicja tego, z czym dziś uosabiamy zrównoważoną mobilność. Definicja ta zadaje dwa proste pytania:

1. Co najpierw zrobić, aby przemieszczenie ładunków lub osób z A do B i odwrotnie nie było konieczne?
2. Jeśli przemieszczenie się z A do B jest niezbędne to w jaki sposób je wykonać, aby było ekonomiczne efektywne, minimalizowało koszty społeczne, nie angażowało zasobów naturalnych i nie powodowało zanieczyszczenia środowiska? [12]

Pierwsze pytanie wprowadza do dyskusji kwestię mobilności – czy w ogóle musimy się przemieszczać?, a drugie pytanie przestaje na kwestii transportu – czym się przemieszczać?.

## 2. Badania w zakresie zrównoważonego transportu

W tym artykule skupimy się na wyborach, jakich dokonują codziennie warszawiacy, aby przemieszczać się po w mieście. Czy wybory te przez ostatnie 15 lat były coraz bardziej zrównoważone?

Podstawę do rozważań na ten temat stanowią badania społeczne o nazwie Barometr Warszawski. Badania te są prowadzone nieprzerwanie, co najmniej dwa razy w roku,

---

<sup>1</sup> Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju.

już od 2003 roku na reprezentatywnej próbie 1100 mieszkańców warszawy w wieku powyżej 15 lat. Do realizacji badania wykorzystywana jest metoda wywiadu bezpośredniego. Wszystkie zbiorcze wyniki są opublikowane na stronie internetowej Urzędu m.st. Warszawy [13], a nieprzetworzone odpowiedzi można uzyskać kierując zapytanie o dostęp do informacji publicznej. Zakres badań dotyczy wielu różnych kwestii z zakresu funkcjonowania miasta. Jednym ze stale zadawanych od 2003 roku zestawów pytań jest kwestia częstotliwości korzystania z różnych środków transportu w mieście. Wybory warszawiaków będziemy obserwować przez pryzmat pytań o tę częstotliwość oraz oceniać mając za podstawę hierarchię ekologicznych środków transportu podaną wcześniej.

Metoda badania zastosowana w Barometrze Warszawskim jest inna niż pomiary mobilności metodą tzw.: dzienniczka podróży. Warszawska ankieta nie jest także pomiarem wielkości i natężenia ruchu drogowego. Obydwie wspomniane metody są stosowane w inżynierii transportowej i uznawane przez nią jako bardziej dokładne dla celów planowania transportowego [14] lub w zarządzaniu komunikacją miejską [15]. Pozwalają one określić wartość głównego wskaźnika oceny zrównoważonej mobilności tj. struktury gałęziowej transportu (modal split). W zakresie tej struktury Warszawa jest uznawana za jedno z miast o zrównoważonej strukturze, na co wskazuje porównanie tego wskaźnika dla wielu miast, zestawione na stronie internetowej EPOMM [16].

Jednak w warunkach polskich Barometr Warszawski jest najczęściej wykonywanym pomiarem dotyczącym mobilności. Struktura gałęziowa transportu określana metodą dzienniczka podróży, a także badania ruchu dla całego miasta są realizowane nie częściej niż co kilka lat. Jak pokazują wyniki zestawione na stronie EPOMM takie badania miały miejsce w odstępach 10 lat w Warszawie, 7 lat w Krakowie i 5 lat w Gdyni. Jednak w innych miastach Polski tego typu badania były realizowane tylko okazjonalnie, np. w Poznaniu, Gdańsku. Niewiele lepiej jest w miastach europejskich oraz na świecie, gdzie 1-2 letni odstęp między badaniami zachowują nieliczne miasta, np. Helsinki, Kopenhaga, a większość realizuje badania rzadziej niż co 4 lata, np. Paryż, Oslo, Montreal lub okazjonalnie, np. Berlin, Amsterdam, Londyn [16].

Tymczasem zwiększenie częstotliwości pomiaru, które zapewnia Barometr Warszawski, pozwala wyeliminować niedokładności wynikające, np. z tymczasowych zakłóceń ruchu, jakie wystąpiły choćby podczas Warszawskiego Badania Ruchu w roku 2015. Tuż przed rozpoczęciem badania w wyniku pożaru wyłączony został z ruchu Most Łazienkowski. Autor tego artykułu pokazał, że na podstawie Barometru Warszawskiego można przedstawić odmienną interpretację zmian w mobilności warszawiaków podczas tej awarii niż przedstawiono w raporcie WBR 2015 [17].

Najnowszym podobnym metodycznie do Barometru Warszawskiego badaniem, ale zrealizowanym w kilku polskich miastach, był raport Polskiego Alarmu Smogowego. Zadano w nim pytanie o częstotliwość wykorzystania różnych środków transportu w poruszaniu się po Warszawie, Krakowie, Wrocławiu, Poznaniu i Katowicach. Według tego badania Warszawa ma na tle innych miast największą częstotliwość korzystania z transportu publicznego a najmniejszą z samochodów, co potwierdza jej względnie dobrą oceną w zakresie zrównoważonego transportu [18]. Jednak badanie to było zrealizowane tylko jednokrotnie w 2020 roku, a w tym artykule przedstawimy zmiany dokonujące się w Warszawie w okresie 2004-2019.

### 3. Metodyka analizy

Do analizy wybrano tylko niektóre z pytań z Barometru zaczynających się od zwrotu: „*Jak często w ciągu ostatnich 3 miesięcy korzystał(a) Pan(i) w Warszawie z...*”, a kończących określeniem jednej z form transportu, np. „*...komunikacji miejskiej*”. W kafeterii odpowiedzi respondenci mają do wyboru opcje pokazujące skalę częstotliwości korzystania z danej formy transportu: „codziennie lub prawie codziennie”; „nie codziennie, ale przynajmniej raz w tygodniu”; „od czasu do czasu, mniej niż raz w tygodniu”; „rzadko, mniej niż raz w miesiącu”; „wcale nie korzystałem(am)”; „trudno powiedzieć”<sup>2</sup>. Opcja „trudno powiedzieć” nie jest w tym artykule brana pod uwagę – zwykle wskazywało na nią 1-2% respondentów. Podstawą wyboru analizowanych form transportu była dostępność wyników dla tak samo zadawanego pytania i określonej w nim formy transportu w całym lub większości interesującego nas okresu, dla co najmniej dwóch badań w każdym roku.

Kierując się tym kryterium, możemy analizować wyniki pochodzące z kompletnych badań dla całego okresu od 2004 do 2019 roku w każdym roku dla takich form transportu jak: komunikacja miejska, kierowanie samochodem. Od 2007 roku niezakłócone wyniki mamy dla takich form transportu jak: pasażer samochodu, taxi. Od 2010 roku pojawiły się także pytania o częstotliwość korzystania z usług typu Parkuj i Jedź, które są zadawane do dziś. Natomiast od 2004 do 2013 roku można brać także pod uwagę wyniki barometru warszawskiego dla częstotliwości korzystania przez respondentów z roweru. Pozostałe formy transportu, np. autobusy podmiejskie, kolej, niestety nie są dostępne dla wszystkich analizowanych lat co najmniej w dwóch badaniach.

Dla każdego roku posługujemy się wynikami dwóch badań, z których jedno wypada zwykle w miesiącu maju, czerwcu lub lipcu, a drugie wypada zwykle w październiku, listopadzie lub grudniu.

Analiza historyczna przedstawiona w artykule polega na zestawieniu odpowiedzi na analizowane pytania dla całego okresu, a także analizowaniu zmian na podstawie linii trendu (krzywej regresji liniowej) [19]. Jako ilustracje do omówienia wyników wykorzystano wykresy pokazujące najistotniejsze zmiany.

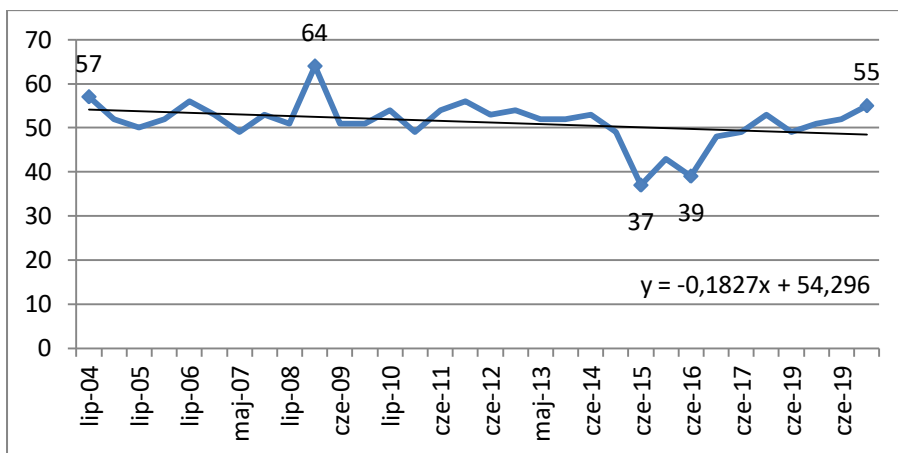
### 4. Szeregi czasowe i trendy zmian

#### *Komunikacja miejska*

W całym 15 letnim okresie analizy są badania, kiedy częstotliwość wykorzystania komunikacji miejskiej jest wyraźnie mniejsza lub większa, ale linie trendu nie wskazują na bardzo wyraźne zmiany w długim okresie.

W przypadku komunikacji miejskiej na częstotliwości: „codziennie”, „wcale” oraz „od czasu do czasu” wskazuje coraz mniej respondentów. W przypadku korzystania z komunikacji miejskiej „codziennie” trend malejący jest wyraźny (-0,18), natomiast w pozostałych przypadkach trend ten jest słaby (-0,01). Warto jednak zwrócić uwagę na fakt, że w przypadku korzystania z komunikacji miejskiej „codziennie” przebieg serii wykazuje specyficzne zmiany (rys. 1). Wartości skrajne całej serii od 2004 do 2019 roku są podobne (55% i 57%), ale w początkowych latach występuje wyraźne maksimum w listopadzie 2008 roku (64%), a w drugiej połowie okresu wyraźne minimum w latach 2015 (37%) i 2016 (39%), po którym następuje ponowny wzrost wskazań na tę częstotliwość korzystania z komunikacji miejskiej.

<sup>2</sup> W dalszej części artykułu posługujemy się skrótami nazw tych opcji, tj.: „codziennie”, „nie codziennie”, „od czasu do czasu”, „rzadko” oraz „wcale”.



Rysunek 1. Procent respondentów korzystających „codziennie” z komunikacji miejskiej w Warszawie, linia trendu i punkty charakterystyczne dla okresu 2004-2019.

Źródło: [Opracowanie własne na podstawie Barometru Warszawskiego]

Na korzystanie z komunikacji miejskiej „nie codziennie” w długim okresie wskazuje coraz więcej respondentów – trend jest dodatni na poziomie 0,04. Jeszcze szybciej rośnie liczba wskazań na korzystanie z komunikacji miejskiej „od czasu do czasu” – trend jest dodatni na poziomie 0,16. W obydwu przypadkach maksymalne wartości wskazań na te odpowiedzi występują w latach 2015 i 2016. W późniejszym okresie spada liczba wskazań na te częstotliwości.

Odpowiedzi respondentów charakteryzuje duża zmienność pomiędzy nawet pojedynczymi okresami. Wyróżniają się pojedyncze okresy stosunkowo wysokiego codziennego korzystania z komunikacji miejskiej, np. listopad 2008 lub stosunkowo niskiego codziennego korzystania, np. maj 2007 czy grudzień 2010. Jednak wyraźne minimum częstotliwości wykorzystania komunikacji miejskiej występuje w latach 2015 i 2016 (37-43%), a moment ten dzieli całą serię dla częstotliwości „codziennie” na dwa podokresy – spadku częstotliwości korzystania z komunikacji miejskiej do roku 2015 i ponownego wzrostu po 2016 roku. Także w całym analizowanym okresie następuje powolna zmiana w wykorzystaniu komunikacji miejskiej polegająca na spadku wskazań respondentów na bardzo wysokie częstotliwości korzystania, tj.: „codziennie”, na średnie wartości, tj.: „nie codziennie” lub „od czasu do czasu”.

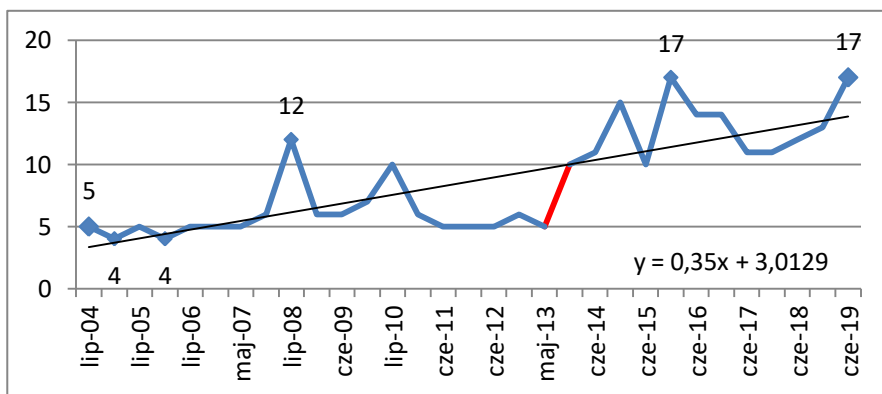
#### **Kierowanie samochodem**

W przypadku kierowania samochodem zaobserwowano wyraźnie co najmniej dwa wyraźne trendy zmian we wskazaniach na poszczególne częstotliwości. Po pierwsze, coraz mniejszą liczbę wskazań na odpowiedź: „wcale”. Wykres regresji liniowej wykazuje bardzo wysoki spadek procentu wskazań na tę częstotliwość (-0,61). Po drugie, wyraźny jest przyrost liczby respondentów kierujących samochodem w częstotliwościach: „nie codziennie”; „od czasu do czasu” oraz „rzadko”.

Największy przyrost wskazań dotyczy częstotliwości „od czasu do czasu”, dla której krzywa regresji wznosi się o 0,35 (rys. 2). Ta krzywa regresji ma także w 2013 roku punkt wyraźnego wzrostu procentu wskazań. Do 2013 roku średnia dla tej częstotliwości wynosi mniej niż 6%, a po 2013 roku więcej niż 12%. Wskazuje to, iż prawdo-

podobnie w tym roku nastąpiły zmiany w warunkach poruszania się po mieście, które faworyzowały częstsze kierowanie samochodem przez respondentów.

Drugą najwyższą wartość współczynnika krzywej regresji obserwujemy dla częstotliwości „rzadko”, dla której krzywa wznosi się o 0,15. O 0,12 wznosi się krzywa dla częstotliwości „nie codziennie”. Liczba wskazań na częstotliwość „codziennie” pozostaje w całym okresie praktycznie bez zmian – krzywa regresji wznosi się o 0,01.



Rysunek 2. Procent respondentów kierujących samochodem „od czasu do czasu” w Warszawie, linia trendu i punkty charakterystyczne dla okresu 2004-2019.

Źródło: [Opracowanie własne na podstawie Barometru Warszawskiego]

Dla średnich częstotliwości długookresowa zmiana trendu nie jest jednorodnie wznosząca lub opadająca. Szczególnie dla częstotliwości; „nie codziennie” wartości od 2004 roku rosną, a następnie po 2012 roku maleją. Podobny przebieg odnotowujemy dla kierowania samochodem „codziennie”, z dodatkowym maksimum w 2015 roku.

Kierowanie samochodem po Warszawie uzyskuje zatem coraz więcej wskazań na coraz wyższe częstotliwości oraz po samochód sięga też coraz więcej osób.

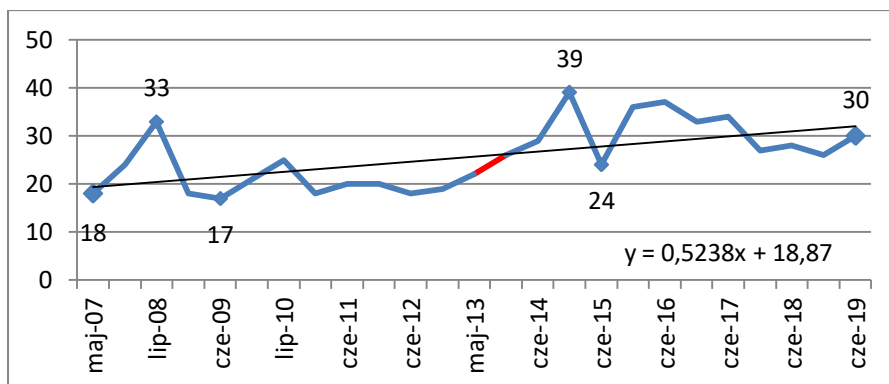
### **Pasażer samochodu**

Podróżowanie jako pasażer samochodu jest znacznie mniej popularne od wcześniej omawianych form transportu. Analizowane dane dotyczą także nieco krótszego okresu – od 2007 do 2019 roku. Krzywe regresji dla poszczególnych częstotliwości pokazują wyraźne zmiany w wykorzystaniu tej formy transportu.

Na bycie pasażerem samochodu respondenci wskazują coraz rzadziej dla częstotliwości „codziennie” (-0,11) oraz „wcale” (-0,31). Jednak jeśli spojrzymy na krzywą regresji dla częstotliwości „codziennie” to zauważymy, że w praktyce ma ona wyraźne maksimum w środku badanego okresu, w latach 2011-2013 (11-13%). Odwrotnie zaś krzywa dla częstotliwości „wcale” ma wyraźne minimum w okresie 2015-2016 (18-23%), choć pojedyncza najniższa wartość występuje w roku 2008 (15%).

Brak wyraźnych zmian długookresowych wykazują dla tej formy transportu częstotliwości: „nie codziennie”; (-0,007) oraz „rzadko” (-0,05). Jednak podobnie jak krzywa dla częstotliwości codziennej, tak krzywa dla częstotliwości „nie codziennie” ma wyraźnie wyższe wartości w latach 2011-2015 (21-24%, za wyjątkiem 18% w czerwcu 2014 r.). Także podobnie jak dla częstotliwości „wcale”, krzywa dla częstotliwości „rzadko” ma wyraźne niższe wartości w tym samym okresie: 2011-2015 (14-19%).





Rysunek 3. Procent respondentów wskazujących na bycie pasażerem samochodu „rzadko” w Warszawie, linia trendu i punkty charakterystyczne dla okresu 2007-2019.  
Źródło: [Opracowanie własne na podstawie Barometru Warszawskiego]

Największa zmiana zaszła w zakresie wskazań na częstotliwość bycia pasażerem samochodu „rzadko” (rys. 3). Wystąpił w tym przypadku trend rosnący na poziomie 0,52. Jest to wzrost wyraźnie potwierdzony wyglądem serii, której krzywa wskazuje na przełom w liczbie wskazań na tę częstotliwość w roku 2013. Średnią dla wskazań na tę częstotliwość przed majem 2013 r. to 20%, a średnia dla wskazań po listopadzie 2013 to 30% – różnica pomiędzy tymi okresami jest wyraźna i wynosi 10 punktów procentowych. W dodatku przed 2013 rokiem dla tej częstotliwości tylko jeden raz wystąpiła wartość wskazań wyższa niż 25%, a po 2013 roku tylko jeden raz wystąpiła wartość wskazań niższa niż 25%.

Dane wskazują, że występuje wyraźny wzrost liczby respondentów, którzy bywają pasażerami samochodów, ale jednocześnie respondenci coraz rzadziej bywają takimi pasażerami „codziennie”. Wyraźnym okresem wzmożonego podróżowania po Warszawie jako pasażer samochodu są lata 2014-2017, a szczególnie charakterystyczny moment wzrostu takiego wykorzystania nastąpił w roku 2013.

### **Taxi**

Korzystanie z usług taxi okazuje się być jednym z najbardziej stabilnych przejawów mobilności wśród respondentów, jeśli analizujemy trendy. Współczynniki krzywych regresji są w przypadku każdej częstotliwości mniejsze niż 0,1 lub w przypadku spadku większe niż -0,1. Liczba wskazań na częstotliwość korzystania z taxi „codziennie” w długim okresie była stała, ale w tym zakresie wykorzystania znajduje się niewielu respondentów – wyniki są nie większe od błędu statystycznego całego badania.

Niskie zmiany wykazuje także linia trendu dla częstotliwości korzystania z taxi „nie codziennie”(0,01). Wyraźne pojedyncze maksimum wykorzystania jest w roku 2016 (8%). Częstotliwość korzystania z taxi „od czasu do czasu” charakteryzuje się wzrostem na poziomie 0,06. Dla częstotliwości „rzadko” długookresowy wzrost wartości jest na poziomie 0,05.

Minimalny spadek wykazuje krzywa regresji jedynie dla częstotliwości korzystania z taxi „wcale” (-0,09). Stosunkowo najmniejsza liczba wskazań na częstotliwość

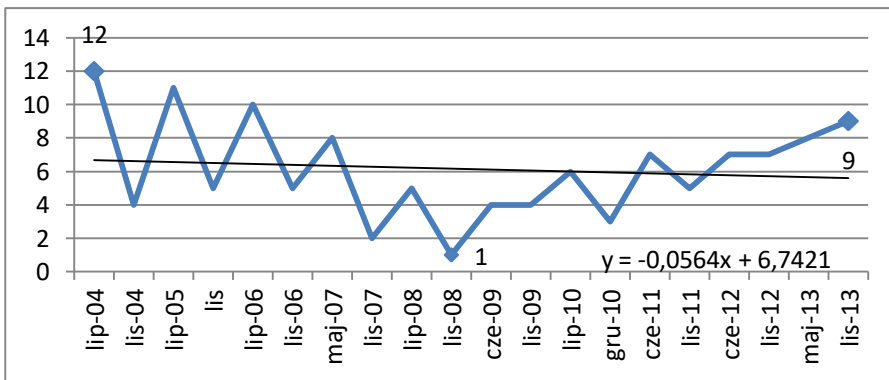
„wcale” występuje w latach 2015-2017, z absolutnym minimum dla całego okresu w czerwcu 2016 r. (45%).

Podsumowując można podejrzewać, że wykorzystanie usług taxi w Warszawie w długim okresie nieznacznie wzrasta, ale jest to wzrost na poziomie niskich częstotliwości dla większości respondentów, tj. „rzadko”. Dość wyraźny wpływ na wzrost wykorzystania usług taxi miały wydarzenia w systemie transportowym, które następowały w latach 2015-2017, ponieważ można zauważyć w tym okresie nieznaczne maksimum wykorzystania z tych usług.

### Rower

Najkrótszą spójną serią badań częstotliwości są wyniki dla wykorzystania roweru. Co więcej, seria ta przebiega od roku 2004 do 2013, a nie do roku 2019. Jeśli jednak spojrzymy na wykres (rys. 4), to możemy zauważyć, że seria ta jest bardzo ciekawym obiektem badań.

Po pierwsze, bardzo wyraźnie zaznaczają się w tej serii wahania okresowe w częstotliwości korzystaniu z roweru. Kiedy ankiety są realizowane w ciepłym okresie roku, tj. w maju-czerwcu-lipcu, wykorzystanie roweru deklaruje prawie zawsze więcej osób, niż w kiedy ankiety są realizowane w chłodnej połowie roku, tj. w listopadzie-grudniu. Z tego powodu krzywe regresji dla większości częstotliwości mają przebieg wykazujący cykliczność, poza nieregularnościami wynikającymi z wpływu innych czynników. Cykliczność ta jest najbardziej widoczna dla częstotliwości „nie codziennie”, dla której niemal każdego roku respondenci wskazują na częstsze wykorzystanie roweru wiosną i latem niż jesienią. Dla pełnego obrazu krzywa regresji w tym przypadku jest wznosząca na poziomie 0,06, ale wyraźne pojedyncze minimum występuje w roku 2008 (1% w listopadzie).



Rysunek 4. Procent respondentów korzystających „codziennie” z roweru w Warszawie, linia trendu i punkty charakterystyczne dla okresu 2004-2013.

Źródło: [Opracowanie własne na podstawie Barometru Warszawskiego]

Cykliczność wykorzystania roweru wykazują także obie częstotliwości skrajne, tj. „codziennie” i „wcale”, choć w ich przypadku cykliczność ta zanika na moment w roku 2009, a jak się wydaje na stałe po roku 2011. Dla obydwu tych częstotliwości krzywa regresji wykazuje spadek wskazań. Wykorzystanie „codziennie” spada w tempie  $-0,05$ , a wykorzystanie „wcale” w tempie  $-0,11$ . Jednak liczba wskazań na często-

tliwość „codziennie” wykazuje wyraźny spadek tylko do roku 2008-2009, a następnie następuje jej wzrost. Nie widać takiego zjawiska w przypadku częstotliwości „wcale”.

Częstotliwości wykorzystania roweru „od czasu do czasu” i „rzadko”; notują największy wzrost wskazań odpowiednio o współczynnik 0,06 oraz 0,17. Dla obydwu częstotliwości występują jednak maksymalne wartości wskazań w latach 2008-2010. Obydwie także nie wykazują cykliczności, co świadczy o tym, że w tych częstotliwościach następują największe zmiany wynikające prawdopodobnie z innych czynników niż pogoda.

Wykorzystanie roweru w badanym okresie powoli wzrasta, o czym świadczy coraz mniejsza liczba wskazań na częstotliwość „wcale”. Jednak rośnie liczba rowerzystów, którzy wykorzystują rower w sposób sporadyczny („od czasu do czasu” i „rzadko”, a spada udział rowerzystów, którzy jeżdżą rowerem „codziennie”. Wyraźne minimum wskazań na wysokie częstotliwości korzystania z roweru przypadło na lata 2007-2009, natomiast po 2011 roku zaczęła zanikać sezonowa cykliczność wykorzystania roweru, co prawdopodobnie także przełożyło się na ogólny wzrost procentu osób wskazujących na średnie częstotliwości wykorzystania roweru.

### ***Parkuj i Jedź***

Ostatnią długookresową serią badań częstotliwości, którą przeanalizujemy, jest korzystanie z usług typu Parkuj i Jedź. Zmiany w częstotliwości korzystania z tego typu usług pokazują wyraźny wzrost ilości korzystających z nich respondentów z kilkoma jednorazowymi maksimumami w latach 2016 i 2019.

Wzrost potwierdzają krzywe regresji, które bez wyjątku pną się w górę dla większości częstotliwości korzystania z tych usług, za wyjątkiem częstotliwości „wcale”. Największy wzrost odnotowuje procent wskazań na wykorzystanie Parkuj i Jedź „rzadko” – współczynnik 0,58. Dla coraz wyższych częstotliwości wykorzystania te współczynniki sukcesywnie maleją, ale są niezmiennie rosnące. Dla częstotliwości „od czasu do czasu” – współczynnik 0,35, „nie codziennie” – współczynnik 0,07, oraz dla „codziennie” – współczynnik 0,07.

Rekordowy współczynnik zmiany wśród wszystkich analizowanych serii ma opadająca krzywa regresji dla częstotliwości „wcale” – wynosi on -1,05. Warto zauważyć, że w przypadku tej krzywej oraz dla krzywych większości pozostałych częstotliwości punktem przełamania jest rok 2014. Przed tym okresem na częstotliwość „wcale” wskazuje 13 punktów procentowych więcej osób – średnio 93%, niż po tym okresie – średnio 80%. Dla pozostałych częstotliwości jest odwrotnie, np. średni procent wskazań dla częstotliwości „od czasu do czasu” jest przed 2014 rokiem o 4 punkty procentowe niższy i wynosi ok. 2%, niż po 2014 roku, kiedy wynosi ok. 6%.

Zatem wykorzystanie usług typu Parkuj i Jedź przez warszawiaków objętych badaniem rośnie zarówno w zakresie ilości osób, jak i częstotliwości. Wyraźnym punktem przełomowym dla korzystania z tego typu usług jest rok 2014.

## **5. Dyskusja wyników**

W okresie od 2004 do 2019 roku komunikacja miejska pozostawała najczęściej wykorzystywaną przez warszawiaków formą transportu, na poziomie 90% mieszkańców miasta. Mimo iż była wykorzystywana w coraz mniejszym stopniu codziennie, to wcale nie korzystało z niej coraz mniej osób, za wyjątkiem lat 2015-2016. Po 2016 roku wydaje się następować ponowny wzrost częstotliwości korzystania z komunikacji

miejskiej. Drugim w kolejności środkiem transportu dla warszawiaków był samochód. Od 2004 do 2019 roku zwiększyła się liczba osób, które z niego korzystają zarówno jako kierowcy, jak i pasażerowie. Coraz większe były także częstotliwości korzystania z samochodu. Od 2010 roku wzrost jednoczesnego wykorzystania samochodu i komunikacji miejskiej potwierdza coraz większa liczba osób korzystających z usług typu Parkuj i Jedź. Od 2008 roku także po rower sięga coraz więcej osób oraz robią to one coraz częściej, jednak analizowana seria kończy się na roku 2013.

Trendy te potwierdzają innego rodzaju statystyki i badania transportowe. Według danych GUS od 2006 roku rosła prawie nieprzerwanie liczba pasażerów komunikacji miejskiej [20]. Zgodnie z wynikami Warszawskich Badań Ruchu z roku 2005 i 2015 [21, 22] pomiędzy tymi latami znacznie wzrósł udział podróży wykonywanych samochodem i rowerem po mieście. Badania ruchu rowerowego wykazywały od 2008 aż do 2017 roku znaczny wzrost liczby rowerzystów na ulicach [23].

Dzięki Barometrowi Warszawskiemu i pokazanym w tym artykule wynikom wiemy jednak nieco więcej. Wiemy o tym, że prawdopodobnie już od 2016 roku coraz częściej korzystano z komunikacji miejskiej, a rok 2015 był minimum w zakresie korzystania z komunikacji miejskiej i maksimum w zakresie wykorzystania samochodu. Wiemy, że rok 2013 i 2014 były też przełomowe w zakresie wzrostu liczby korzystających z samochodu oraz usługi Parkuj i Jedź. Wiemy też, że wykorzystanie roweru zaczęło być znacznie mniej niż kiedyś uzależnione od pory roku. Na podstawie wyników Barometru Warszawskiego można ocenić wszystkie te zmiany jako trwałe.

Duża częstotliwość wykonywania Barometru Warszawskiego stanowi wartość dodaną, która umożliwia wydobycie większej ilości informacji. W tym artykule przedstawiono wyniki, które pokazują jedynie potencjał tych badań. Można go lepiej wykorzystać zestawiając te wyniki z terminami zmian infrastrukturalnych lub organizacyjnych, które odbywały się w systemie transportowym miasta i mogły być przyczyną zaobserwowanych zjawisk społecznych. A jeśli nie, to nowej wiedzy o przyczynach można szukać za pomocą np. jakościowych wywiadów pogłębionych z warszawiakami.

## 6. Podsumowanie

Przykładając do tak naszkicowanego obrazu zmian w wyborze środków transportu kryteria hierarchii ekologicznych środków transportu można być zadowolonym, że komunikacja miejska nie traci na znaczeniu, a rower jest wybierany coraz częściej. Są to przecież najmniej szkodzące środowisku i społeczeństwu środki transportu. Duże zaniepokojenie budzi jednak fakt, że rekordowe wzrosty w zakresie wykorzystania odnotowuje samochód, w obydwu swoich formach: kierowcy i pasażera. A samochód to wciąż środek transportu posiadający najwięcej negatywnych oddziaływań na środowisko.

Ogólny wzrost wykorzystania wszystkich środków transportu, a także prawie bez wyjątku wzrost częstotliwości ich wykorzystania wskazuje także pośrednio na fakt, iż w społeczności warszawiaków postępuje także wzrost mobilności. Tendencje te mówią, iż w Warszawie od 2004 do 2019 roku nie następowała wyraźna zmiana w kierunku przemieszczania się mieszkańców po mieście w sposób bardziej zrównoważony. Pozostaje otwartym pytanie, czy załamanie pandemiczne z roku 2020, pogłębione świadomością postępujących zmian klimatu oraz trwającego impasu w zakresie złej jakości powietrza będzie podstawą do takich zrównoważonych zmian? To pokaże przyszłość.

## Literatura

1. Komisja Europejska, *Green Paper on the Impact of Transport on the Environment*. A Community Strategy for 'Sustainable Mobility', COM (92) 46 Final; Bruksela, 1992.
2. Holden E, Gilpin G., Banister D., *Sustainable Mobility at Thirty*, w: Sustainability 2019, 11(7), 1965, MDPI, 2019, <https://www.mdpi.com/2071-1050/11/7/1965> , dostęp w maju 2020.
3. World Commission on Environment and Development, *Our Common Future*, Oxford University Press, U.K., 1987; oraz polskie tłumaczenie: Światowa Komisja ds. Środowiska i Rozwoju (WCED), *Nasza Wspólna Przyszłość*, PWE, Warszawa, 1991.
4. Commission Expert Group on Transport and Environment – WORKING GROUP I, *Defining an environmentally sustainable transport system*, Luksemburg, 6 września 2000.
5. Economic and Social Council, Commission on Sustainable Development, *Report on the Ninth Session*, 5.05.2000 and 16-27.04.2001, Nowy Jork, 2001.
6. M. Maibach, C. Schreyer, D. Sutter, H.P. van Essen, B.H. Boon, R. Smokers, A. Schrotten, C. Doll, B. Pawłowska, M. Bąk, *Handbook on estimation of external cost in the transport sector Internalisation Measures and Policies for All external Cost of Transport (IMPACT)*, Delft, CE, 2007.
7. Huib van Essen, Lisanne van Wijngaarden, Arno Schrotten, Daniel Sutter, Cuno Bieler, Silvia Maffii, Marco Brambilla, Davide Fiorello, Francesca Fermi, Riccardo Parolin, Kareen El Beyrouty, *Handbook on the external costs of transport – version 2019*, Delft, CE Delft, 2019.
8. Whitelegg John, *Transport for a sustainable future: a case for Europe*, Londyn, 1994.
9. Europejska Konferencja Ministrów Transportu, *Infrastructure-Induced Mobility*, Round Table 105, 1998.
10. Fundacja Instytut na rzecz Ekorozwoju, *Alternatywna polityka transportowa w Polsce według zasad ekorozwoju*, Raport 4/99, Fundacja InE, Warszawa, 1999.
11. Urząd m.st. Warszawy, *Barometr Warszawski*, Warszawa, 2004-2019, <https://www.um.warszawa.pl/o-warszawie/warszawa-w-liczbach/barometr-warszawski>, dostęp w maju 2020.
12. Gaca S., Suchorzewski, W., Tracz S., *Inżyniera ruchu drogowego – teoria i praktyka*, WKiŁ, Warszawa, 2014. P. 96-122.
13. Starowicz W., Bryniarska Z., 2010, *Wyniki badań systemów publicznego transportu zbiorowego w wybranych miastach*, Wydawnictwo Oddziału SITK RP w Krakowie, Kraków, s. 20-25.
14. European Platform on Mobility Management, [www.epomm.eu](http://www.epomm.eu) (dostęp w sierpniu 2019), 2020.
15. Szymalski, W., *Zmiany liczby podróżujących różnymi środkami transport w Warszawie podczas awarii mostu Łazienkowskiego*, w: Transport Miejski i Regionalny 3/2019, s. 19-23, SITK – RP, Kraków, 2019,
16. Polski Alarm Smogowy, *Zachowania transportowe mieszkańców polskich miast*, Kraków, luty 2020.
17. Babbie E., *Badania społeczne w praktyce*, Wydawnictwo PWN, Warszawa, 2003
18. GUS, *Rocznik Statystyczny Warszawy*, Warszawa, 2004-2018.
19. Monkiewicz S. (red.), *Warszawskie Badanie Ruchu 2005 wraz z opracowaniem modelu ruchu*, BPRW S.A., Warszawa, Grudzień 2005.
20. Kostelecka A. (red.), *Warszawskie Badanie Ruchu 2015 wraz z opracowaniem modelu ruchu – Raport z etapu III*, PBS, Via Vistula, Politechnika Krakowska, Sopot, Kraków, Warszawa, listopad 2015.
21. Biuro Polityki Mobilności i Transportu m.st. Warszawy, Zielone Mazowsze, *Warszawski Raport Rowerowy 2017*, Warszawa, 2018.

## **Czy zmierzamy w kierunku zrównoważonej mobilności? Ocena na podstawie 15 lat badań w ramach Barometru Warszawskiego**

### Streszczenie

Artykuł analizuje dane udostępnione publicznie, pochodzące z serii badań społecznych prowadzonej od 2003 roku pod nazwą Barometr Warszawski. Seria badań w ciągu 15 lat zadawała pytania o częstotliwość korzystania z różnych środków transportu reprezentatywnej grupie mieszkańców Warszawy w wieku 15 i więcej lat. Aby ocenić, czy mieszkańcy Warszawy coraz częściej korzystają z ekologicznych środków transportu przeanalizowano odpowiedzi dla częstotliwości korzystania przede wszystkim z komunikacji miejskiej oraz samochodu. Pomocniczo wykorzystano odpowiedzi dla innych form transportu. Dzięki temu określono główne długookresowe trendy zmian w korzystaniu z różnych środków transportu w tym największym polskim mieście.

Uzyskane wyniki pokazują, że nie jest możliwa zarówno jednoznacznie pozytywna, jak i jednoznacznie negatywna ocena zachodzących zmian. Użytkowanie samochodów wśród mieszkańców Warszawy jest coraz bardziej popularne. Wśród respondentów badania liczba wskazań na korzystanie z samochodu z częstotliwością „wcale” zaliczyła relatywnie największy spadek spośród wszystkich badanych długo-okresowo form transportu -0,6 punktu procentowego mniej rocznie. Jednak nie oznacza to, że respondenci masowo rezygnowali z korzystania z komunikacji miejskiej, która nadal pozostaje najpopularniejszym środkiem transportu w mieście. W zależności od pory roku nie korzysta z niej wcale tylko od 6 do 12% mieszkańców. Znacznie wzrosła liczba korzystających także z nowego typu usług zrównoważonej mobilności w mieście, parkingów Park&Ride.

Słowa kluczowe: Barometr Warszawski, Warszawa, zrównoważona mobilność, trendy

## **Are we heading towards sustainable mobility. An assessment based on 15 years of Warsaw Barometer opinion polls**

### Abstract

Article analyses public data from Warsaw Barometer opinion polls realized from 2003. Since 15 years this research has been asking Warsaw inhabitants older than 15 years old about their frequency of use of various types of transport. To assess whether changes that occur in results of those polls in longtime are heading towards more sustainable mobility patterns, questions about public transport and car were analyzed mostly. Additionally other types of transport were taken into account.

Results of the analysis show, that we cannot say clearly, whether the change are good or bad from the point of view of sustainability. For sure car is more frequently used among Warsaw inhabitants. It is one of the most downwards trends – about -0,6 percent points yearly, that people answer they do not use car at all. But this trend does not mean people are resigning from public transport, which remain the most popular transport mean in Warsaw. Depending on the season from 6 to 12% of Warsaw inhabitants do not use public transport at all. There have also been a huge rise in the use of Park&Ride facilities.

Keywords: Warsaw Barometer, Warsaw, sustainable mobility, trends

# Kultura globalna i jej wpływ na społeczności i tożsamości lokalne. Globalizacja w wymiarze kulturowym: kultura globalna

## 1. Wprowadzenie

Kultura jest jedną z najważniejszych, obok handlu i finansów, płaszczyzn szybkiego postępu globalizacji. Jako skutek wielu czynników – nowych możliwości audiowizualnych, mass-mediów, internetu, swobody przemieszczanie się przez granice, a także procesów deregulacji w handlu międzynarodowym, dochodzi w świecie do bezprzykładnej dyfuzji zjawisk i produktów kulturowych. Zjawiska te prowadzą do powstania szerszej płaszczyzny kulturowej, która coraz częściej nazywana jest kulturą globalną. Sprawa nie jest jednoznaczna, bo w procesie agregacji czy syntezy różnych zjawisk kulturowych trudno dopatrzeć się głębi ludzkiej *animi*, kreacji duszy i umysłu, tego co klasycy i teoretycy, w ślad za formułą użytą przez Cyncerona, uznawali za warunek kulturowej kreatywności<sup>2</sup>.

Kultura globalna jest w swym głównym nurcie tą odmianą kultury, która dzięki medialnym możliwościom współczesnego świata ukierunkowana jest raczej na efekt konsumpcji niż duchowej kontemplacji, kreacji wartości intelektualnych czy też budowaniu tożsamości. Stąd często nazywana jest kulturą konsumencką i utożsamiana bywa z wartościami przede wszystkim rynkowymi. Widoczne są tu w szczególności, bo przyspieszony sposób, efekty procesów uniwersalizacji i jednolicenia komercyjnych wzorców. Procesy te są możliwe dzięki mediom, masowej informacji, wszechobecnym, choć dostosowanym do lokalnych odbiorców, reklamom oraz internetowi. Sprzyjają temu także bezpośrednie kontakty ludzi, wyjazdy turystyczne i podróże służbowe, czyli szybkie przemieszczanie się w przestrzeni. I choć o możliwościach powstania takiej kultury pisali klasycy, specjaliści od kultury, socjologowie a także teoretycy stosunków międzynarodowych, to jest to przede wszystkim produkt ostatnich dekad i rozwoju świata po zimnej wojnie. Jedną z nich była Margaret Mead, która pisała, że *zbliżamy się do możliwości stworzenia jednej kultury obejmującej cały świat i stania się obywatelami tego samego globu* [1].

O kształtowaniu się takiej kultury, choć nie nazywał ją globalną, w obrębie procesów socjologiczno-religijnych i gospodarczych, pisał Max Weber, utożsamiając ją z głównym nośnikiem tych procesów, jakim był kapitalizm i Zachód [2]. Poglądy Webera wywarły trwały wpływ na socjologię i antropologię kultury w wielu krajach, w tym w Polsce. Wyraźnie do poglądów Webera w kwestiach mechanizmów uniwersalizacji kultury, nawiązuje Marcin Napiórkowski w pracy pod wiele mówiącym o tych mechanizmach

---

<sup>1</sup> Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego.

<sup>2</sup> Cynceron w *Rozmowach Tuskułańskich*, uprawie roli [*agri-cultura*], przeciwstawił działalność filozoficzną, duchową, „uprawę ducha” [*cultura animi*], a więc wytworów umysłu. Pisał: *Cultura autem animi philosophia est.* [4].

tytuł: *Kod kapitalizmu. Gwiazdne Wojny, Coca-Cola i Leo Messi kierują twoim życiem* [3].

Ale namiastki kultury globalnej powstawały znacznie wcześniej niż zrodził się kapitalizm i właściwe mu mechanizmy komercyjne. Jednak wcześniej, przez wieki, z powodu wielkich odległości, braku technicznych możliwości podróżowania i szybkiego kontaktowania się, masowa dyfuzja zjawisk kulturowych o wymiarach ponadregionalnych była bardzo trudna. Nie oznacza to, że nie było przejawów takiej dyfuzji. Niektóre wzorce, podobnie jak zwyczaje, stawały się uniwersalne, przekraczając granice kultur narodowych, a nawet kręgów cywilizacyjnych. Były to produkty kultury materialnej [np. wynalazek prochu, papieru, jedwabiu, porcelany, cementu], architektury, ale także duchowej, jak dzieła sztuki, wzorce piękna, wierzenia religijne. Czasem takie produkty i zwyczaje kształtowały styl życia, jak na przykład produkcja i kultura wina, upowszechnienie kawy, a potem kultury picia kawy.

Dotyczyło to różnych dziedzin i kontaktów niegdyś między władcami, monarchami, a dziś są to po prostu stosunki między państwami, a szerzej stosunki międzynarodowe. Były to najpierw kształtujące się odrębnie zwyczaje nietykalności posłów [oraz inne prawa i przywileje dyplomatyczne], *sui generis* prawo wojny i pokoju [wypowiadanie wojny, zawieranie przymierzy i traktatów pokojowych] prawo żeglugi po morzach i oceanach, przekształcające się w prawo narodów, w prostej linii wywodzące się z rzymskiego *ius gentium*. Dyfuzja następowała w ramach kręgów cywilizacyjnych, ale równocześnie z rozwojem żeglugi następowała globalna dyfuzja kultury, lecz także wraz z masową ekspansją i podbojami, niszczenie kultur. Zawsze jednak z tych często gwałtownych kontaktów, jakieś wartości pozostawały lub rodziły się, a niektóre zrobiły globalną karierę. Wystarczy tu wspomnieć choćby o globalnej asymilacji arabskich cyfr czy o innych matematycznych osiągnięciach Arabów, ich wzorcach architektonicznych, potrawach kuchennych. Dominowało, już od XVI wieku, od odkrycia nowego świata, a potem po zatrzymaniu pochodu islamu w bitwie pod Wiedniem, europejskie pojmowanie cywilizacji. Przewaga techniczna Europy była na tyle duża, że Europejczycy, nawet małe narody i garstki ich przedstawicieli podporządkowywali sobie całe narody, kultury i obszary.

Nic więc dziwnego, że ugruntowało się europejskie pojęcie cywilizacji, oparte o osiągnięcia kultury materialnej i duchowej oraz rozwiązania społeczne czołowych w tamtych czasach mocarstw europejskich. Tworzył się podział na cywilizację i inne, niecywilizowane ludy. Świat już to przeżywał i to dwukrotnie, raz gdy Rzymianie uznali siebie za jedynych godnych obywateli ówczesnego świata, a inne ludy za barbarzyńców, nie mających żadnych praw, i drugi raz gdy chrześcijaństwo stało się oficjalną religią Imperium Rzymskiego, a nieobjętych nią zaczęto uważać za pogan, co w praktyce dotrwało niemal aż do naszych czasów. Wiele kulturalnych dokonań Starożytności, zarówno z obszaru kultury helleńskiej jak i rzymskiej, stało się wartościami uniwersalnymi, podstawami cywilizacji europejskiej, a niektóre z nich globalnej. Część z nich przejęło także chrześcijaństwo i ono odegrało następnie decydującą rolę i było źródłem kultury, przez wieki ujednolicając wzorce kulturowe, edukację, programując wiernym życie od narodzenia do śmierci. Stopniowo, zwłaszcza po upadku Konstantynopola, chrześcijaństwo zachodnie przekształcało się w cywilizację zachodnią, przeniesioną także do nowego świata, a zwłaszcza do jego północnej części.



Wartości europejskie: systemy i kultura polityczna [po części także strategiczna], organizacyjna, teorie ekonomiczne i prawa rynku, prawa człowieka, i formy jej ochrony, były przenoszone na inne kontynenty. Niektóre z nich, jak prawa człowieka, stawały się w kręgu cywilizacji zachodniej, a także poza jej obrębem, wartościami uniwersalnymi, choć z różnymi wyjątkami. Prawa kobiet, nawet w krajach zachodnich, jeszcze długo musiały sobie torować drogę aby zostały zaakceptowane. Druga połowa XIX wieku a zwłaszcza przełom XIX i XX wieku to początki triumfu liberalizmu. Rozlał się on po świecie w wyniku procesu, zwłaszcza gospodarczego, który często jest nazywany pierwszą falą globalizacji. Umożliwiły ją wynalazki i osiągnięcia techniczne: wynalezienie silnika parowego, a tym samym kolei i parowców, który w niespotykany dotychczas sposób zmienił świat, zmniejszył jakby odległości, przestrzeń i czas oraz umożliwił rozwój masowych kontaktów poprzez podróże i regularne dostawy produktów do każdego prawie zakątka świata. Wynalazek telegrafu, elektryczności i telefonu, a następnie samochodu wprowadził świat w XX wiek i upodobnił go do współczesnego wymiaru, zwłaszcza gdy pojawiła się żywa fotografia – film, a także samolot i inne tego typu wynalazki i udogodnienia życia.

Rosła potęga kapitalizmu i osiągnął on wymiar globalny i miało to różnorodne skutki, na co zwracał uwagę cytowany wyżej Max Weber. Żywiłowy rozwój handlu i inwestycji zagranicznych, szybko rozchodzące się informacje gospodarcze, przede wszystkim giełdowe, kształtowanie światowej mody, kreowanie wzorców masowej rozrywki, wszystko to miało też zabarwienie kulturowe i tworzył się zarys nowej kultury – kultury rynku, rozrywki, robienia interesów ale i spędzania wolnego czasu. Były to początki kultury globalnej.

Wielka wojna w 1914 r. przerwała ten pochód ku liberalizmowi, a po jej zakończeniu Europa stała się obszarem dominacji dwóch systemów totalitarnych – faszystów i komunizmu. Liberalizm i wolny handel zastąpiony został protekcjonizmem, barierami celnymi i innymi ograniczeniami, a w końcu bezpośrednią konfrontacją. Kolejna wojna, druga wojna światowa, jeszcze tragiczniejsza w skutkach, zmieniła obraz globu. W praktyce oznaczała koniec Europy jako środka ciężkości w układzie globalnym i europocentryzmu w kulturze. Podział Europy na dwie części, przegrodzenie jej żelazną kurtyną, narzucenie komunizmu we wschodniej części kontynentu, ograniczenie praw i wolności obywateli, zawieszenie praw ekonomicznych, wszystko to nie sprzyjało kontaktom i dyfuzji kulturowej. Ich miejsce zajęła walka ideologiczna i nie było to jedyne pole konfrontacji, którą Winston Churchill nazwał zimną wojną.

Jej kres na przełomie lat 80. i 90. XX wieku zmienił układ globalny. Upadek komunizmu, dezintegracja Związku Sowieckiego i koniec zimnej wojny, zmieniły wiele w polityce światowej, w gospodarce i w stosunkach międzynarodowych o podłożu kulturowym. Kiedy upadły bariery polityczne, ideologiczne i handlowe świat skierował się znowu w kierunku liberalizmu, kierunkowi, który sprawdził się jako skuteczny model polityczno-gospodarczy. Przyspieszył też gwałtownie proces globalizacji i to na wszystkich możliwych płaszczyznach. Triumf Zachodu zbiegł się jednocześnie z nowymi możliwościami politycznego i informacyjnego oddziaływania, jakimi stawały się media i internet. Kres zimnej wojny, przywrócenie niezależności i suwerenności politycznej dawnym krajom socjalistycznym, napływ informacji i kulturowych wzorców z Zachodu, spowodował jednocześnie ożywienie zainteresowania własną historią,

etnicznością, kulturą i religią. Reanimował też stare, zasklepione totalitaryzmem i wymogami walki ideologicznej, animozje i konflikty. Na tym tle zrodziły się dwie teorie: Huntingtona o zderzeniach cywilizacyjnych i Fukuyamy o końcu historii, w których czynniki kulturowe odegrały ważną, jeśli nie pierwszoplanową rolę.

Potęga Zachodu i jego społeczno-filozoficznego wymiaru – liberalizmu, kojarzona ze Stanami Zjednoczonymi i Europą Zachodnią, wydawała się być bezgraniczna, choć wkrótce już musiała się zetknąć z gwałtowną reakcją peryferii. To zderzenie nurtów i symboli doskonale wyrażał w swych pracach, w obrazach McŚwiata, Benjamin Barber [5]. Wszyscy bowiem jednoznacznie kojarzyli ją ze Stanami Zjednoczonymi i Europą Zachodnią, czyli z Zachodem. Szybko w ramach procesu globalizacji, dawne kraje socjalistyczne i znaczna część świata, wtopiły się w globalną gospodarkę rynkową i poddane zostały swoistej inkulturacji rynku i jego aksjologii. Nie mając ani przeciwnika ideologicznego, ani wyraźnej alternatywy polityczno-ustrojowej i gospodarczej, Zachód rozpoczął ofensywę liberalnej demokracji i penetracji rynkowej, której towarzyszył napływ kulturowej komercji. Reklamy i marki zachodniego centrum, McŚwiata, a przedtem świata Walta Disneya, choć niektóre pochodziły spoza euroatlantyckiego kręgu [głównie z Japonii], takie jak Coca Cola, McDonalds, Disneylands, Mercedes i Lexus, Sony, Adidas, Nike, a także artefakty muzyczne [np. The Beatles, E. Presley], zaczęły jak niewidzialne neutrino przenikać świat. Wszystko to w otocze komputerowego i medialnego slangu języka angielskiego, a właściwie amerykańsko-angielskiego. Pod naporem tych produktów nowej kultury komercyjnej zaczęły ulegać erozji lokalne tradycyjne wartości i tożsamości. Reakcje były różne, od adaptacji, poprzez częściową adaptację, hybrydyzację czyli koadaptację, aż po tworzenie się swoistego dualizmu kultur, naskórkowej globalnej i własnej tożsamościowej [6]

Zjawisko kultury globalnej jest fenomenem nowym, produktem przede wszystkim ery post-komunistycznej i czasu globalizacji, a więc znoszenia barier, nowych nośników informacji i handlu, ale przejawy tworzenia się takiej kultury były znacznie wcześniejsze. Tempo dyfuzji i jej skala jest jednak nieporównywalne z jakąkolwiek epoką, wywierając skutki globalne, choć różne w treści, przejawach i zachowaniach ludzi.

## 2. Pojęcie kultury globalnej

Specjaliści wiążą pojęcie kultury globalnej z kilkoma równoległymi procesami: zjawiskiem przepływów kulturowych i syntezy kulturowej, napływem kultury masowej, komercjalizacją i ekonomizacją kultury, pojawieniem się potężnych aktorów niepaństwowych a także polityką kulturalną. Nie bez znaczenia były bezpośrednie kontakty ludzi i potrzeby współpracy międzynarodowej. Współcześnie, od końca ostatniej dekady XX wieku, coraz ważniejszą rolę odgrywa elektroniczna płaszczyzna oddziaływań. Odpowiednio do tego formułowane są definicje tego rodzaju kultury, w przeciwieństwie jednak do podstawowego pojęcia jakim jest meta-kultura, gdzie definicji jest bardzo dużo, kultura globalna nie doczekała się jeszcze zbyt wielu określeń pojęciowych. W ramach pierwszej grupy, przepływów i syntezy kulturowej, definiuje się kulturę globalną jako będącą lub stającą się, jedną kulturą obejmującą cały świat, a jej twórcy i adresaci mają stać się równoprawnymi obywatelami tego samego globu [1].

Margaret Mead i Theodore Schwartz już w początkach lat 60. XX wieku pisali o konwergencji kulturowej i komunikacyjnej integracji kultur w kulturę światową [7].

Prekursorów tak pojmowanej kultury globalnej należałoby jednak szukać w poglądach przedstawicieli szkoły [czy metodologii] dyfuzjonizmu, wyrazicieli poglądu, że synteza kultur i ich podobieństwo jest skutkiem kontaktów i oddziaływań ludzkich. Decydującą rolę przypisywali oni czynnikom geograficznym, wpływającym na to jak wysokie jest prawdopodobieństwo wzajemnego oddziaływania między kulturami. Dlatego też mówili o kręgach kulturowych, oddziałujących wzajemnie na siebie. Daleko byli od poglądu o tworzeniu się jakiegokolwiek kultury globalnej, ale wskazywali drogę różnicowania i ujednociania, a podstawą była dyfuzja zjawisk kulturowych<sup>3</sup>. Możliwość powstania społeczeństwa globalnego, opartego o wspólną kulturę, nie wykluczał przedstawiciel realistycznego nurtu w nauce o stosunkach międzynarodowych Quincy Wright. Wymagałoby to jednak, jego zdaniem, znacznej unifikacji zachowań, symboli i wspólnych wartości [8]. O powszechnej jedności kulturowej mówił także Florian Znaniecki jako efekcie wielkiej syntezy kultur i pluralizmu kulturowego, opartej o wspólny mianownik wartości [9]. Dodawał jednocześnie, że jedność ta wytwarza się wyłącznie na poziomie doświadczenia i działalności jednostek, uczestniczących równolegle w wielu systemach kulturowych [10].

Dyfuzjoniści i wyznawcy teorii syntezy kulturowej wiązali globalne zjawiska kulturowe z kontaktami międzyludzkimi, informacją i przenikaniem wzorców kulturowych. O globalizacji nie mówili, bo termin ten powstał znacznie później. Sprawa o tyle ciekawa, że ich pierwsze prace powstały w okresie [przełom XIX i XX wieku], gdy w światowej gospodarce, a także w innych sferach życia, rozwijał się proces, który potraktowany został po latach jako pierwsza fala globalizacji. Miała ona także zabarwienie kulturowe, co zapewne nie pozostało bez wpływu na rozwój teorii antropologicznych i socjologiczno-kulturowych.

Współczesne pojmowanie kultury globalnej wiąże się przede wszystkim ze zjawiskiem handlu produktami kultury. Po zakończeniu zimnej wojny i upadku komunizmu produkty kultury, symbole triumfującego kapitalizmu i liberalizmu, uległy komercjalizacji, a ich wartość zaczęła liczyć się nie jako produkt intelektualny, duchowy, lecz handlowy. Z drugiej strony produkty handlowe, znane marki, uległy inkulturacji, stając się rozpowszechnianymi na cały świat symbolami, pożądanymi dobrami, odrywając się niejako od swego pierwotnego przeznaczenia. Jeśli się weźmie pod uwagę przede wszystkim te zewnętrzne aspekty, to kultura globalna określana jest jako synergiczny efekt rynku, techniki i wolności przepływów, na tyle mocny, że zarówno symbole te, produkty jak i ich obrót stają się częścią, jeśli nie filozofią, współczesnego świata [11]. Duże znaczenie w procesie tworzenia się kultury globalnej przypisywane jest wpływom nowoczesnej techniki i technologii, a zwłaszcza komputerom, internetowi i technikom komunikacji. To dzięki nim różnorodne dobra, wzory, usługi, produkty centrów światowej rozrywki, ale także gadżety, symbole próżności, ubrane w formy produktów kultury, przekraczają narodowe granice, stając się częścią szerszej płaszczyzny, którą można nazwać kulturą globalną. Jak pisze Douglas Kellner:

---

<sup>3</sup> Najbardziej reprezentatywnymi przedstawicielami tej szkoły byli: Fritz Graebner i Bernhard Ankermann. Graebner stworzył koncepcję *kulturkreis* w pracy *Methode der Ethnologie* [12]. Koncepcję tę rozwinął Wilhelm Schmidt, a przedmiotem jego badań stała się kultura ludzka na obszarze całego globu jako rezultat rozszerzania się i krzyżowania ograniczonej liczby kręgów zasadniczych. Koncepcje te zawarł w pracy *Handbuch der Methode der kulturhistorischen Ethnologie*, opublikowanej w 1937 r. [13].

*Kultura globalna obejmuje proliferację technologii medialnych, które istotnie przyczyniły się do marzeń McLuhana o globalnej wiosce, w której ludzie na całym świecie śledzą polityczne spektakle, takie jak Wojna w Zatoce, wydarzenia sportowe, programy rozrywkowe oraz reklamy promujące kapitalistyczną modernizację. W tym samym czasie coraz więcej ludzi wchodzi do globalnej sieci komputerowej, gdzie nieustannie krążą po świecie idee, formacje i wyobrażenia, przekraczając granice czasu i przestrzeni [14].*

Przy okazji warto zaznaczyć, że marzenie Marshalla McLuhana, po raz pierwszy zasygnalizowane w jego książce *Galaktyka Gutenberga*, opublikowanej w 1962 r. i uznanej jako prorocza opinia guru entuzjastów globalizacji, została zweryfikowana przez Timothy Gartona Asha o tyle, że jak słusznie zauważa Ash, *porównanie świata do globalnej wioski nie jest trafne ani jako opis ani jako przepowiednia. Wioski to małe i konformistyczne miejsca*. Nie zawsze – jak to między sąsiadami – sprawy układają się dobrze i żyją oni w przyjaźni, podkreśla Ash i konkluduje: *jako elektryczni sąsiedzi żyjemy raczej w globalnym mieście* [15].

Źródłem kultury globalnej są wytwory kultury masowej, zwłaszcza te, które stają się symbolami, hitami rynkowymi, przedmiotem handlu, a informacja o tym dzięki nośnikom nowoczesnej komunikacji – mediom i internetowi – staje się natychmiast dostępna w każdym punkcie globu. Może to być produkt kultury materialnej, wykreowany dzięki reklamie. I tak była nim nowa generacja telefonów komórkowych iPhone, może być nowy film lub serial hollywoodzki, nowy taniec i musical, nowy idol sportowy czy nawet drink zaserwowany w filmie o Jamesie Bondzie. Im bardziej produkty takie trafiają w gust przeciętnego, a więc masowego odbiorcy, tym lepiej, bo to oznacza, że lepiej się sprzedają. Kultura taka i jej produkty nie są dobrami wartościującymi, niewiele mają wspólnego z kulturą symboliczną, nie budują też tożsamości choć mogą na nią oddziaływać, wywołując różne reakcje w kulturach lokalnych, tym bardziej, że pochodzą z ośrodków najsilniejszych, co nie oznacza, że tylko z Ameryki, ale także z innych obszarów, przede wszystkim Europy Zachodniej.

Warto w tym miejscu omówić ważny eksperyment naukowy, dotyczący badań nad kulturą globalną. Na przełomie XX i XXI wieku rząd japoński ufundował grant dla naukowców z różnych kręgów kulturowych, którego tematem była globalizacja zjawisk w kulturze, w tym kwestia kultury globalnej. Plonem czteroletnich badań naukowców pochodzących z dziewięciu krajów było obszernie opracowanie wydane w 2002 roku, pod tytułem *Global Culture: Media, Arts, Policy, and Globalization* [16]. Jedną z autorek opracowania, Diana Crane, skupiając się na globalizacji kulturowej, zasugerowała wprowadzenie zamiast terminu „kultura globalna” – innego określenia: „kultura transnarodowa”. Ich zdaniem niektóre kraje nie są objęte kulturą globalizacją bo nie są atrakcyjnymi rynkami zbytu i komercyjna kultura do nich nie dociera [17].

Specjaliści kreślą już dekalogi praw rządzących taką kulturą. Byłyby wśród nich: komercjalizacja, liberalizacja, deregulacja, prywatyzacja, promocja bądź innowacja, działanie jako aktor globalny, kreacja nowych potrzeb, przedkładanie wszystkiego na obraz i spektakl, zwalczanie piractwa intelektualnego [6]. Nie wszystkie one odnoszą się wprost do kultury globalnej, część z nich to po prostu reguły lub podstawy w ogóle procesu globalizacji i to na większości płaszczyzn. Ma jednak autor tego dekalogu Krzysztof Krzysztofek o tyle rację, że jak pisze:

*Kultura globalna to ideologia jednolitej metasieci interesów łączących aktorów narodowych i transnarodowych, sieci władzy i pieniądza, władzy i kultury... Kultury, która przez łatwość konsumpcji jest do przyjęcia wszędzie. ... Jest to sieć będąca efektem synergii dwóch żywiołów: technologii i wolności transferów [6].*

Narzuca ona poprzez natrętną reklamę wzory konsumpcji, wprowadza kod komercji, kosmopolityzmu i konsumizmu. Można zgodzić się z cytowanym autorem, że kreuje człowieka o mentalności globalnej – *homo mundialis*, konsumenta wypranego z tożsamości kolektywnej i wylczonego z etniczności. Taki człowiek kultury globalnej jest jej potrzebny, by zachowywał się obliczalnie i powtarzalnie, by miał ukierunkowany gust i mechanicznie reagował na nowe wytwory globalnej komercji, która staje się wspólnym kodem genetycznym. Udaje się to na dużych połączonych globu, także na nowych dla rynku obszarach postkomunistycznego świata, zwłaszcza tam gdzie stopień wyprania z tradycji i religii był największy. Problem jest tylko z dotarciem na obszary inkluzywnych cywilizacji, do świata islamu i na obszar filozofii konfucjańskiej, do Chin, choć i tu, w Azji, tworzą się coraz szybciej enklawy kultury konsumenckiej. Wystarczy wymienić Dubaj i inne emiraty Zatoki Perskiej czy miasta i strefy ekonomiczne chińskiego wybrzeża. Pozostają one jednak pod czujną kontrolą władz, zawsze skorych do kontroli mediów, internetu i cenzurowania portali internetowych. I tu dochodzimy do reakcji tradycyjnych kultur tożsamościowych na kulturę globalną.

Nieco inne rozumienie kultury globalnej, a właściwie mechanizmów globalizacji i uniwersalizacji kulturowej, przedstawia Marcin Napiórkowski. Nie używa on pojęcia „kultura globalna” lecz określenia „kultura werkularna”, przez które rozumie treści kulturowe kształtujące się na styku jednostkowego doświadczenia milionów odbiorców z rynkową złożonością współczesnych obiegów wiedzy, kapitału, władzy i kultury. Tymi mediami są internet, radio, telewizja, kino i inne nośniki, ale rzeczywistym mechanizmem jest „kod kapitalizmu”, system społeczno-gospodarczy, który niezwykle mocno przeniknął do naszej kultury, cywilizacji i życia codziennego. Kapitalizm wytworzył, zdaniem polskiego kulturoznawcy, swoisty kod, mitologię, niemalże imperatyw komercyjny w zakresie produktów kultury masowej [3].

Kultura globalna ma z założenia leczyć z nacjonalizmu i etnocentryzmu. Jako alternatywę wskazuje się inkluzyjność, integryzm i fundamentalizm, prowadzący do dżihadyzmu [18]. Takie mogą być skutki nie tylko odrzucenia, ale i reakcji na kulturę konsumencką, zwłaszcza, że na ogół utożsamia się ją z masową kulturą amerykańską. Reakcje takie to jednak tylko skrajne przypadki. Rzeczywistość jest inna i bardziej złożona. Reakcje są różne, zależą od wielu czynników. Dotyczy to nawet świata islamu. Występuje dywersyfikacja akceptacji pokoleniowej i jest ona podobna, niezależnie od granic państw i cywilizacji. Młodzież akceptuje ją chętniej i w zasadzie na całym obszarze globu. Starsze pokolenia wyrażają sprzeciw nawet w krajach, które nadają ton tej nowej kulturze opartej o mariaż z ekonomią. Inaczej też reagują, z większą dozą akceptacji, elity intelektualne i kręgi biznesowe a także klasa średnia. To w tych kręgach najłatwiej wykreować człowieka o mentalności globalnej. Decydujący jest, jak się wydaje, wpływ religii, zwłaszcza tam gdzie – jak w przypadku islamu – dąży ona do regulacji wszystkich dziedzin życia, nie tolerując żadnej

duchowej konkurencji. To na tej linii dochodzić może najczęściej do opisanego przez Huntingtona zderzenia kultur. Jednak obraz nie jest taki jednoznaczny. Jak pisze cytowany wyżej Douglas Kellner:

*Globalizacja [w kulturze] jest postrzegana jako proces standaryzacji, w ramach którego zglobalizowane media i kultura konsumencka penetrują świat, prowadząc do unifikacji i homogenizacji, dodając blasku i wynosząc na światło nudną masowość i uniwersalizację [14].*

Ma to jednak swoje dobre i złe strony, zawiera ziarna postępu i regresu. Spotyka się z przychylnością i jawnym oporem, gdyż miesza stare i tradycyjne wartości z nowymi, prowadzi do hybrydyzacji, jest innowacyjne i destrukcyjne.

### **3. Kultura globalna a kultury i społeczności lokalne**

Pytanie o wpływ globalizacji na kulturę sprowadza się przede wszystkim do wpływu na kultury narodowe, lokalne, a tym samym tożsamościowe. Kwestię tę można rozbić na pytania bardziej szczegółowe. Po pierwsze, jaki to jest wpływ? Negatywny, wybiórczy, zapładniający czy też pozytywny? Po drugie – czy zagraża to w jakiś sposób ich tożsamości, czyli znakom identyfikacji, niepowtarzalności, różnorodności? Odpowiedzi na te pytania nie są jednoznaczne i kwestie te są przedmiotem badań i analiz, prowadzonych przez naukowców w różnych kręgach kulturowych. Kreślą oni różne modele wpływu i reakcji, dzieląc je jednocześnie na dwie sfery odniesienia: kultury narodowej [ ale także kultur regionalnych i lokalnych] oraz oddziaływania na odbiorców jednostkowych. Uwzględnia się politykę kulturalną państw, przede wszystkim tych, które oskarżane są o agresję kulturową lub imperializm kulturowy [17], jak i tych, które aktywnie starają się przeciwdziałać wpływom kultury globalnej, prowadząc aktywną politykę bezpieczeństwa kulturowego. Symbolem tej pierwszej grupy są Stany Zjednoczone i generalnie Zachód , drugiej zaś Japonia i Francja, kraje Ameryki Łacińskiej a także z oczywistych względów Chiny i Rosja<sup>4</sup>. Należy jednocześnie wziąć pod uwagę, że globalizacja kultury to proces w znacznym stopniu chaotyczny, bez jakiegokolwiek koncepcji jednolitej kultury globalnej i biorą w nim udział aktorzy niepaństwowi, wielkie korporacje medialne i informacyjne.

Najważniejszą spośród tych kwestii jest troska o zachowanie tożsamości narodowych i lokalnych, nawet wtedy gdy społeczności lokalne wpływ ten ignorują lub gdy nie są w stanie obaw takich wyartykułować. Największym nieszczęściem byłoby definitywne zniszczenie kultury lokalnej, ale na szczęście tak łatwo i szybko do tego nie dochodzi, bo tożsamość kulturowa jest tkanką mocną. Potwierdzeniem tego jest przetrwanie, a nawet rozwój kultury polskiej w okresie zaborów, mimo prowadzonej przez rządy zaborców polityki wynaradawiania Polaków i dyskryminacji kultury polskiej. Coraz częściej dochodzi natomiast do wymierania języków lokalnych, a język jest ważnym składnikiem tożsamości narodów.

---

<sup>4</sup> Pojęcie bezpieczeństwa kulturowego i politykę wybranych krajów, w tym reakcję na globalizację kultury i napływ kultury masowej, omawiam w dwóch obszernych monografiach: *Kulturowe czynniki bezpieczeństwa*, Wyd. AFM, Kraków, Wyd. AFM, Kraków 2008, s. 31-49 i 91-112 [19] i *Kulturowy wymiar bezpieczeństwa. Aspekty teoretyczne i praktyczne*, Wyd. AFM, Kraków 2013, s. 23-61, 173-202 [20].

Sytuacje są zresztą bardzo różne i różne też reakcje na napływ kultury obcej, w tym komercyjnej, od odrzucenia do akceptacji, poprzez całą gamę sytuacji pośrednich. Akceptacja też może być różna. Wynikająca ze świadomej rozłożonej w czasie decyzji lub może wynikać z naglego otwarcia na świat, na przykład w wyniku rewolucji, przewrotu politycznego, przemian ustrojowych. Niektóre kręgi kulturowe, te zwłaszcza, które poddane były ograniczonej swobodzie rozwoju przez represyjny reżim polityczny, jak na przykład w dawnych krajach socjalistycznych, dość łatwo otwarły się na napływ produktów komercyjnych z Zachodu i nastąpiła szybka inkulturacja tych produktów. Mogła następować także pod wpływem tych naleciałości erozja lokalnych tradycji lub wartości.

Skutkiem masowego napływu produktów kultury globalnej, agresji czy też „imperializmu kulturowego” jak to ujmują część badaczy, jest homogenizacja lub hybrydyzacja kultur lokalnych a nawet ich rozwój. Odpowiedzią na globalny napływ produktów hollywoodzkich była hybrydyzacja i regionalizacja kulturowa: powstanie indyjskiego offsetu w postaci Bollywood, przemysłu filmowego w Hong Kongu, a zwłaszcza latynoskiej telenoweli [21].

Jeśli chodzi o reakcje jednostkowe to są one zróżnicowane pokoleniowo i często bywają podobne w różnych kręgach kulturowych i cywilizacyjnych. Zróżnicowanie wynika także z poziomu edukacji i zamożności. Klasy średnie niższe i uboższe na ogół preferują programy lokalne, przetworzone na wzór Hollywood [np. w Indiach filmy Bollywood], identyfikując się ze stylem, postaciami, wartościami i zachowaniami. Klasy średnie i wyższe wolą dobrze technicznie opracowane filmy amerykańskie [17].

Zróżnicowane są reakcje pokoleniowe. Wśród młodzieży następuje na ogół bezkrytyczna akceptacja materialnych wytworów kultury komercyjnej: gadżetów elektronicznych, muzyki, filmów, mody i sposobu ubierania się, kuchni i potraw, dyscyplin i imprez sportowych, w tym przede wszystkim piłki nożnej, wyścigów Formuły 1, olimpiad, sportów walki. W rewiry kultury wyższej młodzież współczesna raczej się nie zapuszcza.

Kultura wyższa to domena elit intelektualnych i artystycznych, klasy wyższej, a już znacznie mniej ludzi biznesu, władzy i pieniądza. Grupy te bywają jednak tolerancyjne wobec materialnych wytworów kultury materialnej, gadżetów z tym związanych a produkty kultury globalnej traktują jako nieodłączny atrybut współczesnych stosunków społecznych.

Inna jest reakcja starszego pokolenia. Starsi wyrażają niezadowolenie i sprzeciw nawet w tych krajach, które nadają ton nowej a zwłaszcza konsumpcyjnej kulturze. Niechętnie też przyjmują nowe wzorce, wartości, symbole kosmopolitycznej identyfikacji. Decydujący bywa wpływ religii, zwłaszcza w islamie, który dąży do regulacji wszystkich sfer życia wiernych. Niekiedy jednak wydaje się, że konfesja zdecydowanie przegrywa nawet w tym świecie ortodoksyjnej przeciw religii. Dotyczy to choćby wzorców zagospodarowania przestrzeni publicznej. Wynikiem tego jest bezkrytyczna akceptacja w świecie zachodniego, [głównie amerykańskiego] przestrzennego modelu życia i rozwojowego wielkich miast, czego wyrazem są setki już „Manhattanów”, wyrastających w centrach wielu miast, na każdej szerokości geograficznej i w obszarze wszystkich cywilizacji.

Reakcje środowisk i kultur lokalnych na napływ kultury globalnej mogą być różnicowane. W literaturze przedmiotu opisywanych jest kilka wariantów takich reakcji, a nawet próbuje się kreślić modele różnych reakcji [6]. Tylko częściowo wydaje mi się to słuszne. Nie podlega dyskusji, że w systemach liberalno-demokratycznych, a więc w kręgu także kultury liberalnej, dominującą postawą jest akceptacja napływu produktów kultury globalnej, nie można jednak powiedzieć, że jest to pełna, bezrefleksyjna adaptacja<sup>5</sup>. Istnieje przede wszystkim różnica między reakcją jednostkową odbiorców, a oficjalną polityką państw. Bezrefleksyjna adaptacja dotyczyć może co najwyżej kręgów młodzieżowych, zafascynowanych ogromnymi możliwościami internetu, a niekiedy w praktyce po części żyjących w tym wirtualnym świecie. Taka postawa młodzieży jest zresztą cechą generacyjną, spotykaną wszędzie, nawet a może przede wszystkim na obszarze kultur represywnych, o ile oczywiście ten styk z kulturą globalną nie zostaje skutecznie zablokowany przez cenzurę internetu.

Nie można natomiast powiedzieć, że jakkolwiek system bezrefleksyjnie chłonie kulturę globalną, nawet w tych krajach, które z zasady są kulturowo i ekonomicznie otwarte. Najlepiej widać to na przykładzie Francji, kraju pod każdym względem liberalnego, a w niektórych aspektach wręcz libertyńskiego, który jednak wprowadził dość restrykcyjną politykę w zakresie ochrony własnej kultury, w tym w szczególności ochrony języka francuskiego przed niepożądanymi wpływami języka angielskiego. Jednym z pól walki z napływem masowej kultury, zwłaszcza amerykańskiej, jest we Francji internet a zwłaszcza dominacja w nomenklaturze internetowej słownictwa anglojęzycznego, z którym Francuzi, raczej z miernym skutkiem, usiłują na różne sposoby walczyć, tłumacząc wszystkie anglojęzyczne terminy na francuski [22]. Walka z obcymi naleciałościami językowymi i ochrona kultury oraz dziedzictwa narodowego to jedna strona francuskiej polityki kulturalnej. Drugą jest globalna promocja tej kultury i wspieranie oddziaływania języka francuskiego [23]. Jednak szans na to aby nawiązać do wielkiej przeszłości raczej nie ma. Szybciej Francja się „mondializuje” niż jak to było w przeszłości, promieniuje na świat i Europę<sup>6</sup>.

Reakcją skrajną, będącą niejako na przeciwnym biegunie akceptacji, jest próba odrzucenia kultury globalnej. Reakcje takie, a najczęściej wynikają one z polityki państwa, mają miejsce w krajach wrogich Zachodowi, w kulturach represywnych lub filozoficznie i mentalnie oddalonych od Zachodu. W decydującym stopniu zależy to od siły i wpływów religii na danym obszarze, która stara się regulować wszystkie sfery i fazy życia człowieka, zarówno w jego jednostkowym, jak i społecznym wymiarze. Nawet jednak w krajach islamskich, bo o nie tu głównie chodzi, istnieje duże zróżnicowanie reakcji, od całkowitego odrzucenia do selektywnej akceptacji. W najbardziej chyba ortodoksyjnym z tych krajów, zachowującym jednocześnie poprawne i formalnie przyjazne stosunki ze Stanami Zjednoczonymi, w Arabii Saudyjskiej, też można spotkać przejawy obecności kultury globalnej, wchodząc na przykład do wielkich galerii, zbudowanych i nazywanych *nomen omen* na wzór amerykański – mall’ach. Jest to

<sup>5</sup> Do takich wniosków dochodzi też chyba K. Krzysztofek, który w cytowanej wyżej publikacji mówi o pełnej akceptacji a w późniejszych publikacjach już takiego wariantu nie opisuje [25].

<sup>6</sup> Termin „mondializuje”, nie wszedł jeszcze do języka polskiego, ale od czasu do czasu jest używany po to, by zobrazować konsekwencję w polityce językowej Francji, która przeciwstawia się wszech obecnemu angielskiemu terminowi „globalizacja”, używając słowa „mondialization”.



potwierdzeniem, że nawet w tym odizolowanym świecie ortodoksja ustępuje pola komercji. Problemem jest jednak nie tyle odrzucenie kulturowych skutków globalizacji, co aktywny opór przeciw nim. To właśnie w takich warunkach, niekiedy jako skutek oporu, niekiedy zaś jako efekt instrumentalnego potraktowania, rodzą się postawy typu „Dzihad”, z całym arsenałem środków przeciwdziałania obcym wpływom, z aktami terrorystycznymi włącznie [24].

Znacznie częstszym przypadkiem, a właściwie procesem, jest selektywna adaptacja kultury konsumenckiej, zwłaszcza jej najbardziej zewnętrznych objawów, jak na przykład materialnych gadżetów, muzyki, filmów, mody i sposobu ubierania się, kuchni, itp. Jest to przede wszystkim internalizacja takich produktów i wartości, które nie mają charakteru transformacyjnego i nie mają wpływu [a jeśli tak to minimalny] na tożsamość kulturową, a ich charakter jest modyfikacyjny, a niekiedy także modernizacyjny.

Intensywność takiego procesu, a także jego długotrwałość, może prowadzić do hybrydyzacji, czyli koadaptacji kultur. Powstają jakby zmutowane, eklektyczne formy nowej kultury, które nie tyle niszczą lokalne formy, co je zniekształcają, dając trudny do przewidzenia efekt, niekiedy ciekawy, niekiedy szkodliwy dla etniczności i tożsamości.

Coraz częstszym skutkiem styku kultury globalnej z kulturami lokalnymi jest powstawanie sytuacji, która określana jest jako dualizm kulturowy [25]. Jest to chyba nie za bardzo pożądanym ale jednocześnie najczęściej spotykany typ reakcji, obecny niemal w każdym punkcie globu. Dużą rolę w kształtowaniu takich postaw ma wykształcenie i charakter pracy. Elity intelektualne, ludzie władzy i biznesu, młodzież, zwłaszcza studenci, uczestniczą jako konsumenci w głównym nurcie kultury globalnej, napływającej do kraju zamieszkania różnymi kanałami, jednocześnie zaś w domu, w swoim środowisku, w rodzinach, zachowują własne zwyczaje, pielęgnują tradycje, wyznają właściwe dla lokalnej kultury i religii wartości. Są jakby pomostem między dwoma porządkami, dwoma światami różnych wartości, wzorów i symboli. Dotyczy to także krajów, a zwłaszcza miast o dużych skupiskach imigracyjnych i środowisk wielokulturowych. Najbardziej typowym przykładem są Stany Zjednoczone, kraj docelowej emigracji, który od początku był kształtowany w warunkach wielokulturowości, a napływający do Ameryki przybysze stawali się częścią kształtującej się amerykańskiej kultury ogólnonarodowej, opartej nie na etniczności lecz innych wartościach, żyjąc jednak na co dzień w grupach etnicznych, w skupiskach własnej kultury, głównie religii i języka. Dotyczy to także wielkich miast Europy Zachodniej, przede wszystkim Londynu i Paryża, gdzie nadal wielkie grupy etniczne – hinduskie, arabskie, pakistańskie czy tureckie – żyją niekiedy od dwóch lub więcej pokoleń w skupiskach własnej etniczności i kultury, będąc jednocześnie konsumentem kultury ogólnonarodowej. Podobny mechanizm dualizmu kulturowego, działa także w przypadku styku z kulturą globalną. W obu przypadkach kraje imigracji, zwłaszcza te dla których zjawisko multikulturowości i multietniczności jest faktem stosunkowo nowym, mają z tym dużo problemów. Wystarczy tu przypomnieć wypowiedź kanclerz Niemiec Angeli Merkel o tym, że *polityka multi-kulti w Niemczech się nie udaje* [26].

Dotyczy to także krajów, które od wieków były miejscami docelowymi przyjazdów. Można tu przypomnieć niepokoje i rozruchy na tle kulturowo-etnicznym, jakie

miały [i periodycznie mają] miejsce na obrzeżach Paryża i innych miast francuskich, a także w Londynie. Problem ten jest złożony i jest on związany z polityką wewnętrzną państwa, stopniem poszanowania praw człowieka i to zarówno w odniesieniu jednostkowym jak i – co w tym przypadku jest jeszcze ważniejsze – społecznym i zbiorowym, dotyczącym mniejszości i grup etnicznych, religijnych, rasowych. Możliwości w tym zakresie, jak pokazuje praktyka, są różne. Od skrajnego braku poszanowania, czystek etnicznych, odmawiania praw i spychania na margines społeczny, poprzez próby asymilacji z uznaniem części praw, aż po pluralizm etniczny i politykę równego traktowania z poszanowaniem praw mniejszości i odmiennej etniczności, wyznaczości i kulturowości.

Najczęstszym skutkiem dla kultur lokalnych przed którym bronią się nawet duże kraje i społeczności lokalne jest erozja tożsamości i homogenizacja kulturowa „pod znakiem amerykańskiego imperializmu”, jak to ujmuje Thomas Friedman [27]. Obaw i reakcji jest znacznie więcej i niektóre z nich omówiliśmy wyżej. Brytyjski antropolog Roland Robertson zaproponował, aby to wszystko, co dzieje się z lokalnymi społecznościami w warunkach globalizacji kulturowej nazwać globalizacją, czyli swoistym mariażem [nie tylko językowym] globalizacji i lokalizacji [28]. Byłaby to nazwanie i pogodzenie wynikającego z globalizacji uniwersalizmu ze zróżnicowaniem ujawniającym się na poziomie lokalnym. Chodzi o rozeznanie na ile globalizacja je homogenizuje, a na ile one same przez swą heterogeniczność transformują wzorce kulturowe i modele rozwojowe.

#### **4. Aspekty systemowe kultury globalnej**

Zjawiska kulturowe, ich globalizacja i dyfuzja na inne obszary świata, zwłaszcza w obrębie kultury symbolicznej, mimo iż sprawiają wrażenie chaotycznych, rządzą się własnymi prawami i pełne ich omówienie wymagałoby szerszego potraktowania. Nieco inaczej jest z kulturą globalną, która w decydującym stopniu uzależniona jest od handlu i mediów, działa więc niejako w reżimie światowego handlu i zglobalizowanych mediów, w tym przede wszystkim internetu. Decydujący jest więc czynnik komercyjny. Stąd też opinie, że korzysta ona z ładu międzynarodowego, jaki w tym zakresie stworzony został ramami Światowej Organizacji Handlu – WTO [6]. Jest to obserwacja generalnie słuszna, bo zasadami WTO są wolny handel, liberalizacja i deregulacja, zakaz dyskryminacji, swobodny przepływ czynników produkcji ponad granicami. Są to czynniki, które napędzają także proces globalizacji, a kultura jest jedną z jej płaszczyzn. Ale trzeba też przypomnieć, że nawet wtedy gdy produkty kultury stają się produktami handlowymi i czynnik ten dominuje, mogą one być wyłączone spod swobodnego obrotu przez dane państwo – członka WTO – na zasadzie „narodowej konieczności”, z powodu takich czy innych zagrożeń. Był to przypadek weta Francji w okresie toczących się rozmów o wolnym i bezcłowym handlu między UE a USA, którego skutkiem było wyłączenie w negocjowanych tekstach swobodnej komercjalizacji tymi produktami między obydwoma brzegami Atlantyku [29].

Przedstawione wyżej uwagi dotyczą przede wszystkim konglomeratu komercji i kultury. Warto się jednak zastanowić czy także na innych obszarach, bez styku z handlem, nie mamy do czynienia z przejawami, a może nawet tworzeniem kultury globalnej. Dotyczy to szeroko pojętego obszaru polityki, zarówno wewnętrznej wraz z zasadami ustrojowymi państw, jak i polityki międzynarodowej oraz generalnie

stosunków międzynarodowych. Czyż nie są przejawem wiary w istnienie czegoś, co można nazwać wspólną globalną kulturą prawa i stosunków międzynarodowych zapisy Karty Narodów Zjednoczonych i innych dokumentów założycielskich ONZ, w tym przede wszystkim statutu Międzynarodowego Trybunału Sprawiedliwości [MTS], odwołujące się do zasad powszechnie przyjętych przez narody cywilizowane? Mówi o nich *expressis verbis* art. 38 Statutu MTS, wyliczający źródła prawa, w oparciu o które Trybunał ma orzekać w sporach międzynarodowych. W punkcie art. 38 wymienione są *ogólne zasady prawa uznane przez narody cywilizowane*, jako jedno ze źródeł prawa międzynarodowego.

Te ogólne zasady prawa kształtowały się nieprzerwanie od starożytności i wiele z nich ma źródło w prawie i zasadach rzymskiego *ius civile*. Są to takie zasady jak *lex retro non agit*, *nullen crimen sine lege*, *Nulla pena sine lege*, *ne bis in idem*, *in dubbio pro reo* oraz inne stosowane na całym świecie powszechne zasady prawa. Wyrazem tworzącej się światowej kultury handlu i żeglugi jest kształtujące się od XVI wieku prawo morza, któremu dał podwaliny Hugo Grotius w swym dziele *Mare Liberum*. Należy tu także wymienić prawo dyplomatyczne, oparte pierwotnie o wielowiekowe zwyczaje, tradycje i grzeczności międzynarodowe, a następnie stopniowo, począwszy od Kongresu Wiedeńskiego (1814-1815), kodyfikowane i obecnie stosowane na całym świecie. Podobny proces oparty o zwyczaje a następnie kodyfikację międzynarodową, przeszło humanitarne prawo konfliktów zbrojnych. Warto też podkreślić nacisk społeczności międzynarodowej, szczególnie od czasu upadku komunizmu i przemian ustrojowych w Europie Środkowo-Wschodniej, na przyjęcie wspólnych założeń ustrojowych demokracji liberalnej, opartej o prawa człowieka, państwo prawa, pluralizm polityczny i wolne wybory. NATO i Unia Europejska uczyniły te wartości podstawą wspólnej, spajającej obie wspólnoty kultury politycznej. Jednak próby implementowania tej kultury na inne obszary [m.in. w Iraku i Afganistanie] nie zawsze przynoszą dobre rezultaty.

Obecnie systemem wartości, który przenika do świadomości niemal wszystkich mieszkańców globu są prawa i wolności człowieka. Proces uniwersalizacji praw człowieka dla którego kamieniami milowymi były tak doniosłe wydarzenia jak Wielka Rewolucja Francuska i dokonania rewolucji amerykańskiej, nabrał w XX wieku przyspieszenia wraz z przyjęciem Karty NZ i utworzeniem ONZ. Jednym z głównych celów jakie postawiono przed nową organizacją – obok zachowania bezpieczeństwa i pokoju międzynarodowego – była ochrona praw człowieka. Nie było to możliwe w warunkach świata dwubiegunowego, gdy jeden z biegunów tego układu masowo naruszał prawa jednostek i całych narodów, traktując je jako wymysł zachodniego imperializmu. Erozja takiego stanowiska nastąpiła wraz z rozwojem procesu KBWE, w ramach którego Zachód w zamian za ustępstwa polityczne i gospodarcze wymógł na ZSRR i krajach socjalistycznych większe poszanowanie praw człowieka oraz większą swobodę w zakresie podróżowania, przepływu idei i informacji. Przełom nastąpił jednak dopiero po rozpadzie ZSRR i upadku komunizmu. Prawa człowieka urosły do rangi uniwersalnych wartości, podstawy funkcjonowania demokratycznych społeczeństw, a ich ochrona ujęta w ramy międzynarodowego reżimu w wymiarze globalnym, regionalnym i wymiarach narodowych. Wyłamanie się z tego reżimu, nagminne naruszenia praw człowieka, masowe morderstwa, czystki etniczne i akty ludobójstwa

stawiają przed społecznością międzynarodową kwestię – o ile nie imperatyw – interwencji humanitarnej. Byłaby to interwencja w wewnętrzne sprawy innego państwa w celu ochrony obywateli tego państwa przed tymże państwem. Sytuacja jest dwuznaczna i w sposób oczywisty narusza zasadę suwerenności i nieinterwencji, stanowiącą podstawę systemu westfalskiego. Za koniecznością podjęcia takiej interwencji ze strony społeczności międzynarodowej opowiedział się też Komitet ONZ powołany do spraw reformy tej organizacji. W 2005 r. stawiając jednak warunek by interwencja była *w ramach Rady Bezpieczeństwa i w zgodzie z postanowieniami Karty NZ* [30].

Opisana kwestia praw człowieka i ewentualności podjęcia interwencji humanitarnej w razie ich rażącego naruszenia jest o tyle ważna dla naszych rozważań, że ukazuje mechanizm ochrony wartości kulturowych, które poprzez uniwersalizację stają się wartościami globalnymi, a reżim ich ochrony jednym z nadrzędnych elementów systemowych kształtującego się nowego ładu międzynarodowego, który weryfikuje w szczególnych przypadkach zasady starego porządku<sup>7</sup>.

\* \* \*

Zjawiska dyfuzji kulturowej, przede wszystkim tej obliczonej nie tyle na efekt duchowej kontemplacji, co komercyjnej konsumpcji, są ważnym kanałem globalizacji kulturowej. Widoczne są tu w przyspieszony sposób skutki procesów uniwersalizacji i jednolicenia komercyjnych wzorców. Kulturę globalną, zwaną też komercyjną lub konsumencką, łączą dwa główne czynniki: łatwość konsumpcji i łatwość sprzedaży. Całość opakowana jest w kolorowe symbole i gadżety McŚwiata oraz różnych konsumenckich marek.

Pod wpływem produktów tej nowej kultury handlowej zaczynają ulegać erozji lokalne tradycyjne wartości i tożsamości. Reakcje są różne, od pełnej lub tylko częściowej adaptacji, hybrydyzacji, czyli koadaptacji, aż po tworzenie się swoistego dualizmu kultur – naskórkowej globalnej i własnej tożsamościowej. Gwałtowniejsze reakcje, graniczące ze zjawiskami zderzenia cywilizacji, które wieszczył Samuel Huntington, zdarzały się zwłaszcza na styku Zachodu i ekstremalnych środowisk islamu. Gwałtowny napływ produktów kultury globalnej, zwłaszcza pochodzących ze Stanów Zjednoczonych, napotyka także opór i sprzeciw niektórych państw, wyrażających troskę o ochronę kulturowej tożsamości i bezpieczeństwo kulturowe.

Jednak globalizacja kulturowa i jej skutek jakim jest kultura konsumencka rządzi się własnymi regułami, a każda próba ujęcia jej w karby regulacji i ograniczeń, także w postaci zakazów rządowych, kończy się jeśli nie fiaskiem, to ograniczonym skutkiem. Wynika to z natury procesów globalizacyjnych, jak również z trudnych do jednoznacznej oceny skutków tych procesów. Od kilkudziesięciu lat rozwijane są prace badawcze nad globalizacją kultury i kulturą globalną. Są one kontynuacją badań, których prekursorem, w szerszym kontekście badań nad mechanizmami kapitalizmu

---

<sup>7</sup> Problem, jaki wiąże się z interwencją humanitarną dotyczy takich sytuacji, gdy z powodu weta jednego z członków Rady Bezpieczeństwa ONZ brak jest podstaw prawnych dla interwencji. Zdaniem wielu autorytetów ze względu na wagę praw człowieka, uniwersalizacji uległa także zasada interwencji humanitarnej, nawet bez zgody Rady Bezpieczeństwa. Na tej zasadzie interwencji w dawnej Jugosławii, ze względu na sytuację w Kosowie, dokonało NATO w 1999 r. Pogląd taki wyraża m.in. H. Kissinger [31].

w odniesieniu do kultury, religii i stosunków społecznych, był Max Weber. Świat współczesny, zwłaszcza po zakończeniu zimnej wojny i przyspieszeniu procesu globalizacji, wzbogacił je o nowe formy i treści. Pojawiają się też prognozy dotyczące przyszłości kultury globalnej. Warto zasygnalizować dwie z nich. Obie zakładają trwałość i ekspansję kultury globalnej. Pierwsza mówi, że wszystkie kultury narodowe będą absorbować kulturę globalną i upodabniać do siebie [31], druga, że kultura globalna spowoduje, iż kultury narodowe staną się mniej wyraziste, doprowadzając do hybrydyzacji tożsamości lokalnych [17].

## Literatura

1. Mead M., *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, PWN, Warszawa, 2000, s. 7.
2. Weber M., *Szkice z socjologii religii*. Książka i Wiedza, Warszawa 1984, s. 80-84.
3. Napiórkowski M., *Kod kapitalizmu. Jak Gwiezdne wojny, Coca Cola i Leo Messi kierują twoim życiem*, s. 12-42.
4. Cicero M.T., *Tusculane disputationis*, T.II. Wydanie polskie: *Rozmowy tuskulańskie* [w:] M.T. Cicero *Pisma filozoficzne* [tłum. J. Śmigaj], t. III. Warszawa 1961, s. 557.
5. Barber B. R., *Dżihad kontra McŚwiat*, Muza, Warszawa 2000.
6. Krzysztofek K., *Globalna kultura i globalne zarządzanie*, Sprawy Międzynarodowe, Nr. 1/2000, s.67-86
7. Mead M., Schwartz T., *Micro and Macro Cultural Models for Cultural Evolution* [w:] M. Mead [red], *Continuities in Cultural Evolution*. New Haven and London. Yale Universities Press. 1965, s. 327.
8. Wright Q., *The Study of International Relations*. Appleton Century Crafts, New York, 1955, s. 20.
9. Znaniecki F., *Ludzie terażniejsi i cywilizacja przyszłości*, PWN, Warszawa 1974, s. 22-23.
10. Znaniecki F., *Wstęp do Socjologii*, PTPN, Poznań, 1922. s.21.
11. Kubiak M., *Kulturowe uwarunkowania obronności państwa*, Wyd UP-H, Siedlce, 2012, s. 127-130.
12. Graebner F., Ankermann B., *Methoden der Ethnologie*, Heidelberg, 1911.
13. Schmidt W., *Handbuch der Methoden der kulturhistorischen Ethnologie*, Aschendorff, 1937.
14. Kellner D., *Globalization and the Postmodern Turn*. [w:] *Globalization and Europe. Theoretical and Empirical Investigation*, R. Axtmann [red.] London and Washington, 1998, s. 27- 28.
15. Ash T.G., *Wolne słowo. Dziesięć zasad dla połączonego świata*, Wyd. Znak, Kraków, 2018, s. 35.
16. Crane D., Kawashima N., Kawasaki K. [red], *Global Culture: Media, Arts, Policy, and Globalization*, Routledge, New York, 2002.
17. Crane D., *Culture and Globalization. Theoretical Models and Emerging Trends*, [w:] *Global Culture, Media, Arts, Policy and Globalization*, Crane D., Kawashima N., Kawasaki N. [red]. Routledge, New York, London 2016, s. 2-3, 10, 18.
18. Piwowarski J., Depo J., Pajorski P., *Fundamentalizm islamski a terroryzm w XXI wieku*, Wydawnictwo Apeiron, Kraków, 2015, s. 65-70.
19. Czaja J., *Kulturowe czynniki bezpieczeństwa*, Wyd. AFM, Kraków 2008, s. 31-49, 91-112.
20. Czaja J., *Kulturowy wymiar bezpieczeństwa. Aspekty teoretyczne i praktyczne*, Wyd. AFM, Kraków 2013, s. 23-61 i 173- 202.
21. Lopez A., *Our welcomed quests. Telenovelas in Latin America*, [w:] To be continued. Soap opera around the world. R. Allen, New York, Routledge, 1995, s. 256-275.
22. Revel J.F., *Antyamerykańska obsesja*, Wprost, 31.12. 2013, s. 131.

23. Helnarska K., *Czynnik kulturowy w polityce zagranicznej Francji*, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2013, s. 107-122.
24. Tibi B., *Fundamentalizm religijny*, PIW, Warszawa 2001, s. 145.
25. Krzysztofek K., *The cultural path of globalization*, [w:] *The faces of globalization*, Pietraś M. [red], MCS University Press. Lublin, 2012, s. 126-127 .
26. Multi-kulti politik, [www.presseurope.eu](http://www.presseurope.eu), A. Merkel, Dostęp 14.05. 2020.
27. Friedman T., *Świat jest płaski. Krótka historia XXI wieku*. Rebis, Poznań 2007, s. 514.
28. Robertson R., *The conceptual promise of glocalization: commonality and diversity*, <http://www.Sciencesociali.aliuni.it/st/docenti/robertson.shtml>. Dostęp, 21. 06. 2020.
29. <https://www.lesechos.fr/2013/06/les-negotiations-commerciales-avec-les-etats-unis-suspendues-ou-veto-francaise>. Dostęp 28.06.2020.
30. [http://www.unic.un.org.pl/szczyt2005/dokj\\_konc](http://www.unic.un.org.pl/szczyt2005/dokj_konc). Dostęp 20.03. 2020.
31. Kissinger H., *Does America need a Foreign Policy? Towards a Diplomacy for 21<sup>st</sup> Century*. New York. 2001.
32. Nederveen Pieterse J. *Globalization as hybridization*, [w:] *Global Modernities*. M. Featherstone [red], Newbury Park, C.A: Sage, 1995, s. 45-68.

## **Kultura globalna i jej wpływ na społeczności i tożsamości lokalne.**

### **Globalizacja w wymiarze kulturowym: kultura globalna**

#### Streszczenie

Kultura jest jedną z najważniejszych płaszczyzn szybkiego postępu globalizacji. Jako skutek oddziaływania wielu czynników: audiowizualnych, internetu, swobody przemieszczania się przez granice, a także procesów deregulacji w handlu międzynarodowym, dochodzi w świecie do bezprzykładnej dyfuzji zjawisk i produktów kulturowych. Zjawiska dyfuzji kultury masowej prowadzą do powstania szerszej płaszczyzny kulturowej, która coraz częściej nazywana jest kulturą globalną.

Proces ten nasilił się w okresie ostatnich dekad, przede wszystkim jako skutek końca zimnej wojny, usunięcia barier polityczno-ideologicznych i handlowych oraz nowych technicznych rozwiązań, umożliwiających napływ masowej informacji i wzorców kulturowych z Zachodu a głównie ze Stanów Zjednoczonych. Nie mając ani przeciwnika ideologicznego, ani wyraźnej alternatywy polityczno-ustrojowej i gospodarczej – bo ta chińska dopiero wyłaniała się – Zachód rozpoczął ofensywę liberalnej demokracji i penetracji rynkowej także poprzez napływ kulturowej komercji. Reklamy zachodniego centrum, McSwiata, Coca Coli, Disneylandu i innych symboli, zaczęły jak niewidzialne neutrino przenikać świat. Jako produkt międzynarodowych przepływów kulturowych, napływu kultury masowej tworzyła się pewna synteza kultury, jej ekonomiczna i skomercjalizowana wersja – kultura globalna.

Pod wpływem produktów tej nowej kultury handlowej zaczęły ulegać erozji lokalne tradycyjne wartości i tożsamości. Reakcje były różne, od pełnej lub tylko częściowej adaptacji, hybrydyzacji, czyli koadaptacji, aż po tworzenie się swoistego dualizmu kultur – naskórkowej globalnej i własnej tożsamościowej. Gwałtowniejsze reakcje, graniczące ze zjawiskami zderzenia cywilizacji, które wieszczył Samuel Huntington, zdarzały się zwłaszcza na styku Zachodu i ekstremalnych środowisk islamu. Ten styk kultury globalnej i kultur lokalnych jest często nazywany „glokalizacją”, terminem będącym połączeniem dwóch słów „globalizacji” i „lokalizacji”.

Słowa kluczowe: kultura globalna – kultura konsumencka, globalizacja kultury, inkulturacja i dyfuzja kulturowa, koadaptacja i hybrydyzacja kulturowa, dualizm kulturowy

## **Global culture and its impact on local communities and identities**

#### Abstract

One of the most important platform of globalization is culture. Through many different sources as electronic devises, internet, mass-media and direct abroad journeys and contacts, it takes place the mass-inflow of cultural-commercial products. In such a way is created consumer culture being a global network in which commercial values are much more important than cultural. This diffusion of ideas, meanings, patterns, models, styles, through international trade, is also called *global culture*. That may conduce to cultural domination of low pop-culture and to the possible lost of cultural identity of local societies. The

process speed up after the end of cold war thanks of elimination of ideological and trade barriers. Western, mainly American, pop-culture products begun to disseminate through the world , creating the symbols of so called McWorld. In such a way the question of protection of national and local cultures appeared. The problem is how the local cultures react on inflow of global commercial culture products. The reactions are different: homogenization or cultural dualism, hybridization or coadaptation. Time to time the effect is the clash of cultures and civilizations which was the base of Samuel Huntington concept. The process of global and local cultures meeting is called glocalization which is the combination of two words: globalization and localization.

Keywords: global culture – consumer culture, globalization of culture, inculturation and cultural diffusion, co-adaptation and cultural hybridization, cultural dualism

### **Sylwetka autora**

**Prof. dr hab. Jan Czaja**, prawnik i politolog, profesor Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego. Praktyk z doświadczeniem rządowym, parlamentarnym oraz wyniesionym z pracy w instytucjach międzynarodowych. Wykładowca uczelni zagranicznych, m.in. w Holandii, Japonii, Wielkiej Brytanii, Włoszech i Szwecji. Specjalizuje się w zagadnieniach podmiotowości prawnomiędzynarodowej, ładu i bezpieczeństwa międzynarodowego oraz międzynarodowych stosunków kulturalnych. Autor 9 książek o charakterze monograficznym i ok. 200 artykułów naukowych. Ważniejsze prace: Czerwone Brygady. Czarna rzeczywistość Włoch [1983], Prawnomiędzynarodowy Status Watykanu [1984], Stolica Apostolska wobec integracji europejskiej [2000], Europa wartości: pytania o tożsamość UE [2001], The End of Wesphal or UN Order? [2004] , Bezpieczeństwo kulturowe [2004], Euroatlantycka przestrzeń bezpieczeństwa [2005], Kulturowe czynniki bezpieczeństwa [2007], Kulturowy wymiar bezpieczeństwa [2013].

# Protesty społeczne syndromu NIMBY jako wyzwanie dla społeczeństwa w XXI wieku

## 1. Wprowadzenie

Rozwój technologiczny i gospodarczy, ostra konkurencja i rywalizacja, wszystkie te czynniki sprzyjają nie tylko postępowi cywilizacyjnemu, ale również nasilaniu się konfliktów na różnych płaszczyznach życia społecznego. Konflikty społeczne to rywalizacja grup reprezentujących odmienne poglądy, dążących do zdobycia konkretnych korzyści, jakie daje im zwycięstwo w konflikcie.

Konflikty należą do najbardziej podstawowych i wszechobecnych procesów życia zbiorowego. Pojawiają się we wszystkich jego obszarach, pomiędzy jednostkami, grupami, organizacjami lub państwami, przybierając rozmaite formy. Problematyka konfliktów społecznych skupia uwagę specjalistów wielu dyscyplin naukowych, co znajduje odbicie w wielości podejść do tego zagadnienia. Zjawiskiem szczególnie widocznym, zwłaszcza przy definiowaniu konfliktu, jest duża rozbieżność znaczeniowa stosowanej terminologii. W literaturze można spotkać wiele różnych definicji konfliktu. Różnice w definiowaniu tego pojęcia wynikają m.in. z odmiennego zakresu pojęciowego, z temporalnego charakteru definicji, jak też z ujęcia samej istoty konfliktu [1].

Duży zakres pojęciowy konfliktu społecznego obejmuje wiele zjawisk w tym: rywalizację, konkurencję, protest, napięcie, agresję, walkę. Zgodnie z definicją Ralfa Dahrendorfa konflikt społeczny oznacza konkurencję, kontestację, spór, napięcie, jak też otwarte starcie społeczne. Zdaniem niemiecko-brytyjskiego socjologa: *wszelkie relacje między zbiorami jednostek, w których istnieje niezgodność i zróżnicowanie celów – to jest, w najogólniejszej formie, pragnienie podzielane przez obu rywali, aby uzyskać to, co jest dostępne tylko dla jednego z nich lub dostępne tylko częściowo – są w tym sensie relacjami konfliktu społecznego* [2].

Celem niniejszego opracowania jest ukazanie, na podstawie dostępnej literatury, znaczenia konfliktów lokalizacyjnych, zwanych konfliktami syndromu NIMBY (ang. *Not In My Back Yard* – nie na moim podwórku), które stanowią coraz większe wyzwanie społeczne oraz prezentacja możliwych działań skutkujących ich ograniczeniem.

## 2. Charakterystyka protestów społecznych syndromu NIMBY

Druga dekada XXI wieku to okres nasilających się konfliktów społecznych występujących na wielu płaszczyznach życia społecznego, gospodarczego, politycznego. Widowym ich symptomem były liczne protesty, które w ostatnim czasie przetoczyły się przez Europę. Protesty te charakteryzowały się odmienną skalą, zasięgiem i charakterem. Jedne dotyczyły spraw międzynarodowych, ogólnokrajowych, drugie kwestii regionalnych czy też wręcz lokalnych.

---

<sup>1</sup> Uniwersytet Warszawski Wydział Prawa i Administracji.



Protesty społeczne skali makro zostały stosunkowo dobrze opisane i scharakteryzowane, liczne opracowania poddają analizie ich przyczyny, przebieg oraz skutki. Mniej uwagi poświęcono protestom społecznym skali mikro, lokalnym co do swojego przebiegu i znaczenia w szczególności tym, które związane są z konfliktami o podłożu lokalizacyjnym społecznie ważnych, ale potencjalnie uciążliwych inwestycji. Protesty te zostały nazwane protestami syndromu NIMBY.

Nazwę NIMBY nauki społeczne odnoszą do specyficznej kategorii protestów społecznych osób, które wyrażają swój sprzeciw wobec inwestycji realizowanych w ich najbliższym sąsiedztwie, nie zaprzeczając przy tym potrzebie ich realizacji w ogóle. Są, więc za ich powstaniem, ale w zupełnie innym miejscu, najczęściej z dala od ich domostw. Syndrom NIMBY dotyczy w szczególności przedsięwzięć, takich jak: wysypiska śmieci, zakłady termicznej przeróbki odpadów, spopielnienie zwłok, oczyszczalnie ścieków [3].

Termin NIMBY oraz jego formy pochodne (NIMBYism – nimbyzm, NIMBYist – nimbysta) pojawiły się w literaturze w latach 80. XX wieku, przy okazji podjęcia problematyki protestów społeczności lokalnych wobec lokalizacji składowisk odpadów niebezpiecznych. Syndrom NIMBY to zjawisko wielowymiarowe, zależne od uwarunkowań natury społecznej, demograficznej, ekonomicznej, politycznej, prawnej i historycznej, mające charakter lokalny, regionalny lub krajowy. Związane z nim zagadnienia badane są przez przedstawicieli różnych dyscyplin naukowych. Przejawem syndromu NIMBY jest rozgrywający się w skali lokalnej ciąg wydarzeń inicjowanych przez społeczność lokalną, dążąca do zablokowania powstania niechcianej inwestycji. Ten ciąg wydarzeń łączy cechy konfliktu i kooperacji, z dominacją cech konfliktu, w jego rozumieniu zarówno strukturalnym – czyli uświadomienie sprzeczności interesów grupy mieszkańców i inwestora, jak i behawioralnym – objawiającym się działaniami podejmowanymi przez strony konfliktu. Każdy przypadek zjawiska NIMBY ma swój specyficzny zespół przyczyn, przebieg i konsekwencje, zarówno dla życia społeczności lokalnej, jak i dla obszaru, którą zamieszkuje [3].

Istotą postawy NIMBY jest obrona i zachowanie konkretnego miejsca często określanego przez protestujących mianem „moje”, „nasze”, chociaż bardzo często to poczucie przynależności nie ma odzwierciedlenia w faktycznym stanie prawnym bronionej przestrzeni.

Jak zauważa Błażej Płaczynta-Brudnik, związek osoby z jej miejscem zamieszkania opiera się na elementarnych potrzebach bezpieczeństwa i przynależności. Z poczuciem „mojego domu” wiąże się niechęć do jakichkolwiek jego zmian lub zmian w jego najbliższym otoczeniu. Mieszkańcy dążą do utrzymania jakości życia, którą oferuje im ich miejsce zamieszkania, przeciwstawiając się wszelkim zagrożeniom utraty wartości tego miejsca nawet kosztem dobra publicznego. Tak więc, pomimo że wszyscy mieszkańcy dużych miast deklarują poparcie dla budowy obwodnic, to obserwowane są od wielu lat np. w Krakowie problemy z wykupem terenu pod ich budowę [4].

Opisując zjawisko NIMBY, można wyodrębnić trzy jego poziomy. Jest to, po pierwsze – poziom ekonomiczny, po drugie – polityczny, po trzecie – etyczny [5]. Pierwszy poziom tego zjawiska (ekonomiczny) można przedstawić na przykładzie konfliktu lokalizacyjnego. W interesie publicznym jest pozbycie się odpadów, czyli tzw. niekorzyści produkowanych przez wszystkich jego mieszkańców. Władze samo-

rządowe dokonują, zatem transferu odpadów (a co za tym idzie transferu niekorzyści) do jednego obszaru gminy (budując składowisko lub zakład utylizacji). Protestujący mieszkańcy tego rejonu starają się uniknąć sytuacji, w której ich kosztem (odpady, a więc niekorzyści transferowane są do okolicy, w której mieszkają) realizowany jest cel publiczny – dobro wspólne, czyli możliwość pozbycia się odpadów komunalnych. Społeczność lokalna nie chce się pogodzić z inwestycją w dobro wspólne za cenę rezygnacji z wartości, którą dla niej jest nieposiadanie „składowiska pod oknem”.

Poziom polityczny zjawiska NIMBY przejawia się w braku zaufania do władzy publicznej. Obywatele wyrażają w formie protestu wątpliwość czy władze, realizując zamierzenie inwestycyjne, postępują słusznie – w sensie ochrony obywateli oraz uczciwie – w sensie prawidłowego sposobu podejmowania decyzji. W tym kontekście pojawia się też dwuznaczna rola ekspertów naukowych, którzy omawiają z opinią publiczną tylko niektóre kwestie związane z planowaną inwestycją. Często podstawowe decyzje oparte są na sankcji autorytetu naukowego, a publiczna dyskusja ma służyć jedynie potwierdzeniu przyjętych już uprzednio tez. Organy publiczne, prowadząc konsultacje społeczne, co rusz działają według mechanizmu określanego skrótem DAD (ang. *Decide Announce Defend*, czyli: zdecyduj – ogłoś – broń [decyzji]), a więc z góry zakładają brak możliwości rezygnacji z planowanego działania [6].

Analizując postawę organów publicznych w kontekście protestów społecznych, można zauważyć wiele różnych błędów w ich działaniu, wskazuje je Cezary Ulański, socjolog z Centrum Doradztwa Strategicznego: *Często decyzje podejmuje się, sądząc, że dobre rozwiązania same się tłumaczą, co niestety nie zawsze się sprawdza w praktyce. Urzędnicy mają tendencję do nakłaniania ludzi do zmiany zachowań, ale w przypadku drażliwych społecznie kwestii nie jest to takie proste* [7].

Ostatnia, trzecia płaszczyzna syndromu NIMBY związana jest z poziomem etycznym tego zjawiska. W pewnych sytuacjach zachowania nieegoistyczne, podejmowane dla wspólnego dobra, są uważane za słuszne i pożądane. W tym kontekście NIMBY okazują się przykładem zwycięstwa wąsko rozumianego interesu indywidualnego, który przedkładany jest nad wspólny. Jak zauważa Maarten Wolsink: *sprzeciw wobec lokalizacji inwestycji jest często traktowany, jako przykład „choroby”, która polega na tym, że dobro wyższe – wspólne, poświęcane jest na rzecz dobra hierarchicznie niższego – indywidualnego* [8].

Omawiając zjawisko NIMBY, oprócz wyróżnionych trzech jego wymiarów, warto zwrócić też uwagę na socjologiczny aspekt problemu. Przyjmując założenie, że nawet najbardziej powszechnie oprotestowana pod względem lokalizacji inwestycja, tylko dojdzie do skutku, będzie dla kogoś oznaczała korzyść (nawet bardzo ograniczoną), można potraktować zjawisko NIMBY jako starcie sprzecznych interesów poszczególnych grup społecznych [5].

Badania syndromu NIMBY w Polsce koncentrują się na analizach jednostkowych przypadków konfliktów lokalizacyjnych. Nie podejmowano prób scharakteryzowania tego zjawiska na obszarze całego kraju. Pierwszej próby takiej charakterystyki podjęły się Maria Bednarek-Szczepańska oraz Karolina Dmochowska-Dudek. Badaczki poddały analizie występujące w latach 2007-2014 protesty NIMBY na obszarze całego kraju z wyłączeniem średnich i dużych miast. Zidentyfikowały występowanie konfliktów lokalizacyjnych we wszystkich regionach Polski, łącznie w 116 gminach. Wyniki

badania wskazują na największe nagromadzenie protestów w strefach podmiejskich wokół największych polskich metropolii. Najczęściej oprotestowywane są obiekty infrastruktury technicznej, w tym inwestycje energetyczne, rzadziej obiekty infrastruktury gospodarczej (w tej grupie stosunkowo duża liczba protestów dotyczyła instalacji do unieszkodliwiania odpadów komunalnych), a najrzadziej – społecznej [9].

Z przeprowadzonych badań wynika, że konflikty lokalizacyjne rozpoczynały się już na etapie prac nad dokumentami planistycznymi. Najczęściej oprotestowywane inwestycje miały powstać na podstawie wydawanych przez organy samorządu terytorialnego decyzji lokalizacyjnych, przy procedowaniu których nie jest zapewniony dostateczny udział strony społecznej. Konsultacje społeczne są możliwe tylko na etapie oceny oddziaływania na środowisko. Znaczący był też udział przypadków, w których specjalnie na potrzeby planowanej inwestycji władze lokalne przystępowały do tworzenia nowego miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego lub zmiany planu istniejącego [9]. Rozstrzygnięcie konfliktów było bardzo różne, niemniej ukazujące siłę protestów NIMBY: w 41 przypadkach inwestycje nie powstały, w kolejnych 11 zamierzenia inwestycyjne zostały zmienione, w 44 przypadkach konflikty nie zostały rozstrzygnięte, jedynie w 20 przypadkach inwestycje zostały zrealizowane bez zasadniczych zmian [9].

Występowanie konfliktów lokalizacyjnych w największych polskich miastach i związanych z nimi protestów społecznych NIMBY nie zostało dotychczas przebadane w sposób całościowy. Niemniej naukowej analizie poddano wiele pojedynczych przypadków protestów tego typu. Na potrzebny niniejszego opracowania wystarczającym jest odwołanie się do jednego, konkretnego protestu społecznego. Takie studium przypadku umożliwi szczegółowe zapoznanie się z jego przebiegiem, omówienie jego charakteru.

Jednym z najgłośniejszych przykładów wystąpienia syndromu NIMBY wśród społeczności mieszkańców Krakowa był spór o budowę spopieliarni zwłok na osiedlu Prądnik Czerwony. Protest ten został zakończony z punktu widzenia jego organizatorów sukcesem, miasto ostatecznie zrezygnowało z realizacji oprotestowanej inwestycji. Korzenie sporu o budowę spopieliarni na Prądniku Czerwonym sięgają roku 1993 – wtedy władze Krakowa po raz pierwszy wyszły z inicjatywą budowy obiektów kremacyjnych przy położonym w pobliżu dużego osiedla mieszkaniowego cmentarzu komunalnym. W wyniku protestu społecznego pomysł realizacji inwestycji upadł, a po spotkaniu z mieszkańcami i radą dzielnicy urzędujący prezydent Krakowa Józef Lassota złożył deklarację, że spopieliarnia na terenie Prądnika Czerwonego nigdy nie powstanie [10].

Po zmianie władz miasta do realizacji kontrowersyjnej inwestycji powrócono. W 2005 roku Zarząd Cmentarzy Komunalnych wybrał na lokalizację inwestycji budynek starej kaplicy na cmentarzu Prądnik Czerwony. Propozycję urzędników poparła Komisja Infrastruktury Rady Miasta Krakowa, jej członkowie argumentowali, że spopieliarnia zwłok to instalacja, która nie powoduje emisji zanieczyszczeń, nie jest uciążliwa i nie przedstawia żadnego zagrożenia [7].

Charakterystyczną cechą protestu przeciwko budowie spopieliarni na Prądniku Czerwonym był fakt, iż większość protestujących nie negocjowała potrzeby kremacji zwłok ludzkich, o czym świadczyły wypowiedzi protestujących mieszkańców: *wiemy,*

że jest taka potrzeba, ale nie u nas, za miastem albo w innej dzielnicy, najlepiej daleko od domów [7]. Takie postawy mieszkańców są charakterystyczne dla protestów społecznych syndromu NIMBY.

Analizując postawę władz miasta, można zauważyć wiele błędów w podjętych działaniach. Przede wszystkim charakteryzowały się one postępowaniem według wspomnianego już wcześniej schematu DAD. Założono, że spopielnia powstanie we wskazanej przez Zarząd Cmentarzy Komunalnych lokalizacji, a konsultacje społeczne prowadzono jedynie po to, aby przekonać protestujących do konieczności jej budowy we wskazanej lokalizacji [10].

Stosunek władz dzielnicy do sporu nie był od początku jednoznaczny. Zarząd Dzielnicy zorganizował spotkanie Zarządu Cmentarzy Komunalnych z protestującymi mieszkańcami osiedla, które zakończyło się fiaskiem. Urzędnicy nie byli w stanie przekonać do swoich racji mieszkańców. Ostatecznie wśród radnych przeważało stanowisko udzielenia poparcia protestującym mieszkańcom. Specjalną uchwałą Rada Dzielnicy III Prądnik Czerwony zaopiniowała negatywnie proponowaną lokalizację spopielnia, wnioskując jednocześnie do Prezydenta Miasta Krakowa o wskazanie innych propozycji lokujących inwestycję poza spornym miejscem [11]. Podjęcie uchwały negatywnie opiniującej zamierzenie inwestycyjne miasta stanowiło podstawę do wycofania się z budowy spopielnia na Prądniku Czerwonym [10].

Powyższy przykład doskonale obrazuje rosnące wyzwanie, jakie stanowią protesty społeczne syndromu NIMBY nie tylko dla rozwoju społecznego, ale również cywilizacyjnego. Rozwój ten przejawia się rozbudową infrastruktury technicznej, realizacją nowych zamierzeń inwestycyjnych mających poprawić jakość i komfort życia mieszkańców.

Co znamienne protesty syndromu NIMBY dotyczą nie tylko inwestycji skutkujących potencjalną degradacją środowiska naturalnego, ale przede wszystkim tych wpływających w sposób pośredni bądź bezpośredni na jego ochronę. Najczęściej oprotestowanymi inwestycjami w Polsce są: farmy wiatrowe, biogazownie, instalacje związane z przetwarzaniem odpadów komunalnych [9], czyli działania nakierowane na ochronę środowiska, będące narzędziem do walki ze skutkami globalnego ocieplenia. Taki charakter protestów społecznych syndromu NIMBY powoduje, że stanowią one będą w przyszłości rosnący problem społeczny mogący niekorzystnie wpływać na konieczne do realizacji cele cywilizacyjne np. ochronę klimatu naszej planety.

### **3. Narzędzia przeciwdziałania protestom syndromu NIMBY**

Konflikty lokalizacyjne stanowią szczególnie duże wyzwanie dla samorządów terytorialnych, zwłaszcza jednostek szczebla podstawowego – gmin. Niezależnie czy dane zamierzenie inwestycyjne realizowane jest przez organ władzy publicznej czy też jest inwestycją komercyjną, władze samorządowe są zawsze zaangażowane w konflikt. Organy gminy są zobowiązane do stosowania przepisów prawa określających zakres i charakter udziału mieszkańców w postępowaniach prowadzących do realizacji inwestycji. Z drugiej strony mogą, poza realizacją ustawowych obowiązków, w różny sposób reagować na zaistniały konflikt w celu jego rozwiązania i zapobieżenia podobnym sytuacjom w przyszłości [9.]

Kluczowym narzędziem przeciwdziałania protestom syndromu NIMBY jest prawidłowa organizacja procesu konsultacji społecznych oraz działań partycypacyjnych.

Konsultacje społeczne nie mogą być stosowane jedynie po to, aby przekonać społeczność lokalną do konieczności realizacji danej inwestycji, a organy samorządu nie mogą działać według mechanizmu DAD. Konsultacje powinny być przeprowadzane w sposób rzetelny na możliwie jak najwcześniejszym etapie planowania inwestycji z uwzględnieniem, jeżeli jest to tylko możliwe wariantowych, alternatywnych rozwiązań i lokalizacji [6].

Jak stwierdza Agnieszka Maszkowska: *najprościej rozumiane konsultacje społeczne polegają na przedstawieniu przez władze lokalne swoich zamierzeń mieszkańcom, a następnie na zbieraniu od nich uwag. Kluczowa jest tu zatem dwustronna komunikacja między obywatelami i władzą. Z jednej strony informacje dotyczące nieraz najważniejszych decyzji podejmowanych przez samorząd [...] takich jak projekty ważnych aktów prawa, planowane działania czy inwestycje, płyną od rządzących do społeczeństwa. Z drugiej – obywatele kierują do decydentów swoje opinie na ich temat [12].*

Działania konsultacyjne powinny być organizowane z zastosowaniem siedmiu zasad konsultacji społecznych, które sformułowano w 2012 r., pod auspicjami Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji, należą do nich:

1. **Dobra wiara** – konsultacje prowadzone są w duchu dialogu obywatelskiego, strony słuchają się nawzajem, wykazując wolę zrozumienia odmiennych racji.
2. **Powszechność** – każdy zainteresowany tematem powinien móc dowiedzieć się o konsultacjach i wyrazić w nich swój pogląd.
3. **Przejrzystość** – informacje o celu, regułach, przebiegu i wyniku konsultacji muszą być powszechnie dostępne, jasne musi być, kto reprezentuje jaki pogląd.
4. **Responsywność** – każdemu, kto zgłosi opinię, należy się merytoryczna odpowiedź w rozsądnym terminie, co nie wyklucza odpowiedzi zbiorczych.
5. **Koordinacja** – konsultacje powinny mieć gospodarza odpowiedzialnego za konsultacje tak politycznie, jak organizacyjnie.
6. **Przewidywalność** – konsultacje powinny być prowadzone od początku procesu inwestycyjnego w sposób zaplanowany na podstawie czytelnych reguł.
7. **Poszanowanie interesu ogólnego** – choć poszczególni uczestnicy konsultacji mają prawo przedstawiać swój partykularny interes, to ostateczne decyzje powinny reprezentować interes publiczny i dobro ogólne [13].

Działania jednostek samorządu terytorialnego coraz częściej wykraczają poza ramy konsultacji społecznych, coraz większą wagę przykładają się do działań partycypacyjnych rozumianych jako zaangażowanie mieszkańców w podejmowanie decyzji dotyczących spraw publicznych.

Wszystkie techniki partycypacji cechuje współdziałanie, występujące wtedy, kiedy obywatele uzyskują realny wpływ na kreowanie i wybór rozwiązań, które następnie są wdrażane przez organa władzy publicznej. Takie działanie oznacza partnerstwo, przykładami technik partycypacyjnych są: budżet obywatelski, projektowanie partycypacyjne, fundusz sołecki, panel obywatelski. Ta ostatnia forma partycypacji polega na losowym wyborze grupy mieszkańców z uwzględnieniem takich kryteriów jak: płeć, grupa wiekowa, miejsce zamieszkania (sołectwo, osiedle, dzielnica) i poziom wykształcenia, którzy następnie wypracowują w drodze głosowania wiążące rekomendacje w zadanym panelowi temacie. Głosowanie następuje po zdobyciu wiedzy przez

uczestników panelu (część edukacyjna panelu) i ich wspólnym namyśle nad możliwymi rekomendacjami (część deliberacyjna panelu) [14].

Decyzje, co do ostatecznego wyboru szczegółowych rozwiązań, powinny być dopasowane do specyfiki danej społeczności – np. wielkości gminy, zróżnicowania zaludnienia w różnych jej obszarach czy też siły identyfikacji na poziomie mniejszych wspólnot [15].

Przy wdrażaniu mechanizmów partycypacji obywatelskiej i organizacji procesu konsultacji społecznych należy pamiętać o konieczności przełamania powszechnego partykularyzmu interesów. Często różne środowiska społeczne traktują działania partycypacyjne jako sposobność załatwienia swoich interesów, zapominając o dobru wspólnym i interesach innych grup społecznych. Takie postawy utrudniają osiągnięcie porozumienia i wypracowanie wspólnych decyzji, a niekiedy mogą nawet prowadzić do zdominowania procesu konsultacyjnego przez część obywateli, posiadających na przykład liczną i aktywną reprezentację.

#### 4. Podsumowanie

Na koniec należy podkreślić, że działania nakierowane na dialog społeczny, współdziałanie mieszkańców w podejmowaniu decyzji nie doprowadzą do wyeliminowania wszystkich konfliktów lokalizacyjnych i towarzyszących im protestów społecznych, dadzą jednak możliwość podejmowania przez władze publiczne takich decyzji, które będą się cieszyć stosunkowo wysoką akceptacją społeczną.

Konflikty o podłożu NIMBY to zjawiska złożone, wieloaspektowe i w takim wymiarze powinny być analizowane. Rozwój społeczny wymaga od nas wszystkich użytkowników przestrzeni publicznej dążenia do coraz większych kompromisów, dlatego też protesty społeczne syndromu NIMBY będą coraz większym wyzwaniem społecznym w XXI wieku.

#### Literatura

1. Jermakowicz P., *Konflikt społeczny – zagadnienia teoretyczne*, [w:] M. Plucińska (red.), *Rozwiązywanie sytuacji konfliktowych w wymiarze jednostkowym i społecznym*, Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań 2014, s. 23.
2. Dahrendorf R., *Nowoczesny konflikt społeczny. Esej o polityce i wolności*, Czytelnik, Warszawa 1993, s. 60.
3. Bednarek-Szczepańska M., Dmochowska-Dudek K., 2016, *Syndrom NIMBY na obszarach wiejskich w Polsce. Uwarunkowania i specyfika konfliktów wokół lokalizacji niechcianych inwestycji*, „Prace Geograficzne”, 255, Instytut Geografii i Przestrzennego Zagospodarowania PAN, Warszawa 2016, s. 10.
4. Płaczyna-Brudnik B., *Rozwiązywanie konfliktów w grze o przestrzeń*, [w:] J. Plit, U. Myga-Piatek (red.), *Zarządzanie krajobrazem kulturowym*, „Prace Komisji Krajobrazu Kulturowego PTG”, Sosnowiec, nr 10, (2008), s. 640.
5. Małachowska E., *Syndrom NIMBY jako przykład samoorganizacji społecznej na poziomie lokalnym*, „Studia Regionalne i Lokalne”, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa, nr 1/31, (2008) s. 62.
6. Matczak P., *Społeczne uwarunkowania eliminacji syndromu NIMBY*, [w:] R. Cichoński (red.), *Podmiotowość społeczności lokalnych: praktyczne programy wspomagania rozwoju*, Media-G.T, Poznań 1996, s. 297.
7. Jałowicz J., *Dlaczego nie chcę spoielarni?*, Gazeta Wyborcza, nr 252, (2005).

8. Wolsink M., *Entanglement of Interests and Motives: Assumptions behind the NIMBY-Theory on Facility Sitting*, Urban Studies, nr 31, (1994), s. 851-866.
9. Bednarek-Szczepańska M., Dmochowska-Dudek K., *Syndrom NIMBY jako wyzwanie dla jednostek samorządu terytorialnego*, Mazowsze Studia Regionalne, nr 21, (2017), s. 103-114.
10. Jałowiec J., *Niczym kotłownia – syndrom NIMBY*, Gazeta Wyborcza, nr 237, (2005).
11. Uchwała nr XLI/327/2005 Rady Dzielnicy III z dnia 25 października 2005 r. w sprawie opinii lokalizacji spopieliarni na terenie Cmentarza Prądnik Czerwony.
12. Maszkowska A., *Przepis na udane konsultacje społeczne z mieszkańcami*, [w:] A. Maszkowska, M. Wenclik, *Przepis na udane konsultacje społeczne*, Laboratorium Badań i Działań Społecznych „SocLab”, Białystok, 2014, s. 43.
13. *Siedem zasad konsultacji społecznych*, [w:] *Kanon lokalnych konsultacji społecznych*, Fundacja Inicjatyw Społeczno-Ekonomicznych, <https://kanonkonsultacji.fise.org.pl/siedem-zasad-konsultacji-spoecznych>, dostęp: 15.05.2020.
14. Gerwin M. *Panele Obywatelskie, przewodnik po demokracji, która działa*, Fundacja Otwarty Plan, Kraków 2018, s. 18.
15. Błuj A., Stokłuska E., *Budżet partycypacyjny (obywatelski) krok po kroku. Poradnik dla praktyków*, Fundacja Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia”, Warszawa 2015, s. 8.

## **Protesty społeczne syndromu NIMBY jako wyzwanie dla społeczeństwa w XXI wieku**

### **Streszczenie**

Konflikty społeczne to rywalizacja grup społecznych reprezentujących odmienne poglądy, dążących do zdobycia korzyści, jakie daje im zwycięstwo w konflikcie. Bardzo charakterystycznymi co do przyczyn i przebiegu konfliktami społecznymi są spory o podłożu lokalizacyjnym, które dotyczą realizacji społecznie ważnych, ale potencjalnie uciążliwych inwestycji, zostały one nazwane protestami społecznymi syndromu NIMBY.

Nazwę NIMBY (ang. *Not In My Back Yard* – nie na moim podwórku) nauki społeczne odnoszą do specyficznej kategorii konfliktów społecznych, w których osoby protestujące wyrażają swój sprzeciw wobec inwestycji realizowanych w ich najbliższym sąsiedztwie, nie zaprzeczając przy tym potrzebie ich realizacji w ogóle.

Celem niniejszego opracowania jest ukazanie, na podstawie dostępnej literatury, znaczenia konfliktów syndromu NIMBY, które stanowią coraz większe wyzwanie społeczne oraz prezentacja możliwych działań skutkujących ich ograniczeniem.

Słowa kluczowe: konflikty społeczne, NIMBY, konsultacje społeczne, partycypacja

## **Social protests of the NIMBY syndrome as a challenge on the society of the 21<sup>st</sup> century**

### **Abstract**

A social conflict is a contention between social groups representing different views who seek to reap the benefits from winning the conflict. With respect to their causes and trajectories, typical examples of social conflicts include locational disputes which concern implementation of socially important but potentially disruptive investments. Such social protests are known as NIMBY conflicts.

In social sciences, the name "Nimby" (Not In My Back Yard) refers to a specific category of social conflicts, in which protesters express their opposition to investments carried out in their local area while not denying that those investments need to be realized.

The aim of this study is to show the significance of NIMBY conflicts, which pose an increasing social challenge as well as to present possible actions aimed at mitigating them.

Keywords: social conflicts, NIMBY, public consultation, participation

## Internet – dobro wspólne z ograniczeniami

### 1. Wstęp

Internet – to skrót z angielskiego słowa *inter-network*, czyli dosłownie „między-sieć”, którym określa się ogólnosiwiatowy system połączeń między komputerami, nazywany też siecią sieci [1]. W znaczeniu informatycznym Internet to przestrzeń adresów IP przydzielonych hostom i serwerom połączonym za pomocą urządzeń sieciowych, takich jak karty sieciowe, modemy i koncentratory, komunikujących się za pomocą protokołu internetowego z wykorzystaniem infrastruktury telekomunikacyjnej. Tanenbaum pisze, że sprzętowe implementacje warstwy sieciowej (czyli karty sieciowe albo NIC — *Network Interface Cards*) działają „z prędkością łącza”, co oznacza, że potrafią obsługiwać ramki z maksymalną prędkością przewidzianą dla danego kanału transmisyjnego i protokołu [1]. Wszelkie niedobory transmisji są wtedy wynikiem problemów poza łączem danych i jako takie są obsługiwane w wyższych warstwach stosu komunikacyjnego. Prędkość przesyłu jest ściśle uwarunkowana rodzajem łącza. W sterowaniu przepływem na podstawie informacji zwrotnych nadajnik odsyła informacje do nadajnika, udzielając zgody na wysłanie dalszych danych lub przynajmniej informując nadajnik o stanie odbiornika, a przy sterowaniu przepływem opartym na szybkości transmisji, protokół ma wbudowany mechanizm ograniczający szybkość, z jaką nadajniki mogą wysyłać dane, bez informacji zwrotnych z odbiornika.

Ważnym elementem sieci jest *burstiness* – czyli rozblyskowość (intensywność) ruchu w sieci, którego krzywa (*burstiness curve*), liczona pierwotnie dla sprawnego funkcjonowania bankomatów, została zdefiniowana przez S. Lova [2]. Przyjęto w niej wagę niezbędnej przestrzeni buforowej  $b(-y)$  dla określonego ruchu wejściowego  $m(t)$  w węzłach pośrednich dla danej szybkości serwisowej w celu spełnienia wymogu zerowej utraty informacji,

$$b(s) = \sup \int [m(r) - s] dr$$

$$0 \leq s \leq t \leq T,$$

gdzie  $m(t)$  jest szybkością ruchu źródłowego (*source traffic rate*) w bitach/s dla  $t \in [0, T]$ , gdzie  $T$  jest całkowitym czasem trwania połączenia, a  $b(s)$  jest szybkością ruchu źródłowego dla stałej stawki usług.

W normalnych warunkach w *burstiness curve* zakłada się, że  $b(s)$  są nie negatywne, wypukłe i ściśle malejące dla  $s < M$ , gdzie  $M$  jest szczytowym natężeniem ruchu [2].

---

<sup>1</sup> Patryk Wołosz, Student na studiach licencjackich w Instytucie Dziennikarstwa, Mediów i Komunikacji Społecznej na Wydziale Zarządzania i Komunikacji Społecznej Uniwersytetu Jagiellońskiego. p.p.wolosz@gmail.com. ORCID: 0000-0001-7936-4154

<sup>2</sup> Andrzej Nowosad, dr hab., Adiunkt w Instytucie Dziennikarstwa, Mediów i Komunikacji Społecznej Uniwersytetu Jagiellońskiego. a.nowosad@uj.edu.pl. ORCID: 0000-0001-6090-7622

<sup>3</sup> Ümit Turanlı, lic., ukończył studia w zakresie zarządzania międzynarodowego na Uniwersytecie Jagiellońskim, studiuje na studiach magisterskich Relacje Międzykulturowe w Instytucie Studiów Międzykulturowych na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. umit-turanli@hotmail.com. ORCID0000-0003-0626-2370.



Pożądanym systemem komunikacji, w związku z rozwojem technik przepływu, jest dziś cyfrowa sieć zintegrowanych usług szerokopasmowych (ang. *Broadband Integrated Services Digital Network*) – opracowana przez International Telecommunication Union – Telecommunication [Standardization Sector] (ITU-T) w zakresie standardów komunikowania dla szybkiej komunikacji w sieci (ang. *communication standard for high-speed networking*). Standardy te są opracowane dla łącznego przesyłu głosu, obrazów wideo i danych w tejże sieci, zgodnego z rozwojem technologicznym przesyłu danych. Przyjmuje się, że standardy te spełniają łącza szerokopasmowe (ang. *broadband connection*), o prędkości minimum 50 Mb/s.

## 2. Cel i zakres badań

Dostęp do internetu o dobrej jakości przesyłu danych jest dziś jednym z najważniejszych wyzwań zarówno społecznych, jak i gospodarczych. Celem badań jest ukazanie przestrzennego zróżnicowania dostępności szerokopasmowego internetu w Polsce oraz wskazanie obszarów wykluczenia. Za punkt wyjścia przyjmuje się strategię europejskie i krajowe w zakresie tworzenia społeczeństwa informacyjnego (społeczeństwa gigabitowego), ukazuje Internet w kontekście dobra wspólnego i jego wpływu na wzrost gospodarczy oraz innowacyjny.

### 2.1. Strategie „Europa 2020” i „Europejska Agenda Cyfrowa na 2020” a wzrost gospodarczy

Unia Europejska przyjęła w 2010 r. strategię „Europa 2020”, do której we wrześniu 2016 r. w „Komunikacie w sprawie stworzenia do 2025 r. społeczeństwa gigabitowego” określono trzy cele strategiczne na 2025 r. (uzupełniające cele określone w Europejskiej Agendzie Cyfrowej na 2020 r.), związane bezpośrednio z łącznością szerokopasmową, które zostały określone też jako jedna z siedmiu inicjatyw przewodnich w ramach strategii „Europa 2020”. Cele te to: zapewnienie do 2020 r. wszystkim Europejczykom dostępu do szybkich sieci szerokopasmowych (> 30 Mb/s) oraz doprowadzenie do tego, by do 2020 r. przynajmniej 50% europejskich gospodarstw domowych korzystało z sieci szerokopasmowych (> 100 Mb/s) [3].

Europejski Trybunał Obrachunkowy w Sprawozdaniu Specjalnym „Sieci szerokopasmowe w państwach członkowskich UE – pomimo poczynionych postępów nie wszystkie cele strategii „Europa 2020” zostaną osiągnięte” (2019) (przedstawione na mocy art. 287 ust. 4 akapit drugi TFUE), określa sieć szerokopasmową jako „łącza internetowe o większej prędkości i inne rozwiązania techniczne pozwalające na uzyskanie dostępu do nowych treści, programów i usług lub udostępnianie ich” [3].

W Sprawozdaniu Specjalnym zwraca się uwagę, że wzrost znaczenia danych cyfrowych w komunikowaniu i w gospodarce oznacza, że dobre i szybkie połączenie z Internetem jest niezbędne nie tylko do tego, by europejskie przedsiębiorstwa mogły utrzymać konkurencyjność w światowej gospodarce, ale też – w szerszym kontekście – w celu zapobiegania wyłączeniu społecznemu” [3]. UE, w latach 2014-2020, wdrożyła szereg działań politycznych i regulacyjnych oraz udostępniła państwom członkowskim około 15 mld euro w postaci rozmaitych źródeł i rodzajów finansowania, w tym 5,6 mld euro w postaci pożyczek z Europejskiego Banku Inwestycyjnego (EBI), na budowanie infrastruktury dla szerokopasmowego przepływu danych.

Europejski Trybunał Obrachunkowy ustalił, że do 2019 r. zasięg sieci szerokopasmowych w UE ogólnie się poprawił, ale cele strategii „Europa 2020” nie zostały

osiągnięte. Zwraca się uwagę, że obszary wiejskie, mniej atrakcyjne dla sektora prywatnego jako miejsce inwestycji w sieci szerokopasmowe, wciąż są słabiej podłączone do sieci niż miasta, a poziom wykorzystania usług dostępu do sieci szerokopasmowych jest znacznie niższy od założonego. W raporcie szczegółowym, dotyczącym Polski, zwraca się uwagę, że we wszystkich obszarach w zakresie łącz szerokopasmowych Polska jest daleko poniżej średniej UE, a w wielu obszarach jest krajem zamykającym listę państw UE (wyprzedza jedynie Bułgarię i Rumunię).

Komisja z kolei uznała, że przesyłanie danych cyfrowych przez Internet odgrywa coraz większą rolę w życiu obywateli, organów publicznych i przedsiębiorstw, i aby Europa mogła utrzymać konkurencyjną pozycję w światowej gospodarce, niezbędny jest dobry poziom prędkości łączy internetowych i sprawna infrastruktura dostępu do internetu, co mogą zapewnić jedynie sieci szerokopasmowe. Komisja zauważa, że: zwiększenie liczby łączy szerokopasmowych o 10% może skutkować jednoprocentowym wzrostem PKB per capita rocznie i zwiększeniem wydajności pracy o 1,5% w ciągu kolejnych pięciu lat. W rekomendacjach podaje, że inwestycje w sieci szerokopasmowe nie tylko przyczynią się do wzrostu bogactwa, ale też pomogą zapewnić wysokiej jakości kształcenie, będą sprzyjać integracji społecznej oraz przyniosą niewymierne korzyści cywilizacyjne obszarom wiejskim i oddalonym [3].

Ten głos UE jest bardzo ważny dla Polski. Gdyby Polska nie należała do UE, stopa wzrostu PKB byłaby o 2,2 p.p. niższa w ciągu trzech lat (od roku sprzed do roku po akcesji) [4]. Podążanie za celami wyznaczonymi przez Komisję, w celu stworzenia Digitalnej Europy, ma też swoje ekonomiczne przyczyny, jeśli zwiększenie liczby łączy szerokopasmowych o 10% może skutkować jednoprocentowym wzrostem PKB per capita rocznie i zwiększeniem wydajności pracy o 1,5% w ciągu kolejnych pięciu lat [3].

## 2.2. Internet – dobro wspólne?

Na świecie zaczyna przeważać zdanie, że Internet nie jest już dobrem prywatnym, lecz dobrem wspólnym, a znaczenie sieci szerokopasmowych jest tak duże, że należy je uznać za infrastrukturę podstawową – tak jak infrastrukturę drogową, wodociagową, elektryczną i gazową (por. Raporty kanadyjskiego BDO Canada) [5, 6]. Z drugiej strony, co widać też w literaturze naukowej, zaczynają przeważać zdania, że Internet oraz jego szybkość jest nie tylko zwykłą infrastrukturą, ale należy go uznać za takie dobro wspólne społecznie niezbędne, jak powietrze czy wodę, a jego jakość (dostępność infrastruktury i szybkość przesyłu) powinny być objęte szczególną, konstytucyjną troską społeczeństwa, podobnie jak dbanie o środowisko, jakość wody czy czystość powietrza [7].

Zwraca się uwagę na konieczność zmiany definicji dobra wspólnego (*The collective utility (welfare)*), bazując na poglądach głoszonych przez angielskiego filozofa Johna Locka (1632-1704) i odnoszących się do czasów, gdy formalna gospodarka nie polegała na grabieży dobra wspólnego przez osoby fizyczne, firmy i państwa, kiedy to pola były wspólnym dobrem ludzkości, podobnie jak powietrze, woda czy lasy. Bollier pisze wprost: „Jednym z największych dóbr wspólnych wokół nas jest Internet. Jest wrażliwy na zagrożenia właśnie dlatego, że jest tak wspólny” [7]. Internet jest bowiem potrzebny dzisiejszemu społeczeństwu jak powietrze do oddychania, jak woda do picia, jak sieć dostępu do energii elektrycznej, jak sieć społecznej wzajemności [8].

„Bardzo interesująca jest rola Internetu w powielaniu modelu "innowacyjnej współpracy". Dobro wspólne (commons) uwidacznia sieci wzajemności społecznej w gospodarstwach domowych, domenach non-profit, zawodach naukowych, społecznościach internetowych, zespołach roboczych i kulturze demokratycznej. Pokazuje, w jaki sposób nieformalne wymiany i relacje międzyludzkie tworzą wartość ekonomiczną przy jednoczesnym budowaniu witalności społecznej” [9].

Dyskusje na temat tego, jakiego rodzaju dobrem jest Internet i ile jest w nim elementów charakterystycznych dla dobra wspólnego są podejmowane coraz częściej w literaturze przedmiotu [10-14].

Trudno wyobrazić sobie współczesny świat bez dostępu do Internetu. Stał się on narzędziem ułatwiającym czynności dnia codziennego, co sprawiło, że dzięki niemu człowiek stał się integralną częścią globalnego świata, opartego o technologię. Internet jest dobrem powszechnym, ale czy wspólnym? Czy jest dostępny w takim samym stopniu dla każdego? Co więcej, im szybszy, tańszy oraz lepszej jakości jest Internet, tym większe korzyści z niego odnosi całe społeczeństwo.

Należy zatem zadać pytanie – dlaczego nie inwestuje się w nowe technologie komunikacyjne i jakość przesyłu danych i dlaczego tak mocno Polska spada w rankingach rozwoju nowych technologii w skali świata, zajmując jeszcze kilka lat temu pozycję trochę poniżej średniej UE, a dziś dalece poniżej.

Czy zastój technologiczny będzie oddziaływał w przyszłości na gospodarkę kraju i proste czynności komunikacyjne? Dziś w dobie pandemii koronawirusa COVID-19, okazuje się, że wymuszona izolacja zerwała lub zrywa wszelkie dotychczasowe formy komunikacji, a nieprzystosowanie technologiczne lub słabe łącza Internetu stanowią istotną barierę nie tylko komunikacyjną, ale też w wykonywaniu pracy, edukacji, kontaktach z administracją publiczną, czy wreszcie robieniu podstawowych zakupów. W jakich regionach Polski trudności komunikacyjne, ze względu na słabe łącza czy brak dostępu do sieci są największe? Społeczeństwo w XXI wieku musi się mierzyć z wieloma wyzwaniami i problemami, a wyzwania dotyczące szybkiego przepływu informacji i prędkość Internetu wydają się dziś najważniejsze.

### 2.3. Prędkość internetu a jakość komunikacji

Federal Communications Commission podaje, że obecnie na świecie jest sześć rodzajów dominujących łączy:

- DSL (ang. *Digital Subscriber Line*);
- Model kablowy (ang. *Cable Modem*, przez kabel koncentryczny);
- Światłowód (ang. *Fiber*);
- Łącza radiowe (ang. *Wireless*);
- Łącza satelitarne (ang. *Satellite*);
- Łącza za pośrednictwem linii energetycznej (ang. *Broadband over Powerlines – BPL*) [15].

DSL to technologia transmisji przewodowej, która szybciej przesyła dane przez tradycyjne miedziane linie telefoniczne już zainstalowane w domach i firmach. Szerokopasmowe połączenia oparte na DSL zapewniają szybkość transmisji od kilkuset Kb/s do milionów bitów na sekundę (Mb/s). Dostępność i szybkość usługi DSL może zależeć od odległości od domu lub firmy do najbliższego obiektu firmy telefonicznej.

Znane są następujące typy technologii transmisji DSL: Asymetryczna cyfrowa linia abonencka (Asymmetrical Digital Subscriber Line (ADSL) – używana głównie przez klientów indywidualnych, takich jak internauci, którzy otrzymują dużo danych, ale nie wysyłają zbyt wiele. ADSL umożliwia szybszą transmisję danych na tym samym rynku i za pośrednictwem tej samej linii, która służy do świadczenia usług telefonicznych. Szybsze formy DSL dostępne dla firm obejmują zwykle pakiety: wysokiej szybkości transmisji danych HDSL – Cyfrową Linię Abonencką (ang. *High data rate Digital Subscriber Line* – HDSL) oraz bardzo wysoką szybkość transmisji danych VDSL (Cyfrową Linię Abonencką (ang. *Very High data rate Digital Subscriber Line* – VDSL) [15].

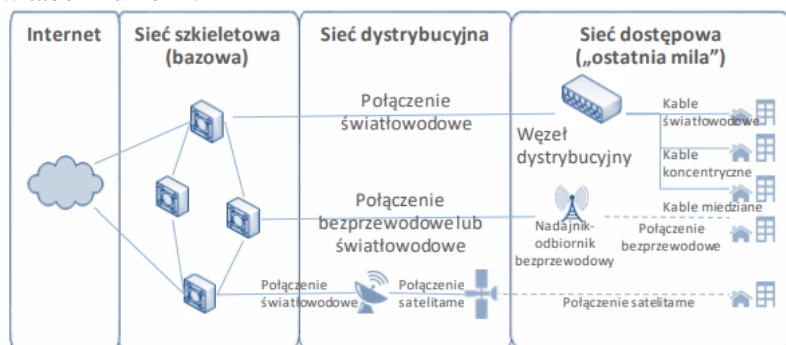
Technologia światłowodowa przekształca sygnały elektryczne przenoszące dane na światło i wysyła światło przez przezroczyste włókna szklane o średnicy ludzkiego włosa. Światłowód przesyła dane z prędkością znacznie przekraczającą bieżące prędkości DSL lub modemu kablowego, zazwyczaj o dziesiątki lub nawet setki Mb/s. Dostawcy usług telekomunikacyjnych czasami oferują światłowodowe łącza szerokopasmowe w ograniczonych obszarach przestrzennych (na przykład gmina, dzielnica miasta) [15].

Radiowa łączność szerokopasmowa łączy dom lub firmę z Internetem za pomocą łącza radiowego między lokalizacją klienta a usługą usługodawcy. Bezprzewodowe połączenie szerokopasmowe może być komórkowe lub stacjonarne [15].

Łącza satelitarne, choć bardzo drogie, zapewnić mogą dostęp do internetu na terenach słabo zaludnionych. Szerokopasmowe łącza satelitarne są inną formą bezprzewodowego (radiowego) połączenia szerokopasmowego [15].

BPL (*Broadband over Powerline*) to dostarczanie łącza szerokopasmowych w istniejącej sieci dystrybucji energii elektrycznej niskiego i średniego napięcia. Prędkości BPL są porównywalne z prędkościami DSL i modemów kablowych. BPL może być dostarczony do domów przy użyciu istniejących połączeń elektrycznych i gniazdek. BPL to nowa technologia, która jest dostępna w bardzo ograniczonych obszarach. Ma znaczny potencjał, ponieważ linie energetyczne są instalowane praktycznie wszędzie, co łagodzi potrzebę budowy nowych urządzeń szerokopasmowych dla każdego klienta [15].

W dzisiejszych czasach, gdy przesyła się obraz wraz z dźwiękiem i tekstem, wymogi szybkiego internetu spełniają w zasadzie już tylko łącza szerokopasmowe, co ukazano w tabeli numer 1.



Schemat 1. Segmenty sieci szerokopasmowej. Źródło: Europejski Trybunał Obrachunkowy, The Digital Economy and Society Index (DESI), <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>

Tabela 1. Rodzaje infrastruktury szerokopasmowej i aktualna technologia komercyjna

Dostęp	Infrastruktura	Prędkość pobierania danych	Prędkość wysyłania danych
Przewodowy	Kable światłowodowe	do 2,5 Gb/s	do 1,2 Gb/s
	Kable koncentryczne	300 Mb/s do 2 Gb/s	do 50 Mb/s
	Telefoniczne kable miedziane	60 Mb/s do 100 Mb/s	do 10 Mb/s
Bezprzewodowy	Łączność bezprzewodowa naziemna (radiowa)	60 Mb/s	do 10 Mb/s
	Łączność satelitarna	do 20 Mb/s	do 8 Mb/s

Źródło: analiza przeprowadzona przez Europejski Trybunał Obrachunkowy na podstawie Acreeo Swedish ICT. The Digital Economy and Society Index (DESI), <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>.

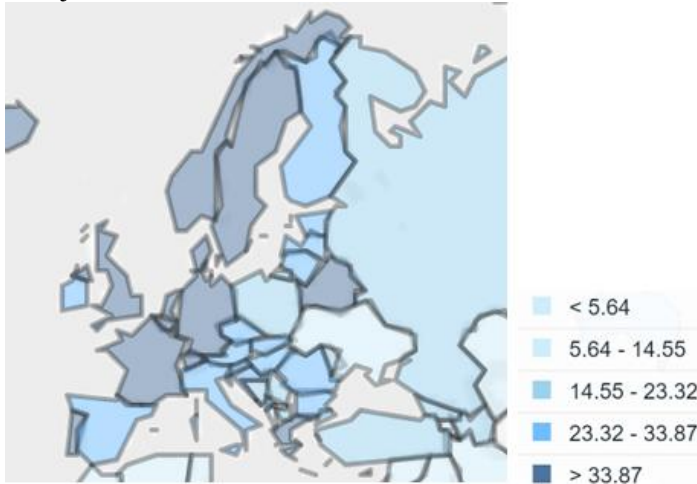
Z analizy prędkości wysyłania i pobierania danych wynika, że dziś najbardziej efektywne w przesyłaniu danych są kable światłowodowe (Fiber), zaś pozostałe dostępności odchodzą dalece do wartości pożądaných.

Według raportu *The State of Broadband: New report on global broadband access underscores urgent need to reach the half of the world still unconnected* [16] z przeprowadzonych testów prędkości internetu na świecie w pierwszej połowie 2018 r. wynika, że jedynie Singapur posiada średnią prędkość przekraczającą zalecaną przez ITU-I – 60,39 Mb/s, a z Europy do poziomu tego zbliża się jedynie Szwecja (46 Mb/s) i Rumunia (42 Mb/s). Łącznie dla celów raportu wykonano 163 mln testów szybkości łącza szerokopasmowego w 200 krajach, przy czym ostatnią pozycję zajął Jemen ze średnią prędkością 0,31 Mb/s. Polska w 2018 r. zajęła 32. pozycję na świecie pod względem prędkości internetu ze średnią 19,73 Mb/s. W raporcie zwrócono uwagę, że średnia prędkość internetu na świecie cały czas rośnie, co – jak podaje raport UNESCO i inne [3, 15, 16] – wprowadza też szerokie luki technologiczne między krajami plasującymi się między grupą liderów szybkich łączy szerokopasmowych a światowym peletonem i ogonem w tym wyścigu prędkości [17]. W Polsce, według danych Banku Światowego, z łączy szerokopasmowych korzysta 6 114 962 osób, co daje statystycznie 16,125 osób na 100 osób, sytuując Polskę na jednej z najdalszych pozycji w Unii Europejskiej i Europie w ogóle (Białoruś 33,869/100; Litwa 28,157/100; Estonia 33,348/100, Rosja 22,001/100) wyprzedzając jedynie Ukrainę (12,803/100) [18].

W raporcie z przeprowadzonych testów prędkości internetu zwraca się uwagę, że kraje, które w największym stopniu przyczyniają się do zwiększania średniej prędkości internetu, to kraje rozwinięte, w których znajduje się nie tylko szybka infrastruktura, ale także najbardziej znaczące wdrażanie najnowszych technologii. W krajach znajdujących się w drugiej połowie listy (peleton) rozwój infrastruktury jest mniejszy – a zatem zauważalna jest tam niewielka zmiana w dostępności lub absorpcji szybszej infrastruktury. W badaniach z 2018 r. z Europy uwzględniono 53 kraje, z których prawie wszystkie znalazły się w pierwszej 100 zestawienia (z wyjątkiem Armenii – 107. miejsce). W rzeczywistości wśród TOP 50 krajów z najszybszym łączem znalazło się 36 krajów Europy (w tym Polska, na 32. miejscu), ale badania przeprowadzone w 2019 roku wskazują już Polskę na pozycji poza średnią europejską. Patrz: Ranking prędkości internetu według krajów na świecie [19].

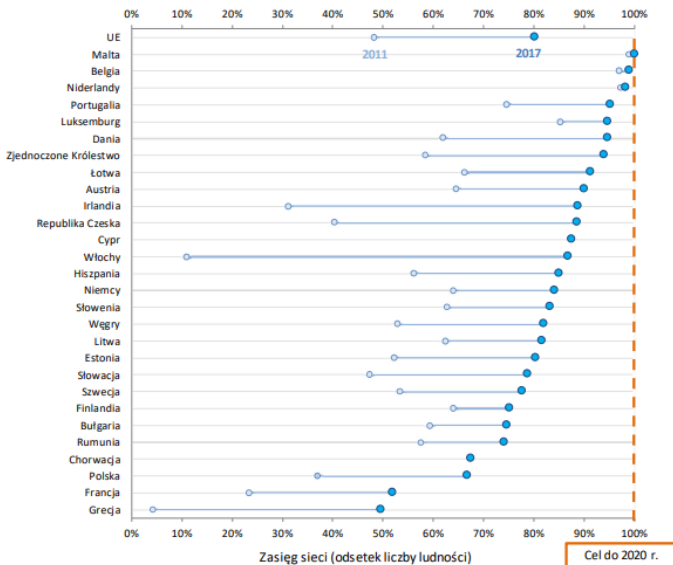
W 2019 r. szacowano, że liczba abonentów wszystkich przewodowych łączy szerokopasmowych na świecie osiągnęła 1,145 mln, a według stanu na ostatni kwartał 2019 r. z internetu korzystało blisko 4,1 miliarda osób [17].

Europejski Trybunał Obrachunkowy podaje, że w UE dostęp do internetu jest mocno zróżnicowany, a infrastruktura sieci nie rozwija się równoważenie, co ukazano na wykresie poniżej.



Mapa 1. Abonament na łącza szerokopasmowe (na 100 gospodarstw domowych)

Źródło: Fixed broadband subscriptions (per 100 people), 2019, The World Bank, <https://data.worldbank.org/indicator/IT.NET.BBND.P2?end=2018&start=1998&view=map>



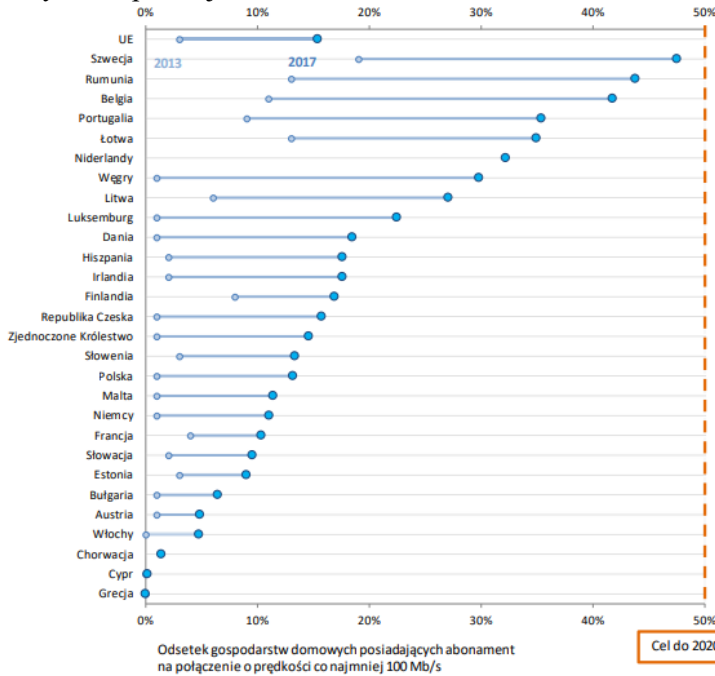
Wykres 1. Zasięg sieci o prędkości minimum 30 Mb/s w państwach członkowskich UE w 2011 r. i 2017 r.

Uwaga: dane za 2011 r. dotyczące Cypru i Chorwacji nie były dostępne.

Źródło: analiza przeprowadzona przez Europejski Trybunał Obrachunkowy na podstawie danych Komisji. The Digital Economy and Society Index (DESI), <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>

Z zestawienia wynika, że Polska w 2017 r. zajmowała trzecie od końca miejsce w UE pod względem dostępności do sieci z prędkością przesyłu danych minimum 30 Mb/s.

Na koniec 2017 r. w Polsce plany wdrożeniowe przewidywały, że do 2020 r. zasięgiem tym nie będzie objętych jedynie 13% gospodarstw domowych, przede wszystkim na obszarach podmiejskich i wiejskich, jednakże plany te zostały jedynie w sferze deklaratywnej. Lepiej wygląda statystyka dla łączy światłowodowych, co pokazano na wykresie poniżej.



Wykres 2. Odsetek gospodarstw domowych posiadających abonament na połączenie o prędkości co najmniej 100 Mb/s w 2013 r. i 2017 r.

Źródło: analiza przeprowadzona przez Europejski Trybunał Obrachunkowy na podstawie danych Komisji, The Digital Economy and Society Index (DESI), <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>

Z przedstawionych powyżej danych wynika, że w Polsce w 2013 r. – 4%, a w 2017 r. 13% gospodarstw domowych mających dostęp do internetu, posiadało abonament na połączenie o prędkości co najmniej 100 Mb/s, przy czym w 2020 r. jest to już 16,12%. Wzrosty są, ale niezbyt wysokie. Warto w tym kontekście zwrócić uwagę na przeskok technologiczny na przykład w Rumunii. Dostęp do szybkiego Internetu w Rumunii był niewielki, a dziś jest ograniczony jedynie w górzystych wsiach (centralne Karpaty). Wskaźnik użytkowania Internetu w Rumunii wynosił w 2016 roku 55,8%, przy czym w 2013 roku było mniej niż 50%, a w 2010 roku – 36. Dziś dostęp do łączy szerokopasmowych ma w Rumunii 44,6% użytkowników internetu. Warto nadmienić, że z całego świata tylko Rumunia i Korea Południowa proponują dla łączy szerokopasmowych (FTTH/B) prędkość nie mniejszą niż 50 Mbit/s. Technologie i cenowo są one dobrze uplasowane na rynku. Cena za dostęp do Internetu w Rumunii jest jedną z najniższych w Europie, a dla łączy mobilnych szerokopasmowych – najniższa

w Europie. W zakresie szerokopasmowego systemu telekomunikacyjnego oferującego takie usługi, jak: szybki dostęp, szerokopasmowe usługi telefoniczne i telewizyjne w Rumunii oferuje się dostęp w technologiach: FTTX (Fiber-to-the x), FTTC (Fiber-to-the-Curb) oraz FTTN (Fiber- -to-the-Node/Neighborhood), podczas gdy w porównywalnej Korei Południowej FTTH (Fiber-to-the-Home). W rankingu światowym jakości i dostępności Internetu „akamai’s [state of the internet] Q1 2016 report” Rumunia już w 2016 r. znalazła się na 9. miejscu na świecie (po Singapurze, Hong Kongu, Indonezji, Korei Południowej, Katarze, Macao i Japonii), podczas gdy Polska zajmowała 41 pozycję na świecie, o czym pisze Nowosad [20-22] i co można znaleźć w raportach akamai [23].

## 2.4. Makroekonomiczne znaczenie internetu

Spółeczeństwo w XXI wieku musi się mierzyć z wieloma wyzwaniami i problemami. Wszzechobecna komputeryzacja przenika wiele sektorów gospodarki i komunikacji za pomocą technologii sieciowych, ponieważ Internet (sieć to „komputer”) jest silnym katalizatorem. Ostatecznie, dzięki tej synergii sieć oddziałuje i będzie coraz bardziej oddziaływać w skali mikroekonomicznej na efektywność, sprawność, skuteczność, rentowność czy zyskowność przedsiębiorstwa, a w skali makroekonomicznej na produktywność (kapitału, łączną produktywność czynników wytwórczych), wydajność pracy itd.

Z jednej strony zatem tworzenie infrastruktury szybkiej sieci i komputeryzacja gospodarki będzie miała daleko idący wpływ na tempo i ścieżki rozwoju gospodarek tak w skali mikro, jak i makro, a też – z drugiej strony – jej brak może doprowadzić do marginalizacji a nawet wykluczenia.

Brynjolfsson wskazuje na kilka przyczyn komputeryzacji gospodarki w celu sektorowych mechanizmów zwiększania zysków (IRM), i są to:

- impuls do odpowiedniej przedsiębiorczości technologicznej;
- znaczący wzrost wydajności i konkurencji w przemyśle;
- bardziej skalowalny handel i wykorzystanie kapitału;
- rozwój bardziej zróżnicowanych ekonomicznie produktów/usług/platform. (Brynjolfsson, Hitt 2000: 27; Brynjolfsson, Rock, Syverson 2017) [24, 25].

Tabela 2. Zasady nowego i starego przemysłu Brynjolfssona

Zasady „starego” przemysłu	Zasady „nowego” przemysłu
Stacjonarne oprzyrządowanie	Mobilny sprzęt komputerowy
Duże zapasy	Małe zapasy
Wynagrodzenie związane z wartością wypracowaną	Wszyscy operatorzy płacą taką samą stawkę zryczałtowaną
Utrzymać linię produkcji bez względu na wszystko	Stopowanie linii produkcji. Działa <i>just in time</i>
Dokładna kontrola końcowa dla zapewnienia jakości	Operatorzy odpowiedzialni za jakość
Materiały stacjonarnie	Materiały w outsourcingu
Wąskie funkcje pracy	Elastyczne obowiązki zawodowe
Obszary oddzielone typem maszyny	Obszary zorganizowane według komórek roboczych



Sprzedawcy podejmują decyzje	Wszyscy pracownicy wnoszą pomysły
Grupy funkcjonalne działają niezależnie	Jednoczesna inżynieria produkcji
Pionowy przepływ komunikacji	Racjonalizacja kanału komunikacji
Kilka warstw zarządzania (6)	Niewiele warstw zarządzania (3-4)

Źródło: Brynjolfsson, Hitt (2000). *Beyond Computation: Information Technology and Organizational Transformation*, s. 27.

Brynjolfsson pisze, że technologie informacyjne najlepiej jest ujmować nie jako tradycyjną inwestycję kapitałową, ale jako „technologię ogólnego przeznaczenia” [26, 27], jak maszyna parowa czy energia elektryczna. W większości przypadków wkład gospodarczy technologii ogólnego przeznaczenia jest znacznie większy niż można by przewidzieć, po prostu mnożąc ilość inwestycji kapitałowych przeznaczonych na nie przez normalną stopę zwrotu. Zamiast tego, takie technologie są ekonomicznie beneficjentami głównie dlatego, że ułatwiają innowacje komplementarne (ang. *complementary innovations*) [28]. Innowacje komplementarne odnoszą się tu do wprowadzenia szeregu produktów i usług, które obracają się wokół jednego podstawowego produktu, dzięki czemu produkt ten jest bardziej wartościowy i atrakcyjny dla konsumentów.

Gottinger z kolei zwraca uwagę przede wszystkim na gospodarkę sieciową (ang. *network economy*), komputeryzację zamówień w całym łańcuchu dostaw, internetowy system zamówień na czas (ang. *just in time*), i komputerową integrację łańcucha dostaw. Zwraca też uwagę, że inwestycje w IT między 1977 a 1989 rokiem wzrosły o kilkaset procent [29], ale ledwo znalazło to odzwierciedlenie we wzroście gospodarczym czy wydajności wskazanych w modelach wypracowanych przez Roberta Solowa (1957) [30], a następnie przytaczając słowa Solowa (1989) [31] że „erę komputerową widać wszędzie oprócz statystyk wydajności” (ang. *You can see the computer age everywhere except in productivity statistics*). Gottinger zastanawia się, dlaczego tak jest, skoro wpływ komputeryzacji jest widoczny na tak zwane „gołe oko”, ale nie widać go we wzroście wydajności pracy. Jego zdaniem, podstawowym powodem może być fakt, że obecne statystyki traktują akumulację wartości niematerialnych i prawnych czy nowych systemów produkcji i nowych umiejętności bądź komputeryzację jako koszt, a nie jako inwestycję, co obniża poziom mierzonych produktów w okresach akumulacji kapitału netto. Według Gottingera statystyki wyjściowe pomijają wiele korzyści, jakie gospodarce dają technologie informacyjne, zarówno konsumentom jak i producentom czy państwu. Wskazuje, że przede wszystkim należy zwrócić uwagę na wygodę dokonywania transakcji, wygodę zamawiania i świadczenia usług, wygodę produkcji, wygodę świadczenia płac, wygodę bankowości elektronicznej, wygodę korzystania z bankomatu przez 24 godziny na dobę czy zmniejszenie prawie do zera kosztów komunikacji (email zamiast telefonu czy faksu) i kosztów transakcyjnych. Ponadto podaje, że dane dotyczące wydajności zwykle nie uwzględniają takich zmian jakościowych, jakie mają miejsce w sektorach usług, a szczególnie w sektorze usług finansowych (bankomaty), opiece zdrowotnej (diagnoza, podejmowanie decyzji medycznych, e-recepty) czy usługach porad prawnych (informacje online i doradztwo prawne) [29].

W gospodarce sieciowej (ang. *Network economy*), rozumianej zarówno w sensie technologicznym, jak i organizacyjnym w postaci sieci zależności i relacji, jest wiele pozytywnych efektów zewnętrznych, o czym pisze też Paszkowski, dając do zrozumie-

nia, że statystyczne klasyfikacje nie nadążają za pojawianiem się nowych produktów i nowych sposobów gospodarowania w związku z nowymi technologiami [32].

Istotą kształtującej się gospodarki sieciowej jest zamiana relacji sprzedawca-nabywca charakterystycznej dla gospodarki rynkowej na relację dostawca-użytkownik realizowaną w skomplikowanej sieci powiązań. W podobnej sieci są też innowacje komplementarne. O tego właśnie typu przekształceniach pisze Jeremy Rifkin w „Wiek Dostępu” (2013) [33], prognozując nieubłagalną zmianę miejsc w gospodarce i społeczeństwie na sieci zamiast rynków, komercjalizację sieciową stosunków międzyludzkich, mierzenie jakości życia poprzez jakość dostępu do sieci itd. Procesom tym towarzyszą:

- spadek znaczenia kapitału rzeczowego;
- metamorfoza produktów w czyste usługi;
- wzrost znaczenia posiadania własności intelektualnej w wycenie przedsiębiorstwa;
- zmiana perspektywy biznesu z produkcji na marketing;
- ciągła dematerializacja dóbr;
- komercjalizacja ludzkich doświadczeń [33].

Gottinger z kolei zwraca uwagę, że dzięki rozbudowie gospodarki sieciowej można zwiększać korzyści skali, a także ekonomię zakresu, która wynika z pozytywnych zewnętrznych źródeł sieciowej gospodarki. Towary sieciowe nie uzupełniają się automatycznie. W tym celu wymagana jest zgodność i koordynacja między składnikami sieci [29]. W „wieku dostępu” liczy się nie tylko możliwość, ale też szybkość i jakość przesyłu. Nie jest wykluczone, że właśnie one będą najważniejszym wskaźnikiem rozwoju społecznego w przyszłości.

W sieciach technologicznych zgodność wynika ze standardów technicznych lub tworzy kompatybilność za pomocą technologii pomostowych. Katz i Shapiro (1994), Shapiro i Varian, (1999) zwracają uwagę, że w sytuacjach przemysłowych pozytywne efekty sieciowe są wyzwalone w krytycznych punktach zwrotnych, w ramach dynamicznej konkurencji [34, 35]. Gottinger z kolei zwraca uwagę, że gospodarki sieciowe rozwijają się w modelu monopolistycznej i oligopolistycznej konkurencji, a nie w formach rynkowych bliższych atomistycznej konkurencji, gdy produkcja jest zgodna z cenami kosztów krańcowych [29].

Technologia informacyjna buduje możliwości przetwarzania i dystrybucji danych cyfrowych, aby pomnożyć skalę i szybkość, z jaką ludzka myśl i informacja mogą być przetwarzane i wdrażane. Myśli i informacje w sieci mogą być stosowane prawie do wszystkiego, a chipy komputerowe, lasery, szerokopasmowy Internet i oprogramowanie są kluczowymi elementami technologii napędzania gospodarki sieciowej [29].

Wielką szkodę dla komputeryzacji przyniosły stwierdzenia Solowa, które można zamknąć w słowach, że komputeryzacja pochłania kapitał, natomiast nie widać, by miała wpływ na wydajność pracy czy zysk (Solow 1987) [31]. Podobnego zdania byli Onliner i Sichel [36]. oraz Jorgensen i Stiroh (1995) [41], którzy wskazywali, że technologie IT mają niski wkład w produktywność i wzrost gospodarczy [41]. Gottinger wskazuje, że błędnie zostało zastosowane tu podejście metodologiczne dla równań rachunkowości wzrostu, liczonych jako:

$$d_t Y = s_c d_t K_c + s_{nc} d_t K_{nc} + s_L d_t L + d_t \pi (*)$$

Gdzie  $d_t Y = dY/dt$ , stopa wzrostu produkcji,  $s_c d_t K_c$  to na przykład wzrostu kapitału komputerowego, ważonego udziałem kapitału komputerowego w całkowitych kosztach (ang. *rate of growth of computer capital, weighted by the share of computer capital in total cost*),  $d_t K_c$ ,  $d_t K_{nc}$  i  $d_t L$  to stopa nakładów kapitału, pracy a  $K_c$  to kapitał komputerowy (lub usług kapitałowych komputerowych), zaś  $K_{nc}$  to kapitał niekomputerowy i  $L$  – praca.  $s_i$  to udział wejścia  $i$ , zaś  $d_t \pi$  to wieloczynnikowy wzrost wydajności [28].

W ramach rachunku wzrostu wyrażonego równaniem (\*) nawet bardzo szybkie tempo wzrostu nakładów w sprzęt komputerowy, miało stosunkowo niewielki wkład do wzrostu wydajności ogółem, gdyż udział tego sprzętu był niewielki, w porównaniu do pozostałych aktywów i równanie mogło wskazywać, że komputery osiągają taki sam zwrot, jak w innych nakładach kapitałowych [29].

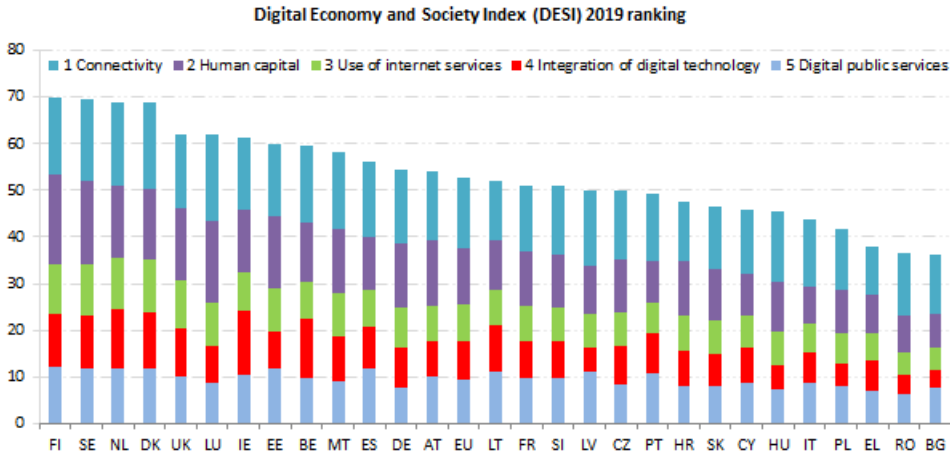
Być może w latach 50. (Solow), a nawet jeszcze w latach 80-90. Onliner i Sichel, Jorgensen i Stiroh [36, 37] twierdzenie o tym, że komputer nie przyczynia się do wzrostu wydajności było słuszne, ale jednak dziś mamy rok 2020 i należy przyznać, że Solow nie miał racji. Po pierwsze nie wyobraził sobie możliwości gospodarki sieciowej ani tego, jakie możliwości daje komputer podłączony do Internetu, ani też Onliner i Sichel [36], czy Jorgensen i Stiroh [37] nie mogli przewidzieć, że Internet będzie tworzył pozytywne efekty zewnętrzne i kapitał społeczny, również w formie sieci, że IT stanie się dobrem wspólnym, a brak dostępu do niego, jak pisał Rifkin [33], stanie się kluczową przeszkodą w rozwoju gospodarczym i społecznym.

### 3. Polska w erze dostępu

Według raportów OECD od 1995 r. wzrost wydajności skomputeryzowanej gospodarki przyspiesza, zaś komputery i komunikacja są głównym źródłem tego przyspieszenia [38], zatem nie sam komputer, ale sieć komputerów a nade wszystko siedzący za klawiaturami ludzie i uczące się algorytmy (boty) oraz zintegrowane przesyły danych i oprogramowania są podstawą wzrostu wydajności gospodarki ery dostępu do sieci. Człowiek przy klawiaturze jednak już dziś nie wystarczy, a o tym jak bardzo gospodarka przyspiesza decydują przede wszystkim możliwości techniczne komputera i internetu, algorytmy, pamięć obliczeniowa, szybkość łączy, czyli prędkość i wielkość pobierania i wysyłania danych.

Badania Internetu przeprowadzane są na świecie przez instytucje krajowe, takie jak Główny Urząd Statystyczny (GUS, stat.gov.pl) w Polsce, EUROSTAT dla UE, które cyklicznie publikują raporty [39, 40], itd.

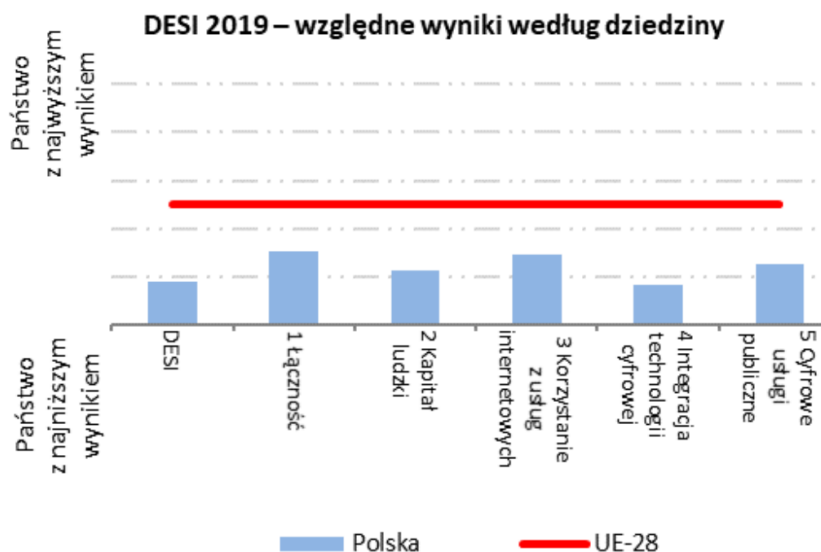
Prowadzone są też badania naukowe. O rozwoju i dostępności łączy szerokopasmowych oraz oddziaływaniu Internetu na budowanie społeczeństwa informacyjnego w Polsce, z uwzględnieniem podziału na regiony, kompleksowo pisze A.W. Tomaszewska (2013) [42], a poziom dostępności łączy szerokopasmowych w Polsce w porównaniu z danymi prezentowanymi przez pozostałe kraje europejskie znajdziemy, między innymi u R. Mundra (2011) [43], I. Kin-Dittmann, E. Mika (2008) [44]. Są to analizy obejmujące dawne okresy, do których warto się odwołać w niniejszych badaniach, żeby porównać stan miniony ze stanem dzisiejszym. Przede wszystkim jednak należy zwrócić uwagę na raporty, takie jak raport GUS [42] czy raport DESI [44]. Z raportu DESI 2019 wynika bowiem wprost, że w 2019 r. Polska plasuje się w ogonie UE pod względem wszystkiego: infrastruktury szybkiego internetu, kompetencji technicznych, prędkości łączy [44], co pokazano niżej.



Wykres 3. Ranking DESI krajów Europy w dostępie do Internetu, 2019

Źródło: The Digital Economy and Society Index (DESI), <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/desi>

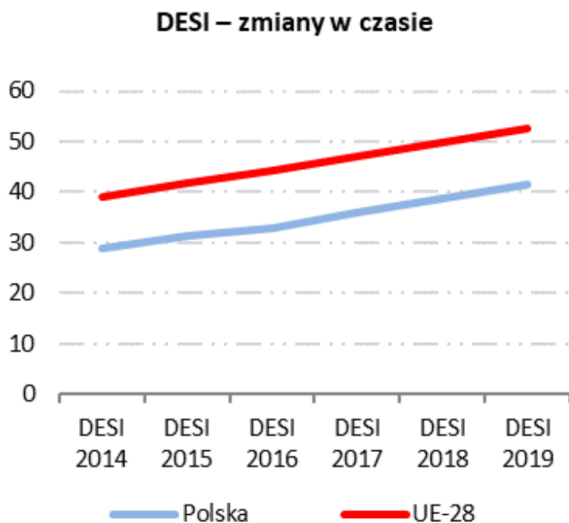
Według „Indeksu gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) Sprawozdanie krajowe na 2019 r. Polska” [46] wynika, że warunki w Polsce nie zmieniają się w okresie badanym 2017-2019 i Polska w każdym z badanych lat zajmuje 25. miejsce na 28 badanych państw. Za nią plasują się jedynie Grecja, Rumunia i Bułgaria, jeśli chodzi o dostęp do internetu ogółem. O ile w przypadku Grecji, Bułgarii i Rumunii słaba infrastruktura IT jest zrozumiała ze względu na ukształtowanie terenu – wysokie góry czy morza otaczające większość wyspiarskiego terytorium, o tyle w Polsce te niekorzystne warunki nie występują i w tym aspekcie Polska zajmuje ostatnie miejsce w Europie. W raporcie zwraca się uwagę, że jedna piąta ludności Polski nie korzystała jeszcze z internetu, a niemal połowa ludności nie posiada podstawowych umiejętności cyfrowych. Podkreśla się, że na rynku jest coraz więcej specjalistów i absolwentów kierunków w dziedzinie ICT, ale ich liczba pozostaje dalece poniżej średniej unijnej, co jest zjawiskiem trudnym do wytłumaczenia, bowiem polskie przedsiębiorstwa wyraźnie opowiadają się za stosowaniem nowych technologii, co znajduje odzwierciedlenie we wzroście wykorzystania dużych zbiorów danych, przetwarzania w chmurze i sprzedaży przez Internet. Mimo to, zgodnie ze wskaźnikiem wykorzystania technologii cyfrowych, 56% polskich przedsiębiorstw charakteryzuje się bardzo niskim poziomem cyfryzacji wobec 46% dla UE i jedynie 12% z nich to przedsiębiorstwa w wysokim stopniu ucyfrowione, podczas gdy średnia dla UE wynosi 18% [46].



Wykres 4. Wyniki dla Polski według dziedzin kompetencji IT

Źródło: Indeks gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) Sprawozdanie krajowe na 2019 r. Polska (<https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/scoreboard/poland>)

Z zestawienia tendencji w czasie wynika, że od 2014 r. do 2019 r. Polska rozwija się w średnim europejskim trendzie wzrostu, jednakże nie niweluje luki technologicznej [46]



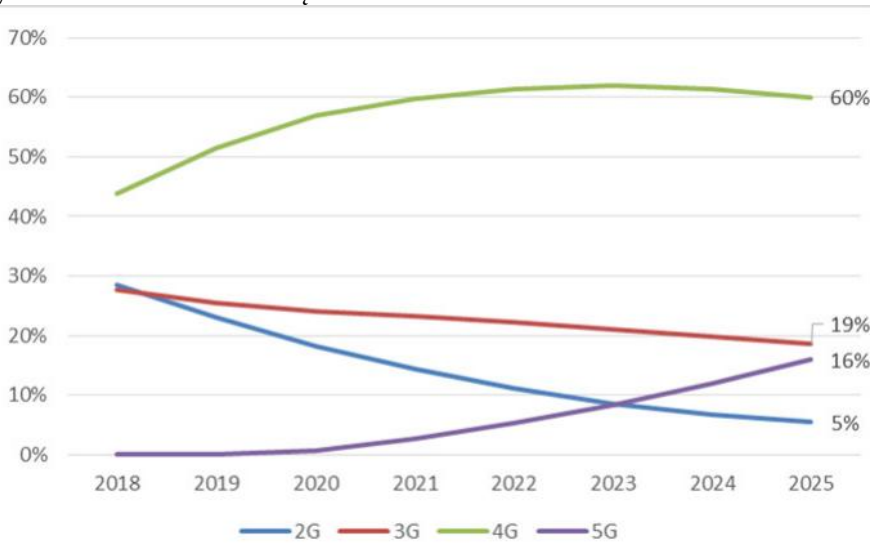
Wykres 5. Indeks gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) dla Polski w latach 2014-2019

Źródło: Indeks gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) Sprawozdanie krajowe na 2019 r. Polska (<https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/scoreboard/poland>)

W raporcie zwraca się uwagę, że Polska poczyniła największe postępy pod względem poziomu wykorzystania łączności szerokopasmowych i mobilnych usług szerokopasmowych, osiągając wyniki lepsze od średniej unijnej [46]. Na wyniki Polski nega-

tywnie jednak wpływa fakt, że zasięg stałych łączy szerokopasmowych (79 % na tle średniej unijnej wynoszącej 97%) oraz wykorzystanie stałych łączy szerokopasmowych (60 % gospodarstw domowych w porównaniu ze średnią UE wynoszącą 77%) wciąż pozostają na niskim poziomie [46].

Na początku 2018 r. Polska opublikowała projekt strategii „5G dla Polski”, w której nakreślono niezbędne zmiany legislacyjne mające ułatwić wprowadzanie sieci 5G, a także cele pośrednie i ogólne. Wstępny plan zakładał ogłoszenie aukcji pasma 700 MHz do 2020 r., jednak na początku 2019 r. Polska powiadomiła Komisję Europejską o opóźnieniu tego procesu do dnia 30 czerwca 2022 r. Jako przyczynę podano brak porozumienia z Rosją. Tymczasem technologia 5G jest dziś najbardziej efektywna i najbardziej przyszłościowa na świecie, przeznaczona również dla floty szerokopasmowych satelitów SpaceX, które będą w stanie rozprzestrzeniać Internet bez względu na dotychczasowe trudności związane z ukształtowaniem terenu.



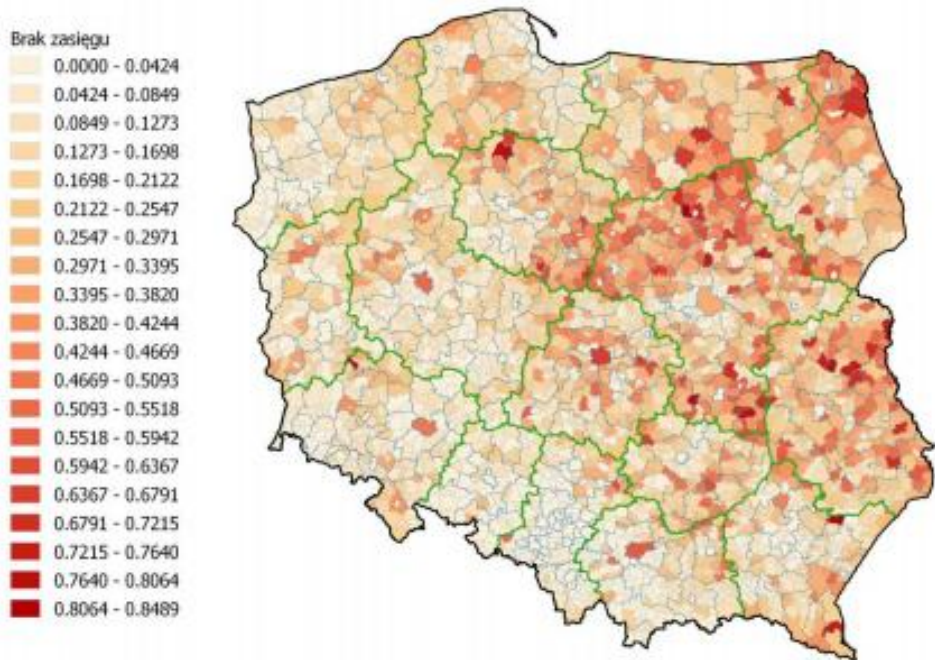
Wykres 6. Udział połączeń mobilnych według generacji technologii, globalny

Źródło: The State of Broadband: Broadband as a Foundation for Sustainable Development, September 2019, s. 9; [https://www.itu.int/dms\\_pub/itu-s/opb/pol/S-POL-BROADBAND.20-2019-PDF-E.pdf](https://www.itu.int/dms_pub/itu-s/opb/pol/S-POL-BROADBAND.20-2019-PDF-E.pdf)

Pod względem kapitału ludzkiego na tle krajów UE Polska plasuje się na 22. miejscu. Jedynie 46 % osób w wieku od 16 do 74 lat posiada podstawowe umiejętności cyfrowe (średnia dla UE wynosi 57 %), pomimo rosnącego zapotrzebowania na rynku pracy na specjalistów w dziedzinie ICT, w 2018 r. jedna trzecia polskich przedsiębiorstw poszukujących takich specjalistów zgłosiła trudności z obsadzeniem wakatów. Polacy najczęściej korzystają z Internetu w handlu elektronicznym (12%), przy czym dla UE średnia to 17%, ale jedynie 4% z tego to segment sprzedaży zagranicę. Pod względem integracji technologii cyfrowej w przedsiębiorstwach, Polska zajmuje 26. miejsce wśród krajów UE [46], z kolei pod względem cyfrowych usług publicznych – 23. miejsce w UE, czyli również plasuje się znacznie poniżej średniej unijnej. Zwraca się uwagę, że poziom interakcji online między organami publicznymi a obywatelami

w Polsce jest bardzo niski i tylko połowa polskich użytkowników internetu korzysta z usług administracji elektronicznej [46].

Według raportu DESI Specjaliści w dziedzinie ICT stanowią niższy odsetek siły roboczej (2,8%) w stosunku do średniej unijnej (3,7%), a zaledwie 0,9% pracujących kobiet jest zatrudnionych na tych stanowiskach. Polskie przedsiębiorstwa w coraz większym stopniu korzystają z możliwości oferowanych przez handel elektroniczny: 12% MŚP (małych i średnich przedsiębiorstw) prowadzi sprzedaż w Internecie, co stanowi wzrost w porównaniu z DESI 2018, ale nadal plasuje Polskę poniżej średniej dla UE wynoszącej 17%. Jedyne 4% wszystkich MŚP prowadzi sprzedaż przez Internet za granicę, a segment sprzedaży internetowej stanowi średnio 7% obrotów wszystkich polskich MŚP. Z mediów społecznościowych korzysta 10% przedsiębiorstw (średnia dla UE to 21%), a 26% przedsiębiorstw korzysta z elektronicznych narzędzi wymiany informacji (w 2016 r. było to 21%) [46].

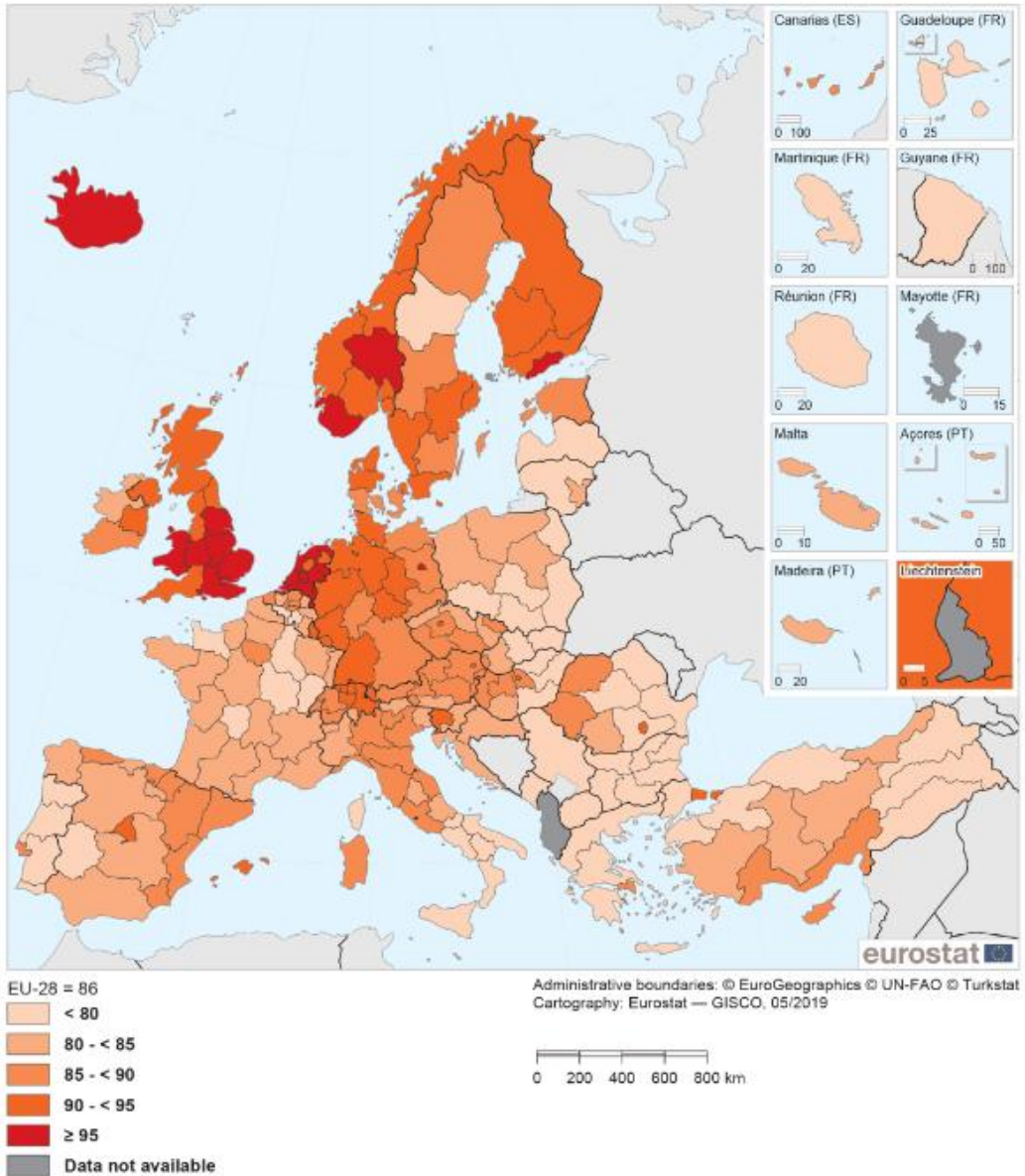


Mapa 2. Braki w pokryciu infrastrukturą umożliwiającą świadczenie usług o przepustowości co najmniej 30 Mb/s (% gospodarstw domowych w danej gminie)

Źródło: Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 na podstawie danych z Systemu Informacyjnego o Infrastrukturze Szerokopasmowej (SIIS) [47].

Z powyższej mapy wynika, że dostęp do Internetu w Polsce nie jest zrównoważony, a kraj wyraźnie dzieli się na pół, przy czym najwięcej braku zasięgu jest w Polsce wschodniej i centralnej (poza Warszawą i regionem stołecznym). Najmniejszy zasięg jest na pograniczu województwa mazowieckiego i warmińsko-mazurskiego, jak też na pograniczu województw mazowieckiego, lubelskiego i świętokrzyskiego oraz mazowieckiego i kujawsko-pomorskiego. Można wnioskować, że najbardziej zaniedbane są regiony peryferyjne (graniczne) województwa mazowieckiego oraz pozostałych województw.

Podział Polski jest bardziej widoczny, jeśli spojrzeć na makroregiony NUTS.

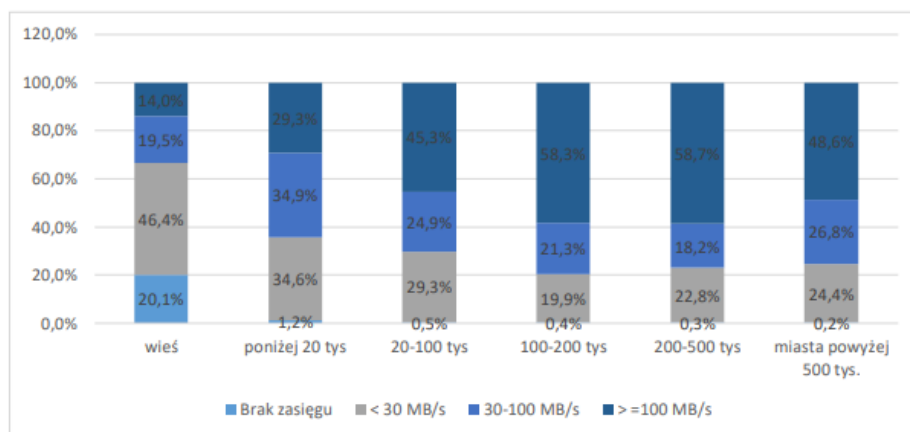


Mapa 3. Gospodarstwa domowe z dostępem do łącza szerokopasmowego w UE w 2018 r.

Źródło: Eurostat (online data codes: iosoc\_r\_broad\_h and isoc\_ci\_it\_h)

Wykres pokazuje, że tylko trzy makroregiony: Południowo-Zachodni (dolnośląskie, opolskie), Północny (Trójmiasto) i Północno-Zachodni (wielkopolskie, zachodniopomorskie) zbliżone są statystycznie do średniej unijnej.





Wykres 7. Stopień pokrycia terenów wiejskich i miejskich zasięgami stacjonarnymi o przepustowości poniżej 30 Mb/s, od 30 Mb/s do 100 Mb/s oraz 100 Mb/s i więcej (% gospodarstw domowych).

Źródło: „Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 - na podstawie danych z SIIS. [46].

Z analizy stopnia pokrycia terenów wiejskich i miejskich zasięgami stacjonarnymi o przepustowości poniżej 30 Mb/s, od 30 Mb/s do 100 Mb/s oraz 100 Mb/s i więcej (% gospodarstw domowych) można wnioskować, że brak zasięgu jest w 20,1% polskich wsi, a w 46,4% polskich wsi prędkość łącza jest mniejsza niż 30 Mb/s. W strefie luki technologicznej znajduje się zatem 66,5% polskich wsi. Najszybsze łącza mają miejscowości od 200 do 500 tys. mieszkańców (58,7%) i od 100 do 200 tys. mieszkańców (58,3%).

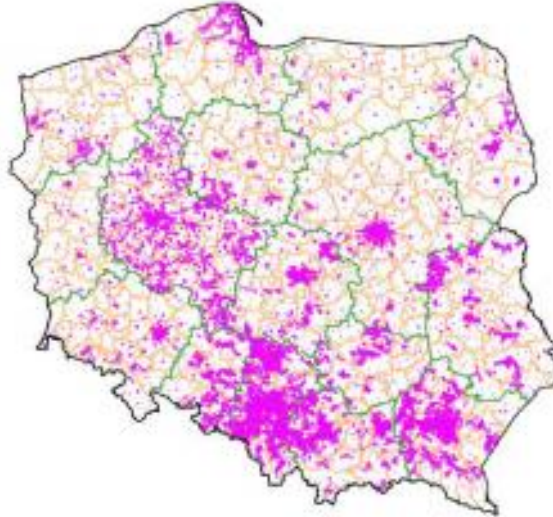
Łącza na kablu koncentrycznym (współosiowym miedzianym) dominują tylko w większych miastach w Polsce, gdzie wprowadzono dawniej usługi telewizji kablowej (blokowiska).



Mapa 4. Zasięg kabla współosiowego miedzianego (kabel koncentryczny)

Źródło: „Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 - na podstawie danych z SIIS [46].

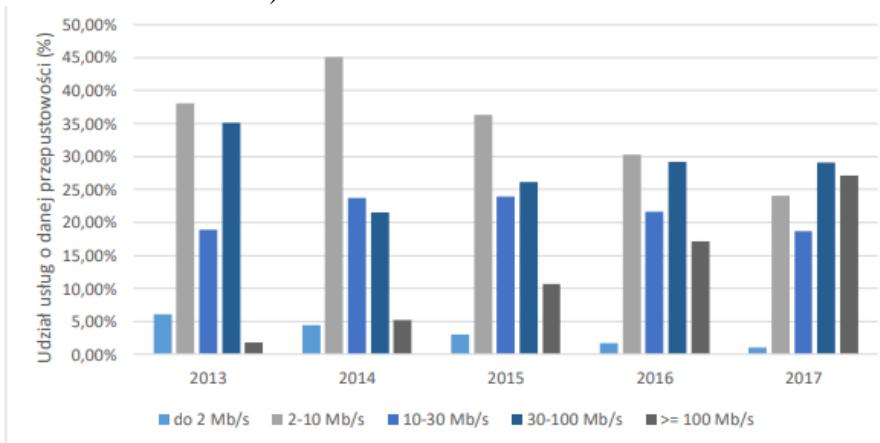
Największe zróżnicowanie przestrzenne infrastruktury łączy uwidacznia się w Polsce w zasięgu kabla światłowodowego (Fiber). Największe pokrycie ma województwo śląskie, podkarpackie i pogranicze śląskie województwa małopolskiego. Z miast wyróżnia się Warszawa i Trójmiasto (Gdańsk, Gdynia, Sopot), Łódź i Poznań, Wrocław.



Mapa 5. Zasięg kabla światłowodowego (Fiber).

Źródło: „Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 – na podstawie danych z SIIS [46].

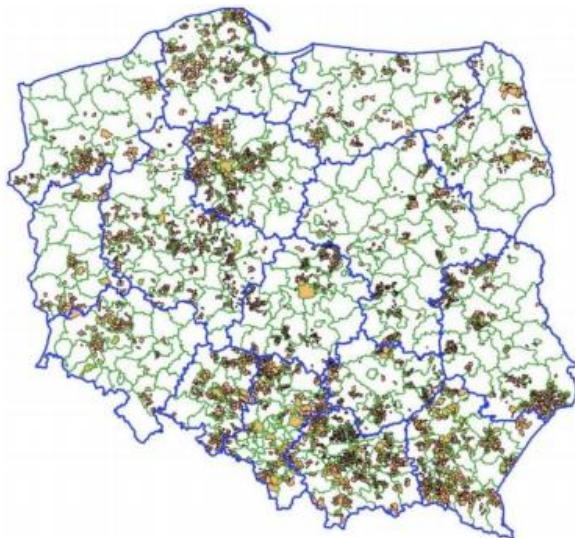
Patrząc na zmiany przepustowości łączy Internetu w Polsce należy zauważyć, że najwyższe wskaźniki wzrostu w latach 2013-2017 mają łącza światłowodowe (od 30 do 100 mb/s i >100 mb/s), a największe spadki notują łącza po kablu telefonicznym (do 2 mb/s i od 2 do 10 mb/s).



Wykres 8. Struktura przepustowości usług szerokopasmowego dostępu do internetu (przepustowość w Mb/s /% usług)

Źródło: „Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 [46].

Na podstawie analizy projektów budowy sieci dostępowych z okresu programowania łącz z lat 2007-2013 na lata następne można wnioskować, że obszary posiadające szybkie łącza poszerzają się, natomiast obszary pozostające bez łącza lub z bardzo powolnym łączem nadal pozostają poza planem zagospodarowania infrastrukturalnego.



Mapa 6. Rozmieszczenie projektów budowy sieci dostępowych z okresu programowania 2007-2013 z dokładnością do miejscowości

Źródło: „Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego”, InfoStrategia i GWW, 2018 [46]

Przygotowany przez UKE Atlas Regionów [48], w tym również dla Polski, pozwala władzom samorządowym znaleźć informacje o infrastrukturze szerokopasmowej – już istniejącej i tej, która powstanie w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa. Dane zawarte w Atlasie szerokopasmowego dostępu do internetu obejmują wszystkie gminy w Polsce. Przedstawiono w nim zestawienie informacji o punktach adresowych, w których dostępny jest Internet szerokopasmowy o prędkości powyżej 30 Mb/s (oznaczone jako czarne plamy) oraz miejsca, w których tego zasięgu nie ma (tzw. białe plamy). Mapy zawierają odnośniki do stron internetowych, aplikacji webowych oraz arkuszy programu Excel z danymi szczegółowymi dotyczącymi wybranej gminy [49]. UKE liczy, że opracowanie może zostać użyte do podjęcia szybkich działań z zakresu zapewnienia dostępu do sieci w miejscach, w których została już wybudowana infrastruktura oraz tam, gdzie konieczne jest wybudowanie nowej sieci czy to ze środków jednostki samorządu terytorialnego, przedsiębiorcy telekomunikacyjnego, czy też w ramach ich współpracy. Ponadto opracowany został ogólnopolski ranking gmin pod względem penetracji budynkowej z podziałem na typ gminy.

Szacuje się, że w Polsce w 2020 r. 4,42 mln gospodarstw domowych znajduje się poza zasięgiem usług o przepustowości co najmniej 30 Mb/s, zaś 8,25 mln gospodarstw domowych znajduje się poza zasięgiem usług o przepustowości co najmniej 100 Mb/s. i stan ten niewiele się poprawia w porównaniu do pierwszej dekady lat 2000

tak w gospodarstwach domowych [por. 42], jak i w przedsiębiorstwach [por. 43], a przepaść między Polską a innym i krajami UE wcale nie zmniejsza, lecz pogłębia [por. 44] jeśli chodzi o dzień dzisiejszy [por. 40].

Szacuje się też, że do końca 2020 roku poza zasięgiem usług stacjonarnego dostępu do internetu o przepustowości co najmniej 30 Mb/s, realizowanego za pomocą:

1. technologii przewodowych – pozostanie w Polsce od 1,22 mln do 2,02 mln gospodarstw domowych,
2. technologii bezprzewodowych – od 0,64 do 1,44 mln gospodarstw domowych [40].

#### 4. Wnioski i rekomendacje

Analiza przestrzennego zróżnicowania dostępności Internetu szerokopasmowego w gospodarstwach domowych z uwzględnieniem podziału na regiony wskazuje, że Polska staje się krajem o wyraźnie zarysowanych dwóch prędkościach.

Rozwijają się regiony posiadające już infrastrukturę łączy szerokopasmowych, zaś nie rozwijają się te, które takowej infrastruktury nie mają. Wyraźnie rysuje się technologiczne wykluczenie polskiej wsi i miast poniżej 50 tys. mieszkańców.

Rozwój regionalny w zakresie dostępu do internetu w Polsce nie jest zrównoważony.

Dostęp do łączy szerokopasmowych w Polsce jest mniejszy niż w innych krajach europejskich, a luka technologiczna pogłębia się, co w przyszłości może nieść daleko idące konsekwencje gospodarcze i społeczne.

Rekomendacje:

Ze względu na to, że

1. polska wpada w lukę technologiczną w zakresie dostępu do sieci szerokopasmowych,
2. pod względem dostępu do sieci Internet Polska dzieli się na regiony o dwóch prędkościach,
3. wsie i małe miasta są stopniowo wykluczane społecznie i gospodarczo bez dostępu do szybkiego Internetu,

rekomenduje się jak najszybsze zapewnianie białych plam z Atlasu Dostępu do sieci i łączy szerokopasmowych w Polsce zgodnie z zaleceniami Komisji Europejskiej.

#### Literatura

1. Tanenbaum W., *Sieci komputerowe*, wydanie 5, Helion, Warszawa.
2. Low S. (1992). *Traffic Control in ATM Networks Proc. Globecom*.
3. *Sieci szerokopasmowe w państwach członkowskich UE – pomimo poczynionych postępów nie wszystkie cele strategii „Europa 2020” zostaną osiągnięte*, [https://www.eca.europa.eu/Lists/ECADocuments/SR18\\_12/SR\\_BROADBAND\\_PL.pdf](https://www.eca.europa.eu/Lists/ECADocuments/SR18_12/SR_BROADBAND_PL.pdf)
4. Morawski I., *Wpływ integracji europejskiej na polską gospodarkę*, <http://ineuropa.pl/in15/wplyw-integracji-europejskiej/>
5. *ICF Global Summit 2020*, <https://www.intelligentcommunity.org/summit2020>
6. BDO Canada, <https://www.bdo.ca/en-ca/home/>
7. Bollier D., *The Commons as a New/Old Paradigm for Governance, Economics and Policy. Remarks by David Bollier, Commons Strategies Group for the American Academy in Berlin on December 4, 2012*, [http://p2pfoundation.net/Commons\\_as\\_a](http://p2pfoundation.net/Commons_as_a)
8. Tsatsou, P., *Internet Studies: Past, Present and Future Directions*, Routledge 2014.
9. Bollier D., *Silent Theft : The Private Plunder of Our Common Wealth*, New York: Routledge 2002.

10. Benkler, Y., *The Wealth of Networks : How Social Production Transforms Markets and Freedom*, New Haven: Yale University Press 2006. Wyd. Polskie: *Bogactwo Sieci. Jak Społeczna Produkcja Zmienia Rynek i Wolność*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2008.
11. Bollier D., *The Commons as a New/Old Paradigm for Governance, Economics and Policy. Remarks by David Bollier, Commons Strategies Group for the American Academy in Berlin on December 4, 2012*. [http://p2pfoundation.net/Commons\\_as\\_aNew\\_Paradigm\\_for\\_Governance,\\_Economics\\_and\\_Policy](http://p2pfoundation.net/Commons_as_aNew_Paradigm_for_Governance,_Economics_and_Policy).
12. Bollier D., *Viral Spiral. How the Commoners Built a Digital Republic of Their Own*, New Press 2009.
13. Bollier D., *Silent Theft : The Private Plunder of Our Common Wealth*, New York : Routledge 2002.
14. Hofmoki, J., *Internet jako nowe dobro wspólne*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne 2009.
15. Federal Communications Commission, <https://www.fcc.gov/general/types-broadband-connections>.
16. *The State of Broadband: New report on global broadband access underscores urgent need to reach the half of the world still unconnected, Broadband as a Foundation for Sustainable Development*, September 2019, <https://en.unesco.org/news/new-report-global-broadband-access-underscores-urgent-need-reach-half-world-still-unconnected>.
17. Clement, J., *Number of fixed broadband internet subscriptions worldwide from 2005 to 2019 (in millions)*, <https://www.statista.com/statistics/268673/number-of-broadband-internet-subscriptions/>
18. *Fixed broadband subscriptions (per 100 people)*, 2019, The World Bank, <https://data.worldbank.org/indicator/IT.NET.BBND.P2?end=2018&start=1998&view=map>
19. *Ranking prędkości internetu według krajów na świecie*, <https://mobirank.pl/2018/09/17/ranking-predkosci-internetu-wedlug-krajow-na-swiecie-1h-2018/>.
20. Nowosad A., *Rumunia, w: Systemy medialne państw Unii Europejskiej. Nowe kraje członkowskie*, (red.) Aleksandra Matykiewicz - Włodarska, Monika Ślufińska, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2014, s.239-266;
21. Nowosad A., *Klaster medialny jako kapitał społeczny na Bałkanach*, Media Biznes Kultura, Numer 2 (3) 2017, s. 17-30;
22. Новосад А, *Клъстерите като социален капитал. Румъния и България – водещи в създаването*, Медии и комуникации на 21. век, том 3/2019, s. 41-48.
23. *The State of the Internet*, akamai, <https://www.akamai.com/us/en/resources/our-thinking/state-of-the-internet-report/>.
24. Brynjolfsson, E.; Rock, D.; Syverson, C., *Artificial Intelligence and the Modern Productivity Paradox: A Clash of Expectations and Statistics*. NBER 2017, Working Paper No. 24001.
25. Brynjolfsson E, Hitt L.M., *Beyond Computation: Information Technology, Organizational Transformation and Business Performance*, Journal of Economic Perspectives, numer 14(4), October 2000, s. 23–48.
26. Bresnahan, T. F., M. Trajtenberg, *General Purpose Technologies: 'Engines of Growth'?*. Journal of Econometrics, 1995/65, str. 83–108.
27. Bresnahan, T.F., *Computerization and Wage Dispersion: An Analytic Reinterpretation*. Economic Journal, June, 109/456, str. F390–415.
28. Brynjolfsson E, Hitt L.M., *Beyond Computation: Information Technology, Organizational Transformation and Business Performance*, Journal of Economic Perspectives, numer 14(4), October 2000, s. 23–48.

29. Gottinger W., *Internet Economics: Models, Mechanisms and Management*, Bentham Science 2017, DOI: 10.2174/97816810854631170101.
30. Solow, R., *Technical change and the aggregate production function*. Review of Economics and Statistics. 1957/39 (3): 312–320, <http://www.piketty.pse.ens.fr/files/Solow1957.pdf>.
31. Solow, R., *We'd better watch out*. New York Times Book Review 1987.
32. Paszkowski M., *Kształtująca się gospodarka sieciowa jako pole badawcze geografii przemysłu*. Prace Komisji Geografii Przemysłu, nr 2008/11.
33. Rifkin J., *Wiek dostępu. Nowa kultura hiperkapitalizmu, w której płaci się za każdą chwilę życia*. Wydawnictwo Dolnośląskie. Wrocław 2003.
34. Katz, M.L., Shapiro, C., *Systems competition and network effects*. Economic Perspective, 1994/8(2), s. 93-115.
35. Shapiro, C., Varian, H.R., *Information Rules: A Strategic Guide to the Network* 1999.
36. Onliner, St.D., Sichel, D.E., *Computers and Output Growth Revisited; How Big is the Puzzle?* Brookings Pap. Econ. Act., numer 1994/ 22, s. 273-334. <https://www.brookings.edu/bpea-articles/computers-and-output-growth-revisited-how-big-is-the-puzzle/>.
37. Jorgensen, D.W., Stiroh, K.J., *Computers and Growth*. Econ. Innov. New Technol., numer 1995/ 3, str. 295-316. Publikowany online: Taylor and Francis, 28 Jul 2006, <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/104385995000000008>.
38. OECD, *Understanding Online Consumer Ratings*, OECD Digital Economy Papers, nr 2019/ 289, OECD Publishing.
39. *Zeszyt metodologiczny. Wskaźniki społeczeństwa informacyjnego. Badania wykorzystania technologii informacyjno-komunikacyjnych*, dostęp: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/nauka-i-technika-spoleczenstwo-informacyjne/spoleczenstwo-informacyjne/zeszyt-metodologiczny-wskazniki-spoleczenstwa-informacyjnego-badania-wykorzystania-technologii-informacyjno-komunikacyjnych,8,1.html>
40. Ministerstwo Cyfryzacji, *Narodowy Plan Szerokopasmowy*, 2018, <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja/narodowy-plan-szerokopasmowy>
41. Ministerstwo Cyfryzacji, *Narodowy Plan Szerokopasmowy zaktualizowany*, 2020, <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja/narodowy-plan-szerokopasmowy---zaktualizowany>.
42. Tomaszewska A.W., *Dostęp do technologii informacyjno-komunikacyjnych w społeczeństwie informacyjnym. Przykład polskich regionów* (2013) Acta Universitatis Lodzianis. Folia Oeconomica nr 2013/290.
43. Mundry R., *Nowe technologie ICT w polskich przedsiębiorstwach na tle Unii Europejskiej*, Studenckie Prace Prawnicze, Administratywistyczne i Ekonomiczne, numer 2011/10, s. 47-56.
44. Kin-Dittmann I., Mika E., *Zróżnicowanie dostępu do internetu oraz e-government w krajach Unii Europejskiej*, Cyfrowa Biblioteka Prawnicza, 2008, <https://bibliotekacyfrowa.pl/dlibra/publication/19602/edition/27260/content>.
45. DESI 2019, *The Digital Economy and Society Index*, [https://ec.europa.eu/commission/news/digital-economy-and-society-index-2019-jun-11\\_en](https://ec.europa.eu/commission/news/digital-economy-and-society-index-2019-jun-11_en).
46. DESI 2019, *Indeks gospodarki cyfrowej i społeczeństwa cyfrowego (DESI) Sprawozdanie krajowe na 2019 r. Polska*, <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/scoreboard/poland>.
47. *Analiza uwarunkowań w procesie aktualizacji Narodowego Planu Szerokopasmowego, InfoStrategia i GWW*, 2018, w: Narodowy Plan Szerokopasmowy - Gov.pl [www.gov.pl](http://www.gov.pl)
48. Swaid. *Atlas regionów*, <http://swaid.stat.gov.pl/SitePagesDBW/AtlasRegionow.aspx>.
49. Urząd Komunikacji Elektronicznej. *Mapbook*, <https://mapbook.uke.gov.pl/>.

## **Internet – dobro wspólne z ograniczeniami**

### Streszczenie

W tekście przedstawia się przestrzenne zróżnicowanie dostępności oraz stopień umiejętności korzystania z Internetu w Polsce. Wykazuje się korelacje pomiędzy stopniem urbanizacji regionu a typem gospodarstw domowych. Określa się także pozycję Polski na tle Europy i świata, biorąc pod uwagę rozwój technologiczny kraju związany z dostępem i korzystaniem z nowych technologii informacyjnych ze szczególnym wyróżnieniem łącz szerokopasmowych, na podstawie danych GUS i EUROSTAT. Internet jest rozpatrywany w kategorii dobra wspólnego.

Słowa kluczowe: Internet, łącza szerokopasmowe, Polska Cyfrowa, dobro wspólne

## **Internet – common good limited**

### Abstract

The article describes a geographical differentiation of availability and the degree of Internet literacy in Poland. The article shows correlations between the degree of urbanization and the type of households. It also determines the position of Poland in comparison to the rest of European countries as well as the world, given the technological development of the country related to access and use of information technology with distinction for the broadband connection access, basing on data provided by GUS and EUROSTAT. The internet is considered as a common good.

Keywords: Internet, broadband connections, Digital Poland, common goods

# Phubbing – gdy smartfon staje się ważniejszy od człowieka. Przegląd badań

## 1. Wstęp

Postępy w technologiach mobilnych i poprawa dostępu do Internetu spowodowały gwałtowny wzrost preferencji korzystania z urządzeń mobilnych wśród ludzi [1]. W porównaniu z poprzednimi laty znacznie łatwiej jest dotrzeć do technologii mobilnych i korzystać z nich, przy czym najpopularniejsze są telefony komórkowe – smartfony. W roku 2019 r. na świecie było cztery miliardy użytkowników telefonów komórkowych, którzy spędzali 6,5 godziny dziennie w Internecie. Na całym świecie wskaźniki korzystania z telefonu komórkowego i dostępu do mediów społecznościowych w telefonach komórkowych osiągnęły odpowiednio 67% i 42% [2]. Statystyki te wskazują, że ludzie intensywnie korzystają z urządzeń mobilnych i że aplikacje społecznościowe zajmują największą część ich zastosowania. Jednak intensywne korzystanie z urządzeń mobilnych nie przebiegało bez problemów. Spędzanie zbyt wiele czasu z urządzeniami mobilnymi może powodować szereg problemów społecznych i psychologicznych, znacznie zmienić nawyki i prowadzić do nietypowych zachowań oraz szkodzić relacjom społecznym. Na przykład nadmierne korzystanie z telefonu komórkowego może zmniejszyć poziom kontaktu wzrokowego i osłabić zdolności komunikacyjne z innymi, a zatem negatywnie wpływać na relacje interpersonalne [3]. Dwyer, Kushlev i Dunn [4] twierdzą, że nadmierne używanie telefonu komórkowego niszczy relacje społeczne. W rzeczywistości 87% młodych ludzi woli komunikowanie się za pośrednictwem telefonu i aplikacji w nim znajdujących się zamiast bezpośredniego kontaktu [5].

Zaabsorbowanie telefonami komórkowymi nieodwracalnie zmieniło sposób interakcji z innymi, smartfony mogą paradoksalnie pogorszyć nasze relacje osobiste, jak i nasze samopoczucie [6]. Dzieje się to m.in. poprzez ignorowanie partnerów konwersacyjnych na korzyść korzystania z telefonu, co zostało nazwane phubbingiem [7]. Zjawisko to staje się coraz bardziej popularne i negatywnie wpływa na życie człowieka [8]. Dlatego też wydaje się zasadne prześledzenie badań i najnowszych doniesień związanych ze zjawiskiem phubbingu. Niniejszy rozdział stanowi przegląd badań dotyczących phubbingu i jego rodzajów wyszczególnionych przez badaczy. Celem stworzenia tegoż rozdziału jest ukazanie mnogości dowiedzionych związków pomiędzy phubbingiem a zjawiskami i negatywnymi konsekwencjami dla życia człowieka i jego komunikacji z innymi ludźmi.

## 2. Czym jest phubbing?

Terminem „phubbing” można opisać zjawisko natury społecznej, polegające na tym, że jedna osoba patrzy na swój telefon komórkowy i korzysta z niego podczas rozmowy z innymi ludźmi, uciekając tym samym od bezpośredniej komunikacji

---

<sup>1</sup> Uniwersytet Śląski, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii.



interpersonalnej [7]. Termin ten powstał z połączenia słów „phone” – telefon i „snubbing” – ignorować [9]. Pośrednio zjawisko to spowodowane jest tym, że aplikacje społecznościowe są programowane w sposób wzmacniający ciągle zaangażowanie człowieka, a to z kolei zwiększa ryzyko uzależnienia się od korzystania z nich oraz powstanie stresu emocjonalnego [10].

Słowo phubbing, określające ignorowanie, lekceważenie partnera komunikacyjnego za pomocą telefonu pojawiło się po raz pierwszy w 2012 roku, w australijskim Macquarie Dictionary. Termin ten przyciągnął uwagę całego świata i otworzył szeroko zakrojone debaty [11]. W literaturze naukowej w różny sposób przed pojawieniem się tego terminu nazywano to współczesne zjawisko: nieobecnością [12], technoferencją [13] i komunikacją równoległą [12], jednakże termin phubbing wydaje się najściślej opisywać to konkretne zjawisko.

Aby w pełni docenić znaczenie phubbingu, warto bliżej przyjrzeć się genezie słowa. W filmie *Phubbing: A Word is Born* (2013), pokazano historię jak powstało słowo phubbing w maju 2012 r., kiedy konsorcjum zebrało się na Uniwersytecie w Sydney, aby stworzyć koncepcję opisującą problem ignorowania innej osoby na rzecz własnego telefonu. Słowo to miało wywołać krytyczną dyskusję na temat tego rodzaju zachowań i skłonić ludzi do „odłożenia telefonów”. Od samego początku phubbing był więc normatywnym terminem. O tej normatywności świadczy ponadto fakt, że czasownik ignorować (snubbing) oznacza „obrażać kogoś, nie zwracając na niego uwagi lub nie traktując go tak, jakby był ważny”. W związku z tym określenie zachowania innej osoby za pomocą terminu „phubbing” nie jest neutralnym opisem, ale normatywną oceną niepożądanego, tj. obraźliwego zachowania [12]. Ze względu na tę wyraźnie pejoratywną charakterystykę nie jest zaskakujące, że phubbing jest negatywnie powiązany ze zmiennymi interpersonalnymi, takimi jak jakość komunikacji i satysfakcja z relacji.

### **3. Korelaty phubbingu**

Badacze zajmujący się phubbingiem często skupiają się na jego konsekwencjach i wydają się zgadzać, że skutki te są szkodliwe dla zdrowia i relacji osobistych np. dla zaufania, jakości relacji społecznych lub dobrego samopoczucia [9, 14-16, 1].

Doświadczenie phubbingu wpływa na postrzeganą jakość komunikacji i zadowolenie z relacji [17] oraz poczucie przynależności [16]. Nawet pomimo traktowania phubbingu jako coś irytującego, młodzi ludzie często działają wbrew własnym przekonaniom moralnym. Ciekawe badania jakościowe przeprowadził Aagard [12]. Opierając się na wywiadach ze studentami duńskiej uczelni biznesowej, autor wykazał wyraźną rozbieżność w stosunku młodych ludzi do phubbingu: choć zdecydowanie potępiają phubbing zarówno jako irytujący, jak i lekceważący, chętnie przyznają się do phubbingowania innych. Co ważne, uczestnicy badania opisywali tę rozbieżność jako wynik niezamierzonej skłonności do odwracania uwagi. Również z badań przeprowadzonych w Meksyku wynika, że zjawisko phubbingu negatywnie wpływa na jakość relacji rodzinnych [18]. Phubbing również jest związany z samotnością lękiem czy nawet depresją [19]. Celem jednego z badań dotyczących powiązań między nadmiernym korzystaniem z telefonów komórkowych, a zdrowiem psychicznym, autrostwa Ivanowej i współpracowników [20] było ustalenie, czy istnieje związek pomiędzy uzależnieniem od telefonu komórkowego a depresją u studentów oraz czy phubbing

jest mediatorem tego związku. Autorzy sprawdzili również, czy ten efekt mediacji był łagodzony przez samotność i czy model relacji między tymi zmiennymi był taki sam u kobiet i mężczyzn. Wyniki badania wykazały, że większe uzależnienie od telefonu komórkowego i wyższy phubbing wiąże się z wyższym poziomem nastrojów depresyjnych, przy czym phubbing pełni rolę mediatora związku między uzależnieniem od telefonu komórkowego a depresją. Moderatorem tej mediacji jest samotność, której efekt moderacji jest asymetrycznie zależny od płci: u mężczyzn wysoka samotność zwiększa pośredniczącą rolę phubbingu, co silniej przekłada się na depresję, natomiast u kobiet analizowany efekt mediacji słabnie wraz ze wzrostem poczucia osamotnienia (phubbing słabiej koreluje z depresją).

Phubbing w rzeczywistości obniża jakość interakcji społecznych. Osoba i rozmowy stają się mniej osobiste, mniej satysfakcjonujące i mniej znaczące [21]. Phubbing może również mieć negatywny wpływ na „podstawowe potrzeby” człowieka, takie jak poczucie przynależności, samoocena, poczucie sensu i kontroli w życiu [22], które są podstawowymi potrzebami psychologicznymi człowieka [21]. Phubbing ma negatywny wpływ nie tylko na osobę, która została phubbingowana (tzw. phubee), ale także na phubbera. Osoby, które często angażują się w phubbing, mogą rozwinąć problematyczne umiejętności komunikacyjne, takie jak trudności ze zrozumieniem i interpretacją innych sygnałów społecznych oraz utrzymywanie kontaktu wzrokowego podczas rozmowy. Styl i sposób komunikacji phubbera może wywołać błędne koło, które prowadzi do unikania go i postrzegania jako niegrzecznego. Pytanie brzmi, co jest powodem zachowanie typu phubbing? Być może niski poziom inteligencji emocjonalnej i regulacji emocjonalnej oraz brak umiejętności empatii wobec innych skutkuje zaangażowaniem w zachowania phubbingowe [21]. Erzen wraz z współpracownikami [23] określił phubbing jako „uzależniające zachowanie”. Uznano uzależnienie od smartfonów, uzależnienie od Internetu, uzależnienie od mediów społecznościowych, uzależnienie od gier jako ważne determinanty zachowań phubbingowych [24]. Zachowania te stają się kompulsywne z biegiem czasu [25]. Wydaje się, że w phubbing ważną rolę odgrywają cechy i typy osobowości. Osoby wrażliwe na odrzucenie mogą odczuwać doświadczenie phubbingu jako bardzo irytujące i mogą czuć się zranieni [26]. Z drugiej strony, niektórzy mogą postrzegać phubbing jako normalne, akceptowalne zachowanie społeczne i nie będą odczuwać urazy [17]. Wykazano również istotny negatywny związek między phubbingiem a asertywnością. Asertywność okazała się być istotnym predyktorem zachowań phubbingowych. Zachowanie związane z phubbingiem zmniejsza się, gdy jednostki zachowują się asertywnie [27]. Niski poziom asertywności jest istotnym predyktorem także uzależnienia od Internetu [28]. Również wykazano silny negatywny związek między poziomem zachowań phubbingowych a samooceną, poczuciem kontroli i sensu, pozytywnością i jakością komunikacji [29]. Wraz ze wzrostem samooceny maleje phubbing [9].

Wiele badań dotyczy zjawiska strachu przed odłączeniem, pominięciem tzw. FOMO, (ang. *fear of missing out*). I zgodnie z ich wynikami FOMO może przyczynić się do zachowań phubbingowych [17; 30; 31]. FOMO jest koncepcją obejmującą chęć nadążania za tym, co robią inni ludzie oraz przekonanie, że gdy dana jednostka nie obserwuje aktywności innych w internecie, te osoby publikują coś interesującego [32]. Jedno z badań [33] zidentyfikowało predykcyjną rolę wsparcia emocjonalnego ze

strony mediów społecznościowych w zachowaniach związanych z phubbingiem wśród studentów, zbadano także, czy lęk przed odłączeniem, pominięciem (FOMO) i problematyczne korzystanie z mediów społecznościowych pośredniczy w związku między wsparciem emocjonalnym ze strony mediów społecznościowych a zachowaniami związanymi z phubbingiem. Wyniki wskazują, że wsparcie emocjonalne ze strony mediów społecznościowych było pozytywnie związane z zachowaniami związanymi z phubbingiem, a także lękiem przed odłączeniem, pominięciem (FOMO), jak i problematyczne korzystanie z mediów społecznościowych pośredniczyły w związku między wsparciem emocjonalnym ze strony mediów społecznościowych a phubbingiem; oraz to, że FOMO i problematyczne korzystanie z mediów społecznościowych jest mediatorem związku między wsparciem emocjonalnym z mediów społecznościowych a phubbingiem. Wsparcie emocjonalne jest rodzajem wsparcia społecznego, które jest najsilniej związane ze zdrowiem psychicznym [34, 35]. Wsparcie emocjonalne twarzą w twarz może znacznie zmniejszyć ryzyko wystąpienia objawów depresji [36]. Rola wsparcia emocjonalnego płynącego z mediów społecznościowych jest jednak mniej spójna z rolą wsparcia emocjonalnego twarzą w twarz [37, 38, 35]. Na przykład wsparcie emocjonalne z mediów społecznościowych jest istotnie związane z wyższą depresją i niższą psychologiczną jakością życia [37, 35]. Problematyczne korzystanie z mediów społecznościowych z kolei, znane również jako uzależnienie od mediów społecznościowych, jest definiowane jako niezdrowa nadmierna forma korzystania z mediów społecznościowych, która charakteryzuje się brakiem kontroli nad zachowaniem i korzystaniem z nich pomimo niekorzystnych konsekwencji. Według teorii gratyfikacji studenci korzystają z mediów społecznościowych w celu zaspokojenia określonych potrzeb, takich jak poszukiwanie i uzyskiwanie emocjonalnego wsparcia online, co może prowadzić do psychologicznej ich zależności od mediów społecznościowych [39]. Im więcej emocjonalnego wsparcia online zapewniają media społecznościowe, tym wyższa jest częstotliwość i intensywność wymienianych informacji online; im większe wsparcie emocjonalne uzyskują studenci, tym bardziej chcą korzystać z mediów społecznościowych w celu utrzymania i zwiększenia poziomu wsparcia emocjonalnego [40]. Na poparcie tego pojęcia niektóre badania empiryczne wskazują, że wsparcie społeczne online jest pozytywnie powiązane z uzależnieniem od Internetu [39], uzależnieniem od Facebooka [41] oraz uzależnieniem od portali społecznościowych [42]. Uzależnienie od Internetu, FOMO i samokontrola przewidują uzależnienie od smartfonów, co z kolei przewiduje stopień, w jakim ludzie phubują. Jest to związane również z tym, w jakim stopniu ludzie uważają, że phubbing jest akceptowany społecznie (w jakim stopniu jest normatywny), zarówno poprzez stopień, w jakim ludzie są phubbingowani, jak i niezależnie. Phubbing znacząco obniża także postrzeganą jakość komunikacji i satysfakcję z relacji w rozmowie diadykowej. W tych efektach pośredniczy zmniejszone poczucie przynależności oraz pozytywny i negatywny afekt [9].

Wszechobecność mobilnych urządzeń połączonych z Internetem pozwala na dostęp do różnych treści niezależnie od czasu i miejsca oraz pozostawanie w kontakcie z innymi [43]. Zjawisko to zostało nazwane POPC, które obejmuje trwałe korzystanie z treści online (PO, ang. *permanent use of online content*) i stałe uczestnictwo w interakcjach online (PC, ang. *permanent participation in online interactions*) równoległe z innymi działaniami offline [43]. Z jednej strony POPC obejmuje

korzystanie z usług online. Z drugiej strony obejmuje subiektywną tendencję do stałego łączenia się z innymi. Oznacza to również bycie „nieustannie w pogotowiu” [44] i odnosi się do „psychologicznego stanu stałej czujności komunikacyjnej” [43]. POPC bezpośrednio wiąże się z phubbingiem [31].

Kolejne ciekawe badanie [45] dotyczyło związków między phubbingiem a grą Pokémon Go. Pokémon Go to gra wideo na smartfony, która wymaga od graczy wyjścia poza swój dom, aby robić w niej postępy. W PG gracze wcielają się w trenerów Pokémon eksplorujących ich świat rzeczywisty i zbierających wirtualne postacie Pokémon. PG to gra w rzeczywistości rozszerzonej, w której rzeczywiste położenie graczy – szacowane na podstawie GPS ich smartfonów – kontroluje lokalizację ich awatara z gry. I pomimo wielu pozytywnych skutków grania w Pokémon Go takich jak np.: zwiększona aktywność fizyczna i czas spędzany na świeżym powietrzu [46], poprawa samopoczucia emocjonalnego i społecznego, np. poprzez tworzenie i wzmacnianie przyjaźni lub poczucia przynależności [47], osoby, które uzależniły się od Pokémon Go zgłaszały więcej bólu (szyi, rąk i nóg) i więcej problemów z widzeniem (suchość oka i zaburzenia ostrości). Zwiększone uzależnienie od smartfonów i phubbing częściowo pośredniczyło w tych efektach.

Inne doniesienia wskazują na to, że istnieją istotne związki między phubbingiem a zaburzeniami komunikacji i neurotyzmem. Co ciekawe wykazano w jednym z badań [48], że phubbing ma nieistotny związek z satysfakcją z życia. Ale z kolei w tymże badaniu zbadano także pośredniczącą rolę zaburzeń komunikacji w związku między neurotycznością a satysfakcją z życia. Wykazano, że neurotyczność ma istotny wpływ na zaburzenia komunikacji, a zaburzenia komunikacji miały istotny wpływ na zadowolenie z życia. W konsekwencji zaburzenia komunikacji odegrały rolę pośredniczącą w związku między neurotycznością a satysfakcją z życia.

Pomimo rosnącego zainteresowania wśród badaczy zagadnieniem phubbingu do tej pory opublikowano niewiele doniesień o badaniu tegoż zjawiska metodą eksperymentalną. Oczywiście być może to wynika z trudności, jakie niesie za sobą przeprowadzenie badań eksperymentalnych oraz dłuższym czasem ich trwania. Jednym z nielicznych eksperymentów jest doświadczenie autorstwa Vanden Abeele, Hendrickson, Pollmann, oraz Ling [49]. Badanie to dotyczyło występowania, częstotliwości i czasu trwania jednoczesnego używania telefonu – phubbing, podczas rozmowy diadycznej oraz jego związku z postrzeganą intymnością rozmowy i rozproszeniem uwagi. Phubbing był mierzony przez potajemne obserwowanie uczniów odbywających 10-minutową rozmowę. Następnie zwrócono się do uczestników i poproszono o dokonanie pomiarów dotyczących tego, jak intymnie postrzegali te rozmowy oraz jak ich uwaga podczas dyskusji była rozproszona. Również sprawdzano, czy osoby pamiętały, czy korzystały z telefonu w trakcie rozmowy oraz czy ich partnerzy konwersacyjni to robili. Wyniki badania pokazują, że aż w 62% diad pojawił się phubbing, również zaskakujące jest to, że uczestnicy nie pamiętali czy phubbowali swojego partnera konwersacyjnego, czy nie lub potwierdzali, że korzystali z telefonu lub ich partner w sytuacji, gdy phubbingu nie zaobserwowano. Te wyniki mogą wynikać z faktu, że uczestnicy nie byli świadomi czasu rozpoczęcia i zakończenia okresu obserwacji i mogli uwzględnić przypadki phubbingu w swojej pamięci, które miały miejsce na krótko przed rozpoczęciem faktycznej obserwacji. Jednak alternatywnym wyjaśnieniem

falszywych wspomnień, które zgadza się z obserwacjami z innych badań [12, 50] jest fakt, że zachowania phubbingowe stały się tak zautomatyzowane i społecznie zakorzenione, że dzieje się to bez świadomości osób, które to robią [12]. Co ciekawe badacze nie zauważyli dużych efektów oddziaływania phubbingu na intymność i rozproszenie uwagi. Może to wynikać z faktu, że chociaż phubbing jest powszechny – ludzie tak naprawdę go nie zauważają, a wszelkie wpływy na rozproszenie uwagi i intymność rozmowy, zarówno pozytywne, jak i negatywne, wydają się niewielkie. Ten wniosek nasuwa interesujące pytania, dotyczące roli phubbingu jako zachowania, które może lub nie naruszać normy dotyczące prowadzenia kulturalnej, społecznie akceptowanej konwersacji. Już prace Millera-Otta, Kelly i współpracowników [50-52] pokazują, że phubbing nie zawsze narusza oczekiwania konwersacyjne. Stopień, w jakim dochodzi do naruszeń norm, zależy od różnych czynników, takich jak formalność otoczenia lub charakter interakcji.

Kolejnym przykładem badań eksperymentalnych są te autorstwa Przybylskiego i Weinsteina [15]. Przeprowadzili oni dwa eksperymenty, w którym manipulowali obecnością telefonów komórkowych, podczas gdy para osób badanych prowadziła między sobą rozmowę. W pierwszym eksperymencie badanych poproszono o poświęcenie 10 minut na omówienie interesującego wydarzenia z ostatniego miesiąca. Po tej dyskusji badani wypełniali pomiary jakości relacji i wrażliwości emocjonalnej. Osoby, które podczas rozmowy miały w swoim otoczeniu telefon komórkowy zgłaszały po dyskusji niższą jakość relacji i mniejszą bliskość z partnerami. W drugim eksperymencie manipulowano treścią dyskusji (przypadkową lub znaczącą), manipulując telefonem komórkowym w taki sam sposób, jak poprzednio. Ponownie, obecność telefonu komórkowego zapowiadała niższą jakość relacji. Odkryto również interakcję między obecnością telefonu komórkowego a rodzajem rozmowy. Jakość relacji i zaufanie partnera zostały osłabione tylko wtedy, gdy rozmowa była znacząca. Postrzegana empatia była zmniejszona, gdy obecny był telefon komórkowy niezależnie od rodzaju rozmowy. Jest zatem jasne, że obecność telefonów komórkowych może zakłócać postrzeganą jakość relacji między parami. Co ciekawe te badania pokazują, że sama obecność telefonu komórkowego w trakcie rozmowy może powodować niekorzystne konsekwencje dla jakości rozmowy.

Kierunek spojrzenia jest wskazówką, która reguluje poczucie przynależności w interakcjach społecznych. Badania sugerują, że patrzenie na telefon podczas współobecnej interakcji utrudnia rozwój afiliacji w interakcjach, sygnalizując, że ktoś nie jest w pełni uważny. Ponieważ telefon reprezentuje „wirtualnego innego”, patrzenie na telefon może być bardziej szkodliwe niż wpatrywanie się w inny przedmiot. W jednym z badań [53] eksperymentalnych sprawdzono także, czy patrzenie na telefon podczas rozmowy szkodzi poczuciu przynależności bardziej niż oglądanie gazet. Dodatkowo sprawdzono, czy szkodliwy wpływ phubbingu może zostać złagodzony lub spotęgowany przez rolę rozmówcy osoby obserwującej telefon – czyli mówiącego i słuchacza. Wyniki pokazują, że patrzenie na telefon podczas interakcji bardziej szkodzi przynależności niż patrzenie w gazety. Ponadto patrzenie na telefon bardziej utrudnia przynależność podczas słuchania niż podczas mówienia. Odkrycia te sugerują, że wpatrywanie się w telefon pociąga za sobą ocenę relacyjnej dewaluacji partnera interakcji. Aktywacja tych sądów jest jednak uzależniona od roli rozmówcy. Czyli to,

jeśli my mówimy i phubujemy to nasze poczucie przynależności i naszego rozmówcy nie zostaje zaburzone, ale jeśli nasz partner komunikacyjny nas phubuje i to my mówimy, to nasz poczucia przynależności spada.

Kolejne ciekawe badania eksperymentalne [54] dotyczyło tego, w jaki sposób osoby które są phubowane postrzegają phubbera. Zgodnie z ich wynikami osoby, które używały telefonów w trakcie rozmowy były postrzegane jako znacznie mniej uprzejme i uważne oraz jeżeli dana osoba sięgała po smartphona samoczynnie to takie zachowania prowadziły do powstania bardziej negatywnego wrażenia niż zachowania związane np. z wysyłaniem wiadomości w odpowiedzi na powiadomienie. Również sprawdzono wpływ phubbingu na postrzeganą jakość rozmowy i atrakcyjność społeczną. Eksperyment ujawnił, że na postrzeganą jakość rozmowy phubbing wpłynął negatywnie, natomiast na atrakcyjność społeczną nie.

Warto również nadmienić, że użytkownicy smartfonów mogą znajdować się w wielu różnych sytuacjach, gdy korzystają z telefonu, np. siedzą na krześle, leżą na łóżku czy są w autobusie lub w windzie. W przeciwieństwie do powyższych stanów, phubbing walking, gdy użytkownik korzysta z telefonu idąc, może stanowić poważne zagrożenie dla jego i innych bezpieczeństwa. Jedno z badań eksperymentalnych [55] polegało na obserwacji pozycji telefonu względem człowieka w trakcie chodzenia. Badacze chcieli rozwiązać ważny problem, tj. rozpoznawać phubbing walking, i w tymże celu zaprojektowali system ostrzegający użytkowników. Taki system w przyszłości mógłby np. blokować korzystanie z telefonu w czasie przechodzenia przez ulicę czy innych sytuacji w ruchu komunikacyjnym, które są niebezpieczne.

#### **4. Partner phubbing i mother phubbing, boss phubbing**

Niezależnie od kontekstu phubbing wydaje się mieć negatywny wpływ na komunikację, na przykład z członkami rodziny w domu, nauczycielami i rówieśnikami w szkole oraz współpracownikami i przełożonymi w pracy, a także z partnerem czy współmałżonkiem. Romantyczny związek według Farooqi [56] definiuje się jako wspierającą postawę i dobrą relację komunikacyjną między partnerami. W romantycznych związkach, pary dzielą przekonania, cele, nastawienie, fantazje oraz akceptują swoje i partnera mocne i słabe strony [57]. Partner phubbing odnosi się do zachowań phubbingowych, które w znacznym stopniu występują między parami i objawiają nadmiernym korzystaniem z telefonu komórkowego podczas spędzania czasu ze swoim partnerem [14]. Technologia wykorzystywana do komunikowania się w związku może przyczyniać się do wzmacniania relacji pary. Jednak indywidualne nadmierne korzystanie z technologii może zaszkodzić zadowoleniu z relacji [58, 59, 16]. Oliveira [60] zbadała związek między korzystaniem z urządzeń mobilnych a satysfakcją pary. Zadowolenie ze związku było negatywnie związane z korzystaniem przez partnera z telefonu komórkowego podczas wspólnego spędzania czasu. Roberts, i David [16] skupili się na badaniu wpływu phubbingu na satysfakcję w związku oraz samopoczucie osobiste i style przywiązania. Pary o bardziej lękowych stylach przywiązania zgłaszały częstsze zachowania phubbingowe. Badanie wykazało, że phubbing miał znaczący wpływ na nasilenie depresji poprzez zmniejszenie satysfakcji z relacji i zadowolenia z życia. W badaniach McDaniel i Coyne [13] 70% kobiet raportowało, że ich kontakty z partnerem były zakłócone przez korzystanie z telefonu komórkowego. Krasnova ze współpracownikami [59] wskazali, że jedną z przyczyn obniżenia jakości

związku może być rosnące poczucie zazdrości wynikające z obserwowania partnera używającego telefonu w sytuacjach społecznych. Związane z zazdrością, utrata uwagi ze strony partnera, smutek i złość zgłaszane były przez osoby, które doświadczały „partner phubbingu”.

Czy zachowania związane z phubbingiem i relacja romantyczna prowadzą do problemów ze zdrowiem psychicznym partnerów? Kilka zespołów badawczych starało się znaleźć odpowiedź również na to pytanie. Wyniki jednego z badań wskazują na to, że zachowania phubbingowe pozytywnie przewidywały aktywność interakcyjną i negatywnie przewidywały kompromis, unikanie, separację, dominację i uległość. Zgodnie z wnioskami badaczy phubbing negatywnie wpływa na zdrowie psychiczne par małżeńskich [61]. Wang i współpracownicy [62] zbadali wpływ phubbingu na zadowolenie ze związku małżonków i depresję u chińskich par małżeńskich. Phubbing był ujemnie skorelowany z satysfakcją w związku i był pozytywnie skorelowany z depresją, a wynik pokazuje, że osoby, które są poddane phubbingowi, mają niski poziom zadowolenia w swoich związkach i doświadczają wysokiego poziomu depresji. Związek między phubbingiem, a satysfakcją ze związku i depresją był szczególnie silny w przypadku par, które pozostają w związku małżeńskim od siedmiu lat lub dłużej.

Kolejne interesujące badanie [63] dotyczyło moderującego wpływu poczucia własnej wartości i stanu cywilnego na związek między phubbingiem partnera a satysfakcją z relacji. Wyniki tegoż badania pokazały, że phubbing partner nie był istotnie powiązany z satysfakcją z relacji. Jednak samoocena moderowała związek między phubbingiem partnera a satysfakcją z relacji. Mówiąc dokładniej, w przypadku dorosłych z wysokim poczuciem własnej wartości phubbing partnera był istotnie powiązany z satysfakcją z relacji. W przeciwieństwie do dorosłych z niskim poziomem samooceny związek ten stał się nieistotny. Związek między phubbingiem partnera a satysfakcją ze związku był również moderowany przez stan cywilny, który pokazał, że istotny związek między phubbingiem partnera, a satysfakcją ze związku istniał tylko wśród dorosłych w małżeństwie. Oznacza to, że nie wszystkie osoby w sposób jednolity odczuwają niższy poziom satysfakcji ze związku w obliczu phubbingu partnera. Jednym z możliwych powodów tego jest to, że poczucie własnej wartości wpływa na siłę związku między phubbingiem partnera a satysfakcją z relacji. Wyniki potwierdziły również, że samoocena moderowała tę relację. Oznacza to, że osoby dorosłe z niskim poziomem samooceny prawdopodobnie osiągną niską satysfakcję ze związku, niezależnie od tego, czy mają wysoki, czy niski poziom phubbingu partnera. Warto zauważyć, że chociaż niskie poczucie własnej wartości osłabia związek między phubbingiem partnera a satysfakcją z relacji, ten efekt moderacji nadal wskazuje, że niska samoocena jest raczej czynnikiem ryzyka niż czynnikiem chroniącym satysfakcję z relacji dorosłych. Dzieje się tak, ponieważ dorośli z niską samooceną mają znacznie niższy poziom satysfakcji z relacji niż osoby z wysoką samooceną.

Według Turkle [21] korzystanie z telefonów komórkowych może ograniczać znacząco interakcje w parach, co może prowadzić do spadku satysfakcji i zaangażowania w bliskich i znaczących rozmowach. Już Mick i Fournier [64] uznali telefony komórkowe za „paradoks technologii”, ponieważ jednocześnie mogą łączyć ludzi i ich rozdzielać. Również badania dotyczące technoferencji, zjawiska polegającego na rozproszeniu uwagi nie tylko przez telefony komórkowe, ale urządzenia technologiczne jako takie np. telewizory czy komputery, smartfony, zdają się potwierdzać

powyższe wnioski dotyczące phubbingu. W jednym z badań większość uczestników dostrzegła, że urządzenia technologiczne często przerywały ich interakcje, takie jak czas wolny dla pary, rozmowy i posiłki z partnerami. Ogólnie rzecz biorąc, uczestnicy, którzy ocenili poziom technoferencji w swoich związkach jako wyższy, zgłaszali również większy konflikt dotyczący korzystania z technologii, niższą satysfakcję ze związku, więcej objawów depresji i niższą satysfakcję z życia. Pozwalając technologii na zakłócanie lub przerywanie rozmów, czynności i czasu z romantycznymi partnerami - nawet w niezamierzonych lub krótkich chwilach – jednostki mogą sprawić, że ich partnerzy mogą takie zachowania odczytywać jako komunikat oznaczający, że nie są tak samo ważni dla tej osoby jak technologia czy osoby, które są po drugiej stronie ekranu, co prowadzi do konfliktów w związkach [13].

Kolejnym ciekawym zjawiskiem jest phubbing rodzicielski (ang. *phubbing*, *parent phubbing*). Z tym zjawiskiem mamy do czynienia gdy rodzic phubbinguje swoje dziecko. A także obserwuje się zjawisko odwrotne tzn. *Aphubbing* (ang. *adolescent phubbing*), wtedy gdy nastolatek rozmawiając z rodzicem korzysta z telefonu komórkowego. Wyniki jednego z badań [65] pokazały, że *parent phubbing* jest pozytywnie powiązany z *adolescent phubbing*. Ten wniosek sugeruje, że nastolatki mogą naśladować phubbing rodziców. Biorąc pod uwagę, że rodzice są głównymi wzorami do naśladowania dla nastolatków [66], a *Aphubbing* może szkodzić zdrowiu psychicznemu i pogarszać jakość relacji interpersonalnych offline [14, 16, 62], bardzo ważne jest, aby rodzice byli dobrym przykładem prawidłowego korzystania z telefonu. Badanie [65] wykazało, że *Pphubbing* może osłabiać zdrowie psychiczne nastolatków. Jednym z możliwych wyjaśnień tegoż efektu jest to, że *Pphubbing* upośledza komunikację między członkami rodziny [9]. *Pphubbing* i *Aphubbing* były pozytywnie związane z objawami depresji u nastolatków. Ponadto objawy depresji u nastolatków rosły wraz ze wzrostem poziomu *Phubbingu* i *Aphubbingu* jednocześnie [65]. Inne badanie, również dotyczące powiązań pomiędzy *parent phubbing* a depresją u dzieci [67] miało na celu zbadanie powiązań między rodzicielskim phubbingiem a depresją w późnym dzieciństwie i okresie dojrzewania, a także pośredniczącej roli ciepła rodzicielskiego, odrzucenia przez rodziców. Badanie wykazało, że phubbing rodzicielski był powiązany z depresją uczniów w późnym dzieciństwie i okresie dojrzewania na dwa sposoby. Według autorów badania pierwszym z nich był efekt zmniejszonej ochrony, polegający na tym, że phubbing rodzicielski wpływał negatywnie na rodzicielskie zachowania okazujące troskę, ciepło, co sprzyjało powstawaniu objawów depresyjnych. Drugi to efekt zwiększonego ryzyka, który polega na tym, że phubbing rodzicielski wpływa na poczucie odrzucenia przez rodziców, co wpływa na powstawanie objawów depresyjnych. Phubbing rodzicielski bezpośrednio przewiduje depresję nastolatków.

W systemie rodzinnym relacja rodzic-dziecko jest ważna dla rozwoju młodego człowieka w późnym dzieciństwie i okresie dojrzewania. Rodzicielska technoferencja, zjawisko podobne do rodzicielskiego phubbingu, obniża jakość wspólnego rodzicielstwa [68] i pozytywnie przewiduje internalizacyjne problemy dzieci i młodzieży [69]. W swoich badaniach Kildare i Middlemiss [70] również dowiedli, że rozproszenie uwagi rodziców za pomocą telefonu komórkowego podczas komunikacji rodzic-dziecko szkodzi jakości tejże relacji. Na przykład w komunikacji matka-dziecko stwierdzono, że korzystanie z telefonu komórkowego przez matkę wpływa na funkcje społeczno-emocjonalne małych dzieci [71] oraz na naukę języków [72]. Ding, Kong, Zhang,



Zhou i Hu [67] przeprowadzili badanie podłużne, które wykazało, że phubbing przez rodziców zwiększył uzależnienie chińskiej młodzieży od Internetu po sześciu miesiącach [67]. Również inni badacze zgodnie z wynikami swoich badań wnioskują, że phubbing rodzicielski wpływa na uzależnienie od telefonu u dzieci [73]. Zachowania rodziców związane z phubbingiem znacznie zwiększyły zachowania nastolatków w zakresie uzależnienia od telefonu komórkowego na dwa pośrednie sposoby. Po pierwsze, dzieci które są phubbowane naśladują swoich rodziców, co z kolei zwiększa prawdopodobieństwo uzależnienia od telefonu komórkowego. Po drugie, rodzice, którzy phubują swoje dziecko, normalizują to zjawisko, a tym samym wzmacniają taką postawę u swojego dziecka, co zwiększa prawdopodobieństwo uzależnienia od telefonu komórkowego [74]. Inne badania [75] miały na celu z kolei zbadanie powiązania między phubbingiem rodziców, relacją rodzic-dziecko, samooceną dzieci i problematycznym korzystaniem z telefonu komórkowego (PMPU) przez młodzież. Wyniki wykazały, że phubbing rodzicielski był nie tylko bezpośrednio związany z PMPU dzieci, ale także pośrednio związany z PMPU poprzez pośredniczące role relacji rodzic-dziecko i samoocenę. Odkrycia te sugerują możliwy mechanizm leżący u podstaw związku między phubbingiem rodziców a PMPU dzieci, a zatem mogą stanowić podstawę do interwencji mających na celu zapobieganie lub zmniejszanie PMPU wśród nastolatków.

Zgodnie z niektórymi doniesieniami phubbing dokonywany przez matki, czyli tzw. mother phubbing, Mphubbing zasługuje na szczególne miejsce w zainteresowaniach badaczy. Z uwagi na to, że jakość relacji między matką a nastolatkiem ma ogromny wpływ na osobiste zachowanie i samopoczucie nastolatków [76] kilka zespołów badawczych skupiło się na tym rodzaju relacji. Mphubbing ma miejsce, gdy matki są zajęte telefonami komórkowymi i ignorują swoje dzieci. Czas spędzony w mediach społecznościowych i na korzystaniu z telefonu może wypierać rzeczywiste interakcje i zmniejszać znaczące powiązania matka-dziecko [77]. Ponieważ matka odgrywa ważną rolę w rozwoju dziecka [78], wrażliwość matki i interakcja między matką a nastolatkiem są ważne, znacząco wpływają na stan emocjonalny i behawioralny nastolatka [79]. Wyniki jednego z badań [80] ujawniły, że Mphubbing (ang. *mother phubbing*) był pozytywnie powiązany z wypaleniem szkolnym nastolatków, w tymże związku pośredniczyło zdrowie psychiczne młodych ludzi. Wyniki pokazały również, że ugodowość łagodziła związek między Mphubbingiem a zdrowiem psychicznym nastolatków. Neurotyczność pogarszała wpływ zdrowia psychicznego na wypalenie szkolne nastolatków. Pośredni wpływ Mphubbing na wypalenie szkolne poprzez zdrowie psychiczne był łagodzony przez ugodowość i neurotyczność. Te wyniki sugerują, że phubbingowanie nastolatka przez matkę, jako jeden z rodzajów przewlekłych codziennych stresorów, skutkuje pewnymi negatywnymi skutkami psychicznymi i behawioralnymi, podczas gdy pewne cechy osobiste łagodzą ten związek. Wypalenie jest jednym z rodzajów reakcji na niektóre chroniczne stresory wynikające z emocji lub relacji międzyludzkich [81]. Wypalenie szkolne uczniów odnosi się do wyczerpania emocji, nastawienia i zachowania podczas nauki. Stwierdzono, że wrażliwość matki i interakcja matki z nastolatkiem są ściśle związane z wypaleniem szkolnym nastolatków. Niska jakość interakcji matki z dzieckiem jest negatywnie związana z sukcesami w nauce we wczesnym okresie dojrzewania [82].

Postęp w technologii edukacyjnej sprowokował wykorzystywanie nowoczesnych technologii w salach lekcyjnych, w celu usprawnienia nauki, poprawy środowiska uczenia się i w efekcie zrewolucjonizował sale lekcyjne. W związku z tym, jednym z częstych czynników rozpraszających uwagę podczas wykładów jest obecnie używanie smartfonów w salach lekcyjnych podczas wykładów. Korzystanie smartfona podczas wykładów nazywane jest phubbingiem w klasie (ang. *classroom phubbing*). Zjawisko to jest obecnie bardzo powszechne w życiu codziennym, wdziera się także do sal lekcyjnych i wpływa zarówno na nauczycieli, jak i na proces uczenia się uczniów. W jednym z badań [83] próbowano zrozumieć wpływ phubbingu na nauczycieli podczas zajęć, ich reakcje emocjonalne i stosunek do phubbingu. Wyniki tego badania wykazały, że około 41% studentów przynajmniej raz podczas wykładów używało smartfonów do korzystania z serwisów społecznościowych lub sprawdzania wiadomości w WhatsApp lub do surfowania po Internecie, które nie było związane z zajęciami. Takie zachowanie młodych miało silny wpływ na nauczycieli, nauczyciele dokonywali oceny ze względu na swoją grupę wiekową, młodszy nauczyciele oceniali phubbing jako coś negatywnego, a nauczyciele ze starszych grup wiekowych uważali to za przejaw braku szacunku. W badaniu przeprowadzonym na studentach college'u w Indiach przez Davey'a i współpracowników [30], phubbing dotyczyło aż 49% słuchaczy. Odkryli, że predyktorami phubbingu było uzależnienie od Internetu, uzależnienie od smartfonów, FOMO i brak samokontroli. Phubbing był ujemnie skorelowany ze zdrowiem społecznym, relacyjnym i samorozwojem. Aż 55% uczestników zgłosiło doświadczanie depresji i niepokoju. Studenci phubbowali co najmniej 3-5 razy dziennie. Według jednego z badań Erzen i współpracowników [7] uczennice wykazują więcej zachowań phubbingowych niż uczniowie płci męskiej.

Kolejnym rodzajem phubbingu jest boss phubbing (Bphubbing) definiowany jako spostrzeżenie pracownika, że jego bezpośredni przełożony jest rozprasany przez smartfon w jego obecności. Znaczenie interakcji przełożony-podwładny i wszechobecności smartfonów, w jednym z badań [84] autorzy sprawdzili, jak smartfony wpływają na wyniki pracy pracowników. Zaproponowany przez badaczy model relacji pomiędzy boss phubbing, a zaufaniem nadzorczym, satysfakcją z pracy i wydajnością wykorzystuje trzy teorie: teorię wzajemnej wymiany społecznej, teorię naruszeń oczekiwań i teorię obecności społecznej. Wnioski z tychże badań wskazują, że boss phubbing ma negatywny związek z wydajnością pracy pracowników poprzez niskie zaufanie nadzorcze i niski poziom satysfakcji z pracy. Kolejne badanie [85] sprawdziło wpływ boss phubbingu na samoocenę, ze szczególnym uwzględnieniem doświadczeń wykluczenia społecznego podwładnych. Opierając się na danych z próby 407 respondentów, wyniki badania wskazują na brak bezpośredniego związku między boss phubbingiem a samooceną pracowników. Jednak pracownicy, którzy postrzegają swojego przełożonego jako częściej używającego telefonu podczas interakcji międzyludzkich z nimi, zgłaszali większe poczucie wykluczenia społecznego podczas tych interakcji, co z kolei przewidywało niższą samoocenę u pracowników.

Zważając na powyższe badania, może nasunąć się pytania: czym różni się phubbing w różnych grupach relacji? (np. rodzina kontra ludzie w pracy), czym różni się phubbing w tej samej grupie relacji? (tj. w przypadku relacji rodzinnych: rodzice vs. dzieci), w jakich sytuacjach (np. w łóżku lub przy stole) ludzie są bardziej skłonni do phubbowania? Ankieta internetowa [86] obejmująca 387 badanych, głównie Australij-

czyków, wykazała, że uczestnicy byli bardziej skłonni do phubbowania rodziny, przyjaciół i nieznajomych niż osoby w pracy, a także częściej osoby z rodziny i przyjaciół niż osoby obce. Jeśli chodzi o relacje rodzinne, uczestnicy częściej phubbowali rodziców, partnerów i dzieci niż swoich dziadków, a także byli bardziej skłonni do phubbowania partnerów i dzieci niż rodziców. Powodem, dla którego niektórzy ludzie są phubbingowani częściej niż inni w określonych sytuacjach bardziej niż inni są normy społeczne i to one mają w tym przypadku największe znaczenie: normy nakazowe lub zinternalizowane normy dotyczące smartfonów. Biorąc pod uwagę, że phubbing wpływa na osoby, z którymi phubber ma bliższe relacje oraz na tych, z którymi phubber ma odległy związek, porównanie różnic w phubbingowaniu w różnych grupach relacji pomaga zrozumieć wpływ phubbingu na relacje społeczne. Wyniki tego badania wykazały, że kobiety nie phubują częściej niż mężczyźni. Odkrycie, że nie było znaczącej różnicy między medianą częstości phubbingu dla mężczyzn i kobiet, nie jest zgodne z wcześniejszymi badaniami, które wykazały, że kobiety phubowały częściej niż mężczyźni [7, 17]. Wyniki tego badania wykazały, że ludzie z obszarów miejskich nie phubują częściej niż ludzie z obszarów wiejskich. Wyniki tego badania wykazały także, że młodsze osoby częściej phubują niż osoby starsze. Wskazano również, że istnieje słaba, ale istotna ujemna korelacja między wiekiem a częstotliwością phubbingu. Jest prawdopodobne, że osoby starsze phubują rzadziej niż osoby młodsze, ponieważ rzadziej używają swoich smartfonów [14] i rzadziej korzystają z internetu [87], oraz z mediów społecznościowych [88].

## **5. Wnioski**

Dowiedziano niejednokrotnie, że zjawisko phubbingu jest zagrożeniem dla relacji interpersonalnych, również jest korelatem moderującym negatywne zjawiska jak depresja. Znaczny związek phubbingu z uzależnieniami behawioralnymi związanymi z korzystaniem ze smartphone'a i Internetu jest znakiem, że zjawiska te mogą mieć wspólne źródło i warto się bliżej przyjrzeć tej korelacji. Fakt, że możemy go uprawiać nawet będąc przeciwnymi tego typu zachowaniom, jest kolejnym alarmem i podstawą do głębszej analizy zjawiska phubbingu.

Phubbing jest czynnikiem predykcyjnym dla wykluczenia społecznego. Dlatego należy opracować interwencje profilaktyczne i terapeutyczne, aby uniknąć i kontrolować potencjalne ryzyko epidemii wykluczenia społecznego, które przypisuje się phubbingowi [89].

Wydaje się, że żadna strefa interpersonalna nie jest bezpieczna przed phubbingiem. Jest to bardzo niepokojące, ponieważ badania empiryczne wykazały, że phubbing wiąże się z wieloma negatywnymi konsekwencjami interpersonalnymi, takimi jak: niższą postrzeganą jakością komunikacji [9], niższą satysfakcją z relacji [13, 16], mniejszą satysfakcją z relacji rodzicielskich [68], problematycznymi relacjami rodzic-dziecko i gorszymi wynikami behawioralnymi dla dzieci [69] oraz mniejszym poczuciem ciepła ze strony rodziców zaangażowanych w phubbing [90], a także wpływa na relacje pracownicze, co z kolei szkodzi zaangażowaniu pracowników w realizacji obowiązków służbowych [6]. Ponadto badania jakościowe wykazały, że opóźnione reakcje, mechaniczna intonacja, nieruchome ciało i brak kontaktu wzrokowego, które charakteryzują osoby phubujące, sygnalizują apatię i zniechęcają do dalszej rozmowy [12]. Wreszcie badania empiryczne wykazały, że phubbees (osoby phubbingowane) często radzą sobie z tym pasywnym i zmarginalizowanym stanem poprzez odwzajem-

nianie zachowania phubbingowego (tj. „zwalczanie ognia ogniem”) [17]. Innymi słowy, phubbing staje się błędnym, samonapędzającym się cyklem.

Aby radzić sobie z phubbingiem potrzeba nie tylko skutecznych interwencji psychologicznych, ale także innych środków zaradczych przeciwko temu zjawisku. Zgodnie z badaniem [91] mającym na celu wypracowanie sposobu które mogłoby zaradzić phubbingowi podczas wspólnego spożywania posiłków, najlepszym sposobem radzenia sobie z phubbingiem nie jest zakazanie używania smartfonów, ale zapewnienie odpowiedniego sposobu ich używania. W teŹe pracy zaprojektowano dekorację stołu jadalnego z miejscem na telefon. Ten projekt nie tylko zapewnia bezpieczne miejsce do utrzymania telefonów w czystości, ale także gromadzi telefony w jednym miejscu, dzięki czemu, gdy wszystkie telefony znajdują się na środku stołu, dostęp do telefonu staje się działaniem grupowym. Dzięki niejednoznaczności źródła powiadomień phubbing staje się bardziej utrudniony.

Phubbing jako zjawisko powszechne i wyraźnie częstsze, widoczne w coraz młodszych i starszych grupach wiekowych wymaga szeregu interwencji, działań profilaktycznych, ze względu na jego związki z negatywnymi zdrowotnie konsekwencjami – począwszy od rozproszonej uwagi u phubberów i ich rozmówców, obniżonej jakości relacji i samooceny poprzez zwiększone poczucie osamotnienia, aż do depresji.

## Literatura

1. Revilla M., Cornilleau A., Cousteaux A.S., Legleye S., de Pedraza P., *What is the gain in a probability-based online panel of providing Internet access to sampling units who previously had no access?* Social Science Computer Review, 34, (2016), s. 479-496.
2. We are Social., Digital in 2019. <https://wearesocial.com/uk/digital-2019> , dostęp: 29.07.2020.
3. Shellenbarger S., *Just look me in the eye already*, Wall Street Journal. <http://www.wsj.com/articles/SB10001424127887324809804578511290822228174> , dostęp: 29.07.2020.
4. Dwyer R.J., Kushlev K., Dunn E.W., *Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions*, Journal of Experimental Social Psychology, 78, (2018), s. 233-239.
5. Stop Phubbing, Definition and disturbing phubbing stats. <https://web.archive.org/web/20120901204042/http://stopphubbing.com/> , dostęp: 29.07.2020.
6. Roberts J.A., David M.E, *Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement*, Computers in Human Behavior, 75, (2017), s. 206-217.
7. Erzen E., Şahin B.M., Karadağ E., Çulha İ., Tosuntaş Ş.B., Bostan N., Duru P, *Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model*, Journal of Behavioral Addictions, 4(2), (2015), s. 60-74.
8. Cao S., Jiang Y., Liu Y., *Analysis of Phubbing Phenomenon among College Students and Its Recommendations*, Journal of Arts & Humanities, 7(12), (2018), s. 27-32.
9. Chotpitayasondh V., Douglas K.M., *The effects of “phubbing” on social interaction*, Journal of Applied Social Psychology, (2018), s. 1-13.
10. Pendergrass W.S., Payne C.A., *Danger In Your Pocket: a Case Study Analysis Of Evolving Issues Related To Social Media Use and Abuse Through Smartphones*. Issues in Information Systems, 19(2), (2018), s. 56-64.
11. Ugur N.G., Koc T., *Time for Digital Detox: Misuse of Mobile Technology and Phubbing*, Procedia – Social and Behavioral Sciences, 195, (2015), s. 1022-1031.
12. Aagaard J., *Digital akrasia: a qualitative study of phubbing*, AI and Society, (2019), s. 1-9.

13. McDaniel B.T., Coyne S.M., „Technoference”: *The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being*, *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), (2016), s. 85.
14. David M.E., Roberts J.A., *Phubbed and Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, and Attachment to Social Media*, *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), (2017), s. 155-163.
15. Przybylski A.K., Weinstein N., *Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality*, *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), (2012), s. 237-246.
16. Roberts J.A., David M.E., *My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners*, *Computers in Human Behavior*, 54, (2016), s. 134-141.
17. Chotpitayasunondh V., Douglas K.M., *How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone*, *Computers in Human Behavior*, 63, (2016), s. 9-18.
18. Téllez Carvajal E., *Families and Technologies. What about the Phubbing in Mexico?* *Horyzonty Wychowania*, 16(37), (2017), s. 59-69.
19. Ergün N., Göksu İ., Sakız H., *Effects of Phubbing: Relationships With Psychodemographic Variables*, *Psychological Reports*, (2019).
20. Ivanova A., Gorbaniuk O., Błachnio A., Przepiórka A., Mraka N., Polishchuk V., Gorbaniuk J., *Mobile Phone Addiction, Phubbing, and Depression Among Men and Women: A Moderated Mediation Analysis*, *Psychiatric Quarterly*, (2020).
21. Bulut S., Nazir T., *Phubbing Phenomenon: A Wild Fire, Which Invades Our Social Communication and Life*, *Open Journal of Medical Psychology*, 09(01), (2020), s. 1-6.
22. Gerber J. Wheeler L., *On Being Rejected a Meta-Analysis of Experimental Research on Rejection*, *Perspectives on Psychological Science*, 4, (2009), s. 468-488.
23. Erzen E., Tosuntaş Ş.B., Karadağ E., Mızrak Şahin B., Çulha İ., Babadağ B., ... Bostan N., *The Virtual World’s Current Addiction: Phubbing*, *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), (2016), s. 259-269.
24. Nazir T., Bulut S., *Phubbing and What Could Be Its Determinants: A Dugout of Literature*, *Psychology*, 10, (2019), s. 819-829.
25. Archer D., *Smartphone Addiction. Psychology Today*, <https://www.psychologytoday.com/blog/reading-between-the-headlines/201307/smartphone-addiction> , dostęp: 29.07.2020
26. Kang S.K., Chasteen, A.L., *The Development and Validation of the Age-Based Rejection Sensitivity Questionnaire*. *The Gerontologist*, 49, (2009), 303-316.
27. T’ng S.T., Ho K.H., Low S.K., *Are you “phubbing” me? The Determinants of Phubbing Behavior and Assessment of Measurement Invariance across Sex Differences*. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, (2018).
28. Dalbudak E., Evren C., Aldemir S., Taymur I., Evren B., Topcu M., *The impact of sensation seeking on the relationship between attention deficit/hyperactivity symptoms and severity of Internet addiction risk*. *Psychiatry Research*, 228(1), (2015), 156-161
29. Parmaksız İ., *Relationship of Phubbing, a Behavioral Problem, with Assertiveness and Passiveness: A Study on Adolescents*. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(3), (2019), 34-45.
30. Davey S., Davey A., Raghav S.K., Singh J.V., Singh N., Błachnio A., Przepiórka A., *Predictors and consequences of “Phubbing” among adolescents and youth in India: An impact evaluation study*. *Journal of Family & Community Medicine*, 25(1), (2018), 35-42.
31. Schneider F.M., Hitzfeld S., *I Ought to Put Down That Phone but I Phub Nevertheless: Examining the Predictors of Phubbing Behavior*. *Social Science Computer Review*, (2019), 1-14.

32. Przybylski A.K., Murayama K., DeHaan C.R., Gladwell V., *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out*. *Computers in Human Behavior*, 29(4), (2013), 1841-1848.
33. Fang J., Wang X., Wen Z., Zhou J., *Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior*. *Addictive Behaviors*, 107, (2020), 1-7.
34. Yao T., Zheng Q., Fan X., *The impact of online social support on patients' quality of life and the moderating role of social exclusion*. *Journal of Service Research*, 18(3), (2015), 369-383.
35. Shensa A., Sidani J.E., Escobar-Viera C.G., Switzer G.E., Primack B.A., Choukas-Bradley, S., *Emotional support from social media and face-to-face relationships: Associations with depression risk among young adults*. *Journal of affective disorders*, 260, (2020), 38-44.
36. Rueger S.Y., Malecki C.K., Pyun Y., Aycocock C., Coyle S., *A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence*. *Psychological Bulletin*, 142(10), (2016), 1017.
37. McCloskey W., Iwanicki S., Lauterbach D., Giammittorio D.M., Maxwell K., *Are Facebook "friends" helpful? Development of a Facebook-based measure of social support and examination of relationships among depression, quality of life, and social support*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), (2015), 499-505.
38. Meng J., Martinez L., Holmstrom A., Chung M., Cox J., *Research on social networking sites and social support from 2004 to 2015: A narrative review and directions for future research*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(1), (2017), 44-51.
39. Wang E.S.T., Wang M.C.H., *Social support and social interaction ties on internet addiction: Integrating online and offline contexts*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(11), (2013), 843-849.
40. Brailovskaia J., Schillack H., Margraf J., *Facebook addiction disorder in Germany*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(7), (2018), 450-456.
41. Tang J.H., Chen M.C., Yang C.Y., Chung T.Y., Lee Y.A., *Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction*, *Telematics and Informatics*, 33(1), (2016), 102-108.
42. Liu C., Ma J., *Social support through online social networking sites and addiction among college students: The mediating roles of fear of missing out and problematic smartphone use*. *Current Psychology*, (2018), 1-8.
43. Vorderer P., Kromer N., Schneider F.M., *Permanently online – Permanently connected: Explorations into university students' use of social media and mobile smart devices*. *Computers in Human Behavior*, 63, (2016), 694-703
44. Halfmann A., Rieger D., *Permanently on call: The effects of social pressure on smartphone users' self-control, need satisfaction, and well-being*. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 24, (2019), 165–181.
45. Kaczmarek L.D., Behnke M., Džon M., *The Gengar effect: Excessive Pokémon Go players report stronger smartphone addiction, phubbing, pain, and vision-related problems*. (2019).
46. Althoff T., White R.W., Horvitz E., *Influence of Pokémon Go on physical activity: study and implications*. *Journal of medical Internet research*, 18(12), (2016), e315.
47. Bonus J.A., Peebles A., Mares M.L., Sarmiento I.G., *Look on the bright side (of media effects): Pokémon Go as a catalyst for positive life experiences*. *Media Psychology*, 21, (2018), 263-287.
48. Çikrikci Ö., Griffiths M.D., Erzen E. *Testing the Mediating Role of Phubbing in the Relationship Between the Big Five Personality Traits and Satisfaction with Life*. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (2019).

49. Vanden Abeele M.M.P., Hendrickson A.T., Pollmann M.M.H., Ling R., *Phubbing behavior in conversations and its relation to perceived conversation intimacy and distraction: An exploratory observation study*. Computers in Human Behavior, 100, (2019), 35–47.
50. Kelly L., Miller-Ott A.E., Duran R.L., *Sports scores and intimate moments: An expectancy violations theory approach to partner cell phone behaviors in adult romantic relationships*. Western Journal of Communication, 81(5), (2017), 619–640
51. Miller-Ott A.E., Kelly L., *Competing discourses and meaning making in talk about romantic partners' cell-phone contact with non-present others*. Communication Studies, 67(1), (2015), 58–76
52. Miller-Ott A.E., Kelly L., *A politeness theory analysis of cell-phone usage in the presence of friends*. Communication Studies, 68(2), (2017), 190–207.
53. Vanden Abeele M.M., Postma-Nilsenova M., *More than just gaze: An experimental vignette study examining how phone-gazing and newspaper-gazing and phubbing-while-speaking and phubbing-while-listening compare in their effect on affiliation*. Communication research reports, 35(4), (2018), 303-313.
54. Vanden Abeele M.M.P., Antheunis M.L., Schouten A.P., *The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality*. Computers in Human Behavior, 62, (2016), 562–569.
55. Du W., Xing K., Gong H., *Smart phone based phubbing walking detection and safety warning*. Proceedings of SmartIoT'17, 6, (2017).
56. Farooqi S.R., *The Construct of Relationship Quality*. Journal of Relationships Research, 5, (2014), 1-11.
57. Cameron A.F., Webster J., *Relational outcomes of multicommuting: Integrating incivility and social exchange perspectives*. Organization Science, 22(3), (2011), 754-771.
58. Abeele M.M.V., Antheunis M.L., Schouten A.P., *The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality*. Computers in Human Behavior, 62, (2016), 562-569.
59. Krasnova H., Abramova O., Notter I., Baumann A, *Why phubbing is toxic for your relationship: understanding the role of smartphone jealousy among "generation Y" users*. [http://aisel.aisnet.org/ecis2016\\_rp](http://aisel.aisnet.org/ecis2016_rp)[http://aisel.aisnet.org/ecis2016\\_rp/109](http://aisel.aisnet.org/ecis2016_rp/109) , dostęp: 29.07.2020
60. Oliveira E.K., *The relationship between mobile device usage and couple satisfaction*. Dissertations, 92, (2016), 1–104.
61. Zonash R., Saghir S., Ahsan R., Murtaza S., *Phubbing Behavior and Romantic Relationship: Mechanism of Mental Health among Married Couples*. Foundation University Journal of Psychology, 4(1), (2020), 103-137.
62. Wang X., Xie X., Wang Y., Wang P., Lei L., *Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length*. Personality and Individual Differences, 110, (2017), 12-17.
63. Wang X., Zhao F., Lei L., *Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators*. Current Psychology, (2019).
64. Mick D.G. Fournier S., *Paradoxes of Technology: Consumer Cognizance, Emotions, and Coping Strategies*. Journal of Consumer Research, 25, (1998), 123-143.
65. Bai Q., Lei L., Hsueh F.-H., Yu X., Hu H., Wang X., Wang P., *Parent-adolescent congruence in phubbing and adolescents' depressive symptoms: A moderated polynomial regression with response surface analyses*. Journal of Affective Disorders, 275, (2020), 127-135.
66. Grusec J.E., *Socialization processes in the family: Social and emotional development*. Annual review of psychology, 62, (2011), 243-269.

67. Xie X., Xie J., *Parental phubbing accelerates depression in late childhood and adolescence: A two-path model*. Journal of Adolescence, 78, (2020), 43–52.
68. McDaniel B.T., Coyne S.M., *Technology interference in the parenting of young children: Implications for mothers' perceptions of coparenting*. The Social Science Journal, 53(4), (2016), 435–443.
69. McDaniel B.T., Radesky J.S., *Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems*. Child development, 89(1), (2018), 100–109.
70. Kildare C.A., Middlemiss W., *Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review*. Computers in Human Behavior, 75, (2017), 579–593.
71. Myruski S., Gulyayeva O., Birk S., Pérez-Edgar K., Buss K.A., Dennis-Tiway T.A., *Digital disruption? Maternal mobile device use is related to infant social-emotional functioning*. Developmental science, 21(4), (2018), e12610.
72. Reed J., Hirsh-Pasek K., Golinkoff R.M., *Learning on hold: Cell phones sidetrack parent-child interactions*. Developmental Psychology, 53(8), (2017), 1428–1436.
73. Xie X., Chen W., Zhu X., He D., *Parents' phubbing increases Adolescents' Mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender*. Children and Youth Services Review, 105, (2019).
74. Liu R. De, Wang J., Gu D., Ding Y., Oei T.P., Hong W., ... Li Y.M., *The effect of parental phubbing on teenager's mobile phone dependency behaviors: The mediation role of subjective norm and dependency intention*. Psychology Research and Behavior Management, 12, (2019), 1059–1069.
75. Hong W., Liu R. De, Ding Y., Oei T.P., Zhen R., Jiang S., *Parents' Phubbing and Problematic Mobile Phone Use: The Roles of the Parent-Child Relationship and Children's Self-Esteem*. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 22(12), (2019), 779–786.
76. Brouillard C., Brendgen M., Vitaro F., Dionne G., Boivin M., *Links between the mother-adolescent and father-adolescent relationships and adolescent depression: A genetically informed study*. Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 47(sup1), (2018), S397-S408.
77. Coyne S.M., Padilla-Walker L.M., Fraser A.M., Fellows K., Day R.D., *"Media time = family time" positive media use in families with adolescents*. Journal of Adolescent Research, 29(5), (2014), 663–688.
78. Van der Crujisen R., Buisman R., Green K., Peters S., Crone E.A., *Neural responses for evaluating self and mother traits in adolescence depend on mother-adolescent relationships*. Social cognitive and affective neuroscience, 14(5), (2019), 481–492.
79. Beaver K.M., Hartman S., Belsky J., *Differential susceptibility to parental sensitivity based on early-life temperament in the prediction of adolescent affective psychopathic personality traits*. Criminal justice and behavior, 42(5), (2015), 546–565.
80. Bai Q., Bai S., Dan Q., Lei L., Wang P., *Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism*. Personality and Individual Differences, 155, (2020).
81. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P., *Job burnout*. Annual review of psychology, 52(1), (2001), 397–422.
82. Fergus E.L., Miller R.B., Luckenbaugh D.A., Leverich G.S., Findling R.L., Speer A.M., Post R.M., *Is there progression from irritability/dyscontrol to major depressive and manic symptoms? A retrospective community survey of parents of bipolar children*. Journal of affective disorders, 77(1), (2003), 71–78.
83. Nazir T., *Impact of classroom phubbing on teachers who face phubbing during lectures*. Psychology Research on Education and Social Sciences, 1(1), (2020), 41–47.
84. Roberts J.A., David M.E., *Boss phubbing, trust, job satisfaction and employee performance*. Personality and Individual Differences, 155, (2020).



85. Yasin R.M., Bashir S., Abeele M. Vanden, Bartels J., *Supervisor Phubbing Phenomenon in Organizations: Determinants and Impacts*. International Journal of Business Communication, (2020).
86. Al-Sagaf Y., Macculloch R., *Phubbing: How Frequent? Who is Phubbed? In Which Situation? And Using Which Apps?* Thirty Ninth International Conference on Information Systems, (2018), 1-9.
87. Kuss D.J., Lopez-Fernandez O., *Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research*. World journal of psychiatry, 6(1), (2016), 143.
88. Kuss D.J., Griffiths M.D., *Social networking sites and addiction: Ten lessons learned*. International journal of environmental research and public health, 14(3), (2017), 311.
89. Ang C.-S., Teo K.-M., Ong Y.-L., Siak S.-L., *Investigation of a Preliminary Mixed Method of Phubbing and Social Connectedness in Adolescents*. Addict Health, Winter, 11(1), (2019).
90. Stockdale L.A., Coyne S.M., Padilla-Walker L.M., *Parent and child technoference and socioemotional behavioral outcomes: A nationally representative study of 10-to 20-year-old adolescents*. Computers in Human Behavior, 88, (2018), 219-226.
91. Huang S.-H., *Design Address on Phubbing During Dining*, <https://scholarworks.rit.edu/theses/10102/>, dostęp: 29.07.2020

## **Phubbing – gdy smartfon staje się ważniejszy od człowieka. Przegląd badań**

### Streszczenie

Zaabsorbowanie telefonami komórkowymi nieodwracalnie zmieniło sposób interakcji z innymi, smartfony mogą paradoksalnie pogorszyć nasze relacje osobiste, jak i nasze samopoczucie. Dzieje się to m.in. poprzez ignorowanie partnerów konwersacyjnych na korzyść korzystania z telefonu, co zostało nazwane phubbingiem. Zjawisko to staje się coraz bardziej popularne i negatywnie wpływa na życie człowieka. Wydaje się, że żadna strefa interpersonalna nie jest bezpieczna przed phubbingiem. Jest to bardzo niepokojące, ponieważ badania empiryczne wykazały, że phubbing wiąże się z wieloma negatywnymi konsekwencjami interpersonalnymi, takimi jak: niższą postrzeganą jakością komunikacji, niższą satysfakcją z relacji, mniejszą satysfakcją z relacji rodzicielskich, problematycznymi relacjami rodzic-dziecko i gorszymi wynikami behawioralnymi dzieci oraz mniejszym poczuciem ciepła ze strony rodziców zaangażowanych w phubbing, a także wpływa na relacje pracownicze, co z kolei szkodzi zaangażowaniu pracowników w realizacji obowiązków służbowych. Badania empiryczne wykazały, także że phubbees (osoby phubbingowane) często radzą sobie z tym pasywnym i zmarginalizowanym stanem poprzez odwzajemnianie zachowania phubbingowego (tj. „zwalczanie ognia ogniem”). Innymi słowy, phubbing staje się błędnym, samonapędzającym się cyklem. Poniższy rozdział przedstawia przegląd badań dotyczących phubbingu, partner phubbingu, phubbingu rodzicielskiego i boss phubbingu.

Słowa kluczowe: phubbing, partner phubbing, phubbing rodzicielski, boss phubbing, nowe technologie

## **Phubbing – when the smartphone becomes more important than human.**

### **Research review**

#### Abstract

Preoccupation with cell phones has irreversibly changed the way we interact with others, and paradoxically, smartphones can worsen our relationships and our well-being. This happens, inter alia, by ignoring conversational partners in favour of using the telephone in what has been termed phubbing. This phenomenon is becoming more and more popular and hurts human life. It seems that no interpersonal zone is safe from phubbing. This is very worrying because empirical research has shown that phubbing is associated with many negative interpersonal consequences, such as lower perceived quality of communication, lower relationship satisfaction, lower satisfaction with parental relationships, problematic parent-child relationships and poorer behavioural outcomes of children and less warmth on the part of parents involved in phubbing, and also affects employee relations, which in turn harms employees' involvement in the performance of their duties. Empirical studies have also shown that phubbees (phubbed persons) often deal with this passive and marginalized state by reciprocating phubbing behaviour (i.e., "fighting fire with fire"). In other words, phubbing becomes a vicious, self-reinforcing cycle. The following section provides an overview of research on phubbing, phubbing partner, parental phubbing, and boss phubbing.

Keywords: phubbing, partner phubbing, parental phubbing, boss phubbing, new technologies

## Mobilność siły roboczej w Unii Europejskiej

### 1. Wstęp

Europejski rynek pracy jest niedoskonały. Zbyt wysokie bezrobocie (zwłaszcza wśród osób młodych) oraz zróżnicowanie pod względem ochrony pracy i produktywności to główne problemy rynku pracy w Unii Europejskiej (UE). Zgodnie z wieloma teoriami ekonomicznymi rozwiązaniem trudności byłaby międzynarodowa migracja. Pomimo wielu rozwiązań prawnych w UE występuje jednak niska mobilność osób w wieku produkcyjnym [1].

W celu zwiększenia mobilności siły roboczej ustanowiono wspólny rynek zgodnie z Jednolitym aktem europejskim (1986). Utworzenie wspólnego rynku miało umożliwić przyspieszenie europejskiej integracji poprzez wprowadzenie rynku wewnętrznego rozumianego jako obszar bez granic, w którym istnieje swobodny przepływ towarów, osób, usług i kapitału [2]. Z badań Allen i współautorów (1998) wynika, że pomimo znaczenia wprowadzenia jednolitego rynku dla integracji europejskiej, trudno jest ustalić rzeczywisty wpływ możliwości swobodnego przepływu czynników produkcji na mobilność siły roboczej [3].

Celem artykułu było określenie międzynarodowej mobilności siły roboczej w Unii Europejskiej ze szczególnym uwzględnieniem strefy euro. Wybrano dwa cele pośrednie. Pierwszym z nich było określenie znaczenia mobilności siły roboczej na międzynarodowym rynku pracy (cel teoretyczny). Drugim z nich było ukazanie rozmiaru migracji wewnątrz ugrupowania oraz rozmieszczenia imigrantów w Unii Europejskiej (cel empiryczny). Wykorzystano zarówno krytyczną analizę literatury przedmiotu, jak i analizę statystyczną.

### 2. Znaczenie mobilności siły roboczej na międzynarodowym rynku pracy

Państwa członkowskie Unii Europejskiej charakteryzują się zróżnicowanym potencjałem społeczno-ekonomicznym. Ekonomisci od XVIII w. zauważają, iż nierówności gospodarcze mogą wynikać z dysproporcji posiadania zasobów, w tym czynników produkcji. Nierówności społeczno-ekonomiczne mogą mieć wpływ na podejmowanie decyzji o emigracji ze słabiej rozwiniętych państw [4].

Konsekwencje swobodnego przepływu osób mogą mieć zarówno pozytywny, jak i negatywny charakter. Zgodnie z teorią neoklasycznej szkoły ekonomicznej migracje ułatwiają przywrócenie równowagi na rynku. Ekonomisci tej szkoły zauważyli, iż przepływ osób może ograniczyć bezrobocie oraz umożliwić zmiany płać [5].

Większość badaczy zgadza się, że korzyści wynikające z napływu osób można zauważyć zarówno w perspektywie krótko-, jak i długoterminowej. Wzrost liczby ludności wynikający z napływu osób może przyczynić się do wzrostu gospodarczego

---

<sup>1</sup> paulina.pukin@student.uwm.edu.pl, Katedra Finansów, Instytut Ekonomii i Finansów, Wydział Nauk Ekonomicznych, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie.

<sup>2</sup> radoslaw.kulak@student.uwm.edu.pl, Wydział Nauk Ekonomicznych, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie.

w krótkim okresie, lecz korzyści ekonomiczne z migracji mogą być nadal widoczne w perspektywie długoterminowej [6]. Pozytywnymi konsekwencjami wynikającymi z napływu imigrantów są wzrost wydajności pracowników oraz pobudzenie innowacji. Przyjmowanie utalentowanych, wysoko wykwalifikowanych migrantów (pracujących np. w finansach, informatyce lub w sektorze badań i rozwoju) przyczynia się do rozwoju gospodarczego i technologicznego kraju przyjmującego i może stworzyć nowe możliwości pracy dla miejscowych pracowników [7].

Z drugiej strony krajowa siła robocza obawia się utraty pracy oraz zmniejszenia płacy na skutek napływu osób z innych państw. Chociaż wzrost płac rodzimych pracowników może ulec spowolnieniu lub płace mogą tymczasowo zmniejszyć się, zwiększone inwestycje mogą zapewnić, że wynagrodzenia ponownie wzrosną. Wówczas powinna nastąpić równowaga na rynku. Dostosowanie do nowej równowagi nastąpi szybciej w otwartej gospodarce, która importuje znaczną część światowego kapitału, a ekspansja pracochłonnych gałęzi przemysłu eksportowego może się rozszerzyć, aby wchłonać dodatkową siłę roboczą. Elastyczne gospodarki o sprzyjającym klimacie inwestycyjnym i wydajnych rynkach kapitałowych szybciej dostosują się do szoku makroekonomicznego. Velázquez (2000) jednak zauważył, iż niewykwalifikowani imigranci mogą początkowo obniżyć średnie płace w kraju przyjmującym. W dłuższej perspektywie oni i ich potomstwo mogą pomóc przyspieszyć wzrost dochodu na mieszkańca, pod warunkiem że zintegrują się ze społeczeństwem [8].

Somerville i Sumption (2009) uznali, iż wpływ imigrantów na przeciętne wynagrodzenie jest niewielki. Jego poziom wynika z niskiego udziału imigrantów w liczbie ludności poszczególnych krajów. Wyniki badań są sprzeczne z teoretycznymi przesłankami. Po pierwsze, osoby nisko wykwalifikowane będą chętniej wybierane ze względu na niższe oczekiwania płacowe oraz nieznaną im przez nich prawa. Ta grupa imigrantów powinna przyczynić się do zmniejszenia wynagrodzenia i zatrudnienia krajowej siły roboczej. Po drugie, imigranci umożliwiają zwiększenie popytu na dobra i usługi, wskutek czego może zaistnieć spirala cen i płac [9].

Edo i Rapoport (2018) mają odmienne zdanie. Badacze stwierdzili, że imigracja ma negatywny wpływ na płace i zatrudnienie rodzimych pracowników w ramach grup o tych samych umiejętnościach. Autorzy zasugerowali jednak, że imigracja ma silniejsze negatywne skutki na krajową siłę roboczą, gdy sztywność płac jest mniejsza. Wysokie wynagrodzenia minimalne wywierają ochronny wpływ na płace i zatrudnienie krajowych pracowników, czyniąc ich mniej wrażliwymi na konkurencję imigrantów [10].

Z badań Golinowskiej (2001) wynika, iż istnieje ujemna korelacja pomiędzy popytem na pracę wykonywaną przez cudzoziemców a płacą w poszczególnych sektorach gospodarki. Przykładowo, wraz ze wzrostem udziału zatrudnienia cudzoziemców w danej branży o 1%, następuje zahamowanie wzrostu płacy o 0,6% w Niemczech oraz 0,25% w Austrii [11].

### **3. Mobilność siły roboczej w Unii Europejskiej ze szczególnym uwzględnieniem strefy euro**

W literaturze przedmiotu dosyć często porusza się kwestię mobilności siły roboczej w Unii Europejskiej. Mobilność siły roboczej zarówno w strefie euro, jak i całej Unii Europejskiej, jest relatywnie niewielka. Z badań Barslund i Busse (2016) wynika, iż zaledwie 3% z 17 mln europejskiej populacji zamieszkuje inny unijny kraj niż państwo

urodzenia. Ponadto, roczny wskaźnik migracji wewnątrz ugrupowania wynosi zaledwie 0,3%. Oznacza to, iż bardzo niewielki udział obywateli UE przemieszcza się z jednego państwa członkowskiego do drugiego [12].

W latach 90. XX w. emigracja z krajów Europy Południowej wynikała z wysokiego bezrobocia; miało to miejsce głównie w Hiszpanii, Grecji, i we Włoszech) [13].

Ci sami autorzy zauważyli, iż po 2004 r. bardzo często imigranci pochodzą z uboższych wschodnich krajów UE. Decydują się oni na wyjazd do wysoko rozwiniętych państw (Irlandia, Austria, Belgia, Szwecja, Niemcy, Wielka Brytania) – niezależnie od korzystania przez nich z wspólnej waluty. Decyzja o migracji wynika przede wszystkim z: podobnych zwyczajów kulturowych, podobieństwa języka lub popularności nauki wybranych języków w Europie Środkowo-Wschodniej (angielski, niemiecki, francuski) [14].

W literaturze przedmiotu często porównuje się mobilność siły roboczej Unii Europejskiej i/lub strefy euro z amerykańską mobilnością. Z opracowań wynika, iż mobilność amerykańska jest zdecydowanie większa niż w Europie. Według większości badaczy taka sytuacja jest spowodowana tym, że Stany Zjednoczone Ameryki są bardziej jednolitą częścią świata, która posługuje się wspólnym językiem. USA zbliżone są także pod względem kulturowym, rynku pracy oraz polityki fiskalnej [15]. W literaturze wspomina się także o tym, iż ASEAN, którego poziom integracji ekonomicznej jest zdecydowanie niższy niż Unii Europejskiej, posiada zdecydowanie wyższą mobilność siły roboczej niż w strefie euro i UE. ASEAN to obszar również mniej jednolity niż USA [16].

Z badania Puiu (2011) wynika, że w strefie euro występuje zróżnicowana atrakcyjność państw pod względem migracyjnym, która została zmierzona stopą migracji netto. Najwyższy wskaźnik odnotowano w Luksemburgu (ok. 1,5%) i Belgii (ok. 0,8%), natomiast najniższy w Irlandii (ok. -0,7%) i na Cyprze (ok. -0,5%). W większości państw należących do strefy euro w latach 2001-2010 w stosunku do 1991-2000 zwiększyła się stopa migracji netto (Austrii, Belgii, Finlandii, Francji, Irlandii, Hiszpanii, Luksemburgu, Portugalii oraz Włoch). Wskaźnik zmniejszył się w Niemczech, na Cyprze, w Grecji i w Holandii. Wartości wskaźników jednak przeważnie nie przekraczały 1% [17].

Z badań Arpaia i in. (2016) wynika również, że obywatele państw należących do strefy euro mniej chętnie imigrowali w stosunku do mieszkańców krajów uboższych (Polska, Węgry, Rumunia, Bułgaria). W przypadku 20 najczęstszych przepływów w UE znalazło się zaledwie kilka bilateralnych przepływów wewnątrz strefy euro (głównie z: Włoch, Francji, Niemiec) do takich krajów, jak: Niemcy, Hiszpania oraz Austria w przypadku Niemiec [18].

W literaturze przedmiotu wielokrotnie wspomniano o tym, że najwyższą mobilnością siły roboczej charakteryzują się państwa, które przystąpiły do UE w latach 2004-2013. Son, Talpos i Sipos (2008) pogrupowali kraje unijne na trzy grupy. Pierwsza z nich, grupa A, wyróżniała się: najslabszym rozwojem gospodarczym, niskim poziomem warunków pracy i życia. Zaliczono do niej takie kraje, jak: Słowenia, Polska, Estonia, Łotwa, Bułgaria, Węgry, Czechy, Słowacja, Litwa i Rumunia. Obywatele tych państw najczęściej decydują się na emigrację do najbardziej rozwiniętych członków UE/ EFTA (grupa B). Grupa ta charakteryzuje się wysokimi wynagrodzeniami oraz bardzo dobrymi warunkami życia, wskutek czego obywatele tych krajów są usatysfakcjonowani. Do grupy B zaliczono: Wielką Brytanię, Danię, Holandię, Niemcy,

Luksemburg, Irlandię, Francję, Finlandię, Belgię, Austrię, Szwecję. Obywatele tych państw bardzo rzadko decydują się na emigrację, a ewentualnym kierunkiem ich migracji są państwa Europy Południowej (Grupa C). Obywatele Portugalii, Hiszpanii, Włoch, Cypru i Malty i Grecji najczęściej decydują się na emigrację do państw najwyższej rozwiniętych, natomiast imigrantami tych państw są również obywatele krajów Europy Środkowo-Wschodniej [16].

Jedną z głównych przyczyn migracji jest dywersyfikacja wynagrodzeń. Niska mobilność siły roboczej wynika ze zmniejszenia różnic płac obywateli w Unii Europejskiej. Zgodnie z teorią Mundella (1961) migracje umożliwiłyby radzenie sobie z wystąpieniem szoków makroekonomicznych, zwłaszcza w obszarze walutowym [20]. Podczas kryzysu finansowego nie zauważono jednak wzrostu migracji w strefie euro [21]. Von Weizsäcker (2008) uznał, iż ogólna mobilność Europejczyków mogłaby rzeczywiście przyczynić się do zwiększenia absorpcji szoków makroekonomicznych [22].

Shah i Long (2007) uznali, że niska mobilność europejskiej siły roboczej uwarunkowana jest trzema determinantami: zbyt niską koordynacją polityk społecznych, nieakceptacją niektórych kwalifikacji oraz dyplomów w UE oraz asymetrią informacji na temat rynku pracy [23].

Michalski (2015) wyróżnił kilka barier uniemożliwiających uzyskanie wysokiego stopnia mobilności siły roboczej w strefie euro. Autor wymienił bariery: kulturowe, językowe, administracyjne oraz ograniczoną możliwość łatwej relokacji. Podkreślił znaczenie zróżnicowania językowego za jedną z najważniejszych przeszkód w przemieszczaniu się ludności. Ekonomista oparł swoją tezę o obserwację, z której wynika, iż Hiszpanie oraz Portugalczycy częściej decydują się na emigrację do Ameryki Południowej, zaś Irlandczycy do państw anglojęzycznych [24].

Według Broyer i współautorów (2011) najważniejsze bariery mobilności siły roboczej w strefie euro można pogrupować ze względu na: zróżnicowanie języków, różnice kulturowe, brak dostępu do informacji, bariery prawne i administracyjne, nieuznawanie dyplomów, różnice w systemie podatkowym i socjalnym, problemy z akomodacją, bariery w transporcie infrastrukturalnym oraz problemy ze znalezieniem pracy dla partnera [25].

#### **4. Mobilność siły roboczej w Unii Europejskiej – analiza wyników**

W Unii Europejskiej występuje zróżnicowanie pod względem relacji pomiędzy liczbą imigrantów do ogólnej liczby ludności (tab. 1).

Tabela 1. Imigranci (urodzeni w innym państwie członkowskim UE) oraz udział imigrantów na 1 000 mieszkańców w 2017 r.

Kraj	Urodzeni w innym państwie członkowskim UE (w tys.)	Udział imigrantów na 1 000 mieszkańców
Austria	59,20	12,70
Belgia	53,00	11,10
Bułgaria	2,00	3,60
Chorwacja	2,40	3,80
Cypr	8,90	24,80
Czechy	12,80	4,90
Dania	25,20	11,90

Estonia	4,60	13,40
Finlandia	6,70	5,80
Francja	75,60	5,50
Grecja	20,00	10,40
Hiszpania	122,50	11,40
Holandia	68,60	11,10
Irlandia	28,00	16,30
Litwa	1,50	7,20
Luksemburg	14,40	40,90
Łotwa	1,40	5,10
Malta	10,70	46,30
Niemcy	371,80	11,10
Polska	64,40	5,50
Portugalia	8,60	3,60
Rumunia	12,90	9,10
Słowacja	4,70	1,30
Słowenia	3,20	9,10
Szwecja	29,00	14,40
Węgry	14,90	7,00
Włochy	53,30	5,70

Źródło: opracowanie własne na podstawie Eurostat

Największy udział imigrantów na 1 000 mieszkańców w 2017 roku występował na Malcie, Luksemburgu i Cyprze (odpowiednio: 46,3; 40,9 i 24,8). Poza krajami należącymi do Unii Europejskiej największym udziałem imigrantów na 1 000 mieszkańców w 2017 roku odznaczała się Islandia (35,3).

W badanym okresie najmniejszy udział imigrantów wystąpił na Słowacji (1,8), w Bułgarii i Portugalii (po 3,6) oraz Chorwacji (3,8). W przypadku Cypru oraz Malty wysoki wynik wynika z dostępności do obu wysp, które są celem imigrantów pochodzących z krajów afrykańskich. Natomiast Luksemburg jest jednym z najbogatszych krajów na kontynencie, wskutek czego występuje w nim duży napływ imigrantów oraz kapitału zagranicznego.

Największy udział imigrantów pochodzących z innych krajów członkowskich Unii Europejskiej w ogólnej liczbie imigrantów wybranych krajów wystąpił na Słowacji, Luksemburgu i Austrii (odpowiednio: 65,0%, 59,2% i 52,9%).

Tabela 2. Główne kraje pochodzenia imigrantów w państwach strefy euro w 2017 r.

Kraj	Główne kraje pochodzenia imigrantów (%)		
Austria	Niemcy (13,5)	Serbia (8,7)	Turcja (8,5)
Belgia	Francja (12,1)	Włochy (11,4)	Holandia (11,3)
Estonia	Rosja (43,3)	Uznani nie-obywatele (38,4)	Ukraina (4,4)
Finlandia	Estonia (20,8)	Rosja (11,8)	Irak (4,7)
Hiszpania	Maroko (14,9)	Rumunia (14,8)	Wielka Brytania (6,2)
Holandia	Polska (13,4)	Niemcy (7,6)	Turcja (7,4)
Irlandia	Polska (22,3)	Wielka Brytania (18,9)	Litwa (6,8)
Litwa	Rosja (29,5)	Ukraina (22,7)	Białoruś (11,8)
Luksemburg	Portugalia (33,5)	Francja (15,9)	Włochy (7,6)

Łotwa	Uznani nie-obywatele (78,6)	Rosja (15,4)	Ukraina (1,4)
Niemcy	Turcja (13,7)	Polska (7,8)	Syria (6,8)
Portugalia	Brazylia (20,3)	Wyspy Zielonego Przylądka (8,3)	Ukraina (7,7)
Słowacja	Czechy (18,6)	Węgry (14,1)	Rumunia (8,9)
Słowenia	Bośnia i Hercegowina (44,3)	Kosowo (12,2)	Serbia (9,7)
Włochy	Rumunia (23,1)	Albania (8,6)	Maroko (8,1)

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Eurostat

Można również zauważyć, iż sytuacja imigrantów na rynku pracy jest korzystniejsza niż osób pozostających w kraju urodzenia. Stopa zatrudnienia nowych imigrantów w Unii Europejskiej była wyższa niż przeciętna (77 do 73%). W raporcie również zaznaczono, iż w latach 2011-2018 poprawiła się sytuacja zarówno imigrantów, jak i rodaków (stopa zatrudnienia obu grup w 2011 r. wynosiła ok. 69-70%).

Ponadto, stopa aktywności imigrantów była o 4 punktów procentowych wyższa niż rodaków (83 do 79%). Stopa bezrobocia imigrantów, jak i osób zamieszkujących kraj urodzenia była zbliżona do siebie (wynosiła odpowiednio 7 i 6%). Wyższa stopa zatrudnienia imigrantów niż osób, które urodziły się w danym kraju była wyższa w Wielkiej Brytanii, Irlandii oraz we Włoszech. Imigranci najczęściej byli zatrudniani w sektorach: produkcji (15%) oraz sprzedaży hurtowej i detalicznej (12%), natomiast 13% zatrudnionych było samozatrudnionych (głównie na Malcie, Hiszpanii, Belgii, Niderlandach, Belgii oraz Wielkiej Brytanii – powyżej 15%). Ponadto, w 2018 r. zaobserwowano, iż stopa aktywności mężczyzn-imigrantów była wyższa o 15 punktów procentowych niż kobiet.

Wśród imigrantów, jak i rodaków poszczególnych państw można zauważyć duże zróżnicowanie pod względem poziomu wykształcenia (tab. 4).

Tabela 4. Stopy: bezrobocia, zatrudnienia i aktywności wśród imigrantów i rodaków w krajach UE w 2018 r.

	Imigranci EU-28	Rodacy
Stopa bezrobocia	7%	6%
Stopa zatrudnienia	77%	74%
Stopa aktywności	83%	79%

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych Eurostat

Duża część imigrantów posiadała co najmniej średnie wykształcenie (średnie – 40%, wyższe 36%), natomiast najniższe zaledwie 23% imigrantów. Wśród rodaków również najwyższy udział stanowiły osoby ze średnim wykształceniem (48%), następnie z wyższym (35%) i najmniej z najniższym (17%). W krajach wysoko rozwiniętych (EU-15) można zauważyć, iż znaczna część rodaków posiadała co najmniej średnie (49%) i wyższe wykształcenia (36%).

## 5. Podsumowanie

Mobilność siły roboczej może odegrać istotną rolę w gospodarce. Migracje międzynarodowe mogą przyczynić się do przywrócenia równowagi, zmniejszenia bezrobocia oraz zwiększenia ogólnej efektywności ekonomicznej.

Unia Europejska, w tym strefa euro, charakteryzuje się relatywnie niską mobilnością siły roboczej. Przeciętny udział imigrantów w wieku produkcyjnym w ogólnej liczbie ludności w EU-28 ten stosunek wynosił zaledwie 0,3%. Państwa członkowskie różnią się pod względem atrakcyjności dla imigrantów. Państwa z najwyższymi wskaźnikami emigracji to kraje Europy Środkowo-Wschodniej, które nie wprowadziły euro, wskutek czego można przypuszczać (lecz nie wnioskować ze 100-procentową pewnością), że wprowadzenie wspólnej waluty nie miało większego znaczenia na wzrost mobilności siły roboczej. Strefa euro najprawdopodobniej charakteryzuje się niską mobilnością ze względu na m.in. różnice językowe i kulturowe. Największy udział imigrantów na 1 000 mieszkańców w 2017 roku występował na Malcie, Luksemburgu i Cyprze.

Znaczną część emigrantów stanowią osoby w wieku produkcyjnym, co oznacza, że jednolity rynek rzeczywiście umożliwił swobodny przepływ czynników produkcji.

## Literatura

1. Zimmermann K., *Labor Mobility and the Integration of European Labor Markets*, The Institute for the Study of Labor Discussion Paper, 3999, (2009).
2. Komisja Europejska, Jednolity akt europejski, Dz.U. L 169 z 29.6.1987.
3. Allen C., Gasiorek M., Smith A., *The competition effects of the Single Market in Europe*, CEPR, CES, MSH, (1998), 441-486.
4. Pukin P. *Migracje a rozwój regionalny*, [w:] Surma A., Śliwa M. (red.), *Spółczesność i media – analiza wybranych zagadnień*. Wydawnictwo Naukowe Tygiel, Lublin 2020, s. 65-73.
5. Verter N., Darkwah S. A., *Determinants of International Migration: The Nigerian Experience*, Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis, 62(2), (2014), s. 321-327.
6. Hagen-Zanker J., *Modest expectations Causes and effects of migration on migrant households in source countries*, Boekenplan, Maastricht 2010.
7. Palát M. *Economic Causes and Consequences of International Migration of Labour*, Discussions on Estonian Economic Policy, 19, (2012), 2, s. 121-137.
8. Velázquez F.C., *Approaches to the study of international migration: a review*, Estudios Fronterizos, 1(1), (2000), s. 137-168.
9. Somerville W., Sumption M. *Immigration and the labour market: theory, evidence and policy*, The Equality and Human Rights Commission, Glasgow 2009.
10. Edo A., Rapoport H., *Minimum Wages and the Labor Market Effects of Immigration*, Discussion Papers DP, 111778, (2018), s. 1-66.
11. Golinowska S. *Teorie migracji a debata o swobodzie przeplywu pracowników w rozszerzonej Unii Europejskiej*, Problemy polityki społecznej. Studia i dyskusje”, 3, (2011), s. 17-31.
12. Barslund M., Busse M., *Labour Mobility in the EU. Addressing challenges and ensuring 'fair mobility'*, CEPS Special Report, 139 (2016),
13. Barslund M., Busse M., *Labour Mobility in the EU. Addressing challenges and ensuring 'fair mobility'*, CEPS Special Report, 139, (2016), s. 139.



14. Barslund M., Busse M., *Labour Mobility in the EU. Addressing challenges and ensuring 'fair mobility'*, CEPS Special Report, (2016), s. 139.
15. Arpaia A., Kiss A., Palvolgyi B., Turrini A., *Labour mobility and labour market adjustment in the EU*, IZA Journal of Migration, 2016.
16. Son, Talpos, Sipos C., *The Labour Mobility in the European Union: Economic and Social Determinants*, Theoretical and Applied Economics, (2008), s. 17-30.
17. Puiu C., *Labour Mobility as An Adjustment Mechanism in the Euro Area*, Centre for European Studies Working Papers, 3(4), 2011, s. 579-591.
18. Arpaia A., Kiss A., Palvolgyi B., Turrini A., *Labour mobility and labour market adjustment in the EU*, IZA Journal of Migration, 2016.
19. Mundell R., *A Theory of Optimum Currency Areas*, The American Economic Review, 51(4), (1961), s. 657-665.
20. Barslund M., Busse M., *Labour Mobility in the EU. Addressing challenges and ensuring 'fair mobility'*, CEPS Special Report, (2016), s. 139.
21. Von Weizsäcker J., *Divisions of Labour: rethinking Europe's migration policy*, Bruegel Blueprint Series, 6. (2008).
22. Shah C., Long M., *Labour mobility and mutual recognition of skills and qualifications: European Union and Australia/New Zealand*, Working Paper of Monach University, 65, (2007).
23. Michalski D., *Teoria optymalnych obszarów walutowych w procesie tworzenia strefy euro*, Unia Europejska.pl, 2 (231), (2015), s. 17-29.
24. Broyer S., Caffet J-C., Martin V.D., *Low Labour Mobility Is More than Ever An Obstacle to Euro-Zone Cohesion*, Flash Economics: Economic Research, 24, (2011).

## **Mobilność siły roboczej w Unii Europejskiej**

### Streszczenie

Celem artykułu było określenie międzynarodowej mobilności siły roboczej w Unii Europejskiej ze szczególnym uwzględnieniem strefy euro. Skoncentrowano się przede wszystkim na określeniu znaczenia mobilności siły roboczej na międzynarodowym rynku pracy oraz ukazaniu rozmiaru migracji wewnątrz ugrupowania oraz rozmieszczenia imigrantów w Unii Europejskiej. Wykorzystano zarówno krytyczną analizę literatury przedmiotu, jak i analizę statystyczną. Zgodnie z wynikami badaniami, w Unii Europejskiej występuje niska mobilność siły roboczej. Głównymi kierunkami migracji są kraje Europy Zachodniej. Imigranci przeważnie pochodzą z państw słabiej rozwiniętych.

Słowa kluczowe: rynek pracy, dualny rynek pracy, mobilność siły roboczej, bezrobocie, szara strefa

## **Mobility of the workforce in the European Union**

### Abstract

The aim of the article was to define the international mobility of the workforce in the European Union, with particular emphasis on the euro area. The main focus was on determining the importance of labor mobility on the international labor market and on the scale of migration within the group and the distribution of immigrants in the European Union. critical analysis of the subject literature and statistical analysis were used. According to the survey results, the mobility of the workforce is low in the European Union. The main directions of migration are the countries of Western Europe. Most of the immigrants come from less developed countries.

Keywords: labor market, dual labor market, labor mobility, unemployment, shadow economy

## Ciemne strony cyberprzestrzeni – wybrane aspekty

*Dzisiaj, 30 lat po mojej oryginalnej propozycji systemu zarządzania informacjami, który obecnie znamy jako sieć, połowa świata jest online. To chwila, by świętować, jak daleko zaszliśmy, ale także okazja, aby zastanowić się, ile jeszcze pozostało do zrobienia.*

*Internet stał się placem publicznym, biblioteką, gabinetem lekarskim, sklepem, szkołą, studium projektowym, biurem, kinem, bankiem i wieloma innymi obiektami. Oczywiście z każdą nową funkcją, każdą nową witryną/stroną internetową, różnica między tymi, którzy są online a tymi, którzy nie są, rośnie, co sprawia, że konieczne jest udostępnienie Internetu wszystkim.*

*I chociaż sieć stworzyła okazję, dała głos grupom zmarginalizowanym i ułatwiła nasze codzienne życie, stworzyła również możliwości dla oszustów, dała głos tym, którzy szerzą nienawiść i ułatwiła popełnienie wszelkiego rodzaju przestępstw.*

*W czasach, gdy artykuły o niewłaściwym użytkowaniu sieci dominują w cyklu wiadomości, rozumiacie jest, że wiele osób boi się sieci i nie jest pewne, czy to naprawdę pozytywna siła. Biorąc jednak pod uwagę, jak bardzo zmieniła się sieć w ciągu ostatnich 30 lat, założenie, że sieć, jaką znamy, nie może ulec poprawie w ciągu następnych 30 lat, byłoby defetystyczne i pozbawione wyobraźni.[...]*

**Sir Tim Berners-Lee<sup>2</sup>**

### 1. Wprowadzenie

Projektant pierwszego hipertekstowego edytora/przeglądarki stron internetowych („WorldWideWeb.app”) i pierwszego serwera WWW („httpd”)<sup>3</sup>, opartych na publicznie dostępnych, otwartych standardach IETF<sup>4</sup> i W3C<sup>5</sup> – sir Tim Berners-Lee oraz pracujący dla potrzeb armii amerykańskiej twórcy sieci komputerowej

---

<sup>1</sup> Collegium Civitas Warszawa.

<sup>2</sup> List - manifest opublikowany z okazji 30 urodzin World Wide Web na stronie World Wide Foundation (tłumaczenie własne), <https://webfoundation.org/2019/03/web-birthday-30/> [dostęp: 2020-06-12].

<sup>3</sup> Przygotowanych w grudniu 1990 roku dla użytkowników komputerów z systemem operacyjnym NeXT i rozesłanych do grupy osób w instytucie CERN w marcu 1991 roku – por. <https://webfoundation.org/about/vision/history-of-the-web/> [dostęp: 2020-06-12].

<sup>4</sup> Internet Engineering Task Force (IETF) – nieformalne, międzynarodowe stowarzyszenie osób zainteresowanych ustanawianiem standardów technicznych i organizacyjnych w Internecie oraz sieciach komputerowych.

<sup>5</sup> World Wide Web Consortium (W3C) – organizacja, która zajmuje się ustanawianiem standardów pisania i przesyłu stron WWW.

ARPANET<sup>6</sup>, umożliwiającej przesyłanie plików, wymianę danych i działanie poczty elektronicznej – w momencie przekazania projektu do szerokiego użytkownika zapewne nie przypuszczali, iż ich opracowania będą po latach porównywane do osiągnięcia Johanna Gutenberga, twórcy pierwszej przemysłowej metody druku na świecie. Francis Bacon, filozof angielski doby późnego renesansu i jedna z najbardziej tajemniczych postaci swoich czasów, pisał w dziele „*Novum Organum*”, wydanym w 1620 r.: „*Warto dalej zwrócić uwagę na moc, wydolność i następstwa wynalazków, co w niczym nie występuje tak wyraźnie jak w tych trzech odkryciach, które były nieznanymi starożytnym, a którym początki, chociaż niedawne, są nieznanymi i nikomu nie przyniosły sławy; mamy na myśli wynalazek druku, prochu strzelniczego i busoli morskiej. Te trzy bowiem wynalazki zmieniły całkowicie oblicze rzeczy i stosunki na świecie*” [1]. Tak jak druk pozwolił na rozpowszechnianie się nowych myśli: humanistycznych, ekonomicznych i religijnych, a skonstruowanie maszyny tkackiej

---

<sup>6</sup> ARPANET (ang. *Advanced Research Projects Agency Network*) – pierwsza sieć rozległa oparta na rozproszonej architekturze i protokole TCP/IP. W 1958 roku po szoku wywołanym wysłaniem Sputnika w kosmos przez ZSRR powołano rządową agencję ARPA, której zadaniem było obserwowanie i wspieranie inicjatyw powstających na uczelniach w USA, które miały szczególne znaczenie dla obronności Stanów Zjednoczonych. Projekt globalnej sieci komputerów opisał w 1960 roku Joseph Carl Robnett Licklider, pierwszy dyrektor Biura Technik Przetwarzania Informacji ARPA (IPTO), w opracowaniu „*Man-Computer Symbiosis*”. Twórcą koncepcji Internetu był Paul Baran (jako ciekawostkę warto podać – urodzony w 1926 w Grodnie w rodzinie żydowskiej), naukowiec amerykańskiego think tanku i organizacji badawczej non-profit RAND Corporation, pierwotnie sformowanego dla potrzeb Sił Zbrojnych Stanów Zjednoczonych (założonego 14 maja 1948 roku w Santa Monica w Kalifornii), który w 1962 roku opublikował 12-tomową pracę, będącą projektem wytrzymałych, rozproszonych (nie gwiazdzystych) sieci cyfrowych transmisji danych, zdolnych przetrwać przewidywaną wówczas III wojnę światową. W 1967 roku odbyła się konferencja naukowa ARPA na temat technicznych możliwości budowy rozległych sieci komputerowych o rozproszonym zarządzaniu. Przewodnią ideą tej konferencji było ustalenie, czy możliwe jest za pomocą komputerów skonstruowanie takiej sieci łączności, która by nie posiadała central (które wróg może łatwo zniszczyć), lecz umożliwiała automatyczne wyszukiwanie połączeń między dowództwem i oddziałami polowymi nawet przy dużym stopniu zniszczenia infrastruktury telekomunikacyjnej kraju. Okazało się to potencjalnie możliwe. Najciekawsze rozwiązanie zaproponował Alex McKenzie z Uniwersytetu Stanforda, który zaproponował ideę pakietu informacji z przypisanym do niej adresem, który by automatycznie krążył po sieci „szukając” swojego odbiorcy tak, jak to się dzieje z listami pocztowymi. ARPA zdecydowała się wesprzeć projekt Alexa McKenzie, który stworzył kilkudziesięcioosobowy zespół pracujący na Uniwersytecie Stanford, UCLA i Uniwersytecie Utah. Zespół ten stworzył zrzęby protokołu TCP (pierwotnie nazwanego IMP) oraz w 1968 wykonał pokaz automatycznego trasowania połączeń w sieci liczącej kilkanaście serwerów rozproszonych na tych trzech uniwersytetach. W ciągu pierwszych 10 lat ARPANET był poligonem doświadczalnym innowacji sieciowych. Nowe aplikacje i protokoły, takie jak Telnet, protokół przesyłania plików (FTP) i protokół kontroli sieci (NCP) były stale opracowywane, testowane i wdrażane w sieci. W 1971 roku Ray Tomlinson z BBN napisał pierwszy program e-mail, a „Listy mailingowe”, które ostatecznie stały się znane jako „LISTSERV”; niemal natychmiast pojawiły się w wiadomościach e-mail, tworząc wirtualne grupy dyskusyjne. Wiosną 1973 roku Vinton Cerf i Bob Kahn rozpoczęli pracę nad sposobami połączenia ARPANET z dwiema innymi sieciami, które się pojawiły, w szczególności SATNET (sieć satelitarna) i oparty na Hawajach pakiet radiowy o nazwie ALOHANET. W efekcie stworzyli protokół kontroli transmisji/protokół internetowy (TCP / IP), który został po raz pierwszy przetestowany na ARPANET w 1977 r. i stał się podstawą nowoczesnego Internetu, gdy ARPA zdecydowała się ujawnić protokół TCP/IP i zezwoliła na przyłączenie do Arpanetu lokalnych sieci akademickich. Pierwszą siecią akademicką przyłączoną do Arpanetu była sieć na kampusie UCLA. Termin „Internet” został przyjęty w 1983 r. – mniej więcej w tym samym czasie, kiedy protokół TCP / IP stał się szeroko stosowany. W 1983 r. ARPANET został podzielony na dwie części, MILNET, do wykorzystania przez agencje wojskowe i obronne oraz cywilną wersję ARPANET. – por. hasło ARPANET w internetowym wydaniu Encyclopedia Britannica: <https://www.britannica.com/topic/ARPANET> [dostęp: 2020-06-12]

i silnika parowego rozpoczęło rewolucję przemysłową, tak stworzenie sieci komputerowych i World Wide Web dało początek epoce społeczeństwa informacyjnego. „Także w minionych stuleciach następowały zmiany technologiczne – ale jednak nie nakładały się na siebie tak intensywnie i nie kumulowały, tempo ich zachodzenia było zaś znacznie wolniejsze” zauważył Witold Sokała [2].

Polska przygoda z sieciami komputerowymi zaczęła się w latach 1981-1983, kiedy powstała Międzyuczelniana Sieć Komputerowa (Gliwice, Warszawa, Wrocław) oparta na protokole X.25<sup>7</sup>. Wcześniej, bo na przełomie 1977/1978 r, w ośrodkach akademickich prowadzono dwa poprzedzające to zdarzenie rządowe tematy badawcze: IV.6 „Komputeryzacja Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego” (mgr inż. A. Zienkiewicz, UW) i RI.14 „Komputeryzacja szkół wyższych” (dr inż. M. Bazewicz, PWr.). W okresie 1986-listopad 1990 do sieci podłączono ogółem 18 polskich wyższych uczelni. W 1986 r. stworzono pierwszy BBS<sup>8</sup> na komputerach Tadeusza Wilczka i Tomasza Zielińskiego (działał kilkanaście godzin w tygodniu), do których wkrótce (pod koniec września), dołączył kolejny działający w Gdańsku przez cały tydzień, na komputerze Jacka Szelożyńskiego. W następnym roku, wiosną, komputer J. Szelożyńskiego stał się węzłem sieci FidoNet<sup>9</sup> uzyskując adres punktu od holenderskiego węzła. Jednak dopiero po zniesieniu w lutym 1990 r. przez Komitet Koordynacyjny Wielostronnej Kontroli Eksportu (COCOM)<sup>10</sup> większości restrykcji na sprzedaż sprzętu komputerowego, środków łączności i precyzyjnych obrabiarek do byłych krajów komunistycznych oraz zezwolenia na przyłączenie Polski do EARN/BITNET<sup>11</sup> można mówić o dostępie Polski do sieci międzynarodowych, bowiem efektem tej decyzji było przyłączenie Polski do BITNET (jako symboliczną datę tego zdarzenia przyjmuje się 1990-07-17 godz. 14:02 kiedy zestawiono pierwsze połączenie i przesłano mailera, później listserva przez linię pl-dk (PLEARN z DKEARN). Jednakże jako datę powstania polskiego Internetu przyjmuje się dzień 17 sierpnia 1991 r., w którym nastąpiła pierwsza wymiana poczty elektronicznej między Polską a światem przez łącze 9600 bps do Kopenhagi za pomocą połączenia

---

<sup>7</sup> Standard protokołu komunikacyjnego dla publicznych sieci WAN, definiujący interfejs połączenia pomiędzy terminalem danych DTE (Data Terminal Equipment) a urządzeniem transmisji danych DCE (Data Communications Equipment), dla terminali pracujących w trybie pakietowym, podłączonych do publicznych sieci transmisji danych poprzez łącze dedykowane.

<sup>8</sup> Bulletin board system, BBS – usługa komputerowa polegająca na udostępnianiu na maszynie jego właściciela miejsca, gdzie można umieszczać i czytać ogłoszenia, obsługiwać własną skrzynkę pocztową, dokonywać transferu plików itp.

<sup>9</sup> FidoNet – amatorska sieć komputerowa łącząca BBS-y na całym świecie. Sieć ta oparta jest na zwykłych liniach telefonicznych i modemach. BBS-y należące do tej sieci działają w zasadzie zupełnie niezależnie, a sieć służy głównie do wymiany wiadomości między BBS-ami. Sieć FidoNet powstała w 1982 roku w USA i była w zasadzie pierwszą na świecie rozległą siecią komputerową, z rozproszonym zarządzaniem i dostępną dla każdego właściciela komputera. Od roku 2000 stopniowo wypierana na rzecz komunikacji przez Internet. Dnia 31 grudnia 2014 r. o godzinie 23:59 (w praktyce kilka godzin po północy) nastąpiło wyłączenie ostatnich hostów i polski region formalnie zakończył istnienie.

<sup>10</sup> CoCom, Coordinating Committee for Multilateral Export Controls (Komitet Koordynacyjny Wielostronnej Kontroli Eksportu) – organizacja pilnująca przestrzegania zakazu eksportu nowoczesnej technologii z USA do krajów komunistycznych

<sup>11</sup> EARN (European Academic Research Network) – europejska odnoga sieci BITNET łącząca ośrodki akademickie. Jej polska część o nazwie PLEARN działała w latach 1990-2000.

zrobionego przy pomocy programu KA9Q z baraku przed budynkiem Wydziału Fizyki Uniwersytetu Warszawskiego (FUW) przy ul. Hożej [3].

Wkrótce będziemy obchodzić trzydziestolecie polskiego Internetu. Czy jego istnienie wywołało nowe zjawiska i zagrożenia kryminologiczne oraz na co należy zwrócić uwagę społeczeństwu XXI wieku. Autorzy – studenci socjologii Collegium Civitas wraz z prowadzącym zajęcia z przedmiotu „Przestępczość w cyberprzestrzeni” – zdecydowali się zaprezentować jedynie subiektywnie wybrane aspekty zagrożeń dla społeczeństwa informacyjnego po to, by wskazać kierunki jakie winny być poddane głębszej analizie. Pełna analiza, tak jak wskazanie szerszego zakresu problemów przekracza bowiem założenia objętościowe monografii, do której rozdział został przygotowany.

## **2. Cyberprzestępczość – stare czy nowe zjawisko?**

*Pociąg ludzi do zła ujawnia się zwłaszcza tam, gdzie pojawia się nowa technologia*

**Stanisław Lem**

Nadużycia popełniane przez użytkowników systemów informatycznych były, aż do końca lat 80. XX w., bagatelizowane, a dekadę wcześniej wręcz negowano szkodliwość i znaczenie tych czynów. Zmiana stanowiska władz państw wysoko rozwiniętych nastąpiła w latach 90. XX w., kiedy dostrzeżono transgraniczność działalności komputerowej poprzez możliwość komunikacji za pomocą sieci Internet. Dodatkowo, ogromne tempo rozwoju technologicznego, który wspomagał użytkowników komputerów oferując coraz szybsze urządzenia, łatwiejsze w użyciu, możliwe do obsługi przez nie-informatyków, rozpoczęło lawinowy wzrost strat powodowanych komputerowymi nadużyciami [4]. W połowie lat 80. XX w. koszty związane z oszustwami elektronicznymi w świecie amerykańskiego biznesu szacowano na ok. 100 mln USD rocznie, by pod koniec lat 90. wycenić kradzieże dokonywane przy użyciu komputerów na ok. 3-7,5 miliardów USD [5]. Zauważono również znaczącą różnicę między konsekwencjami finansowymi tradycyjnych napadów na banki, który w takim wypadku jednorazowo kosztował bank ok. 8 tys. USD a stratami wynikłymi z kradzieży informacji z systemów komputerowych, szacowanymi średnio na 100 tys. USD za jeden przypadek. Do tego doszły różnej skali oszustwa komputerowe, za które przeciętny bank „płacił jednorazowo” nawet ok. pół miliona USD. Ponadto problemem zaczynała być kwestia szpiegostwa komputerowego, którego przykładem było, ujawnione w 1989 r. przez astronoma z Lawrence Berkeley National Laboratory – Clifforda Stolla, powiązania niemieckiej grupy hackerskiej Chaos Computer Club z Hamburga z radzieckim KGB i wykradanie z amerykańskich sieci rządowych szeregu informacji, w tym m.in. dotyczących projektu promu kosmicznego, za które KGB płacił nie tylko pieniędzmi, ale także heroiną [6]. W 1996 r. za pomocą opisanego w „2600 Magazine” programu służącego do usuwania niechcianej poczty o nazwie „Cancelbot”, nieznany hacker skasował w Usenecie ponad 25 tys. komunikatów różnych grup dyskusyjnych. W tym samym roku atakom uległy m.in. komputery Departamentu Sprawiedliwości USA, CIA i Sił Powietrznych USA. W ciągu następnych trzech lat ofiarami ataków hackerskich padły serwery wielu instytucji

rządowych i największych firm w USA – Departamentu Handlu (ang. *Department of Commerce*), UNICEF-u, „New York Times”. Wirus Melissa powalił wtedy wiele serwerów poczty elektronicznej na świecie, a fałszywa strona WWW z wiadomościami Bloomburga posłużyła do manipulacji ceną akcji na giełdzie [7]. Przełomem stały się także badania Rand Corporation<sup>12</sup> zwracającej uwagę na to, że w wojnie informacyjnej jej uczestnicy wcale nie muszą być mocarstwami i dowolna jednostka (nawet nie państwo) jest w stanie unieruchomić sieci Stanów Zjednoczonych przy wykorzystaniu minimum wiedzy technologicznej. Zeznający w dniu 1 października 1997 r. przed Komisją Stosunków Międzynarodowych amerykańskiej Izby Reprezentantów, dyrektor przedsięwzięcia Global Organized Crime Project prowadzonego przez Centrum Badań Strategicznych i Międzynarodowych (Center of Strategic and International Studies) – Arnaud de Borchgrave stwierdził „już teraz istnieje osiem wrogich lub potencjalnie wrogich krajów, które rozwinęły technologię i umiejętności pozwalające poprowadzić wojnę informacyjną na drodze elektronicznego sabotażu i śmiertelnego zniszczenia, a 120 krajów posiada możliwości prowadzenia ataków za pomocą komputerów”. Potwierdzał to Bob Weaver, szef the Secret Service's Electronic Crimes Division, zwracający uwagę na to, iż *nadchodząca fala cyberterroryzmu stanie się jeszcze większym wyzwaniem, a nowi, wykształceni, z komputerowego pokolenia, terroryści nie myślą już w kategoriach ładunku materiałów wybuchowych przymocowanych do ciała fanatyków, ani też butlach sarinu; oni szukają punktów, w którym „fizyczne” i „wirtualne” światy się zbiegają* [7, 8]. Niezmiernie istotnym elementem zmieniającym podejście specjalistów do problematyki cyberbezpieczeństwa stała się wydana w 1994 r. książka Winna Schwartau po raz pierwszy wprowadzająca pojęcie cyberterroryzmu i walki informacyjnej [9].

Okazało się, że nie potrzeba ogromnych nakładów finansowych ani lat studiów technicznych, aby ściągnąć pliki z innego komputera, czy „podrzucić” złośliwy program nielubianemu sąsiadowi, zwłaszcza, jeżeli zgłębi się zasoby sieciowe. Z łatwością każdy znajdzie tam wszystkie potrzebne do dokonania czynu narzędzia i informacje. W Polsce również dość wcześnie dostrzeżono kwestię zagrożeń ze strony sieci komputerowych, czego przykładem były liczne publikacje [10-16] oraz powołanie zespołu do reagowania na zdarzenia naruszające bezpieczeństwo w sieci w NASK<sup>13</sup>, a w Komendzie Głównej Policji zespołu ds. przestępczości komputerowej

---

<sup>12</sup> Amerykański think tank i organizacja badawcza non-profit, pierwotnie sformowana dla potrzeb Sił Zbrojnych Stanów Zjednoczonych. Założona 14 maja 1948 roku w Santa Monica w Kalifornii. Obecnie RAND posiada około 1600 pracowników w sześciu siedzibach – trzech w USA: Santa Monica w Kalifornii, Arlington w Wirginii i Pittsburghu (Pensylwania), oraz trzech w Europie: Lejdzie w Holandii, Berlinie i brytyjskim Cambridge. Zdaniem niektórych nazwa RAND jest skrótowcem od Research ANd Development (badania i rozwój). Korporacja RAND jest znana z dużego wkładu w naukę, zwłaszcza w metody ilościowe, na polu m.in. badań operacyjnych, rozwoju badań nad sztuczną inteligencją czy Internetu. Obecnie RAND prowadzi badania na tak różnych polach jak obronność i terroryzm, stosunki międzynarodowe, edukacja czy zdrowie publiczne.

<sup>13</sup> Działa od 1996 roku, aktualnie jako CERT Polska (do końca roku 2000 pod nazwą CERT NASK); od roku 1997 jest członkiem FIRST (Forum of Incidents Response and Security Teams). Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa (NASK) powstała wiosną 1992 r. przy Uniwersytecie Warszawskim jako zespół koordynacyjny ds. rozwoju akademickich sieci komputerowych (dokładna nazwa: Zespół Koordynacyjny Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej przy Uniwersytecie Warszawskim). Zespół ten odegrał istotną rolę w podłączeniu Polski do Internetu: nawiązanie po raz pierwszy łączności przy użyciu protokołu TCP/IP

w 1996 r.<sup>14</sup> [17]. Należy także zaznaczyć, że zainteresowanie wykazywały środowiska naukowe, czego przykładem była poznańska konferencja naukowa z 1994 r. „Prawne aspekty nadużyć popełnianych z wykorzystaniem nowoczesnych technologii przetwarzania informacji” [18], a w Wyższej Szkole Policji w Szczytnie w 1997 r. rozpoczęto organizację trwających corocznie przez kolejne dwadzieścia lat seminariów naukowych „Techniczne Aspekty Przeszłości Teleinformatycznej”<sup>15</sup>. Dość aktywne w badaniach naukowych dotyczących bezpieczeństwa sieci komputerowych było także środowisko naukowe Wojskowej Akademii Technicznej. Na rynku usiłowano również zaistnieć liczne firmy prywatne, organizując szereg konferencji z udziałem specjalistów zagranicznych. Krzysztof Jan Jakubski w 1999 roku napisał „przestępstwa komputerowe rozwijają się równie szybko jak światowe systemy komputerowe i dużo szybciej niż techniczne i organizacyjne systemy zabezpieczeń” [19], definiując je w 1996 r. jako „zjawisko kryminologiczne obejmujące wszelkie zachowania przestępne związane z funkcjonowaniem systemu informatycznego, godzące bezpośrednio w przetwarzaną informację, jej nośnik i obieg w komputerze oraz całym systemie połączeń komputerowych, a także w sam sprzęt komputerowy oraz prawa do programu komputerowego”, w którym mieszczą się zarówno czyny popełniane z użyciem komputera jako narzędzia, jak i skierowane przeciwko systemowi informatycznemu [4]. Dwa lata później zwracał uwagę na to, że „.../bagatelizowanie zagrożeń kryminologicznych ze strony teleinformatyki i telekomunikacji przez organa policyjne może mieć bardzo poważne i niebezpieczne konsekwencje w przyszłości (np. kwestia cyberterrorizmu, cybernetycznego prania brudnych pieniędzy itp.)” [20]. Zwłaszcza, że polskiej sieci nie omijały takie zdarzenia. Wiosną 1992 r. odnotowano pierwsze włamanie z Polski do komputera za granicą [3]. W maju 1993 r. NASK zaczął zatykać

---

pomiędzy Instytutem Fizyki Uniwersytetu Warszawskiego a Centrum Komputerowym Uniwersytetu w Kopenhadze nastąpiło 17 sierpnia 1991 r. Od 1993 r. NASK działa jako jednostka badawczo-rozwojowa prowadząca badania naukowe i prace rozwojowe w zakresie telekomunikacji, teleinformatyki, sieci i usług

<sup>14</sup> Kolejna reorganizacja w 2004 r. spowodowała jego likwidację, co skutkowało m.in. zerwaniem szeregu nawiązanych już kontaktów oraz odejściem ze służby lub przejściem do innych zadań, niemających nic wspólnego z dotychczasowymi, funkcjonariuszy przygotowanych do specyficznych zadań. Dopiero trzy lata później w strukturze Biura Kryminalnego KGP, w Wydziale Zaawansowanych Technologii, powołano Sekcję Wsparcia Zwalczenia Cyberprzestępczości, do której zadań należało monitorowanie zagrożeń związanych z cyberprzestępczością, a także identyfikowanie, testowanie oraz wdrażanie zaawansowanych narzędzi technicznego wsparcia zwalczenia cyberprzestępczości oraz pomoc w rozwiązywaniu skomplikowanych spraw i realizacja ustaleń internetowych we współpracy z dostawcami usług internetowych. Równoległe w Wydziałach Techniki Operacyjnej KWP utworzone zostały komórki zaawansowanych technologii, których podstawowym zadaniem było wsparcie wydziałów kryminalnych w zastosowaniu specjalistycznej wiedzy i narzędzi informatycznych. Kolejne kilkukrotne reorganizacje pociągnęły za sobą liczne zmiany. W 2014 r. w KGP pojawił się Wydział do walki z Cyberprzestępczością. Zmiana była konsekwencją ukierunkowania na bardziej aktywne i bezpośrednie działania w zakresie identyfikowania zagrożeń przestępstwami w sieci Internet oraz ujawniania i ścigania ich sprawców, co stanowiło praktycznie powrót do koncepcji realizowanej w latach 1996-2004. W dniu 1 grudnia 2016 r. utworzono wyspecjalizowane Biuro do walki z Cyberprzestępczością KGP, a od 2014 r. każda komenda wojewódzka Policji, łącznie z komendą stołeczną, posiadają własne wydziały do walki z cyberprzestępczością.

<sup>15</sup> Jubileuszowa (i ostatnia) XX edycja tej konferencji odbyła się w dniach 12 – 14 czerwca 2017 r. Należy zwrócić tu uwagę na to, że ogromnym dorobkiem naukowym tej konferencji były wydawane corocznie w postaci książkowej przez wydawnictwo WSPol. materiały pokonferencyjne pod redakcją Jerzego Kosińskiego pod wspólną nazwą „Przestępczość Teleinformatyczna + rok konferencji” zawierające zróżnicowane i wieloaspektowe rozdziały przygotowane przez różnych autorów.

dziury w serwerze frodo.nask.org.pl, ciągle penetrowanym z kraju i zza granicy, korzystając z pomocy niezależnych ekspertów, a „symbolem” tego stał się fakt zmiany dyrektorskiego hasła dostępu z „barney” na inne [3]. 30 grudnia 1995 r. nastąpiło włamanie do serwera NASK i zmiana stron WWW przez „Gumisia”, a w 1996 r. zatrzymano i doprowadzono do skazania (jedna z pierwszych takich spraw w Europie) dwóch mieszkańców Tarnowskich Gór za rozpowszechnianie pornografii dziecięcej w Internecie<sup>16</sup>.

Wprowadzenie telekomunikacji mobilnej oraz nowe rozwiązania informatyczne spowodowały gwałtowny rozwój wykorzystania Internetu od początku XXI wieku – pojawiła się bankowość internetowa, sklepy internetowe oraz portale społecznościowe. Sieć informatyczna przestała być poletkiem akademickim i miejscem aktywności pasjonatów. Wprowadzenie smartfonów spowodowało, iż dostęp do sieci stał się mobilny i powszechny, a wykonywanie podstawowych operacji na komputerze i w Internecie (uruchamianie programów, poruszanie się po katalogach, wprowadzanie ustawień) w trybie graficznym pozwoliło na szperanie po sieci komputerowej osobom nieznającym jakiegokolwiek języka maszynowego i komend systemu operacyjnego. Jednocześnie znacznie zwiększyły się możliwości techniczne przeglądarek internetowych, powszechna stała się indeksacja treści wprowadzanych do Internetu, a programiści zaczęli prześcigać się w tworzeniu oprogramowania użytkowego dla osób z minimalną wiedzą informatyczną.

Ta powszechność Internetu stała się przyczyną tego, że sieci teleinformatyczne oraz ich zawartość stały się przedmiotem szerokiej analizy. Problematyka przestępczości w Internecie stała się przedmiotem zainteresowania nauk o bezpieczeństwie, socjologii, psychologii, informatyki i wielu innych dziedzin [21-31]. Dotyczy to zarówno polskich jak i obcych publikacji a przedrostek „cyber” stał się tak atrakcyjny, że wykorzystywany jest niemal wszędzie. Słownik Języka Polskiego PWN definiuje go jako „*pierwszy człon wyrazów złożonych wskazujący na ich związek z informatyką, a zwłaszcza z Internetem*” [32], przez co jest wielokrotnie nadużywany, zwłaszcza gdy autorzy starają się uatrakcyjnić swój temat<sup>17</sup>. W efekcie wielokrotnie istnieje rozbieżność w pojmowaniu pojęć z tym przedrostkiem [34-37] albo też wprowadza się nowe pojęcia mimo wcześniejszego ich zdefiniowania<sup>18</sup>. W *Rządowym Programie*

---

<sup>16</sup> Sprawa V Ds 67/96/S Prokuratury Wojewódzkiej w Katowicach dotyczyła wysłania plików z pornografią dziecięcą na grupę dyskusyjną alt.binares.children zamiast na alt.binares.childrensex (taka też była wówczas dostępna w sieci), a sprawcy swoje działanie tłumaczyli zmęczeniem, które spowodowało błędne wpisanie adresu grupy)

<sup>17</sup> Przykładowo – skimming, choć z całą pewnością mieści się w kategorii przestępstw zaliczanych przez Komisję Europejską do grupy High Tech Crimes, trudno definiować jako cyberprzestępstwo, w którym „komputery i systemy informatyczne stanowią podstawowe narzędzie przestępcze lub są głównym celem działania przestępczego” (Komunikat Komisji do Parlamentu Europejskiego, Rady, Europejskiego Komitetu Ekonomiczno-Społecznego i Komitetu Regionów z dn. 7 lutego 2013 r.), bowiem do dokonania tego czynu nie jest potrzebny komputer i dostęp do sieci. Owszem komputer i dostęp do sieci znacznie ułatwiają jego dokonanie, a wyniki działania przestępczego często trafiają do DarkMarketów, ale nie są niezbędne.. Dlatego należy uznać za błędne określenia użyte przez Pawła Opitka w podtytule i w opisie (abstrakcie) jego monografii [33], że „współczesny obraz skimmingu wkracza także w obszary teleinformatyki, ekonomii i mieści się w pojęciu cyberprzestępczości”

<sup>18</sup> Przykładowo – w ustawie o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa z 5 lipca 2018 roku oraz uchwale Rady Ministrów z 22 października 2019 roku w sprawie Strategii Cyberbezpieczeństwa Rzeczypospolitej Polskiej na lata 2019-2024 oraz art. 2 ust. 1b ustawy z dnia 29 sierpnia 2002 r. o stanie wojennym oraz



Ochrony Cyberprzestrzeni Rzeczypospolitej Polskiej na lata 2011-2016 zdefiniowano cyberprzestępstwo jako „czyn zabroniony popełniony w obszarze cyberprzestrzeni”, a cyberterroryzm jako „cyberprzestępstwo o charakterze terrorystycznym” [38]. Najbardziej doświadczony polski znawca tej problematyki – Jerzy Kosiński, w swojej pracy habilitacyjnej *Paradygmaty cyberprzestępczości* pojęcie cyberprzestępczości definiuje jako „przestępczość mająca miejsce w cyberprzestrzeni, czyli w przestrzeni przechowywania, przetwarzania i wymiany informacji tworzonej przez systemy teleinformatyczne, a w szczególności w Internecie” [35]. Jednocześnie wyraźnie wskazuje, że możemy tu mówić o wąskim i szerokim znaczeniu tej definicji. W znaczeniu wąskim cyberprzestępstwami są tylko takie przestępstwa, które mogą być dokonane wyłącznie w cyberprzestrzeni, bez której nie można byłoby ich popełnić (np. hacking). Szerokie ujęcia tego pojęcia, używane także przez autorów niniejszego rozdziału, obejmuje wszelkie zachowania przestępcze dokonywane z wykorzystaniem cyberprzestrzeni, komputerów, urządzeń teleinformatycznych lub przez sieci komputerowe [35].

Niepokojącym natomiast zjawiskiem jest brak szerokich badań szczegółowych nad rozwojem cyberprzestępczości i jej zwalczaniem w Polsce. Krzysztof J. Jakubski sygnalizował, że polskie organa ścigania analizują procesowo minimalną ilość incydentów w sieci, co udowadniał danymi w tabelach wskazujących liczbę postępowań przygotowawczych Policji i ABW w latach 2010-2015 i porównywał je z ilością zgłoszeń do CERT.PL oraz ilością zgłoszeń incydentów do Zespołu CERT.GOV.PL i liczbą alarmów o priorytecie wysokim w systemie gromadzącym i analizującym informacje pozwalające na określenie lokalizacji geograficznej źródeł, z których podejmowano ataki na polskie sieci administracji publicznej ARAKIS-GOV [17]. Przeprowadzenie postępowania przygotowawczego, nawet w sytuacji niewiary w możliwość ustalenia lub ukarania sprawcy, pozwala nie tylko na procesowe zabezpieczenie dowodów na rzecz ich późniejszego wykorzystania, ale także pozwala ocenić i udokumentować to zdarzenie. Nie znajdziemy także analiz naukowych dotyczących ujawnionych i prawomocnie zakończonych postępowań przeciwko polskim sprawcom czynów w cyberprzestrzeni, porównywalnych chociażby do opracowań powstałych w USA po zakończeniu sprawy przeciwko zamkniętej w 2013 r., internetowej platformie aukcyjnej Silk Road i jego twórcy Rossowi Ulbricht ps. Dread Pirate Roberts [39-42 i bibliografia podawana w tych publikacjach]. A przecież w Polsce zatrzymano Artura P. – ps. The Venom Inside, Łukasza W. – ps. kyber, Tomasza G. – ps. Polsilver, Mateusza C. – ps. Pocket, Jakuba S. – ps. CharlieTheUnicorn oraz mieszkańca Bochni o ps. polishbandit [43-47] – administratorów forum ToRepublic, któremu zawartości Konrad M. Mazur poświęcił jeden podrozdział w dotychczas najszerszym opracowaniu polskiego Darknetu zatytułowanym *Polskojęzyczna społeczność przestępcza zorganizowana w sieci Darknet* [48]. W efekcie także trudno jest ocenić dlaczego osoba stojąca za dziesiątkami kampanii e-mailowych infekujących Polaków złośliwym oprogramowaniem, znana pod pseudonimami Armaged0n (aka Thomas) została

---

o kompetencjach Naczelnego Dowódcy Sił Zbrojnych i zasadach jego podległości konstytucyjnym organom Rzeczypospolitej Polskiej pojęcie „cyberprzestrzeni” zostało zdefiniowane, lecz nie przeszkodziło to temu, by w „Strategii Bezpieczeństwa Narodowego RP 2020” podpisanej przez Prezydenta RP w dn. 12.05.2020 r. pominąć to pojęcie i zdefiniować nowe „przestrzeń informacyjna”, które w praktyce obejmuje wszystkie elementy pojęcia „cyberprzestrzeń” używanego we wcześniejszych aktach prawnych.

zatrzymana przez policję dopiero po sześciu latach od jej publicznej deanonimizacji [49]. Badania i publikacje pewnie w dużym stopniu przyczyniłyby się także do poprawy działań i skuteczności organów ścigania i wymiaru sprawiedliwości, zwłaszcza w sytuacji, gdy policja kończy swoje zainteresowanie sprawą po sporządzeniu aktu oskarżenia przez prokuraturę bez wnikliwej przebiegu postępowania sądowego. Jak wynika z części Raportu o stanie bezpieczeństwa przygotowanego przez Ministerstwo Sprawiedliwości [50]: „.../ W 2015 roku w sądach rejonowych z art. 268a k.k. (niszczenie lub uszkodzenie danych informatycznych) osądzono łącznie 32 osoby, z czego 24 skazano. Kary pozbawienia wolności w zawieszeniu orzeczono w przypadku 10 osób. Uniewinniono 4 osoby. Z art. 269a k.k. (zakłócanie pracy systemu komputerowego lub sieci teleinformatycznej) w sądach rejonowych osądzono 4 osoby, z czego 3 skazano. Z art. 269b k.k. (wytwarzanie, pozyskiwanie, zbywanie, udostępnianie, urządzenia lub programu komputerowego do popełniania przestępstw) w 2015 roku w sądach rejonowych osądzono łącznie 243 osoby, z czego 238 skazano. Kary pozbawienia wolności orzeczono w przypadku 191 osób, w tym w zawieszeniu wobec 152. Uniewinniono 3 osoby. Ponadto na podstawie art. 287 k.k. (oszustwo komputerowe gospodarcze) w 2015 roku w sądach rejonowych osądzono łącznie 109 osób, z czego 97 skazano. Kary pozbawienia wolności orzeczono w przypadku 73 osób (w tym w zawieszeniu 56)” oraz badań aktowych przestępstwa z art. 287 k.k. wykonanych przez Konrada Buczkowskiego [51] stwierdzających m.in. iż „aż 95% postępowań z 2012 r. i ponad 81% spraw wszczętych w 2013 r. zostało następnie umorzonych (przed sporządzeniem aktu oskarżenia)”. Potwierdza to, że głównym obiektem zainteresowaniem polskich organów ścigania pozostawały kwestie piractwa komputerowego i oszustw na portalach aukcyjnych, a zebrany materiał dowodowy nie zawsze był właściwy. Jeżeli dodamy do tego fakt, że w tym czasie NIK doliczyła się w sieciach przedsiębiorców telekomunikacyjnych 45 milionów incydentów stanowiących zagrożenie, z czego do Urzędu Komunikacji Elektronicznej zawiadomienie dotyczące takich przypadków – pomimo obowiązku zgłaszania – wpłynęło zaledwie pięć [52], to należy wyraźnie zaznaczyć, że bez odpowiedniej statystyki i analizy zdarzeń nie ma wiedzy i nie można robić badań. W efekcie nie można prowadzić racjonalnej analizy ryzyka i modyfikować procedur.

Przestępczość komputerowa ewoluuje. Wirusy komputerowe, których celem było dokonywanie drobnych aktów komputerowego wandalizmu oraz przysporzenie rozgłosu ich twórcom zastąpił wyrafinowany malware<sup>19</sup>, mający na celu paraliżowanie działania systemów określonych organizacji, instytucji i przedsiębiorstw oraz pozyskiwanie informacji chronionych. W głębokiej sieci przestępczość wszelkiego rodzaju kwitnie, a serwisy takie jak Silk Road i jego kolejne klony czy polskie ToRepublic czy Hydra [53] tworzą wyśmienite warunki do rozwijania karier przestępczych. Różnego rodzaju oszuści przenieśli się do cyberświata, a ich celem stały się dane osobowe i wszelkiego rodzaju informacje o internautach oraz ich pieniądze.

---

<sup>19</sup> Złośliwe oprogramowanie (z ang. *malware* – zbitka wyrazowa powstała ze słów *malicious* „złowrogi, złośliwy” i *software* „oprogramowanie”) – wszelkie aplikacje, exploity (program mający na celu wykorzystanie błędów w oprogramowaniu), skrypty itp. mające szkodliwe, przestępcze, groźne lub destrukcyjne działanie w stosunku do użytkownika komputera. W polskiej literaturze informatycznej spotyka się również określenie szkodliwe oprogramowanie, a w opracowaniach popularnych często określane jako wirus komputerowy, który w rzeczywistości jest tylko jedną z odmian malware.

### 3. Deepweb – mitologizowane „zło” cyberprzestrzeni

*Cały czas martwię się o moje dziecko i Internet, mimo że jest za młoda, by się jeszcze zalogować. Oto czym się martwię. Martwię się, że za 10 lub 15 lat przyjedzie do mnie i powie „Tatusiu, gdzie byłeś, kiedy zabrali wolność prasy od Internetu?”*

**Mike Godwin**, *Electronic Frontier Foundation*

Polską prawną definicję cyberprzestrzeni znajdziemy w Ustawie z dnia 29 sierpnia 2002 r. o stanie wojennym oraz o kompetencjach Naczelnego Dowódcy Sił Zbrojnych i zasadach jego podległości konstytucyjnym organom Rzeczypospolitej Polskiej (Dz.U. 2002 Nr 156 poz. 1301 z późn. zm), która definiuje ją jako „przestrzeń przetwarzania i wymiany informacji tworzoną przez systemy teleinformatyczne, określone w art. 3 pkt 3 ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne (zespół współpracujących ze sobą urządzeń informatycznych i oprogramowania zapewniający przetwarzanie, przechowywanie, a także wysyłanie i odbieranie danych przez sieci telekomunikacyjne za pomocą właściwego dla danego rodzaju sieci telekomunikacyjnego urządzenia końcowego w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 16 lipca 2004 r. – Prawo telekomunikacyjne), wraz z powiązaniem pomiędzy nimi oraz relacjami z użytkownikami”. Mniej złożoną wersję tej definicji znajdziemy w *Rządowym Programie Ochrony Cyberprzestrzeni Rzeczypospolitej Polskiej na lata 2011-2016*, który cyberprzestrzeń zdefiniował jako „cyfrową przestrzeń przetwarzania i wymiany informacji tworzoną przez systemy i sieci teleinformatyczne wraz z powiązaniem pomiędzy nimi oraz relacjami z użytkownikami” [37]. Jak bardzo trafnie zauważył Tomasz R. Aleksandrowicz [54]: „cyberprzestrzeń jako sfera ludzkiej działalności w zasadniczy sposób różni się od przestrzeni fizycznej. Po pierwsze należy wskazać na uniezależnienie się od miejsca zajmowanego w przestrzeni fizycznej (w sensie geograficznym). Jedynym wymaganiem jest techniczna możliwość włączenia się do sieci. Co więcej – poszczególne urządzenia podłączone w danej chwili do sieci mają szybki i równoprawny dostęp do pozostałych elementów układu, podobnie jak inni uczestnicy o tym samym statusie. Po drugie należy wskazać na obniżający się koszt wejścia do sieci i podejmowania w niej różnych działań. Zmniejsza się także zasób wiedzy i umiejętności niezbędnych do podejmowania takich działań z uwagi na widoczną tendencję do maksymalnego upraszczania interfejsu. Po trzecie wreszcie sieć pozwala w znacznej mierze na zachowanie anonimowości uczestnika. Ślady, które użytkownik pozostawia za sobą w sieci, są tak naprawdę śladami komputera, z którego korzysta. Odrębnym problemem jest powiązanie tego komputera z konkretnym człowiekiem. Istnieje też możliwość pełnej anonimizacji. [...] można stwierdzić, że cyberprzestrzeń charakteryzuje się następującymi cechami:

- niezależnością od miejsca,
- niezależnością od odległości,
- niezależnością od czasu,
- niezależnością od granic,
- względną anonimowością,
- możliwością ustalenia sprzętu, nie osoby”.

Nie wchodząc w techniczne aspekty budowy (choć w niektórych momentach trudno będzie od tego uciec) cyberprzestrzeń można podzielić na dwa obszary – zbiory informacji (pliki, bazy danych itp.) w postaci cyfrowej, przechowywane i przetwarzane za pomocą urządzeń komputerowych, udostępniane za pomocą sieci teleinformatycznych i odpowiedniego oprogramowania odbiorcom końcowym:

- powszechnie dostępne i indeksowane przez crawlers<sup>20</sup>,
- mające ograniczenia w dostępie lub niedostępne dla wyszukiwarek z różnych powodów (np. przez zastosowanie Robots Exclusion Protocol, linki generowane przez JavaScript i Flash, ochronę hasłem, szyfrowanie).

Ten pierwszy obszar zwany jest siecią zindeksowaną (Indexable Web) lub powierzchniową (Surface Web) albo siecią widoczną (Visible Web). Jego zawartość jest dynamiczna i obecnie ocenia się na kilkanaście miliardów stron/witryn internetowych<sup>21</sup>, co stanowi (wg szacunków różnych autorów od 6 do 10% całej zawartości Sieci). Przy czym trzeba wyraźnie zaznaczyć, że przypisanie określonych stron/witryn internetowych do tego obszaru wyraźnie zależy od działania crawlera i opracowanego dla niego algorytmu, który wyszuka i zindeksuje wszystkie strony internetowe. Internet, a ściślej – World Wide Web, jest siecią zbudowaną i opartą na strukturze hipertekstu<sup>22</sup>. Obecne zasoby nie zawierają wyłącznie informacji czysto tekstowej. Łącami hipermedialnymi mogą być obiekty graficzne, audio, video itp. Hiper tekstowość i hipermedialność możliwa jest w Internecie dzięki językowi HTML – hipertekstowemu językowi znaczników<sup>23</sup>. To właśnie z hipertekstowej (hipermedialnej) budowy sieci WWW wynika problem głębokości docierania i indeksowania zasobów internetowych przez wyszukiwarki różnych dostawców usług. Automatyczne przeszukiwanie cyberprzestrzeni sprawia, że roboty nie docierają do wszystkich stron. Po drugie, każdy z nich wybiera różne drogi, co sprawia, że automaty różnych wyszukiwarek rejestrują odmienne zbiory danych. Problem ten szczegółowo opisała Natalia Pamuła-Cieślak [55], wyraźnie wskazując, że główne powody, iż strony/witryny internetowe nie są indeksowane w bazach wyszukiwarek to:

- „głębokość” ich znajdowania się w Internecie,
- częstotliwość przeszukiwania sieci przez roboty,
- maksymalna liczba rezultatów wyszukiwania w rankingu odpowiedzi,
- nieobecne w hipertekście adresy URL<sup>24</sup>.

---

<sup>20</sup> Crawler (inaczej bot wyszukiwarki, pajak lub robot indeksujący) to program, który wykorzystywany jest przez wyszukiwarki internetowe. Jego celem jest gromadzenie informacji o strukturze oraz zawartości stron znajdujących się w Internecie, aby móc je indeksować i – jeśli są wartościowe – prezentować użytkownikom w wynikach wyszukiwania.

<sup>21</sup> Rozmiar sieci WWW (Internet) sprawdzić można na stronie <https://www.worldwidewebsize.com/>

<sup>22</sup> Hipertekst (ang. *hypertext*) – tekst, który zawiera akceptowane przez komputer łącza do innych części dokumentu lub do innych dokumentów.

<sup>23</sup> HTML (ang. *Hypertext Markup Language*) – język używany do generowania stron w witrynach WWW. HTML jest wersją języka SGML, która używa znaczników do opisywania takich elementów jak grafika czy tekst. W miarę projektowania coraz bardziej skomplikowanych stron internetowych dodawano do niego coraz więcej elementów pozwalających stwarzać bardziej zaawansowane efekty typograficzne i formatowe.

<sup>24</sup> URL (ang. *Uniform Resource Locator*) – oznacza ujednolicony format adresowania (określenia lokalizacji) zasobów (informacji, danych, usług) stosowany w Internecie i w sieciach lokalnych. Standard URL opisany jest w dokumencie RFC 1738

Wyraźnie i jednoznacznie trzeba zaznaczyć, że zawartość treściowa ma niewielki praktycznie wpływ na to, czy dana strona/witryna internetowa znajdzie się w części indeksowanej. W Surface Web znajdziemy także treści nielegalne, w tym pornografię dziecięcą czy zawierające informacje przykładowo o narkotykach lub podobnie działających środkach. Wielokrotnie różne organa państwowe, po nawiązaniu współpracy z administratorami wyszukiwarek wyłączają możliwość indeksacji niektórych stron, np. dopalacze.com. Większość jednak takich stron po zablokowaniu trafia do nieindeksowanego Internetu. Crawlery znacznie ułatwiają penetrację zasobów sieci, ale trudno nie zgodzić się w tym miejscu ze słowami Wojciecha Orlińskiego „*dopiero internet spełnił odwieczne marzenie cenzorów o cenzurze tak doskonałej, że odbiorcy nie są świadomi jej istnienia*” [29] oraz stwierdzeniem Magdaleny Szpunar, że „*wyszukiwarki, którym przypisywano swobodę wyboru, realnie ograniczają naszą samodzielność, wyobraźnię i możliwość decydowania*” [56].

Część World Wide Web, która nie jest indeksowana przez konwencjonalne, standardowe wyszukiwarki internetowe, nazywana jest Deep Web (głęboka sieć), ale także ukryta sieć (ang. *Hidden Web*), niewidzialna sieć (ang. *Invisible Web*). Niektórzy polscy autorzy używają określenia „ukryty Internet” zamiast „ukryta sieć”, co uchodzi za nieprawidłowe [56]. Głęboka sieć nie jest ciemnym internetem (Darkweb) ani też Darknetem, który de facto stanowi jego część.

Szacuje się, że objętość ukrytej sieci jest ponad 500 razy większa niż treści dostępne dla przeciętnego internauty. Deep Web zawiera między innymi [57, 58]:

- prywatne sieci internetowe;
- witryny wymagające rejestracji i logowania, czyli zasoby chronione hasłem;
- strony, które są zwracane w odpowiedzi na przesłane zapytanie lub są dostępne tylko za pośrednictwem formularza (takie strony są trudne do znalezienia bez wiedzy o ich domenie);
- strony niepowiązane z innymi stronami, co uniemożliwia programom indeksującym dostęp do ich treści;
- witryny, które technicznie ograniczają dostęp do swoich zawartości, np. poprzez stosowanie techniki CAPTCHA (Completely Automated Public Turing test to tell Computers and Humans Apart), której celem jest dopuszczenie do przesłania danych wypełnionych wyłącznie przez człowieka;
- treści tekstowe korzystające z protokołu Gopher<sup>25</sup> i pliki przechowywane na serwerach FTP<sup>26</sup>;
- witryny hostowane w infrastrukturze która wymaga określonego oprogramowania, aby skontaktować się z dostawcą treści. Przykłady takich systemów to ukryte usługi lub witryny TOR, hostowane w sieci Invisible Internet Project (I2P). Witryny te są również ogólnie identyfikowane przez niestandardową nazwę domeny oraz wymagają użycia tego samego oprogramowania, jakie jest przypisane do punktu końcowego.

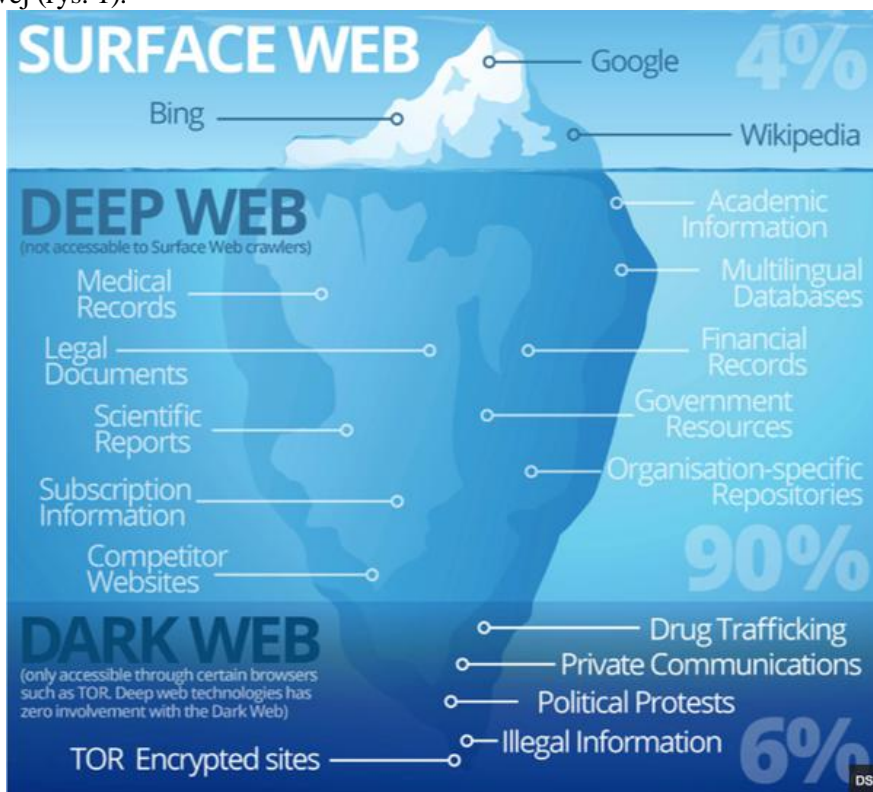
---

<sup>25</sup> Gopher – protokół klient-serwer, pozwalający na rozpowszechnianie informacji w powszechnych lub kampusowych systemach informacyjnych, integrujący różne protokoły: FTP, telnet, WAIS własne struktury danych z możliwością dostępu do różnych typów danych, tak czysto tekstowych, jak i grafik i danych czysto binarnych (archiwów wszelkiego rodzaju) – wyparty przez WWW

<sup>26</sup> Protokół transferu plików FTP (od ang. *File Transfer Protocol*) – protokół komunikacyjny typu klient-serwer wykorzystujący protokół sterowania transmisją (TCP) według modelu TCP/IP (krótko: połączenie TCP), umożliwiający dwukierunkowy transfer plików w układzie serwer FTP–klient FTP. FTP jest zdefiniowany przez IETF w dokumencie RFC 959.

Innymi słowy Deep Web to między innymi: dokumentacje medyczne, dokumenty prawne, dokumenty rządowe, bazy danych ze szkół i uczelni, wyniki finansowe różnych firm czy badania naukowe.

Ciemny internet, zwany także ciemną przestrzenią adresową, oznacza celowo ukrytą część zasobów Internetu, którą można przeglądać jedynie przy użyciu specjalnego oprogramowania lub posiadając uprawnienia do dostępu do tych zasobów. Istnieją katalogi adresów dostępnych w Dark Web stron (np. The Hidden Wiki), jak również specjalne wyszukiwarki służące do ich znajdowania (np. DuckDuckGo, Ahmia). Głęboki internet nie jest zatem częścią sieci zakulisową, nieoficjalną, ukrytą z premedytacją, po to, by umożliwić działania nielegalne czy nieuczciwe. Bardzo popularnym graficznym przedstawieniem jest porównanie zawartości Sieci do góry lodowej (rys. 1).



Rysunek 1. Surface Web Vs Deep Web Vs Dark Web.

Źródło: <https://www.skyindya.com/blog/web-development/surface-web-vs-deep-web-vs-dark-web>

Magdalena Szpunar w podobnym graficznym zobrazowaniu poziomów WWW [56] wyróżnia cztery poziomy, „z których dwa mają charakter dostępny, zaś pozostałe dwa przynależą do sfery niewidzialnego internetu. Na pierwszym poziomie widzialnego internetu znajdują się witryny o relatywnie stałej tematyce, rzadko zmieniające swą zawartość. Poziom drugi zawiera zazwyczaj strony tematyczne, poświęcone zwykle jednemu zagadnieniu. Pierwszy poziom głębokiej sieci mieści dynamiczne bazy danych, które nie są „rozumiałe” dla internetowych pelzczaczy, zaś czwarty poziom

przynależy do stron o dynamicznej zawartości, wymagających rejestracji użytkownika, często prywatnych. Do sfery czwartej zaliczyć można witryny przynależące do sieci prywatnej (The Private Web) oraz sieci zastrzeżonej (The Proprietary Web). Dostęp do tych stron jest ograniczony przez hasło, co uniemożliwia crawlerowi jej zindeksowanie. Możliwa jest również sytuacja, w której webmaster strony uniemożliwia botowi dostęp do niej np. poprzez użycie metatagu NOARCHIVE lub NON w kodzie HTML. Sieć zastrzeżona zapewnia dostęp do strony użytkownikom, którzy dokonali subskrypcji, co zamyka drogę do niej botom”. Warto przy tym zwrócić uwagę na rozkład procentowy poszczególnych poziomów. Jak wynika z rys. 1 tylko ok. 4% zawartości Sieci znajduje się w przestrzeni indeksowanej (a więc tej części góry lodowej pływającej nad powierzchnią oceanu), a aż 6% to najgłębsza jej część zwana Darkwebem (ciemna sieć), czyli celowo ukrytej części zasobów Internetu, którą można przeglądać jedynie przy użyciu specjalnego oprogramowania lub specjalnych uprawnień. Dostęp do Darkwebu jest najczęściej możliwy z poziomu tzw. sieci Darknet, składających się z wielu rozproszonych i tak zaprojektowanych węzłów, aby maksymalizować anonimowość ich użytkowników. Pojęcie Darknet zostało spopularyzowane w artykule *The Darknet and the future of content distribution* z grudnia 2003 r. [59]. Darknet istniał już w ramach pierwotnego wojskowego ARPANETU. Obecnie istnieje wiele takich sieci, a każda z nich jest dostępna dzięki innemu oprogramowaniu. Do zapewnienia anonimowości zarówno po stronie klienta, jak i serwera obecnie używane są głównie trzy sieci: I2P (Invisible Internet Project), Freenet i TOR (The Onion Router) [58]. Szacuje się, że spośród wymienionych narzędzi największą liczbę użytkowników posiada TOR [60].

Freenet<sup>27</sup> to darmowe oprogramowanie, które umożliwia anonimowe udostępnianie plików, przeglądanie i publikowanie „darmowych stron” (stron internetowych dostępnych tylko za pośrednictwem Freenet) i czatowanie na forach. Pomysłodawcą i autorem jest Ian Clarke, który napisał jej protokół i opracowanie w języku Java. Jej implementacja jest napisana w oparciu o zasadę Open Source (kod źródłowy jest dostępny dla wszystkich użytkowników). Sieć jest rozwijana od marca 2000 r. Freenet jest zdecentralizowany, dzięki czemu jest mniej podatny na ataki, a jego użycie w trybie „darknet”, w którym użytkownicy łączą się tylko ze znajomymi, jest bardzo trudne do wykrycia. Komunikacja przez węzły Freenet jest szyfrowana i kierowana przez inne węzły, co sprawia, że niezwykle trudno jest ustalić, kto żąda informacji i jaka jest ich zawartość. Użytkownicy przyłączając się do sieci, podają przepustowość i udostępniają przestrzeń dyskową na swoich komputerach (zwaną „magazynem danych” – zwykle to 5% wolnego miejsca na dysku) do przechowywania plików oraz linki dla innych uczestników. Pliki są automatycznie przechowywane lub usuwane w zależności od ich popularności, przy czym najmniej popularne są odrzucane, aby zrobić miejsce na nowsze lub bardziej popularne treści. Pliki są szyfrowane, więc ogólnie użytkownik nie wie, co znajduje się w jego magazynie danych (co również utrudnia pociągnięcie do odpowiedzialności za świadome przechowywanie określonych/zakazanych treści). Fora czatu, strony internetowe i funkcje wyszukiwania są zbudowane na bazie tego rozproszonego magazynu danych. Transfer danych nie odbywa się bezpośrednio, ale przez inne węzły sieciowe. Zwykle jest to łańcuch kilku

---

<sup>27</sup> Strona główna projektu <https://freenetproject.org/>.

węzłów co sprawia, że nie jest jasne, czy użytkownik, z którym jesteśmy połączeni, ma dane na dysku twardym, czy po prostu jest pośrednikiem. Transmisja i przechowywane dane są szyfrowane. Freenet nie zezwala na przeglądanie Internetu z konkretnych stron należących do Freenet. Materiały w Freenet są dzielone na części i umieszczane na dużej liczbie węzłów. Wszystkie części plików są szyfrowane i przechowywane w katalogu instalacyjnym Freenet. Użytkownicy zachowują tylko części poszczególnych plików i są bezpośrednio połączeni z niewielką liczbą innych węzłów (min. 5). Jeśli użytkownik chciałby pobrać plik, wysyła opis do sąsiedniego węzła. Przekierowania żądania do sąsiedniego węzła są losowe. Jeśli pytany węzeł ma żądany plik – wówczas węzeł przekazuje plik do węzła, który utworzył plik żądanie, jeśli nie – wysyła żądanie dalej. Każdy węzeł ma tylko informacje z węzła bezpośrednio połączonego – dlatego nie można ustalić, do kogo dane mają trafić. W efekcie zapewnia wysokie bezpieczeństwo tej technologii. Całkowicie oddziela strukturę sieci i protokołów od komunikacji między użytkownikami. Freenet został pobrany ponad 2 miliony razy od początku projektu i służy do dystrybucji informacji na całym świecie, w tym w krajach takich jak Chiny i Bliski Wschód. Freenet ma sporo zalet, do których zaliczyć należy:

- samooptrymalizację – dane częściej pobierane występują w sieci w większych ilościach i są przemieszczane w te części sieci, gdzie jest nimi większe zainteresowanie. Dodatkowo dane, którymi interesuje się dużo osób, pozostają w sieci na dłużej.
- praktyczna niewrażliwość na różne formy cenzury oraz inne działania mające na celu zachwianie swobody przepływu informacji (np. filtrowanie, nakazywanie usunięcia danych, próby namierzenia źródeł i osób pobierających dane itp.).

Wadami systemu są natomiast ograniczona wydajność/przepustowość oraz to, że użytkownicy niektórych wersji mogą być stosunkowo łatwo listowani (da się skanować adresy IP komputerów, które biorą udział w sieci Freenet).

I2P (ang. *Invisible Internet Project*)<sup>28</sup> to sieć oparta na połączeniach pomiędzy pojedynczymi użytkownikami (ang. *peer-to-peer*) z komutacją pakietów, szyfrowaniem transmisji oraz w pełni rozproszoną organizacją. Sieć ta powstała z modyfikacji sieci Freenet zapoczątkowanych w lutym 2003 oraz wykorzystaniem pewnych rozwiązań sieci TOR. Istota działania I2P polega na ustanawianiu krótkotrwałych (10-minutowych) jednokierunkowych tuneli w celu skomunikowania ze sobą węzłów sieci. Podstawowym rozwiązaniem jest jednokierunkowość, co ma utrudniać analizę ruchu. Nadawanie i odbieranie informacji między dwoma węzłami odbywa się różnymi kanałami. Baza węzłów i połączeń między nimi jest samoorganizująca się (nie wymaga żadnego serwera centralnego) i rozproszona. Każdy węzeł zawiera mapę sieci lokalnej. Wiadomości są łączone w struktury zwane „główkami czosnku”, są one szyfrowane w czterech warstwach. Biorąc pod uwagę dużą liczbę możliwych tras, którymi może się poruszać ruch, osoba trzecia podejrzenie pełnego połączenia przez osobę trzecią jest mało prawdopodobne. Sieć ma własną pseudodomenę – .i2p.

Oprogramowanie, które implementuje tę warstwę, nazywa się „routerem I2P”, a komputer z systemem I2P nazywa się „I2P węzeł”. I2P jest darmowy i open source oraz jest publikowany na wielu licencjach. Ponieważ I2P jest anonimową warstwą sieci, został zaprojektowany tak, aby inne oprogramowanie mogło z niego korzystać do

---

<sup>28</sup> Strona główna projektu <http://www.i2p2.de/pl/about/intro>.



anonimowej komunikacji. W związku z tym istnieje wiele różnych narzędzi dostępnych obecnie w I2P lub w fazie rozwoju. Wewnątrz sieci I2P możliwa jest implementacja oraz korzystanie z usług o funkcjonalności identycznej z ich odpowiednikami w sieci Internet. W szczególności są to:

- serwery HTTP<sup>29</sup> (umożliwiające publikację stron, tzw. eepsites<sup>30</sup>),
- serwery IRC<sup>31</sup>,
- serwery Telnet/SSH<sup>32</sup>,
- mechanizmy wymiany plików,
- anonimowe serwery proxy<sup>33</sup> dla WWW spoza sieci I2P,
- anonimowe serwery SMTP/POP3<sup>34</sup>.

Zaletami tej sieci jest to, że brak centralnego węzła sieci zmniejsza jej podatność na awarie oraz ataki, a szyfrowanie przesyłanych paczek danych przez każdy z węzłów pośredniczących w transmisji znacznie utrudnia ustalenie prawdziwych adresów IP węzła źródłowego i docelowego oraz praktycznie uniemożliwia odczytanie właściwej informacji. Wadą natomiast to, że sieć nie osiągnęła progu masowości ze względu na mniejszą popularyzację, a także nieco trudniejsza instalacja i konfiguracja oraz to, iż nie zaleca się używania tej sieci z systemem Windows i Mac ze względu na łatwiejszą deanonimizację.

Sieć systemu trasowania cebulowego<sup>35</sup> The Onion Router (TOR), została stworzona przez matematyka Paula Syversona oraz informatyków Michaela G. Reeda i Davida Goldschlaga, pracowników laboratoriów Marynarki Wojennej Stanów Zjednoczonych (US Naval Research Lab – NRL). Głównym celem ich projektu było rozdzielenie informacji identyfikacyjnych z routingu i zaprojektowanie anonimowej sieci komunikacyjnej dla celów wojskowych w ARPANET. Od 1997 r. projekt nadzorowała Defense Advanced Research Projects Agency<sup>36</sup>. Pierwotna wersja programu TOR

<sup>29</sup> HTTP (ang. *Hypertext Transfer Protocol*) – protokół przesyłania dokumentów hipertekstowych to protokół sieci WWW (ang. *World Wide Web*). Obecną definicję HTTP stanowi RFC 2616.

<sup>30</sup> To witryna hostowana anonimowo, ukryta usługa dostępna za pośrednictwem przeglądarki internetowej. Można uzyskać do niej dostęp, ustawiając serwer proxy HTTP przeglądarki internetowej tak, aby korzystał z serwera proxy sieci Web I2P (zwykle nasłuchuje na porcie hosta lokalnego 4444).

<sup>31</sup> IRC (ang. *Internet Relay Chat*) – jedna ze starszych usług sieciowych umożliwiająca rozmowę na tematycznych lub towarzyskich kanałach komunikacyjnych, jak również prywatną z inną podłączoną aktualnie osobą.

<sup>32</sup> Standard protokołu komunikacyjnego używanego w sieciach komputerowych do obsługi odległego terminala w architekturze klient-serwer. SSH (ang. *secure shell*) – standard protokołów komunikacyjnych używanych w sieciach komputerowych TCP/IP.

<sup>33</sup> Serwer pośredniczący (pośrednik, ang. *proxy*) – oprogramowanie lub serwer z odpowiednim oprogramowaniem, które dokonuje pewnych operacji (zwykle nawiązuje połączenia) w imieniu użytkownika. Często utożsamiany z pośrednikiem HTTP (*HTTP proxy*).

<sup>34</sup> SMTP (ang. *Simple Mail Transfer Protocol*) – protokół komunikacyjny opisujący sposób przekazywania poczty elektronicznej w Internecie. Standard został zdefiniowany w dokumencie RFC 821. Post Office Protocol (POP) – protokół internetowy z warstwy aplikacji pozwalający na odbiór poczty elektronicznej ze zdalnego serwera do lokalnego komputera poprzez połączenie TCP/IP.

<sup>35</sup> Nazywany tak ze względu na wykorzystywanie wielowarstwowego, podobnego do cebuli, szyfrowania danych (ang. *onion* – cebula).

<sup>36</sup> Defense Advanced Research Projects Agency – DARPA (Agencja Zaawansowanych Projektów Badawczych w Obszarze Obronności). W latach 1958-1972 i 1993-1996 pod nazwą – Advanced Research Projects Agency – ARPA (Agencja Zaawansowanych Projektów Badawczych) – amerykańska agencja rządowa zajmująca się rozwojem technologii wojskowej działająca w strukturach Departamentu Obrony – por. przypis 2.

została stworzona 20 września 2002 r. przez wcześniej wspomnianego Paula Syverona oraz informatyków Rogera Dingledine i Nicka Mathewsona. W roku 2004 rząd Stanów Zjednoczonych udostępnił kod programu do domeny publicznej. Projekt w latach 2004-2005 uzyskał patronat finansowy organizacji Electronic Frontier Foundation zajmującej się aktywizmem na rzecz praw cyfrowych. Od 2005 roku rozpoczęto opracowywanie narzędzi wykraczających poza samo proxy Tora. Rozwój przeglądarki Tor Browser rozpoczął się w 2008 roku. Obecnie, od 2006 r., nad rozwojem The Onion Router czuwa TOR Project Inc. – organizacja non-profit, która stawia przed sobą cele badawczo-naukowe<sup>37</sup>. Aktualnie nazwa TOR, używana jest zarówno do przeglądarki, jak i protokołu sieciowego<sup>38</sup>. Celem TOR jest zapewnienie anonimowości swoim użytkownikom, tak aby wyśledzenie ich tożsamości, adresu IP oraz lokalizacji w sieci było możliwie najtrudniejsze. Istota działania protokołu sieciowego opiera się na wielowarstwowym szyfrowaniu danych. Dla każdej komunikacji sieć Tor tworzy obwód wirtualny obejmujący co najmniej trzy kolejne, losowo wybrane serwery pośredniczące, zwane również węzłami komunikacyjnymi lub routerami. Informacje o nich są pobierane przez klienta Tora na maszynie źródłowej z serwera katalogów. Klucze szyfrujące są wymieniane z wybranymi routerami za pomocą protokołu uzgadniania kluczy szyfrujących, opracowany przez Witfielda Diffiego oraz Martina Hellmana w 1976 roku. W węźle źródłowym pakiety danych szyfrowane są wiele razy, raz dla każdego używanego węzła przekaźnikowego. Router po otrzymaniu danych w pierwszej kolejności usuwa jedną warstwę szyfru, aby móc uzyskać dostęp do adresu kolejnego węzła komutacyjnego, a następnie przesyła je dalej. W ten sposób, każdy węzeł Tor ma wiedzę tylko o węzłach przekaźnikowych położonych o jeden skok od siebie, ale nie może odszyfrować treści ani znaleźć jej ostatecznego miejsca docelowego. Klucz do szyfru bezpośrednio zabezpieczającego treść pakietu informacji posiada wyłącznie ostatni węzeł komunikacyjny, który przesyła dane do serwera docelowego. Z perspektywy użytkownika odczytującego odszyfrowane wiadomości dane pochodzą z ostatniego węzła komunikacyjnego, a właściwy nadawca treści pozostaje nieznany. W najnowszych wersjach protokołu TOR wprowadzono nową funkcjonalność zezwalającą na hostowanie całych witryn w węzłach TOR, co uniemożliwia ich wykrycie. Usługi działające w sieci TOR są znane jako „usługi ukryte”, w których wykorzystuje się rozproszoną tabelę mieszającą (DHT). DHT działa jako forma rozproszonego DNS, przekształcając nazwę hosta w domenie '.onion' na dane kontaktowe niezbędne do nawiązania połączenia z usługą ukrytą. W takim przypadku adresy IP klienta i serwera są ukryte przed osobami trzecimi, które próbowałyby analizować lub blokować ruch. Samo korzystanie z sieci nie gwarantuje anonimowości, co czyni pakiet przeglądarki Tor (TBB) niezbędnym składnikiem architektury zorientowanej na prywatność. TBB to rozszerzona wersja wsparcia (ESR) przeglądarki Firefox Mozilli, w pakiecie z obowiązkowymi dodatkami, które chronią anonimowość użytkowników. Filozofia projektowania przeglądarki stwierdza, że TBB powinien chronić użytkownika przed znanymi atakami internetowymi zaprojekto-

---

<sup>37</sup> Strona główna projektu <https://www.torproject.org/>.


<sup>38</sup> Od 30 czerwca 2020 r. przeglądarka jest do pobrania w wersji Tor Browser 9.5.1, choć dostępna jest także wersja rozwojowa Tor Browser 10.0a2. Od 2 lipca 2020 r. Internet ma około 16 miesięcy na migrację z protokołu sieciowego w wersji v2 do v3.

wanymi w celu ujawnienia tożsamości użytkownika, a także zminimalizowania ilości danych przeglądania zapisanych na dysku. Aby to włączyć, wtyczki takie jak NoScript, która chroni użytkownika przed złośliwym kodem na stronach internetowych są używane domyślnie, podobnie jak tryb prywatnego przeglądania przeglądarki Firefox. Wymuszenie trybu przeglądania prywatnego oznacza, że historia przeglądarki nie jest zapisywana na dysku przez samą przeglądarkę, co powinno utrudnić w czasie analizy kryminalistycznej określenie odwiedzanych stron internetowych [61, 41, 62].

Myśląc o Darknecie ludzie z reguły kierują się stereotypami i wyobrażają sobie same zło i nielegalne działalności. Jest to oczywiście napędzane przez media. Jednak nie jest to tylko strefa przestępcza, można w niej znaleźć wszelkiego rodzaju fora np. dla opozycjonistów z krajów niedemokratycznych, dziennikarzy, lub osób, które chcą aktywnie działać, a nie mogą sobie na to pozwolić w realiach „normalnego” Internetu. Hubert Wojciechowski w swoim opracowaniu przywołuje szwedzkiego konsultanta do spraw bezpieczeństwa Dana Egerstad, który założył i monitorował własne serwery tego typu. W 2007 r. udało mu się przechwycić e-maile z około setki kont pocztowych zarejestrowanych w TOR. Na podstawie treści tych wiadomości można było wywnioskować, iż należały one m.in. do: ambasad Australii, Japonii, Iranu, Indii i Rosji, ministerstwa spraw zagranicznych Iranu, biura wizowego Wielkiej Brytanii w Nepalu czy kilku organizacji walczących o prawa człowieka z Hongkongu [60]. W Darknecie istnieje wolność słowa oraz możliwość wyrażania własnych opinii. Różne systemy i ustroje państwowe nakładają cenzurę, przez co obywatele nie mają dostępu do rzetelnych informacji, dlatego zaczynają szukać ich w ciemnej stronie Internetu. Częstym zjawiskiem w takich krajach jest to, że obywatele nie mogą publicznie wyrażać swoich poglądów i opinii, a wówczas Darknet daje im możliwość swobodnego rozmawiania o tym z innymi użytkownikami. Ludzie zbierają się na różnych forach dyskusyjnych oraz wymieniają się swoimi zdaniem na dany temat z osobami, które nie są z tego samego regionu świata i mają odmienne poglądy. Anonimowość, jaką daje ciemna sieć, powoduje w ludziach uczucie pewności i wolności, dlatego tak wiele osób korzysta z niego. Ciekawym przykładem jest również obecność Facebooka obsługiwanego przez przeglądarkę TOR, gdzie jego użytkownicy są bardziej anonimowi. Bez Darknetu nie istniałby whistleblownig<sup>39</sup>, który służy do zdobywania tajnych wiadomości o nielegalnych czynach, po czym poufne informacje są przekazywane i ujawniane społeczeństwu. Wówczas opinia publiczna dowiaduje się o nieprzyzwoitych działaniach pewnych firm lub osób będących na wysokich stanowiskach czy nawet działań rządowych, a skutkiem tego jest negatywna opinia wśród obywateli. Najbardziej znanym przykładem to witryna internetowa w sieci TOR WikiLeaks umożliwiająca publikowanie w sposób anonimowy dokumentów (często tajnych) rządowych i korporacyjnych przez informatorów chcących zasygnalizować działania niezgodne z prawem. Witryna i związany z nią projekt rozpoczęły swoją działalność w grudniu 2006 r. i były trzymane w tajemnicy, aż do ujawnienia ich istnienia w styczniu 2007 r. przez Stevena Aftergooda [63], kiedy zawierała już 1,2 mln dokumentów.

---

<sup>39</sup> Termin powstały i stosowany w anglosaskim kręgu kulturowym (Wielka Brytania, Stany Zjednoczone, Kanada, Australia, Nowa Zelandia), utożsamiany w Polsce z pojęciem sygnalisty czy demaskatora.



The screenshot shows the website [www.carderplanet.com](http://www.carderplanet.com) with the title "International Carder's Alliance Forum Index". The page displays a forum index table with the following data:

Forum	Topics	Posts	Last Post	Moderators
<b>Общий форум</b>				
Русский Общий Форум Все последние сообщения, отправленные в русских форумах, вы можете видеть здесь	7235	36369	Fri May 02, 2003 10:10 pm <a href="#">MethodMan</a>	
<b>Кардинг</b>				
Кардинг & форум Все общие темы, касающиеся кардинга и вопросы работы форума CarderPlanet.	477	3258	Fri May 02, 2003 9:17 pm <a href="#">bratsk</a>	<a href="#">scout</a> , <a href="#">BadB</a> , <a href="#">King Arthur</a>
Мировые околокардинговые новости Новости, прямо или косвенно касающиеся кардинга, взятые из открытых источников.	430	1236	Fri May 02, 2003 12:46 pm <a href="#">Shoqun</a>	<a href="#">Developer</a> , <a href="#">Highlander</a>
Библиотека кардера. Аналитика. Статьи. Библиотека кардера. Статьи специалистов. Аналитика.	136	1007	Fri May 02, 2003 2:49 pm <a href="#">bratsk</a>	<a href="#">King Arthur</a> , <a href="#">Highlander</a>
Безопасность Безопасность. Как выйди мокрым из огня, сухим из воды. И зачем.	590	3543	Fri May 02, 2003 10:00 pm <a href="#">z-link</a>	<a href="#">RyDen</a> , <a href="#">*Hash*</a>
Обналичка Как обналичить деньги. Чеки, E-Gold, PayPal, вайры, E*Trade, АСН, и т.д. Кто ищет деньги?	254	1441	Fri May 02, 2003 3:10 pm <a href="#">Gavado</a>	<a href="#">--</a> , <a href="#">Pan Kohones</a>

Rysunek 2. Zrzut ekranu grupy dyskusyjnej International Carder's Alliance Forum z okresu jej działania w Surface Web. Źródło zbiory własne autorów

Nie da się jednak ukryć tego, że rozwój Darknetu oraz zdecydowane działania organów ścigania spowodowały przeniesienie się to tego obszaru szeregu witryn i grup dyskusyjnych dotychczas działających w indeksowanych obszarach Sieci. Przykładem tego może być grupa dyskusyjna International Carder's Alliance Forum poświęcona nadużyciom na szkodę elektronicznych instrumentów płatniczych (rys. 2), która przez kilka lat funkcjonowała w Surface Web, a dostęp tylko do niektórych zasobów ograniczała dla zarejestrowanych i posiadających odpowiedni poziom dostępu użytkowników. Forum było dwujęzyczne – zawierało teksty i dyskusje zarówno w języku rosyjskim, jak i w angielskim.

Konrad M. Mazur charakteryzując zawartość polskiego darknetowego forum dyskusyjnego ToRepublic wskazywał, iż można „tam zdobyć informacje na temat masek oraz przebrań, wszelkiego rodzaju broni, materiałów wybuchowych, narkotyków, trucizn, fałszywych dokumentów w tym np. dowodów osobistych i paszportów, kart kredytowych, prawa jazdy, fałszywych pieniędzy, haseł, numerów kart, e-szantażu. Dostępne są tam również informacje związane z socjotechniką oraz informacje o przebijaniu numerów samochodowych, nielegalnych tablic rejestracyjnych („lewe blachy”), schowków w samochodach, przemytu i przerzutu przez granicę” [48]. Przy tym temacie warto wspomnieć także o naszej rodzimej PUW, czyli Polskiej Ukrytej Wiki, na której można było znaleźć informacje o dostępnych w Darknetcie polskojęzycznych serwisach. Co ciekawe dostępne na niej były też instrukcje tego jak się zachować w przypadku, gdyby zostało się zatrzymanym przez organy ścigania, czyli jak uniknąć odpowiedzialności karnej za popełnione przestępstwa. Dostępne były

również informacje o tym jak dokonać zmiany tożsamości, jak wyłudzać pieniądze oraz umiejętnie oszukiwać. Jednym słowem porady dla tych, którzy chcą zarobić w nielegalny, łatwy sposób. Zostały one podane bardzo precyzyjnie, aby wiadomym było jakie działania krok po kroku należy wykonać, aby osiągnąć cel. Była ona swego rodzaju encyklopedią dla osób chcących wkroczyć w świat Darknetu. Autorzy P UW mogli za jej pośrednictwem zainicjować w człowieku chęć popełnienia czynu zabronionego i tym samym kreować nowych przestępców [48]. Jednakże Georgia Avarikioti, Roman Brunner, Aggelos Kiayias, Roger Wattenhofer oraz Dionysis Zindros przytaczają dane, które wskazują na to, że większa część tak zwanego ciemnego Internetu nie jest wykorzystywana do prowadzenia nielegalnych działalności, a 60 procent z jej zasobów klasyfikuje się jako elementy legalne [64]. Darknet jest ukryty przed oczami zwykłych użytkowników. Jego reputacja jest dwuznaczna i nie można zapomnieć o kryminalnym komponente sieci. Jednak kategorię uznania go za niebezpieczne środowisko, z którym należy walczyć, jest również niewłaściwe. Prawdopodobnie każdy użytkownik powinien sam zdecydować, czym tak naprawdę jest Darknet.

#### **4. Darkmarkety (cryptomarkets) – prawdziwa zmora cyberprzestrzeni**

*Z technologiami jak z bronią atomową. Może zabijać i ratować*

**Anna Streżyńska**

Możliwość zakupów online ma niemal taką samą historię jak Internet. John Markoff w książce *What the Dormouse Said: How the Sixties Counterculture Shaped the Personal Computer Industry* napisał, że pierwszą na świecie transakcją online była transakcja narkotykowa, bowiem „w 1971 lub 1972 r. studenci Stanford korzystający z kont Arpanet w Laboratorium Sztucznej Inteligencji Uniwersytetu Stanford przeprowadzili transakcję handlową ze swoimi odpowiednikami w Massachusetts Institute of Technology. Przed Amazonem, przed eBayem, przelomowym aktem handlu elektronicznego była umowa narkotykowa. Studenci skorzystali z sieci, aby po cichu zorganizować sprzedaż nieokreślonej ilości marihuany” [65]. Cyberprzestrzeń stała się przestrzenią funkcjonowania zjawisk i obszarów życia, które do tej pory istniały jedynie w sferze realnej, rzeczywistej. W 1984 roku 72-letnia amerykańska emerytka, złożyła zamówienie internetowe do pobliskiego sklepiku, stając się pierwszym zdalnym nabywcą produktów spożywczych. W 1994 roku przez Dana Kohna i Rogera Lee, byłych studentów London School of Economics oraz przez Guy H.T. Haskin i Eiji Hirai z Swarthmore College został założony NetMarket, który za pomocą szyfrowanych za pomocą programu PGP<sup>40</sup> danych z karty kredytowej pozwalał na dokonanie płatności internetowej. W 1994 r. powstała księgarnia internetowa Amazon, założona przez Jeffa Bezosa, która z czasem znacznie poszerzyła swój asortyment na inne towary, stając się – wg Deloitte – w roku 2018 czwartym z największych przedsiębiorstw handlowych świata z przychodem wysokości 118,573 mld USD [66]. 3 września 1995 roku, przez Pierre’a Omidyara została założona platforma aukcyjna

---

<sup>40</sup> Pretty Good Privacy (PGP) – narzędzie służące do szyfrowania, odszyfrowywania i uwierzytelniania między innymi poczty elektronicznej, plików, katalogów oraz partycji dyskowych. Projekt PGP został zapoczątkowany w 1991 przez Philipa Zimmermanna i rozwijany z pomocą społeczności programistów z całego świata.

eBay Inc, która dała pierwowzór szeregu innym internetowym serwisom aukcyjnym (np. polskiemu Allegro czy chińskiemu AliExpress). Do momentu upublicznienia sieci trasowania cebulowego, a więc de facto powstania powszechnego Darknetu, w przestrzeni publicznej powstawało wiele witryn handlowych oferujących asortyment zakazany w legalnej przestrzeni. Były to zarówno strony typu warez, czyli oferujące pirackie oprogramowanie lub programy służące do przełamania technicznych zabezpieczeń głównie oprogramowania, gier komputerowych, rzadziej sprzętu komputerowego, ale też przykładowo strony zawierające fałszywe karty płatnicze czy dokumenty tożsamości, czego przykładem jest ujawniona przez polską policję, a zlikwidowana przez amerykańskie organa ścigania jedna z witryn internetowych przedstawiona na rys. 3.

The screenshot displays a darknet marketplace interface with several sections:

- Special offers:** A banner with a man in a suit and a "SOLD OUT" stamp. Text: "The special offers. Only one lot always is offered. Do not miss." and "Today: Lot of 100 of Visa Credit Platinum (USA). Just are taken off from the processing centre. Cardholders shopped for Christmas. Fresh. All dumps are workable. Only one batch for special price 1399.00 \$ >>"
- What's new today:** A section titled "What's new today" with a red 'x' icon and text: "Visa Credit Platinum (USA) for sale again. Just are taken off from the processing centre. Cardholders shopped for Christmas & New Year. Fresh. All dumps are workable. >>"
- Dumps (tracks):** A section titled "Dumps (tracks)" with an image of a credit card and text: "Credit card dumps from \$0.89 per workable dump with both tracks >>"
- Travelers checks:** A section titled "Travelers checks" with an image of checks and text: "Thomas Cook's MC & Visa, AmEx checks. \$28 per \$100 check >>"
- Passports:** A section titled "Passports" with an image of passports and text: "More than twenty countries for a choose from >>"
- Real plastic:** A section titled "Real plastic" with an image of a credit card and text: "Banking quality unembossed blank Visa & MC, Gold AmEx & Visa Electron cards >>"
- Services:** A section titled "Services" with an image of money and text: "Clearing of money, reception of wire transfers, etc. >>"
- Merchant's board:** A section titled "Merchant's board" with an image of a board and text: "Board of verified suppliers of the goods & services >>"

Rysunek 3. Jedna z dostępnych w Surface Web witryn handlowych oferujących nielegalne towary na przełomie XX i XXI w. Źródło: [zbiory własne autorów]

Współczesne darkmarkety (cryptomarkets) zostały ukształtowane przez dwa zjawiska technologiczne, na które nałożyło się upowszechnienie Internetu. Pierwszym zjawiskiem było powstanie sieci The Onion Router (2003), zapewniającej wysoki poziom anonimowości i jednocześnie niezmiernie funkcjonalnej, drugim – stworzenie pierwszego środka płatniczego gwarantującego względną anonimowość (pseudo-anonimowość), czyli kryptowaluty bitcoin (2009). Aktualnie istniejące sklepy są już drugą generacją, bowiem ich właściciele wyciągnęli wnioski dotyczące bezpieczeństwa zarówno z działań amerykańskich organów ścigania likwidujących darkmarket Silk Road, jak i międzynarodowej Operacji Onymous przeprowadzonej w dniach 5 i 6 listopada 2014 roku. Silk Road, czyli Jedwabny Szlak, był pierwszym czarnym rynkiem w Darknecie, który w swojej ofercie miał głównie sprzedaż narkotyków i substancji psychotropowych [39-42]. Sama nazwa została zaczerpnięta od sieci szlaków handlowych między Chinami z Bliskim Wschodem, Europą oraz innymi krajami. Strona w sieci TOR została stworzona w 2011 roku. Jej właściciel i główny administrator Ross William Ulbricht, używający pseudonimu Dread Pirate Roberts, zakazał na niej handlu pornografią dziecięcą oraz obrotem danymi pochodzącymi ze skradzionych kart kredytowych. Wesley Lacson oraz Beata Jones zwracają także

uwagę, że strona nie służyła tylko do handlu, bowiem oprócz samej witryny z funkcjami przesyłania wiadomości, aby umożliwić kupującym i dostawcom interakcję, użytkownicy Silk Road mieli również dostęp do forum opartego na Torze z dyskusjami na temat efektów narkotyków, waluty Bitcoin, ocen dostawców i możliwości transakcji [39]. Jej członkowie tworzyli zamkniętą i zwartą społeczność, gdzie panowało wewnętrzne zaufanie między użytkownikami. Aby dokonać zakupów w witrynie, użytkownik musiał najpierw uzyskać bitcoin i wysłać na konto użytkownika w witrynie. Po dokonaniu zakupu środki były pobrane z konta Silk Road użytkownika i przechowywane w depozycie w pliku portfela prowadzonego przez Silk Road w oczekiwaniu na zakończenie transakcji. Po zakończeniu transakcji Silk Road księgował płatność na koncie dostawcy, pomniejszając ją o prowizję, którą Silk Road brał za sprzedaż (8-15% wartości transakcji). Sprzedawca następnie wycofywał bitcoiny ze swojego konta Silk Road, przenosząc je na zewnętrzny adres. Sprzedawcy mogli także zamieniać swoje bitcoiny na inne waluty, korzystając z usługi w witrynie. Silk Road został zamknięty przez organy ścigania w dniu 2 października 2013 r. W lutym 2015 r. Ross William Ulbricht został oskarżony<sup>41</sup>, a następnie skazany za 7 czynów, w tym rozprowadzanie narkotyków w internecie, zarządzanie nielegalnie działającą firmą, hacking i pranie brudnych pieniędzy na podwójne dożywocie bez możliwości skrócenia kary<sup>42</sup>. FBI poinformowało, że w momencie realizacji sprawy przejęło również bitcoiny (BTC) o wartości około 3,6 miliona USD. Według FBI, w ciągu dwóch i pół roku istnienia witryna wygenerowała sprzedaż w wysokości ponad 9,5 miliona BTC i pobrane od niej prowizje wynosiły ponad 600 000 BTC, co w chwili wniesienia aktu oskarżenia oznaczało około 1,2 miliarda USD obrotu i 80 milionów USD prowizji [58]. W lipcu 2018 r. został ekstradowany z Irlandii do USA Gary Davis ps. Libertas, drugi z administratorów Silk Road, który pomógł w uruchomieniu „Silk Road 2.0” – darkmarketu powstałego w miesiąc po śmierci Silk Road. Davis wykorzystał swoją wiarygodność w społeczności Silk Road, aby poręczyć za nową stronę internetową. Przez miesiąc pracował nad nową wersją Silk Road 2.0 jako administrator strony, dopóki nie został aresztowany w Irlandii w styczniu 2014 roku. Przyznał się do winy i za spisek związany z handlem substancją kontrolowaną (narkotyki) został skazany na sześć lat i sześć miesięcy pozbawienia wolności w dniu 25 lipca 2019 r.<sup>43</sup> W dniu 5 listopada 2015 r. drugi domniemany administrator Silk Road 2.0, Blake Benthall ps. Defcon, został aresztowany przez FBI w San Francisco<sup>44</sup>. Według FBI, we wrześniu 2014 r. Silk Road 2.0 osiągał sprzedaż w wysokości co najmniej około 8 milionów USD miesięcznie i około 150 000 aktywnych użytkowników. W ramach dochodzenia tajny agent Homeland Security Investigations (HSI) infiltrował administrację Silk Road 2.0 i uzyskał dostęp do szeregu informacji. Następstwem tych działań było rozpoczęcie w listopadzie 2014 r. operacji Onymous, międzynarodowej operacji mającej na celu likwidację nielegalnych rynków internetowych oraz aresztowanie sprzedawców i administratorów takich rynków, które nie

---

<sup>41</sup> Akt oskarżenia w sprawie USA vs R.W. Ulbricht jest dostępny do pobrania na stronie <https://es.scribd.com/document/172768269/Ulbricht-Criminal-Complaint>.

<sup>42</sup> Zapis postępowania sądowego z dnia 29.05.2015 r., w którym Ross Ulbricht został skazany na dożywocie za utworzenie i funkcjonowanie Silk Road jest dostępny do pobrania na stronie <https://es.scribd.com/doc/283722300/Ross-Ulbricht-Sentencing>.

<sup>43</sup> Stany Zjednoczone przeciwko Davis, nr 1: 13-CR-950-2 (SDNY 26 lipca 2019).

<sup>44</sup> Akt oskarżenia w sprawie USA vs B. Benthall jest dostępny do pobrania na stronie <https://es.scribd.com/doc/245742360/Benthall-Blake-Complaint>.

zaprzystały działalności po likwidacji Jedwabnego Szlaku i przejęły jego klientów. Operacja, w którą zaangażowano siły policyjne z 17 krajów, była koordynowana przez Europejskie Centrum ds. Cyberprzestępczości (EC3), Eurojust, FBI oraz U.S. Immigration and Customs Enforcement's (ICE) i HSI. Operacja zakończyła się aresztowaniem 17 osób, oraz przejęciem kilkuset adresów z domeny „onion” i zajęciem bitcoinów wartości 1 miliona USD (wg cen w momencie realizacji), narkotyków, złota i srebra. Oprócz Silk Road 2.0 na liście ofiar organów ścigania znalazły się także takie markety jak Pandora, Blue Sky, Topix, Flugsvamp, Cannabis Road oraz Black Market. Wyłączone zostały także serwisy zajmujące się praniem brudnych pieniędzy: Cash Machine, Cash Flow, Golden Nugget i Fast Cash. Jednak wiele serwisów zmieniło swoją lokalizację. Zrobił tak też Silk Road 2.0, który ostatecznie zakończył działanie w 2015 r. oraz nadał działające Agora, Evolution i Andromeda [67-69].

Działania policyjne nie usunęły narkotyków i nielegalnych farmaceutyków z darkmarketów. Jedynie upublicznione polskie wyniki badań, opublikowane w 2019 r. [70], a będące wynikiem obserwacji, prowadzonej od 6 do 27 sierpnia 2018 r. 17 sklepów, z których dziewięć to sklepy pojedynczych sprzedawców (tzw. vendor shops), a osiem to darkmarkety w pełnym tego słowa znaczeniu (realizujące model targowiska – wielu sprzedających, natomiast właściciel występuje jako tzw. zaufana trzecia strona) potwierdzają, iż najliczniejszą kategorią dóbr sprzedawanych w darkmarketach są środki psychoaktywne stanowiące blisko połowę wszystkich ofert (47,6%) w grupie ponad 226 tysięcy ofert. W większości są to produkty nielegalne (czarny rynek). Druga kategoria – około jednej czwartej wszystkich ofert (26,9%) – to towary legalne, choć w wielu przypadkach procedury ich dystrybucji są nielegalne (szary rynek). Trzecią pod względem liczebności grupą produktów i usług (15,2%) są programy i sprzęt komputerowy. Jest to kategoria mieszana, w której można odnaleźć produkty zaliczane do białego, szarego i czarnego rynku. Lokują się tu programy służące do popełniania przestępstw finansowych, „pirackie” wersje programów i gier oraz sprzęt i oprogramowanie związane z bezpieczeństwem czy kryptowalutami. Pozostałe kategorie, z których żadna nie przekracza 3 proc., to towary i usługi przynależne w większości do szarego i czarnego rynku [70]. Podobne wyniki znajdziemy w publikacjach zagranicznych [68, 71] oraz grafikach (rys. 4 i 5) dotyczących rynku Empire – najczęściej dostępne na czarnym rynku są: marihuana, kokaina, ekstazy, heroina, oxycodon, tramadol, fentanylny, codeina, morphina, methadon, opium oraz buprenorphine. Jednym z najbardziej popularnych jest fentanylny. Posiada on dodatkową zaletę, a mianowicie łatwo można stworzyć jego pochodne. Na rynkach Berlusconi oraz Wall Street dużą część oferentów proponowała ten narkotyk w różnej postaci, przez pastylki po proszek czy plastry, w większości przypadków w małych ilościach, chociaż zdarzały się wyjątki [71]<sup>45</sup>. Co więcej istnieje nie tylko możliwość kupna tego typu środków, ale w Darknecie działają także blogi i fora, na których znaleźć można wszelkiego rodzaju informacje na ich temat np. opisujące działanie lub opcje przyjmowania.

---

<sup>45</sup> Już po zrecenzowaniu materiału, a przed ostatecznym drukiem nastąpiły gwałtowne zmiany na rynku darkmarketów. Operacje policyjne prowadzone w 2017-2020 spowodowały zniknięcie z rynku darkmarketów AlphaBay (operacja FBI i DEA o kryptonimie Bayonet), Hansa (działania policji holenderskiej), Berlusconi Market (operacja Darknet włoskiej policji finansowej – Guardia di Finanza), Silkkitie – znanego także jako Valhalla Marketplace (działania fińskiej służby celnej – Tulli w ścisłej współpracy z francuską policją krajową – La Police Nationale Française) oraz zamknięcie, aktualnie z nieznanego powodów w sierpniu 2020 r. opisywanego w tekście darkmarketu Empire



BROWSE CATEGORIES	
➤ <input type="checkbox"/> Fraud	4604
➤ <input type="checkbox"/> Drugs & Chemicals	34649
➤ <input type="checkbox"/> Guides & Tutorials	3373
➤ <input type="checkbox"/> Counterfeit Items	2380
➤ <input type="checkbox"/> Digital Products	6929
➤ <input type="checkbox"/> Jewels & Gold	843
➤ <input type="checkbox"/> Carded Items	346
➤ <input type="checkbox"/> Services	702
➤ <input type="checkbox"/> Other Listings	398
➤ <input type="checkbox"/> Software & Malware	605
➤ <input type="checkbox"/> Security & Hosting	179

Rysunek 4. Screenshot kategorii z marketu Empire wg stanu z czerwca 2020. Źródło: zbiory własne autorów

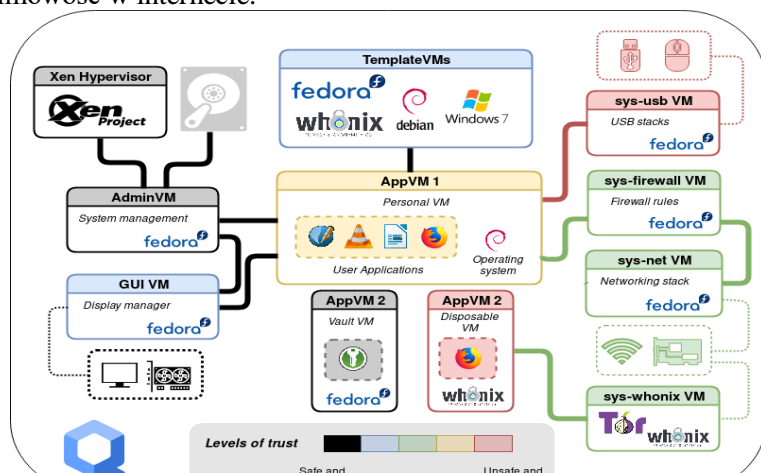
The screenshot displays the Empire Market homepage. At the top, there is a security notice: "The sentence above is here to ensure that you are on the real Empire Market site and not on a phishing site." Below this, the page is divided into several sections:

- AUTOSHOP:** Includes links for "Access the CC autoshop" and "Access the Accounts autoshop".
- LOTTERY:** Includes a link for "Access the Lottery".
- BROWSE CATEGORIES:** A sidebar menu listing categories and their item counts:
 

Fraud	4604
Drugs & Chemicals	34649
Guides & Tutorials	3373
Counterfeit Items	2380
Digital Products	6929
Jewels & Gold	843
Carded Items	346
Services	702
Other Listings	398
Software & Malware	605
Security & Hosting	179
- QUICK SEARCH:** A search bar with a "Search" button.
- FEATURED LISTINGS:** A grid of product listings with images, titles, and prices. Examples include:
  - "25x Adderall 30mg (IR) PHARM GRADE PRESSED 24 HOUR SHIP 1 YEAR SALE" (Item # 91339, Buy: EUR 106.64)
  - "Lemon Haze - The good one 1 Bulk discount" (Item # 164474, Buy: EUR 15.00)
  - "Top Shelf 1 Pound 448 Grams Flower" (Item # 186639, Buy: EUR 706.49)
  - "1g Highest Purity COCAINE - 100% uncut - FISHSCALE - High Class" (Item # 100459, Buy: EUR 69.00)
  - "Lemon Haze - The good one 1 Bulk discount" (Item # 164474, Buy: EUR 15.00)
  - "1 Pound - Lemon Haze (US-US)" (Item # 190807, Buy: EUR 666.50)
  - "\*\*\*ADDERALL-PHARM GRADE-PRESSED 30MG X25 FREE SHIPPING! 24HR SHIPPING!" (Item # 81265, Buy: EUR 133.30)
  - "EC 99% DCLUK 1G - 14G ROCK ISOMER S+ KETAMINE" (Item # 30825, Buy: EUR 0.01)
- SECURITY:** A section at the bottom of the page.

Rysunek 5. Screenshot strony głównej marketu Empire wg stanu z czerwca 2020. Źródło: zbiory własne autorów

Rodzi się więc pytanie z czego wynika popularność darkmarketów zarówno dla sprzedających, jak i kupujących. Podstawą funkcjonowania takiego marketu, są zabezpieczenia i zaufanie. Stworzone zostały one po to, aby nie każdy mógł z takiego miejsca korzystać. Gdyby były to ogólnodostępne miejsce, nie utrzymałyby się dłużej niż tydzień w sieci. Użytkownicy darkmarketów to zazwyczaj nie detaliści kupujący dla siebie, ale osoby które zakupione poprzez stronę internetową towary, sprzedają drożej innym, samodzielnie rozprawdzającym zamówienie po mieście albo zlecającym to komuś. W związku z tym, iż wtedy cena różni się znacznie od początkowej, każda ze stron dba, aby market był dobrze zabezpieczony i był głównym źródłem ich dochodów na podstawie ich własnej marży. Wydawać się może, że wejście na taki market jest czymś niemożliwym dla szarego użytkownika Internetu i jest to strona dla wymienionych ekspertów informatycznych. Nie jest to natomiast aż tak skomplikowane jak mogłoby się wydawać. Wejście do Darknetu wymaga jedynie specjalistycznego oprogramowania umożliwiającego poruszanie się po sieci, stąd tak ogromna popularność sieci trasowania cebulowego TOR, bowiem rozwijający ten produkt mają w swojej ofercie łatwą w obsłudze przeglądarkę. Dodatkowo wystarczy, że osoba kupująca użyje VPN-a, czyli programu, który zmienia IP na dany kraj lub proxy (najlepiej zastosować wtedy socks5). Można także używać Virtual Machine, ale to już gdy jest się zainteresowanym większym lub specyficznym zakupem, np. hurtową ilością narkotyków lub bronią, bo dzięki temu można zadbać o większą anonimowość. Jeśli chodzi o zabezpieczenia ze strony vendorów (sprzedawców), to najlepszym sposobem jest używanie tailsów (z ang. *The Amnestic Incognito Live System*), które pozwalają pozostać w pełni anonimowym w internecie, a przy połączeniu tego z Virtual Machine powodują, że połączenie właściwie jest nie do namierzenia. Virtual Machine to nic innego jak po prostu wirtualny komputer, który dodatkowo instaluje się na własnym używanym komputerze. Pozwala na instalację wybranego przez użytkownika dowolnego systemu operacyjnego np. Windows, Linux, MacOS, dzięki czemu w Sieci widoczny jest jak całkowicie inny komputer z inną lokalizacją. Bardzo popularnym systemem operacyjnym wśród vendorów jest QubesOS<sup>46</sup>, który pozwala zachować anonimowość w internecie.



Rysunek 6. Przykład systemu operacyjnego Qubes. Źródło: <https://www.qubes-os.org/intro/>

<sup>46</sup> Strona główna produktu <https://www.qubes-os.org/>.

Każdy sklep posiada kilku sprzedawców lub tak zwanych doradców klienta. Zasady funkcjonowania sklepów także są znane i nie dziwi nikogo, że istnieje się coś takiego jak prowizja od sprzedaży. W darkmarkecie jest zazwyczaj niezliczona ilość vendorów, czyli sprzedawców. Zostanie nim wydawać się może jako skomplikowane, lecz wymagania są bardzo proste. Oferent wybiera market, na którym chce się prowadzić swoją sprzedaż i rejestruje się, a następnie wpłaca kwotę w wysokości 500 \$ w kryptowalucie. Zarejestrować się jako vendor może tak naprawdę każdy, natomiast trzeba mieć stały dostęp do swojego produktu i dbać o klientów. Pierwszym krokiem zazwyczaj jest sprzedawanie sampli, czyli próbek. Przykładowo 1 gram MDMA (Ecstasy) można nabyć już za jedynie 1 \$, gdyż jest to standardowa cena za sampel. W ten sposób użytkownicy mają możliwość wypróbowania danej substancji od sprzedawcy, który ma swoich chemików. Cena jest zachęcająca dla klienta, więc jest większe prawdopodobieństwo, że skorzysta z sampla niż zakupi coś w regularnej cenie od innego vendora. Przyciągające są też chwytliwe opisy. Po dokonaniu zakupu, sprzedawca prosi o wystawienie opinii na jego profilu. Otóż może się zrodzić pytanie, w jakim celu sprzedają produkty po 1 \$ oraz jak im się to opłaca? Odpowiedź jest bardzo prosta. Im więcej osób zakupi sampel, tym więcej wystawi opinie. Gdy na profilu sprzedawcy pojawi się około 50 pozytywnych opinii, wtedy przestaje on sprzedawać sample i zaczyna prowadzić handel w regularnej o wiele wyżej cenie oraz wprowadzać większe ilości produktu. Jeśli będzie wielu zadowolonych klientów to pozycja na markecie bardzo szybko wzrośnie, co niesie za sobą większe szanse, że ktoś skorzysta z usług akurat tego vendora na podstawie wystawionych opinii. Mogłoby się wydawać, że w świecie, w którym królują nielegalne substancje nie panują żadne zasady i jest tam jeden wielki chaos. Nic bardziej mylnego, ponieważ są wymagania, które muszą być spełnione. Jednym z nich jest narzucony przez vendorów obowiązek komunikowania się przez klucz PGP i tylko w ten sposób porozumiewają się z klientami lub za pomocą strony privnote.com, dzięki której jest możliwość odczytania wiadomości tylko raz przez konkretną osobę i ustalony czas. Oczywiście są też zasady obowiązujące handlarzy na marketach narkotykowych, czyli zakaz sprzedawania konkretnych produktów, takich jak broń, dziecięca pornografia lub instrukcje wykonania bomby. Jeśli ktoś złamie te zasady, zostanie bana, czyli zablokowanie dostępu do strony oraz swojego profilu. Oczywiście środki zgromadzone na marketowym wirtualnym portfelu także zostaną zablokowane i wypłacenie ich będzie niemożliwe. Większość vendorów przestrzega tych zasad w obawie o utratę pieniędzy oraz pozycji swojego profilu, na który długo pracowali i zapłacili wcześniej już wspomniane 500 \$ za rejestrację. Nie powinno być to zaskoczeniem, że dany produkt w Internecie jest o wiele tańszy niż stacjonarnie. Przykładowo, w markecie cena 1 grama MDMA to zazwyczaj okolice 4 \$ (około 15 PLN) natomiast na ulicy to już koszt nawet 180 PLN. Taka różnica w cenie wynika z tego, że większość zainteresowanych produktem nie potrafi dostać się do takiego marketu oraz obawia się konsekwencji związanych z zamówieniem takiej przesyłki na swój adres albo obawia się poruszania po Darknetcie, nie znając tej sieci. Proces kupowania niczym się nie różni od zakupów w normalnym sklepie internetowym. Wybiera się interesującą kategorię oraz produkt i dodaje do koszyka. Jeśli natomiast chodzi o płatność, to realizowana jest poprzez tak zwany wirtualny portfel, gdzie nabywca dodaje środki na swoje konto

w markecie lub finalizuje transakcję bitcoinami. Następnie za pomocą strony privnote.com lub klucza PGP przesyła vendorowi swój adres zamieszkania, dostawy lub adres najbliższego paczkomatu, do którego ma zostać wysłana paczka. Proces pakowania nie jest także niczym skomplikowanym, gdyż produkt pakuje się w woreczki strunowe, a następnie przy pomocy pakowarki próżniowej zabezpiecza się zamówienie, aby zapach nie był wyczuwalny podczas dostawy i sprawdzania paczki przez psy policyjne. Sprzedawca zamówienie pakuje do koperty lub w przypadku większego zamówienia do kartonu i wysyła na dany paczkomat lub kurierem. Bardzo popularnym zjawiskiem są tak zwani podstawieni kurierzy, którzy mają umowy z vendorami, aby bezpiecznie dostarczyć paczkę z punktu *a* do punktu *b*, bez interwencji policji, w zamian za wynagrodzenie finansowe.

Jak widać z opisywanego powyżej przykładowego sposobu działania darkmarketu wraz z rozwojem społeczeństwa informacyjnego przestępcy odkrywają nowe możliwości. Organizacje terrorystyczne wykorzystują Darknet po to, aby zwiększyć poziom bezpieczeństwa tajnych informacji oraz oczywiście anonimowość swoich działań oraz członków. W raporcie *Trends in the offensive Arena, Analysis of cyber Trends 2016* opublikowanym przez International Institute for Counter-Terrorism (ICT) możemy znaleźć idealny przykład, który pokazuje, jak terroryści mogą wykorzystywać ukrytą sieć do swoich celów. Opisywana jest w nim sytuacja, gdzie jeden z wojowników państwa islamskiego, zamieszany w atak terrorystyczny, zaopatrzył się w broń właśnie za pośrednictwem darkmarketu [72]. Cały świat przestępczy ukierunkowany jest głównie na zyski, dlatego udoskonala on stosowane przez siebie metody, tak aby zminimalizować straty i przede wszystkim ryzyko zatrzymania przez organy ścigania. Właśnie dlatego zaczął przenosić prowadzenie swoich działalności do świata Darknetu, gdzie może liczyć na swobodniejsze działania i tak upragnioną anonimowość. Staje się on przez to jeszcze bardziej niebezpieczny niż był do tej pory. Organizacje przestępcze tworzą tym samym wokół siebie pewnego rodzaju otoczkę strachu i niepokoju, który jest przez nich bardzo pożądanym. Ofiara ich przestępczego działania staje się jeszcze bardziej bezbronna. Niestety nie jest to jeszcze do końca zbadana przestrzeń działania przestępców, a polskie publikacje i wnioski zawarte w pracach Anny Banaszkiwicz i Szymona M. Buczyńskiego [73], Konrada M. Mazura [48] i Daniela Midery [70] i Huberta Wojciechowskiego [60] wyraźnie wskazują na potrzebę prowadzenia takich badań. Ale też trzeba tu się zgodzić, ze stanowiskiem Daniela Midery, że „*badanie darkmarketów wykracza poza standardowe kompetencje badacza z obszaru nauk społecznych. Konieczne zatem jest opanowanie technik informatycznych co najmniej z zakresu konfiguracji oprogramowania służącego do korzystania z badanych obszarów Internetu oraz kryptografii. Niezbędne jest również poznawanie socjolekty bogatego w pojęcia informatyczne i technologiczne (odnoszące się do usług i towarów będących przedmiotem wymiany), a także specyficznej nomenklatury użytkowników i sprzedawców darkmarketów. Nieodzowne jest swoiste towaroznawstwo (narkotyki, broń, dokumenty, informacje, podrabiane towary) oraz rudymetarna wiedza o popełnieniu typowych oszustw podczas tego typu transakcji. Znaczna liczba ofert darkmarketów oraz ich zróżnicowanie wymagają zastosowania zautomatyzowanej eksploracji za pomocą robotów sieciowych. Problemem metodycznym jest brak możliwości (ocenianej subiektywnie) badania niektórych ofert dotyczących niele-*

galnych treści, a także realnych sposobów nabywania i dystrybucji towarów. Ponadto jednostki uczestniczące w wymianie handlowej tworzą specyficzne, hermetyczne grupy. Nawiazanie z kimkolwiek kontaktu wymaga więc dużego wysiłku. Powyższe problemy skłaniają do poszukiwania oryginalnej metodyki badania, która jednocześnie będzie spełniać wymogi pracy naukowej” [70].

## 5. Ciemna strona mediów społecznościowych – subiektywnie wybrane zagadnienia

*Treść to ogień. Social media to benzyna. Dopiero razem dają efekt*

**Jay Baer**

Media społecznościowe (ang. *Social Media*) to forma przekazu informacji następująca za pośrednictwem stron bądź aplikacji działających w sieci internetowej, w ramach społeczności tworzonych poprzez użytkowników tych serwisów, posiadających konta w różnych sieciach społecznościowych – najbardziej popularne to Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn, TikTok i MySpace. Media społecznościowe, z uwagi na szerokie grono użytkowników i technologiczne możliwości, wpłynęły istotnie na życie większości z nas i stały się znaczącym elementem cyberprzestrzeni. W Polsce według statystyk Gemius 75% internautów korzysta z Facebooka. Największy odsetek użytkowników stanowią osoby młode od 13 do 35 roku życia. Można przypuszczać, że dla tej grupy wiekowej będzie to jedno z najbardziej powszechnych i naturalnych form komunikacji [74]. Ale mało kto pamięta o ich wadach i ciemnych stronach, choć istnieje w tym zakresie sporo badań naukowych [74, 75 i bibliografia tam podawana].

Media społecznościowe to dla wielu ludzi ważny środek komunikacji. Wykorzystywane są one w celach zawodowych, prywatnych, rekreacyjnych czy informacyjnych – np. w celu podzielenia się z resztą świata różnymi informacjami, które uznajemy za istotne, przy czym ich zaletą jest brak dystansu – można również korespondować, często w czasie rzeczywistym z osobami będącymi na drugiej półkuli ziemskiej, niezależnie. Dzięki nim poznaje się mnóstwo nowych osób, które w przestrzeni realnej prawdopodobnie nigdy by się nie spotkały. Używane są również w celach marketingowych przez większość przedsiębiorców. Jak widzimy dzięki rozwojowi technologii powstały nowe formy przekazu informacji, które potrafią nam jak i wielu jednostkom ułatwić życie. Niestety mogą równie dobrze je zniszczyć.

Każdy z nas zakładając sobie profil społecznościowy nawet nie zastanawia się nad tym, ile poufnych danych wprowadza do Internetu. Imię, nazwisko, adres zamieszkania, dane z karty kredytowej, numer telefonu, praktycznie streszczamy cały nasz życiorys. Myślimy, że to będą informacje tylko dla znajomych, lecz jak się potem okazuje tak naprawdę każdy, kto by tylko chciał, ma dostęp do tych informacji. Wrzucając jedno zdjęcie do Internetu i na zawsze ono w nim już pozostanie, nawet jeżeli je postanowimy usunąć. Wszystkie te informacje dla nas nie mają większego znaczenia (oczywiście do czasu), więc dzielimy się nimi na lewo i prawo. Wrzucamy przykładowo w czasie rzeczywistym do Instagrama relacje z naszego dzisiejszego dnia, informując przez to wszystkich gdzie jesteśmy i o jakiej porze. Chwalimy się przed znajomymi praktycznie każdą rzeczą, istotną informacją, czy nowym samochodem czy nowona-

rodzonym dzieckiem, a nawet nie zdajemy sobie sprawy, ile tak naprawdę informacji zostawiamy w Internecie. Może to doprowadzić do naprawdę tragicznych konsekwencji, takich jak wyczyszczone konto bankowe, podszywanie się pod nas na innych portalach społecznościowych albo używanie naszych danych w celach brania pożyczek lub wyłudzenia pieniędzy.



Rysunek 7. Ilustracja zamieszczona na profilu niemieckiej Policji ostrzegająca użytkowników Facebooka przed zagrożeniami. Źródło: zbiory własne autorów

Musimy pamiętać, że samo ustawienie konta na prywatne nie wystarcza, ponieważ dodając osobę do znajomych, ma ona prawo korzystać z naszych danych, ponieważ udostępniamy je tam sami i dobrowolnie. A w Internecie nie mamy, jak sprawdzić czy ta osoba jest naprawdę tym, za kogo się podaje. SOCMINT (ang. *Social Media Intelligence*), czyli wywiad z portali społecznościowych przestał już być domeną wyłącznie służb specjalnych. Stosują go coraz częściej agencje detektywistyczne, pioniry kadrowe (HR), ale też grupy przestępcze. Informacje uznawane za przydatne przy zawężeniu pola wyszukiwania konkretnej osoby to [76]:

- informacje podstawowe: data urodzenia, wykształcenie, status rodzinny, miejsce zamieszkania, hobby, zainteresowania, pseudonim, numer telefonu, adres email itp.;
- informacje z zakresu biznesu: prowadzona działalność lub miejsce pracy, zaangażowanie w działania charytatywne, stowarzyszenia itp.;
- informacje o znajomych: z kim, gdzie i kiedy dana osoba się spotyka.

Poważnym problemem stają się uzależnienia od socjalmediów. Według wielu badań prowadzonych na próbie polskiej, odsetek młodzieży uzależnionej od Internetu waha się między 0,4%, a 8,6%, natomiast w grupie młodych dorosłych oscyluje wokół 2%. Z kolei wśród młodzieży w grupie ryzyka tego typu uzależnienia znajduje się od 5,9% do 29% osób. Wśród młodych dorosłych grupa ta szacowna jest między 4,9%, a 31,3% osób [74 i bibliografia tam podawana]. Mateusz Hędzielek [77] wskazał trzy płaszczyzny życia narażone na zaniedbanie w skutek uzależnienia od Internetu. Do skutków psychologicznych zaliczył zubożone kontakty interpersonalne, obniżone samopoczucie wywołane ograniczeniem kontaktu z siecią, rezygnacja z dotychczasowych pasji i zainteresowań, brak motywacji do podejmowania działań, obniżenie umiejętności poznawczych, zaburzenia cyklu okołodobowego i nieustanne poczucie

irytacji. Jako skutki w relacjach społecznych wskazał zanik więzi emocjonalnych, zaniedbywanie codziennych obowiązków związanych z życiem w związku, stosowanie kłamstw mające na celu zatajenie przypadłości i zastępowanie kontaktów z realnymi osobami wirtualnymi przyjaciółmi. Osłabiony wzrok, zespół cieśni nadgarstka, skrzywienie kręgosłupa i zespół RSI to wg niego skutki fizjologiczne i fizyczne uzależnienia od Internetu.

Większość ludzi nie ma nawet pojęcia, ile media społecznościowe potrafią wyrządzić krzywdy młodemu bądź dorosłemu człowiekowi. „Cyberbullying” – termin związany z nękaniami, prześladowaniem bądź stosowaniem przemocy słownej poprzez media społecznościowe i nie tylko – staje się coraz bardziej dostrzegany. Publikatory raportują o bardzo szybkim wzroście cyberprzemocy, głównie wśród młodzieży. Badania uczniów klas VI-VIII szkół podstawowych oraz klas III szkół gimnazjalnych (N = 10171) z 64 szkół znajdujących się w miejscowościach do 100 tys. mieszkańców i 13 szkół zlokalizowanych w miejscowościach powyżej 100 tys. mieszkańców [75] wskazały, że ofiarą cyberprzemocy padło 8,9 proc. badanych uczniów, niecałe 17 proc. uczniów było wyzywanych lub obrażanych, a co czwarty z nich był ignorowany lub został odtrącony przez rówieśników. Powinno to być bardzo niepokojące zwłaszcza dla rodziców, którzy często nie mają pojęcia jak temu zaradzić oraz dla pedagogów, którzy winni rozpocząć odpowiednie programy edukacyjne. Najczęstszymi formami cyberbullyingu wśród młodzieży są: publikowanie zdjęć w Internecie, nieprawdziwych informacji o danej osobie bądź grożenie w wiadomościach prywatnych. Przemoc internetowa może doprowadzić do wielu negatywnych skutków, takich jak pogorszenie wyników w nauce, izolacje społeczną, strach, choroby, a nawet depresje i samookaleczanie, a w najgorszym przypadku śmiercią młodego człowieka. Zatem musimy pamiętać, że nigdzie nie jesteśmy bezkarni nawet w Internecie. A nawet jakiś głupi komentarz w stosunku do drugiego człowieka może doprowadzić do katastrofy. Biorąc pod uwagę to, że użytkownikami cyberprzestrzeni stają się coraz młodsze dzieci, bo w tablety lub telefony komórkowe z dostępem do Internetu wyposażane są już nawet przedszkolaki, problem zaczyna być coraz poważniejszy. Zwrócili na to uwagę Mariusz Jędrzejko i Agnieszka Taper [78] stwierdzając *„Istotnym problemem w cyberprzestrzeni stała się zwłaszcza agresja, którą z uwagi na jej specyfikę stała się zwłaszcza agresja, którą z uwagi na jej specyfikę, można nazwać cyberagresją. Stanowią ją graficzne, wizualne obrazy przedstawiające akty agresji fizycznej i werbalnej dokonywane przez jednego człowieka wobec innego, których oglądanie zwiększa ryzyko podejmowania zachowań agresywnych w świecie realnym”*.

Kolejnym ciekawym zjawiskiem wśród młodzieży i dorosłych jest „FOMO” – fear of missing out (strach przed utratą). Widząc naszych znajomych w miejscu pracy, szkoły bądź miejscu publicznym, zawsze chcemy być na bieżąco z newsami, plotkami. Przykładowa sytuacja, jesteśmy na wspólnej grupce na Facebook’u, jedziemy samochodem i widzimy wiadomości znajomych, jak coś piszą między sobą, sięgamy po telefon i musimy odczytać bądź odpisać. Dlaczego? Właśnie dlatego że boimy się, że coś nas omija, że nie jesteśmy brani pod uwagę w danym momencie, ponieważ życie towarzyskie w Internecie stało się bardziej ważne niż życie własne bądź innych ludzi. Boimy się, że ludzie o nas zapomną, że dzieje się teraz w tym momencie coś znacznie bardziej interesującego, dlatego na przykład sięgamy po telefon podczas randki

z dziewczyną/chłopakiem albo na kawie z koleżanką/kolegą z pracy. W sieciach społecznościowych każdy pokazuje się od jak najlepszej strony, udajemy kogoś kim tak naprawdę nie jesteśmy tylko po to, aby nie zaginać w Internecie albo po to, by inni nas lubili. Kreujemy swoją fałszywą postać nie pod siebie, a właśnie pod innych. Widzimy na naszych portalach społecznościowych jak to każdy wie idealne piękne życie, przez co możemy się bardzo łatwo dobić psychicznie. Niestety żyjemy w czasach, gdzie nikt nie ma dla nikogo czasu, chyba że właśnie online jak to zauważyła Sherry Turkle, badaczka z Massachusetts Institute of Technology, od lat 70. śledząca wpływ rozwoju technologii komunikacyjnych na relacje międzyludzkie pisząc „*Czasami nie masz czasu dla przyjaciół, chyba że są online*” [79]. Utwierdzenie się w przekonaniu, że nasi znajomi i przyjaciele mają lepsze, ciekawsze życie niż my może doprowadzić do tego, że będziemy się sami gorzej zachowywać, a w efekcie stosować niemiłe komentarze pod ich postami w portalach społecznościowych. Samo zjawisko może stać się uzależniające, ponieważ nie będzie chwili, kiedy nie będziemy myśleć, że coś nas omija.

Media społecznościowe wcale nie są tak piękne i kolorowe, jak większość ludzi myśli. Uzależnienie, FOMO, SOCMINT, cyberprzemoc to tylko czubek góry lodowej ciemnych stron Social Mediów, tak naprawdę jest ich więcej. Musimy zachować zdrowy rozsądek – jako rodzic pilnować dziecka i treści, które ogląda i udostępnia. Natomiast jako użytkownik starannie wybierać informacje i dane, którymi chcemy się dzielić tak aby w przyszłości nie zostały wykorzystane przeciwko nam. Należy także pamiętać, iż cyberprzestrzeń nie zapomina, jej archiwizowanie trwa stale.

## **6. Komputerowe gry sieciowe – mało zauważalny problem cyberprzestrzeni**

*Byłabym zaskoczona, gdyby granie po Sieci po 10-12 godzin dziennie nie wpływało na mózg.*

**Nora Volkow, National Institute on Drug Abuse**

Bardzo trafnie problem scharakteryzował internetowy bloger TommiK słowami: „W związku z rozwojem technologii komputerowych, olbrzymią popularnością urządzeń pozwalających łączyć się z Siecią, a także coraz niższymi kosztami dostępu do Internetu, model spędzania wolnego czasu uległ dużym zmianom. Dla jednych surfowanie po Sieci mniej lub bardziej zastępuje telewizję, choć największe zmiany można zaobserwować w przypadku młodych. Umawianie się po szkole na boisku zamieniło się w przesiadywanie na portalach społecznościowych, rozmowy do późna na ławce pod blokiem przeniosły się na SMSy i komunikatory, nie mówiąc o potyczkach osiedlowych drużyn – dziś już przeważnie wirtualnych” [80]. Takie zmiany od lat interesują naukowców, szczególnie przyglądających się objawom uzależnienia od Internetu i gier sieciowych [81].

Na ogół ludzie nie zdają sobie sprawy, na jak ogromne straty finansową mogą być narażeni gracze internetowi, a kradzieże poprzez gry sieciowe nie zawsze są brane na poważnie przez organy ścigania.

Większość osób korzystających z sieci na pewno usłyszało o tym, że internetowi przestępcy na wiele sposobów potrafią wykraść przeróżne dane. Jednym z najbardziej popularnych sposobów jest phishing, ciekawie opisany przez Mateusza Borończyka



relacjonującego sprawę wykradzenia prywatnych fotografii ponad 30 amerykańskich gwiazd filmowych, scenicznych i celebrytek w 2014 r. przez 26 letniego Polaka Edwarda Majerczyka: „Technika polega na wysyłaniu maili, w których haker podszywa się pod prawdziwe firmy. Majerczyk podawał się za oficjalne wsparcie techniczne Apple'a i Google'a. Wysyłał błędne komunikaty o naruszeniu bezpieczeństwa i prosił o autoryzację konta lub zmianę hasła. Ofiary klikały w link, który prowadził do fałszywych stron, które do złudzenia przypominały te autentyczne” [82]. W ten sam sposób wykradane są dane logowania do platform gamingowych w grach sieciowych. Najpopularniejszą tego typu platformą jest Steam. Wartość pojedynczych kont na tej platformie może sięgać od kilkudziesięciu do nawet kilkuset tysięcy dolarów. Według Gaming Society platforma oferuje ponad 30 tysięcy gier, a ich liczba wciąż rośnie. Statystyka ta nie dotyczy dodatków do gier, tak zwanych DLC (stan na styczeń 2019 r.) [83]. Im więcej gier, tym droższe jest konto. Posiadając jakąkolwiek grę w bibliotece, można ją pobrać z serwera w dowolnym momencie. Drugim źródłem zwiększania wartości konta są skórki (płatna możliwość zmiany np. wyglądu broni lub postaci w grze komputerowej, zwana też z ang. „skin”) oraz dodatki w ekwipunku. Skórki nie wpływają na lepszą grę, są jedynie jej aspektem wizualnym, ale tak naprawdę to właśnie „skiny” w największym stopniu odpowiadają za wartość konta. Popularność skórek wzrosła po 2012 roku, kiedy to wydawca legendarnej już gry Counter-Strike wydał jej kolejną część – Counter-Strike: Global Offensive. Umożliwiła ona otwieranie płatnych skrzyń ze skórkami, ich wymianę pomiędzy graczami oraz sprzedaż na rynku społeczności Steam. Wraz ze zwiększającą się liczbą graczy, ceny skórek rosną. Obecnie wahają się od 3 centów do około 60 tysięcy dolarów amerykańskich, ponieważ za taką cenę został sprzedany najdroższy skin w historii rynku CS:GO [84].

Osoba, która chce wykraść konto z grą lub okraść graczy z ich ekwipunku, wartego czasami tysiące dolarów określana jest jako „Scammer”. Steam jest platformą, gdzie scammerzy działają najprężniej. Stosują wiele metod kradzieży kont, ale również wykorzystują ludzką nieuwagę, aby przywłaszczyć sobie ich ekwipunek. Najczęstszą metodą wykorzystywaną przez złodziei kont są linki odsyłające do stron, które przypominają popularne serwisy hazardowe związane ze skórkami. W wiadomości do ofiary wysłany zostaje tekst, w którym jest napisane, iż po zalogowaniu się, ofiara otrzyma darmowy depozyt na stronie. Oczywiście po zalogowaniu i weryfikacji konta depozyt nie pojawia się, a ofiara zostaje wylogowana z konta Steam, a ponowna próba logowania jest nieskuteczna. Takie konto wykorzystywane jest do kradzieży kolejnych kont, dzięki bazie znajomych podpiętych do skradzionego konta. W najgorszym przypadku konto zostanie sprzedane lub jego ekwipunek opróżniony, a skórki wysłane na konto scammera. Jednakże, dzięki dwuetapowej weryfikacji nie jest tak łatwo sprzedać skradzione konto, dlatego tak ważna jest szybka reakcja pokrzywdzonego i kontakt ze wsparciem technicznym Steam, bo wtedy istnieje duża szansa na jego odzyskanie bez większych strat. Scammerzy wykorzystują również konta znajomych swoich ofiar. Proponują, aby znajomy był pośrednikiem podczas wymiany. Zapewniają, iż taka wymiana będzie bezpieczniejsza i bardziej wiarygodna. Po wskazaniu znajomego, który ma być pośrednikiem, scammer ustawia sobie na drugim koncie taką samą nazwę oraz zdjęcie profilowe znajomego ofiary i podaje się za niego. Po przesła-

niu skórek na konto złodzieja podającego się za znajomego, który miał być pośrednikiem podczas wymiany, scammer blokuje wszelką komunikację z ofiarą i znika z zawartością jego ekwipunku. Aby uchronić się przed taką sytuacją, należy przede wszystkim unikać wymiany ekwipunku przez pośrednika. Jeżeli jednak do takiej sytuacji dojdzie, należy upewnić się, że pośrednikiem jest z całą pewnością nasz znajomy, a nie osoba, która się pod niego podszywa.

Podczas wymiany Steam należy zwrócić uwagę, jakie przedmioty proponuje nam kontaktująca się z nami osoba. Często oszuści proponują wymianę skórki o wartości znacznie większej niż skórka ofiary. W pewnym momencie dochodzi do zamienienia proponowanej skórki, na taką, której wartość rynkowa jest zdecydowanie niższa niż pierwotnie oferowana. Jest to ten sam przedmiot tylko wyglądający gorzej, co ostatecznie zmniejsza jego wartość. Jeżeli ofiara nie zorientuje się, że wymieniona skórka nie jest tą pierwotnie oferowaną, może stracić dużo pieniędzy. Dlatego podczas wymiany drogich skórek, należy kontrolować wszystko od początku aż do samego końca.

Podszywanie się pod pracownika Valve, czyli producenta gry Counter-Strike, jest również często spotykaną metodą oszustwa. W przesyłanej do upatrzonej ofiary wiadomości oszust namawia do wysłania mu skórki w celu weryfikacji konta. Popularną metodą jest również podszywanie się pod boty z popularnych stron związanych z Counter-Strike, z których gracze bardzo często korzystają. Jeżeli ktoś oferuje pieniądze w zamian za skórki, to jest duża szansa, że po wysłaniu mu swoich przedmiotów, pieniądze nie trafią na konto ofiary. Istnieją strony internetowe, na których można w bezpieczny sposób dokonać tego typu transakcji i z nich właśnie należy korzystać.

Skórki uważane są również przez graczy Counter-Strike'a za walutę. W internecie można odnaleźć wiele stron oferujące gry hazardowe. Są to między innymi ruletki oraz możliwości obstawiania zwycięzców w grach elektronicznych. Do 2016 roku bezpośrednią walutą na tego typu stronach były właśnie skórki. Po zmianie regulaminu platformy Steam, nie mogły one być już taką walutą. Strony hazardowe zaczęły wprowadzać punkty, a jedną z możliwości uzyskania ich, było wysłanie skórek do bota obsługującego daną stronę z hazardem. Tym sposobem strony omijają regulamin, a skórki nadal utrzymują swoją wartość. Tak proste systemy umożliwiają hazard, ponieważ punkty na stronach nie są bezwartościowe.

Obecnie gry sieciowe zyskują ogromną popularność wśród ludzi młodych. Coraz większa ilość gier sieciowych posiada tak zwane „lootboxy” [por. 81], czyli płatne skrzynki, w których losowane są przedmioty posiadające własną wartość. W grze FIFA lootboxem są paczki zawierające karty piłkarzy, z których budowany jest skład drużyny. Mimo iż „wydropione” karty nie mają wartości pieniężnej, ale te wysoko ocenione, ułatwiają grę z przeciwnikiem. Paczki można otwierać za monety zdobyte za rozgrywanie meczów, ale jest to długi, monotony i nieefektywny sposób. Gra oferuje również otwieranie paczek za punkty, które możemy uzyskać poprzez ich zakup. Często dochodzi do takiej sytuacji, w której dobra gra zależy od szczęścia w losowaniu nagród z paczek. Niestety, zdarzają się i takie niepokojące sytuacje, kiedy to niepełnoletni gracze, aby dokonać zakupu paczek, korzystają z kart płatniczych rodziców. FIFA jest grą, w którą mogą grać osoby powyżej 3 roku życia. Paradoksem tej sytuacji jest jednak fakt, że grając w tę grę mają one także pełen dostęp do opcji hazardowych

przeznaczonych dla osób pełnoletnich. Tego typu problemy przynoszą niekiedy nieprzyjemne skutki. Pewien Brytyjczyk postanowił wydać 8 funtów na paczki w FIFIE. Podpiął kartę do swojej konsoli, więc następne transakcje odbywały się bez weryfikacji karty. Trójka jego dzieci (poniżej 10 roku życia) wydała na paczki z piłkarzami około 550 funtów w okresie 3 tygodni [85]. Podobnie, jak w wyżej wymienionym przykładzie, dwunastoletni mieszkaniec Wielkiej Brytanii namówił swojego ojca do podłączenia jego karty płatniczej do gry „Fortnite”. Chłopiec wydał na lootboxy pieniądze warte w przeliczeniu 3,4 tys złotych [86]. To pokazuje jak łatwy dostęp mogą mieć dzieci do nieprzeznaczonych dla nich opcji gry. Rodzice często nie zdają sobie sprawy z zagrożenia i faktu, że ich niepełnoletnie dzieci korzystają z ich kont bankowych. Mając podłączoną kartę płatniczą do konta z grą, można do woli przeprowadzać operacje bankowe w grze.

Również strony hazardowe, w których walutą są skórki, stopniowo zwiększają swoją popularność. Nierzadko są one reklamowane przez twórców internetowych, których większą częścią widowni są dzieci, a weryfikacja wiekowa na tych stronach nie istnieje. Każdy kto posiada konto Steam może wysłać skórki na stronę i wymienić je na punkty. Na stronach tych dostępne są takie gry hazardowe, takie jak ruletka, blackjack, jakpót czy nawet rzut monetą. Twórcy takich opcji hazardu są nastawieni na zarobek. Wiadome jest, że aby ktoś mógł wygrać pieniądze na stronie, ktoś musi je najpierw przegrać. Młode osoby korzystające z takich stron, nie zawsze są świadomi jak działa ten mechanizm. Dodatkowym zachęceniem dzieci do gier hazardowych są płatne reklamy stron, na kanałach Youtube oraz mediach społecznościowych twórców związanych z tematyką Counter-Strike'a. Na filmach tych twórcy nie informują o tym, że jest to reklama tylko dla osób pełnoletnich lub informacja, która jest przekazywana jest tłem dla innej reklamy, widz więc nie do końca jest świadomy faktu, że jest bezpośrednim odbiorcą ukrytych przekazów reklamowych. Dodatkowo twórcy stron hazardowych związanych z „CS'em” często manipulują młodymi odbiorcami za pomocą filmów zamieszczanych na serwisie Youtube. Zdarzały się sytuacje, które w późniejszym czasie zostały udowodnione, iż youtuberzy dogadali się z twórcami stron hazardowych pokazując jak łatwo na takich stronach można wygrać pieniądze. Młodzi widzowie mogą nie zdawać sobie sprawy, że ich ulubiony twórca internetowy, którego uważają za swój autorytet, może ich oszukać oraz zmanipulować. Często wierzą, że skoro osoba, którą cenią, potrafiła wygrać na stronie duża ilość skórek o dużej wartości, to dlaczego im miałyby się nie udać. Oczywiście nie można też z góry założyć, że granie na takich stronach daje pewność utraty wszystkiego, co zostało na nią wpłacone. Trzeba jednak w pierwszej kolejności liczyć na własne szczęście lub potrafić zminimalizować prawdopodobieństwo straty, posiadając doświadczenie w podobnych grach losowych. Nie wszyscy właściciele stron hazardowych opartych na skórkach zarabiają na nich uczciwie. Trzech amerykańskich youtuberów wykorzystało swoją popularność internetową do zmanipulowania swoją widownią, a następnie do świadomej kradzieży. Gdy sprawa wyszła na jaw próbowali zapewnić opinię publiczną, że nie byli świadomi, iż biorą udział w manipulacji. „Wszyscy trzej znani są szerszej widowni jako TmarTn (na obu swoich kanałach na YouTube ma około 5 milionów subskrybentów), ProSyndicate (łącznie ponad 11 milionów subskrybentów na YouTube) oraz JoshOG (nieco ponad milion obserwujących na Twitch.tv). Gratulujemy sukcesu w gamingowym świecie, no ale właśnie... każdy z nich na

swoich kanałach często umieszczał wspomniane materiały wideo zachęcające do brania udziału w loteriach na CSGO LOTTO właśnie, czyli stronie, która należała do nich! W autopromocji nie ma nic złego... oczywiście o ile wszystko jest jasne i przejrzyste. A takie w tym przypadku nie było. Ani TmarTn, ani ProSyndicate ani JoshOG publikując wideo pokroju „HOW TO WIN \$13,000 IN 5 MINUTES CS GO Betting” nie wspomnieli o tym chociażby raz. Co więcej! Dość otwarcie „udawali”, że znaleźli tę stronę przez przypadek, a jedyne wzmianki o ich powiązaniach ze „skórkowym kasynem” znajdowały się w oficjalnych rejestrach gospodarczych [87]. Dziwnym trafem youtuberzy wygrywali ogromne sumy, ale klienci strony nie mieli już takiego szczęścia. Dzięki tak „skutecznej reklamie” strona obracała rocznie skórkami o łącznej wartości 2,3 miliarda dolarów. Na rynku „skórkowych kasyn” można spotkać strony, które oszukują użytkowników bez skrupułów, zabierając graczom cały depozyt wysłany przez nich na stronę. Po dokonaniu kradzieży twórcy takiej strony zamykali ją, informując graczy, iż została wprowadzona przerwa techniczna. W tym samym czasie tworzyli nową stronę o zmienionej nazwie i kontynuowali preceder. Rynek kasyn skórkowych jest nieskończony. Powstają setki, jeśli nie tysiące nowych stron. Tak ogromna liczba uniemożliwia sprawdzanie wiarygodności i uczciwości każdej z nich.

Twórcy gier posiadających lootboxy oraz twórcy stron z grami losowymi, których walutą są skórki, nie określają ich jako hazard. W Polsce gry z lootboxami nie posiadają ograniczeń wiekowych, a skórkowe kasyna nie weryfikują wieku graczy, gdyż polskie prawo nie uznaje tego typu gier losowych jako hazard. „Przepis art. 2 ust. 1 ustawy, mówiący o grach losowych przez internet nie posiada odpowiednika art. 2 ust. 4 ustawy, zgodnie z którym wygraną rzeczową w grach na automatach jest również wygrana polegająca na możliwości przedłużania gry bez konieczności wpłaty stawki za udział w grze, a także możliwość rozpoczęcia nowej gry przez wykorzystanie wygranej rzeczowej uzyskanej w poprzedniej grze” [88]. Jako że prezentem po otworeniu skrzynki lub paczki jest produkt, którym nie możemy zapłacić za następną skrzynkę lub paczkę, to zgodnie z wyżej opisaną ustawą, tego typu operacje nie wliczają się w ramy hazardu. W grach zawierających opcję losowania dodatków, czyli właśnie lootboxy, jest wdrażanych szereg rozwiązań i mechanizmów, których celem jest zachęcanie do kontynuowania gry i dokonywania dodatkowych płatności, ale wskazane przykłady dobitnie pokazują, iż praktyka jest jednak inna. Walka z uznaniem lootboxów jako hazardu trwa na całym globie. W ostatnich latach belgijski rząd zabronił ich w swoim państwie, co zwiększyło częstość dyskusji na ten temat wśród ekspertów z całego świata. Podobnie zrobiła Holandia. Inne kraje, jak Francja czy Wielka Brytania, stoją na stanowisku, że lootboxy nie stanowią formy hazardu. W Polsce temat nie znalazł się w optyce regulatora. Przykładów młodych graczy, którzy nieświadomie wydają pieniądze rodziców lub wpadają w wir hazardu z powodu lootboxów w ich ulubionych grach jest więcej. Nie uważam, że powinny one być całkowicie zakazane, ale uznanie ich za hazard pozwoli ochronić dzieci przed zagrożeniem, a cała dyskusja na ten temat, niestety odbywa się kosztem najmłodszych. Wydaje się także konieczne, by badaniami na temat „e-Games: gry hazardowe i P2W, dane epidemiologiczne, analiza ryzyka uzależnienia, profile graczy” [81] objąć nie tylko dorosłych Polaków, ale także (przynajmniej w niektórych aspektach) dzieci i młodzież.

## 7. W zastępstwie podsumowania

*Oczekiwanie na niebezpieczeństwo jest gorsze niż moment, gdy ono na człowieka spada*

**Alfred Joseph Hitchcock**

Dzisiejszy otaczający nas świat ulega dynamicznym zmianom w ramach postępującej cyfryzacji różnorodnych obszarów naszego życia oraz różnych niespodziewanych zdarzeń będących wynikiem aktywności człowieka. Jak zauważa Tomasz R. Aleksandrowicz „*zalamują się dotychczasowe trendy rozwojowe, upadają paradygmaty (...) Wiemy, że coś się skończyło, nie jesteśmy w stanie określić cech charakterystycznych nowej rzeczywistości i jej konsekwencji*” [89]. Trudno też nie zgodzić się ze słowami Stanisława Lema zawartymi jego zbiorze felietonów *Bomba megabitowa*, iż „*Internet to sieć, która nic nie rozumie, jeno informacje przesyła i strony ze sobą łączy, zaś wzrastająca na całym świecie ilość „ekspertów”, którzy chcąc się „wykazać”, produkują mało albo nic niewarte wyniki swoich przemyśleń jako „nowe hipotezy naukowe”, jest tym samym, czym piasek i muł, który z wielkich zbiorników wodnych kieruje się ku turbinom i gdyby nie specjalne urządzenia filtrujące, wnet by wszystkie turbiny „zatkalo”. Lecz Internet nie może odróżnić informacyjnego ziarna, którego w nim jest mało, od informacyjnych plew*” [90].

Rozwój technologiczny zwiększa nasze możliwości działania. To, co jeszcze kilkanaście lat temu wydawało się wymysłem z gatunku science fiction, staje się rzeczywistością. Tematy opisywane przez Stanisława Lema w 1964 r. [91], jak: rzeczywistość wirtualna, nanotechnologia czy sztuczna inteligencja, obecnie stały się tematami ważnymi i aktualnymi. Internet Rzeczy (IoT)<sup>47</sup> oraz sztuczna inteligencja (AI)<sup>48</sup> stają się rzeczywistością. Już w tej chwili produkowany jest „inteligentny” sprzęt gospodarstwa domowego – lodówki kontrolujące zapasy i poprzez sieć zamawiające dostawy kończących się produktów, które wkrótce pod dom dostarczy inteligentny dron, a do lodówki zanieśie robot. Inteligentny telewizor skanujący i oceniający nastrój swojego widza i dobierający do tego nastroju odpowiedni program telewizyjny z bogatego cyfrowego zbioru też nie jest już wymysłem futurologicznym. Standardem nowych samochodów stają się systemy zastępujące kierowcę i korzystające z zasobów cyberprzestrzeni (np. map Googla). Budowane są inteligentne domy, gdzie wszystkimi systemami – od drzwi wejściowych poprzez klimatyzację, a nawet zarządzanie tak prozaicznymi tematami jak utrzymanie zieleni w domu, przejmują na siebie systemy informatyczne podłączone do cyberprzestrzeni i korzystające z encyklopedycznych zbiorów danych opisujących specyficzne dla danej rośliny potrzeby (wskazaną wilgotność, potrzeby nawozowe itp.). Zapominamy, albo staramy się nie pamiętać o tym, że skala zagrożeń wcale nie maleje. Dla chcącego zaatakować system informatyczny praktycznie przeszkód nie ma. Przykładem może być zarażenie

---

<sup>47</sup> Internet rzeczy (również Internet przedmiotów, ang. *Internet of things*, IoT) – koncepcja, wedle której jednoznacznie identyfikowalne przedmioty mogą pośrednio albo bezpośrednio gromadzić, przetwarzać lub wymieniać dane za pośrednictwem inteligentnej instalacji elektrycznej KNX lub sieci komputerowej.

<sup>48</sup> Sztuczna inteligencja (SI, ang. *artificial intelligence*, AI) – dział informatyki zajmujący się tworzeniem modeli zachowań inteligentnych oraz programów i systemów symulujących te zachowania. Obejmuje uczenie maszynowe, logikę rozmytą, obliczenia ewolucyjne, sieci neuronowe, robotykę i sztuczne życie.

malware Stuxnet niepodłączonego do cyberprzestrzeni systemu informatycznego w irańskiej elektrowni w Natanz, celem wyłączenia z użycia wirówek, których używa się do wzbogacania uranu. Trzeba przy tym zaznaczyć, że technologie z grupy cyberweapons<sup>49</sup> po pewnym czasie wpadają w ręce cyberprzestępców i są przez nich wykorzystywane [91]. Przykładem tego są nowe generacje malware z rodziny ransomware<sup>50</sup>.

Opracowanie, już w samym założeniu, nie miało być przedstawieniem i analizą wszystkich zagadnień i ryzyk, jakie niesie za sobą komputeryzacja oraz rozwój sieci informatycznych. Celowo pominięto kwestie wykorzystania sieci komputerowych do komunikacji przestępczej, cyberterroryzmu oraz cyberwojny lub związanych z nią działań hybrydowych. Wiele istotnych problemów jedynie zasygnalizowano lub o nich tylko wspomniano. Nawet wątki opisywane w poszczególnych podrozdziałach celowo ograniczono, bowiem ich pełne sportretowanie przekraczałoby założone ramy rozdziału. Przykładowo, opisując sieci społecznościowe celowo pominięto zagadnienia ich wpływu na zachowania społeczne oraz wykorzystanie propagandowo-dezinformacyjne, ograniczając się tylko do kilku kwestii związanych z dziećmi i młodzieżą, które w ocenie autorów wymagają pilnego podjęcia działań. Opracowanie jest wynikiem i wyborem zaledwie kilku tematów z dużo szerszego katalogu zagrożeń, jakie powstały po upowszechnieniu sieci informatycznych i jakie dostrzegli studenci w swoich opracowaniach powstałych na zakończenie zajęć z przedmiotu „Przestępczość w cyberprzestrzeni”.

## Literatura

1. Niemojewska A., *Jak wynalezienie druku zmieniło świat*, Rzeczpospolita, 05.02.2017, <https://www.rp.pl/Rzecz-o-historii/302029920-Jak-wynalezienie-druku-zmieniło-swiat.html> [dostęp: 2020-06-13].
2. Sokała W., *Cywilizacja w galopie*, Nowa Konfederacja, 2019, nr 4 (106), <https://nowakonfederacja.pl/cywilizacja-w-galopie> [dostęp: 2020-06-24].
3. *Wydarzenia w polskim internecie – kalendarium*, <http://kalendarium.icm.edu.pl/> [dostęp: 2020-06-16].
4. Jakubski K. J., *Przestępczość komputerowa: podział, definicja, możliwość jej ścigania i zapobiegania* [w:] Hołyst B. (red.), *Postępy Kryminalistyki*, z. 1, rok 1, Warszawa-Legionowo 1997, s. 6-43.
5. Jakubski K.J., *Przestępczość komputerowa – próba zdefiniowania zjawiska* [w:] Skubisz R. (red.), *Internet problemy prawne*, Polhymnia, Lublin 1999, s. 263-288.
6. Cornwall H., *Datatheft. Computer Fraud. Industrial Espionage and Information Crime*, Mandarin Paperbaks, London 1990.
7. Shinder D.B., *Scene of the Cybercrime. Computer Forensic Handbook*, Syngress Publishing Inc. (tłum. z ang. Jarosław Dobrzański, Krzysztof Masłowski): *Cyberprzestępczość. Jak walczyć z łamaniem prawa w Sieci*, HELION, Gliwice 2004.
8. de Borchgrave A., *Russian Organized Crime*, Świadcstwo przed Izbą Reprezentantów USA Komisja Stosunków Międzynarodowych, [https://csis-prod.s3.amazonaws.com/s3fs-public/legacy\\_files/files/attachments/ts971001\\_borchgrave.pdf](https://csis-prod.s3.amazonaws.com/s3fs-public/legacy_files/files/attachments/ts971001_borchgrave.pdf).

---

<sup>49</sup> Cyberweapon – malware stosowane do celów wojskowych, paramilitarnych lub wywiadowczych.

<sup>50</sup> Ransomware – (zbitka słów ransom „okup” i software „oprogramowanie”) – typ szkodliwego oprogramowania, które blokuje dostęp do systemu komputerowego lub uniemożliwia odczyt zapisanych w nim danych (często poprzez techniki szyfrujące), a następnie żąda od ofiary okupu za przywrócenie stanu pierwotnego.

9. Schwartau W., *Information Warfare: Chaos on the Electronic Superhighway*, Thunder's Mouth Press, New York 1994.
10. Tomaszewski T., *Kryminalistyczna problematyka przestępczości komputerowej*, Problemy Kryminalistyki, 1980, nr 143, s. 68-80; .
11. Czechowski R., Sienkiewicz P., *Przestępcze oblicza komputerów*, PWN, Warszawa 1993, s. 69.
12. Sieber U., *Przestępczość komputerowa a prawo karne informatyczne w międzynarodowym społeczeństwie informacji i ryzyka*, Przegląd Policyjny, 1995, nr 3 (39).
13. Jakubski K.J., *Przestępczość komputerowa – zarys problematyki*, Prokuratura i Prawo, 1996, nr 12, s. 34 – 50.
14. Budzisz W.: *Badania kryminalistyczne na tle rozwoju przestępczości komputerowej w Polsce*, Problemy Kryminalistyki, 1996, nr 214, s. 35-46.
15. Jakubski K.J., *Komputerowy nośnik informacji jako dokument w polskim procesie karnym*, Przegląd Policyjny, 1997, nr 3.
16. Jakubski K.J., *Rozpowszechnianie pornografii w sieci komputerowej Internet*, Prokuratura i Prawo, 1997, nr 7–8.
17. Jakubski K.J., *Analiza działań rządowych w zakresie cyberbezpieczeństwa za okres trwania TAPT*, [w:] Kosiński J. (red.) *Przestępczość teleinformatyczna 2017*, WSPol. Szczytno 2017, s. 13-41.
18. Adamski A. (red.), *Prawne aspekty nadużyć popełnianych z wykorzystaniem nowoczesnych technologii przetwarzania informacji*. Materiały z konferencji naukowej, Poznań 20-22.04.1994 r., TNOiK Toruń 1994.
19. Jakubski K.J., *Wyludzanie towarów i usług na podstawie numerów kart płatniczych przez Internet*, [w:] Skubisz R. (red.), *Internet 2000, prawo – ekonomia – kultura*, Verba, Lublin 2000, s. 249-285.
20. Jakubski K. J., *Ściganie oszustw w Sieci (wybrane zagadnienia)*, [w:] Zasepa T., Chmura R. (red.), *Internet i nowe technologie – ku społeczeństwu przyszłości*, Edycja Świętego Pawła, Częstochowa 2003, s. 549-560.
21. Adamski A, *Prawo karne komputerowe*, C.H.Beck, Warszawa, 2000.
22. Fischer B., *Przestępczość komputerowa i ochrona informacji*, Zakamycze, 2000 .
23. Adamski A, *Przestępczość w cyberprzestrzeni. Prawne środki przeciwdziałania zjawisku w Polsce na tle konwencji Rady Europy*, TNOiK Dom Organizatora, Toruń 2001.
24. Dorodziński D., *Hakerzy. Technoanarchiści cyberprzestrzeni*, Helion, Gliwice 2001.
25. Lach A., *Dowody elektroniczne w procesie karnym*, TNOiK Dom Organizatora, Toruń 2004.
26. Liderman K., *Analiza ryzyka i ochrona informacji w systemach komputerowych*, PWN, Warszawa, 2008 .
27. Suchorzewska A., *Ochrona prawna systemów informatycznych wobec zagrożenia cyberterroryzmem*, Wolters Kluwer, Warszawa 2010.
28. Liderman K., *Bezpieczeństwo informacyjne*, PWN, Warszawa 2012.
29. Orliński W., *Internet. Czas się bać*, Agora, Warszawa, 2013.
30. Szmít M., *Wybrane zagadnienia opiniowania sądowo-informatycznego*, Wydanie drugie , rozszerzone i poprawione, PTI, Warszawa 2014.
31. Wiśniewski P., Boehlke J., *Cyberprzestępczość w gospodarce*, WN UMK, Toruń 2016.
32. *Słownik Języka Polskiego PWN*, hasło „cyber-”, <https://sjp.pwn.pl/szukaj/cyber-.html> [dostęp: 2020-06-13].
33. Opitek P., *Skimming – aspekty kryminalistyczne. Cyberprzestępczość w bankowości elektronicznej*, C.H.Beck, 2017,.
34. Siwicki M., *Cyberprzestępczość*, C.H.Beck, 2013.
35. Kosiński J., *Paradygmaty cyberprzestępczości*, Difin, Warszawa 2015.

36. Wasilewski J., *Przestępczość w cyberprzestrzeni – zagadnienia definicyjne*, Przegląd Bezpieczeństwa Wewnętrznego, 2016, nr 15 (8), s. 149-173.
37. Marczyk M., *Cyberprzestrzeń jako nowy wymiar aktywności człowieka – analiza pojęciowa obszaru*, Przegląd Teleinformatyczny, 2018, nr 1-2, s. 59-72.
38. *Rządowy Program Ochrony Cyberprzestrzeni Rzeczypospolitej Polskiej na lata 2011-2016*, [https://www.enisa.europa.eu/topics/national-cyber-security-strategies/ncss-map/Poland\\_Cyber\\_Security\\_Strategy.pdf](https://www.enisa.europa.eu/topics/national-cyber-security-strategies/ncss-map/Poland_Cyber_Security_Strategy.pdf) [dostęp: 2020-06-22].
39. Lacson W., Jones B., *The 21st Century DarkNet Market: Lessons from the Fall of Silk Road*, International Journal of Cyber Criminology (IJCC), January – June 2016. Vol. 10 (1), s. 40-61.
40. Heidenreich S., Westbrooks II D. A., *Darknet Markets: A Modern Day Enigma for Law Enforcement and the Intelligence Community*, American Intelligence Journal, 2017, No. 1, Vol. 34, s. 38-44.
41. Muir M., Leimich P., Buchanan W.J., *A Forensic Audit of the Tor Browser Bundle*, Digital Investigation, 2019, nr 29, s 118-128 .
42. Al Jawaheri H., Al Sabah M., Boshmaf Y., Erbad A., *Deanonymizing Tor hidden service users through Bitcoin transactions analysis*, Computers & Security, Volume 89, luty 2020, artykuł 101684, <https://doi.org/10.1016/j.cose.2019.101684> , [dostęp 2020-06-04].
43. Haertle A., *Ogromny sukces polskiej policji – administratorzy ToRepublic zatrzymani*, Zaufana Trzecia Strona.pl, 7 października 2015, <https://zaufanatrzeciastrona.pl/post/ogromny-sukces-polskiej-policji-administratorzy-torepublic-zatrzymani/> [dostęp: 2020-06-06].
44. *Policja złapała Polsilvera, administratora Torepublic zamieszanego we włamanie do Plusbanku*, Niebezpiecznik.pl, 14 października 2015, <https://niebezpiecznik.pl/post/policja-zlapala-polsilvera-administratora-torepublic-zamieszanego-we-wlamanie-do-plusbanku/> [dostęp: 2020-06-06].
45. Haertle A., *Policja zatrzymała Polly Pocketa, brylującego w mediach włamywacza*, Zaufana Trzecia Strona.pl, 4 maja 2016, <https://zaufanatrzeciastrona.pl/post/policja-zatrzymala-polly-pocketa-brylujacego-w-mediach-wlamywacza/> [dostęp: 2020-06-06].
46. Haertle A., *Kolejny użytkownik ToRepublic znalazł się w rękach organów ścigania*, Zaufana Trzecia Strona.pl, 4 czerwca 2019, <https://zaufanatrzeciastrona.pl/post/kolejny-uzytkownik-torepublic-znalazl-sie-w-rekach-organow-scigania/> [dostęp: 2020-06-06].
47. *„Polishbandit” zatrzymany za pranie pieniędzy*, policja.pl, 4 czerwca 2019, <http://policja.pl/pol/aktualnosc/174417,Polishbandit-zatrzymany-za-pranie-pieniedzy.html> [dostęp 2020-06-06].
48. Mazur K.M., *Polskojęzyczna społeczność przestępcza zorganizowana w sieci Darknet*, ICTLAW.pl, Poznań, 2016.
49. *Armaged0n czyli Tomasz T. od 6 lat regularnie atakujący Polaków wreszcie został aresztowany*, Niebezpiecznik.pl, 16 marca 2018, <https://niebezpiecznik.pl/post/armaged0n-czyli-tomasz-t-od-6-lat-regularnie-atakujacy-polakow-wreszcie-zostal-aresztowany/> [dostęp: 2020-06-25].
50. *Raport o stanie bezpieczeństwa w Polsce w 2015 r.*, MSWiA, <https://bip.mswia.gov.pl/download/4/29642/file.file> [dostęp: 2017-05-14].
51. Buczkowski K., *Skuteczność zwalczania przestępstw przeciwko bezpieczeństwu elektronicznie przetwarzanej informacji na podstawie badań aktowych przestępstwa z art. 287 k.k.*, Instytut Wymiaru Sprawiedliwości, Warszawa 2015, [https://iws.gov.pl/wp-content/uploads/2018/08/kolor\\_IWS\\_Buczkowski-K.\\_Oszustwo-komputerowe.pdf](https://iws.gov.pl/wp-content/uploads/2018/08/kolor_IWS_Buczkowski-K._Oszustwo-komputerowe.pdf) [dostęp: 2017-05-14].



52. Kowalczyk K., *Eksperci o cyberbezpieczeństwie*, polska-zbrojna.pl, 26 listopada 2015, <http://www.polska-zbrojna.pl/home/articleshow/17821?t=Eksperci-o-cyberbezpieczenstwie> [dostęp 2017-06-16].
53. Haertle A., *Kolejny przestępca z ToRepublic / Hydry w rękach policji*, Zaufana Trzecia Strona.pl, 11 stycznia 2016, <https://zaufanatrzeciastrona.pl/post/kolejny-przestepca-z-torepublic-hydry-w-rekach-policji/>, [dostęp: 2020-06-06].
54. Aleksandrowicz T.R., *Bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni ze stanowiska prawa międzynarodowego*, Przegląd Bezpieczeństwa Wewnętrznego, 2016, nr 15 (8), s. 11-28.
55. Pamuła-Cieślak N., *Typologia zasobów ukrytego Internetu*, Przegląd Biblioteczny, 2006, z. 2., s. 153-164.
56. Szpunar M., *Imperializm kulturowy internetu*, Instytut Dziennikarstwa, Mediów i Komunikacji Społecznej Uniwersytet Jagielloński, Kraków 2017, publikacja jest dostępna do pobrania: [www.media.uj.edu.pl/publikacje](http://www.media.uj.edu.pl/publikacje).
57. Leżoń T., *Głęboko pod powierzchnią jest miejsce, o którym wolałbyś nie wiedzieć*, Magazyn TVN24, <https://tvn24.pl/magazyn-tvn24/gleboko-pod-powierzchnia-jest-miejsce-o-ktorym-wolalbys-nie-wiedziec,95,1850> [dostęp: 2020-06-04].
58. Ciancaglini V., Balduzzi M., Goncharov M., McArdle R., *Deepweb and Cybercrime. It's Not All About TOR*, A Trend Micro Research Paper, <https://www.trendmicro.de/cloud-content/us/pdfs/security-intelligence/white-papers/wp-deepweb-and-cybercrime.pdf> [dostęp: 2020-06-04].
59. Biddle P., England P., Peinado M., Willman B., *The Darknet and the Future of Content Distribution*, grudzień 2003 – artykuł obecnie niedostępny, ale przywoływany w wielu źródłach i wyszukiwarkach (np. <https://www.researchgate.net/>).
60. Wojciechowski H., *Darknet – wybrane aspekty kryminologiczne, kryminalistyczne i prawne szyfrowanych sieci komputerowych*, Acta Universitatis Lodziensis, Folia Iuridica 82, 2018, s. 63-92.
61. Sandvik R. A., *Forensic Analysis of the Tor Browser Bundle on OS X, Linux, and Windows*, Tor Tech Report 2013-06-001, June 28, 2013, <https://research.torproject.org/techreports/tbb-forensic-analysis-2013-06-28.pdf> [dostęp: 2020-06-14].
62. Abid Khan Jadoon, Waseem Iqbal, Muhammad Faisal Amjad, Hammad Afzal, Yawar Abbas Bangash, *Forensic Analysis of Tor Browser: A Case Study for Privacy and Anonymity on the Web*, Forensic Science International, Tom 299, czerwiec 2019, s. 59-73, <https://doi.org/10.1016/j.forsciint.2019.03.030> [dostęp: 2020-06-14].
63. Aftergood S., *Wikileaks and untraceable document disclosure*, Secrecy News, 2007-01-03, tekst dostępny na stronach Federacji Naukowców Amerykańskich (FAS) [https://fas.org/blogs/secrecy/2007/01/wikileaks\\_and\\_untraceable\\_docu/](https://fas.org/blogs/secrecy/2007/01/wikileaks_and_untraceable_docu/) [dostęp 2020-06-20].
64. Avarikioti G., Brunner R., Kiayias A., Wattenhofer R., Zindros D., *Structure and Content of the Visible Darknet*, 4 Nov 2018, publikacja dostępna w portalu Researchgate.net, [https://www.researchgate.net/publication/328758320\\_Structure\\_and\\_Content\\_of\\_the\\_Visible\\_Darknet](https://www.researchgate.net/publication/328758320_Structure_and_Content_of_the_Visible_Darknet) [dostęp: 2020-06-14].
65. Markoff J., *What the Dormouse Said: How the Sixties Counterculture Shaped the Personal Computer Industry*, Penguin Books 2006; cytat za - Power M., *Online highs are old as the net: the first e-commerce was a drugs deal*, The Guardian, 19 Apr 2013, <https://www.theguardian.com/science/2013/apr/19/online-high-net-drugs-deal> [dostęp: 2020-06-17].
66. Pallus P., *Oto 10 największych firm handlowych świata. Lider nie zmienił się od wielu lat*, Business Insider, 24 stycznia 2019, <https://businessinsider.com.pl/finanse/handel/najwieksze-firmy-handlowe-swiata-raport-deloitte-za-2018-rok/rmqj0nv> [dostęp: 2020-06-10].

67. *Operator Of "Silk Road 2.0" Website Charged In Manhattan Federal Court*, Department of Justice U.S. Attorney's Office Southern District of New York, 4 Nov 2014, <https://www.justice.gov/usao-sdny/pr/operator-silk-road-20-website-charged-manhattan-federal-court> [dostęp: 2020-06-11].
68. Décary-Héту D., Giommoni L., *Do police crackdowns disrupt drug cryptomarkets? A longitudinal analysis of the effects of Operation Onymous*, Crime Law Soc Change 2017, nr 67, s. 55–75, <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10611-016-9644-4.pdf> [dostęp: 2020-06-11].
69. Haertle A., *Operacja Onymous, czyli skąd FBI mogła znać lokalizację serwera Silk Road 2.0*, Zaufana Trzecia Strona.pl, 7 listopada 2014, <https://zaufanatrzeciastrona.pl/post/operacja-onymous-czyli-skad-fbi-mogla-znac-lokalizacje-serwera-silk-road-2-0/> [dostęp: 2020-06-10].
70. Mider D., *Czarny i czerwony rynek w sieci The Onion Router – analiza funkcjonowania darkmarketów*, Przegląd Bezpieczeństwa Wewnętrznego 2019, nr 21, s. 154-190.
71. Broadhurst R., Ball M., Trivedi H., *Fentanyl availability on darknet markets*, Trends & issues in crime and criminal justice, Australian Institute of Criminology, No. 590, 25.02.2020, s. 1-15, <https://www.aic.gov.au/publications/tandi/tandi590> [dostęp: 2020-05-30].
72. ICT Cyber Desk, *Analysis of Cyber Trends 2016, Trends in the Offensive Arena*, International Institute for Counter-Terrorism (ICT), 22 Nov 2016, <https://www.ict.org.il/Article/1854/analysis-of-cyber-trends-2016#gsc.tab=0> [dostęp: 2020-05-30].
73. Banaszkiewicz A., Buczyński M., *Rynki internetowe. Definicja zjawiska i ocena skali zagrożeń*, [w:] Pływaczewski W., Chlebowicz P. (red.), *Nielegalne rynki. Geneza, skala zjawiska oraz możliwości przeciwdziałania*, Katedra Kryminologii i Polityki Kryminalnej Wydział Prawa i Administracji Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, 2012, s. 207-221.
74. *Cechy osobowości, przeszłościowa perspektywa czasowa, odracanie gratyfikacji i skłonność do ryzyka a uzależnienie od Internetu i Facebooka w kontekście zdrowia fizycznego i psychicznego. Raport z realizacji projektu*, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Ministerstwo Zdrowia, Krajowe Biuro ds Przeciwdziałania Narkomanii (bez daty publikacji), [https://www.kbnp.gov.pl/portal?id=15&res\\_id=9904717](https://www.kbnp.gov.pl/portal?id=15&res_id=9904717) [dostęp: 2020-05-30].
75. Makaruk K., Włodarczyk J., Skoneczna P., *Problematyczne używanie internetu przez młodzież. Raport z badań*, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Warszawa 2020, [https://www.kbnp.gov.pl/portal?id=15&res\\_id=9904733](https://www.kbnp.gov.pl/portal?id=15&res_id=9904733) [dostęp: 2020-05-30].
76. *SOCMINT – wywiad na portalach społecznościowych*, dkdetektyw.pl, (bez daty publikacji), <https://dkdetektyw.pl/socmint/> [dostęp: 2020-05-30].
77. Hędzulek M., *Uzależnienie od Internetu – zasięg, formy, zagrożenia*, [w:] Płonka-Syroka B., Staszczak M. (red.), *e – kultura, e – internet, e – społeczeństwo*, Oficyna Wydawnicza Arboretum, Wrocław 2008, .
78. Jędrzejko M., Taper A., *Jak kształtować kontakt dziecka z multimediami*, Fundacja Pedagogium, Warszawa 2010, [https://cps.edu.pl/pub/cms/files/74/dzieci\\_i\\_multimedia\\_jedrzejko\\_taper.pdf](https://cps.edu.pl/pub/cms/files/74/dzieci_i_multimedia_jedrzejko_taper.pdf) [dostęp: 2020-05-30].
79. Turkle S., *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*, Basic Books; Edición 2, 2012.
80. TommiK, *Uzależnienie od gier i Internetu powoduje nieodwracalne zmiany w mózgu*, blog OLDSCHOOLCLIMATE, 24 czerwca 2011, <https://gameplay.pl/news.asp?ID=60083> [dostęp: 2020-06-30].
81. *Raport końcowy z realizacji projektu badawczego „e-Games: gry hazardowe i P2W, dane epidemiologiczne, analiza ryzyka uzależnienia, profile graczy. Badania wielonarodowe” Wrzesień 2018 – grudzień 2019*, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II Wydział

- Nauk Społecznych, Instytut Psychologii, Lublin 2019, [https://www.kbpn.gov.pl/portal?id=15&res\\_id=9904730](https://www.kbpn.gov.pl/portal?id=15&res_id=9904730) [dostęp 2020-06-20].
82. Borończyk M., *Haker, który wykradł setki zdjęć nagich celebrytek, pójdzie do więzienia*, Wyborcza.pl, 26 stycznia 2017, <https://wyborcza.pl/7,75410,21297568,haker-ktory-wykradl-setki-zdjec-nagich-celebrytek-pojdzie.html> [dostęp: 2020-06-26].
83. Jaroszewski D., *Ile gier jest na Steamie? Prawdopodobnie nie uwierzysz...*, Gaming Society, 14 stycznia 2019, <https://gamingsociety.pl/arttykul/ile-jest-gier-na-steamie-547109/> [dostęp: 2020-06-14].
84. Malinowski P., *Wyjątkowy skin do CS:GO sprzedany za wielki pieniądże*, ApyNews, 1 lutego 2018, <https://apynews.pl/najdrozszy-skinc-cs-go> [dostęp: 2020-06-14].
85. Gruszczak W., *FIFA 19 wciąż. Dzieci ogolocy konto rodziców kupując paczki FUT*, PPE Portal Graczy, 10 lipca 2019, <https://www.ppe.pl/news/134780/fifa-19-dzieci-ogolocy-konto-rodzicow-kupujac-paczki-fut.html> [dostęp: 2020-06-14].
86. Hekman P., *Lootbox, czyli oszustwo w pudełku. Świat chce z nimi walczyć, a w Polsce? Nie ma problemu*, Wyborcza.pl, 30 kwietnia 2019, <https://wyborcza.pl/7,156282,24714095,lootbox-czyli-oszustwo-w-pudelku-swiat-chce-z-nimi-walczy.html> [dostęp: 2020-06-14].
87. Gołabiowski Ł., *Afera hazardowa w Counter-Strike: Global Offensive – skórki do broni, YouTuberzy, loterie oraz miliony dolarów*, Komputerswiat.pl, 6 lipca 2016, <https://www.komputerswiat.pl/gamezilla/arttykuly/afery-hazardowa-w-counter-strike-global-offensive-skorki-do-broni-youtuberzy-loterie/x71wpwy> [dostęp: 2020-06-14].
88. Szymańska H., *Lootbox w świetle ustawy o grach hazardowych, HS LEGAL Kancelaria Adwokacka*, 2 maja 2019, <http://hslegal.pl/lootbox-w-swietle-ustawy-o-grach-hazardowych/> [dostęp: 2020-06-14].
89. Aleksandrowicz T.R., *Kluczowe mega trendy w bezpieczeństwie państwa XXI wieku*, Difin, Warszawa 2020.
90. Lem S., *Bomba megabitowa*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1999.
91. Lem S., *Sunna technologiae*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 1964.
92. Jakubski K.J., *Petya 2017. Kierunkowe ataki cybernetyczne*, Fundacja Po.Int., 3 sierpnia 2017, <https://fundacijapoint.pl/2017/08/petya2017-kierunkowe-ataki-cybernetyczne/> [dostęp: 2020-06-26].

## Ciemne strony cyberprzestrzeni – wybrane aspekty

### Streszczenie

Stworzone w 1982 r. przez Williama Gibsona pojęcie „cyberprzestrzeń” w związku z ogromnym rozwojem technologicznym jaki widzimy na przełomie XX i XXI wieku, na stałe weszło do użycia i coraz częściej definiowane jest w dokumentach prawnych, a w rozważaniach politologicznych i militarnych wskazywane jako piąty – po ziemi, wodzie, powietrzu i przestrzeni kosmicznej – wymiar rywalizacji i współpracy państw. Jak słusznie zauważył najwybitniejszy polski pisarz gatunku hard science fiction Stanisław Lem „pociąg ludzi do zła ujawnia się zwłaszcza tam, gdzie pojawia się nowa technologia”.

Opracowanie, już w samym założeniu, nie ma być przedstawieniem i analizą wszystkich zagadnień i ryzyk, jakie niesie za sobą komputeryzacja oraz rozwój sieci informatycznych. Autorzy – studenci socjologii Collegium Civitas wraz z prowadzącym zajęcia z przedmiotu „Przestępczość w cyberprzestrzeni” – zdecydowali się zaprezentować jedynie wybrane aspekty zagrożeń dla społeczeństwa informacyjnego. Opisując Darknet i Deep Web wyselekcjonowali tylko niektóre elementy występujące w tej przestrzeni oraz opinie badaczy obserwujących tę część Internetu. Kolejnym elementem na który zwrócono uwagę to ciemna strona sieci społecznościowych. Przywykliśmy do codziennego korzystania z ulubionych portali społecznościowych. Dzięki rozwojowi technologicznemu jesteśmy podłączeni do sieci 24 godziny na dobę, przyzwyczailiśmy się do ogromnej ilości udostępnianych treści – przez co wielokrotnie nie dostrzegamy zagrożeń, jakie one ze sobą niosą. A będzie ich przybywać – miniaturyzacja, postęp technologiczny i rozwój technologiczny kierujący się w stronę „Internetu Rzeczy (IoT)” oraz sztucznej inteligencji (AI)

powodują, że opisywane przed kilku laty jako futurologiczne drony dostarczające, bez udziału człowieka, produkty zamówione przez inteligentne i podłączone do infosieci lodówki stają się rzeczywistością. Słowa kluczowe: cyberprzestrzeń, cyberprzestępczość, cyberzagrożenia, Darknet

## **Dark sides of cyberspace – selected aspects**

Abstract.

The notion of "cyberspace" created by William Gibson in 1982 in connection with massive technological development, which in being observed on the turn of the 20th and 21st century has come for good into use. It is being defined in legal documents and also in military and political dissertation, where the fifth dimension of rivalry and cooperation of the states has been pointed out right after the earth, water, air and airspace. As our most famous hard-science-fiction writer Stanisław Lem noticed: "The attraction of people for evil manifests itself wherever the new technology appears". This dissertation in its assumption is not going to show and analyze all the issues and risks which are inevitably connected to computerization and IT development.

The authors – Collegium Civitas sociology students together with the teachers conducting classes on "Crimes in the cyberspace" have decided to present only some selected aspects of threats for the informative society. Having described "the Darknet" and "the Deep Web" they selected some elements characteristic for this space and they also presented the opinions of the researchers observing this part of the Internet. The next element they paid their attention to is the dark side of the social network. We got used to reading our favorite social portals. Thanks to technological development we are connected to the Net 24/7. Moreover, having got used to massive amount of contents we are not able to notice any threats they bear. Unfortunately, the number of threats is on the rise-miniaturization and technological development are going towards the Internet of Things (IoT) and Artificial Intelligence (AI). This situation causes that some futuristic visions described a couple of years ago in which delivery drones operate without any human activity or fridges connected to the Internet have become reality.

Keywords: cyberspace, cyber crime, cyber threats, Darknet

## Bezpieczeństwo młodzieży w mediach w świetle badań ankietowych

### 1. Wstęp

Podstawowym celem realizowanym jest zbadanie opinii młodzieży na temat ich poczucia bezpieczeństwa w mediach. Trzeba wskazać, że cel pracy w ujęciu przestrzennym skupia się na młodzieży (osoby w wieku od 16 lat), natomiast pod względem rzeczowym koncentruje się na problematyce mediów oraz związanego z nimi bezpieczeństwa. Przedmiotem badań są opinie młodzieży na temat tego, czy czuje się ona bezpieczna w świecie współczesnych mediów (głównie telewizja oraz Internet). W badaniach wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego i technikę ankiety.

W pracy sformułowano następujące hipotezy:

1. Przypuszcza się, że głównymi zagrożeniami związanymi z mediami są: dostęp do treści niedostosowanych do wieku (np. pornografia) oraz cyberprzemoc.
2. Zakłada się, że młodzież jest najczęściej zagrożona w świecie mediów ze względu na to, że wykazuje się łatwowiernością, a więc często nie analizuje w sposób rzetelny informacji, które są jej przekazywane.
3. Uznaje się, że aby zwiększyć poziom bezpieczeństwa młodzieży w świecie mediów, niezbędne jest podejmowanie działań, które skupiają się na uświadomieniu na temat podstawowych zagrożeń i sposobów ich eliminowania.

Z kolei zagadnienie zagrożeń działalnością mediów jest coraz częściej analizowane – gdyż zagrożenia te bezpośrednio wpływają na rozwój młodego człowieka i osób dorosłych, na podejmowane przez niego decyzji, czy też na planów, które odnoszą się do jego przyszłości.

Praca ta składa się z dwóch części, które tworzą harmonijną całość i skupiają się na realizowaniu głównego celu badawczego.

Część pierwsza to teoretyczne przedstawienie najważniejszych rozważań. W związku z tym zobrazowano najważniejsze terminy – pojęcie mediów oraz bezpieczeństwo. Ukazane zostały zagrożenia związane ze światem mediów, przedstawiono w jaki sposób media oddziałują na młodzież i jej zachowanie. Media są przestrzenią, w której młoda osoba może być oszukiwana inspirowana do wszelkiego rodzaju działań, odniesiono się również do problematyki działań realizowanych które zwiększają bezpieczeństwo osób młodych w świecie mediów (osób w wieku powyżej 16 lat).

Część druga to część badawcza, w której zaprezentowano analizę wyników badań własnych, przedstawiono metody i narzędzia badawcze, a także podstawowy cel badań.

W pracy wykorzystano opracowania specjalistycznych publikacji oraz artykuły z czasopism naukowych. Do najważniejszych zalicza się: M. Waller *Media*, M. Kwiecińska *Wykorzystywanie ediów dla podniesienia bezpieczeństwa, potrzeby i sposoby realizacji*, J. Kowalski *Media i medioznawstwo*, a także wiele innych. Dzięki temu ukazanie problematyki mediów stało zdecydowanie łatwiejsze i jednocześnie możliwe było dokładne omówienie tego zagadnienia.

---

<sup>1</sup> pm9891k@gmail.com, Filia w Kielcach Społecznej Akademii Nauk w Łodzi.

<sup>2</sup> piotrmendak82@gmail.com, Filia w Kielcach Społecznej Akademii Nauk w Łodzi.

## 2. Bezpieczeństwo młodzieży a rola mediów

### 2.1. Podstawowe pojęcie

Pojęcie mediów jest aktualnie pojęciem najczęściej wykorzystywanym we współczesnym świecie – zarówno w życiu prywatnym jak też w życiu publicznym. W praktyce media to pojęcie, które odnosi się głównie do prasy, radia oraz telewizji, a także do tzw. mass-mediów. Media są instytucjami, które skupiają się na kształtowaniu pewnych przekazów o charakterze informacyjnym oraz rozrywkowym. Pozwalają one na ich szybkie rozpowszechnienie (masowe) i docieranie do jak największej grupy odbiorców (którzy często są znacznie rozproszeni). Natomiast w ujęciu bardziej szerokim media można określić jako technologie, a więc instrumenty, które odnoszą się do komunikacji i które są jednocześnie produktem medialnym. W tym ujęciu media to nie tylko radio, telewizja, prasa czy Internet, ale także aparaty fotograficzne, smartfony, tablety czy też wiele innych urządzeń [1].

„Media określa się jako ogół elektrycznych i elektronicznych sposobów odtwarzania, zapisywania i rozpowszechniania obrazów i dźwięków, które stosuje się w komunikowaniu masowym w celu zorganizowanego odbioru jednostkowego lub zbiorowego”. Za pomocą technicznych sposobów przekazuje się liczne treści, które są dostarczane masowemu odbiorcy. Jest on nazywany niekiedy „masowym człowiekiem”, „masowym społeczeństwem”. Ponadto media są obecnie składnikiem kultury – tworzą jej specyfikę oraz kreują rzeczywistość poprzez prezentację różnorodnych treści, wywierających wpływ na świadomość i wybory odbiorców” [2]. Taka definicja mediów wydaje się pełna oraz precyzyjna. Zwraca ona uwagę na ich techniczne funkcjonowanie, a więc na to, że one sposobem elektrycznego i elektronicznego przekazywania obrazów oraz dźwięków.

Związane są bezpośrednio z automatyzacją, mechanizacją, a coraz częściej rozpatruje się je również jako środek pozwalający manipulować człowiekiem. Media obecnie dają szczególnie szerokie możliwości. Pozwalają na usprawnienie codziennego życia – np. na wykonywanie zakupów, poszukiwane niezbędnych informacji, edukowanie się [3].

Według Z. Bajki media są przede wszystkim narzędziem komunikowania i dlatego historia mediów w jego ujęciu powinna być analizowana z punktu widzenia historii komunikowania się człowieka. Dzięki mediom można przekazywać informacje i ich funkcjonowanie na przestrzeni lat istotnie się zmieniało. Media obecnie pozwalają na wymianę informacji (np. za pośrednictwem Internetu, który jest interaktywny) [4].

Zakłada się, że media masowe, które są tak popularne we współczesnym świecie cechują się przede wszystkim tym, że są one [5]:

- jednym z najistotniejszych instrumentów sprawujących władzę społeczną; to właśnie one kontrolują i zarządzają społeczeństwem, przekazują najważniejsze informacje,
- publicznym forum, na którym poruszane są kwestie związane z życiem politycznym (zarówno w ujęciu krajowym jak też międzynarodowym),
- narzędziem pozwalającym na zdobycie sławy oraz na ukształtowanie pewnej pozycji społecznej,

- źródłem obrazów i innych przekazów – to właśnie one budują wartości kulturowe oraz społeczne,
- źródłem publicznego systemu znaczeń, który pozwala na wydawanie opinii, kształtowanie zachowań.

Dzięki tym cechom mediów możliwe jest zdecydowanie łatwiejsze analizowanie ich funkcjonowania. Wskazują one na multimedialność oraz interaktywność oraz powszechność mediów.

Drugim opisywanym pojęciem jest pojęcie bezpieczeństwa. Pojęcie to zostanie opisane z punktu widzenia cyberprzestrzeni, a więc w ujęciu najważniejszym. Bezpieczeństwo to stan, w którym dana jednostka nie czuje się zagrożona. W związku z tym jest to stan pewności siebie, pewnych gwarancji czy też stan, w którym człowiek może się rozwijać. Pojęcie bezpieczeństwa jest analizowane przez wiele dziedzin naukowych. Uznawane jest jako jedna z najważniejszych potrzeb człowieka (np. w ujęciu A. Masłowa), do której zaspokajania pragnie on regularnie dążyć. Jeżeli człowiek czuje się bezpiecznie, to automatycznie jest w stanie funkcjonować w społeczeństwie oraz realizować różnorodne role społeczne [6]. Analizowanie bezpieczeństwa jako potrzeby jest z pewnością słuszne, bowiem jedynie dzięki tej potrzebie i jej zaspokojeniu jednostka jest w stanie funkcjonować w świecie.

Bezpieczeństwo według Z. Ściborka jest uznawane za pojęcie szczególnie pojemne, bowiem odnosi się do działalności wielu instytucji państwowych, które działają w ramach administracji zespolonej oraz niezespolonej. Bezpieczeństwo powinno być ujmowane jako potrzeba człowieka, która powinna być zaspokajana przez państwo. W związku z powyższym państwo ma za zadanie rozpoznawać i minimalizować zagrożenia. W przeciwnym razie zagrożenia te utrudniają funkcjonowanie człowieka, realizowanie ról społecznych oraz sprawiają, że traci on poczucie stabilizacji [7].

## **2.2. Zagrożenia związane ze światem mediów**

Zagrożenia związane ze światem mediów są przede wszystkim powiązane z występowaniem uzależnienia medialnego. Uzależnienie to jest określane jako stan, w którym dana jednostka jest uzależniona od świata wirtualnego i jednocześnie fikcyjnego, co sprawia, że traci ona kontakt z rzeczywistością, która ją otacza. By dokładniej zrozumieć to pojęcie należy odnieść się do rozważań przedstawionych przez Światową Organizację Zdrowia, która wskazała, że uzależnienie jest stanem psychicznym i w niektórych okolicznościach stanem fizycznym, w którym dana osoba odczuwa przymus sięgania i korzystania z pewnych środków czy też podejmowania określonych zachowań. W praktyce człowiek może być uzależniony od kilku środków albo zachowań. W przypadku uzależnienia medialnego dochodzi do tego, że dana osoba zupełnie zatracą się w świecie wirtualnym i bez znaczenia jest dla niej świat rzeczywisty (a więc np. nie nawiązuje kontaktów ze swymi rówieśnikami, bowiem najważniejsze są dla niej kontakty w świecie). Życie realne przestaje być dla niej atrakcyjne, bowiem świat wirtualny pozwala na kreowanie swojej osoby w dowolny sposób i jednocześnie daje on zdecydowanie większe możliwości w tym aspekcie. Ze światem wirtualnym wiążą się też istotne wrażenia, które mogą przynosić adrenalinę. Osoba uzależniona medialnie często jest także jednostką uzależnioną od portali społecznościowych – mowa tutaj przykładowo o Facebooku [8].

Na podstawie literatury przedmiotu zakłada się, że do najważniejszych zagrożeń związanych ze światem mediów zalicza się przede wszystkim [9]:

- przekazywanie niewłaściwych zachowań, postaw, poglądów czy też wartości, które wpływają na życie człowieka,
- istotne zubożenie nawiązywanych kontaktów międzyludzkich (człowiek funkcjonuje w świecie, posiada wirtualnych przyjaciół, niemniej jednak nie umie nawiązywać bezpośrednich kontaktów, nie jest w stanie współpracować oraz skupiać się na realizowaniu wspólnie celów),
- powstawanie tzw. „cyberbycia”, a więc zjawiska, w którym człowiek jest aktywny w sieci, ale w życiu społecznym i rzeczywistym jest osobą samotną, nie potrafi realizować ról społecznych i odnaleźć się w grupie,
- trudniejsze przeprowadzenie procesów edukacyjnych (np. młoda osoba nie przygotowuje się do sprawdzianu, bowiem woli obejrzeć film, posłuchać muzyki albo korzystać z portali społecznościowych) i procesów wychowawczych oraz socjalizacyjnych,
- brak czasu dla osób najbliższych (w tym dla rodziny), a także brak czasu dla przyjaciół, wydaje się, że wiele z tych zagrożeń odnosi się bezpośrednio do społecznego funkcjonowania jednostki, do realizowania przez niego ról społecznych, a także do tego, czy wykazuje się ona umiejętnością komunikowania się, prezentowania swych potrzeb, a także umiejętnością nawiązywania współpracy czy też rozwiązywania konfliktów społecznych,
- zanikanie pasji oraz zainteresowań i aktywności człowieka,
- powstawanie problemów psychicznych – mowa tutaj przykładowo o depresji czy też zaburzeniach osobowości,
- powstawanie problemów związanych ze zdrowiem fizycznym – np. wady postawy związane z przesiadywaniem przed komputerem, zaburzenia odżywiania (np. związane z nawykami oglądania filmu, jedząc popcorn albo chipsy), problemy ze wzrokiem,
- trudności w rozładowaniu napięć emocjonalnych,
- trudności w wymienianiu z innymi swych poglądów,
- zaniechanie dzieci (np. rodzice nie mają czasu na rozmowy z nimi, na wspólny spacer). Zagrożenia te są zdecydowanie bardziej groźne, bowiem mogą doprowadzać do zmian, które trudno eliminować (np. mowa tutaj choćby o problemach psychicznych czy też o podejmowaniu zachowań agresywnych). W związku z tym bardzo ważne jest opisywanie tych zagrożeń oraz przeciwdziałanie im w codziennej pracy pedagogicznej.

Osoby młode, które nie umieją krytycznie oceniać sytuacji, stają się ofiarami przekazów medialnych, nabywają niewłaściwe wzorce i wartości, a także kreują wizję człowieka idealnego, który w rzeczywistości nie istnieje. Jednocześnie media pochłaniają wolny czas i dają jedynie iluzję szczęścia oraz „normalnego życia”. Zagrożenia związane z mediami odnoszą się bezpośrednio do funkcjonowania społecznego jednostki (np. ma ona trudności z komunikowaniem się z innymi), z rozwojem psychicznym człowieka (np. mowa tutaj o chorobach psychicznych, trudnościach w logicznym myśleniu), z rozwojem fizycznym (np. są to choroby cywilizacyjne jak choćby nadwaga, która uwarunkowana jest przez brak aktywności) oraz z rozwojem



emocjonalnym (to trudność z radzeniem sobie z emocjami czy też odreagowywanie negatywnych emocji w wirtualnym świecie – np. poprzez stanie się trollem czy też stosowanie względem innych cyberprzemocy).

### **2.3. Wpływ mediów na młodzież**

Media mogą pozytywnie oddziaływać na młodego człowieka, a więc mogą przekazywać mu niezbędną wiedzę, doskonalić jego umiejętności czy też pozwolić na to, by nawiązywał on kontakty z innymi osobami. Pozytywny wpływ mediów jest widoczny jedynie w momencie, gdy jednostka racjonalnie z nich korzysta, a więc, gdy jest ona w stanie właściwie dobierać treści, z którymi się zapoznaje czy też wie, jakie cele wykorzystywania mediów są korzystne [10]. Takie ujęcie mediów w opinii autora pracy jest w pełni słuszne, bowiem wykazuje się obiektywnością. Z pewnością trzeba stwierdzić, że media mogą oddziaływać na młodzież zarówno pozytywnie, jak też negatywnie i w rzeczywistości ich oddziaływanie w dużej mierze uzależnione jest od tego, jakie postawy prezentuje młodzież, czy jest w stanie efektywnie kontrolować swoje działania oraz czy jest świadoma ewentualnych zagrożeń związanych z mediami.

W innym ujęciu akcentuje się, że media bardzo często zmieniają w młodym człowieku jego zachowania, kształtują jego potrzeby (np. zachęcają do tego, by posiadał dane produkty), a co ważniejsze, doprowadzają do zmian w zakresie postrzegania (bowiem często oddziałują na podświadomość). W wielu sytuacjach media są też tym, co negatywnie wpływa na zdrowie młodej jednostki, a więc zachęcają człowieka do tego, by był bierny, by rozleniwiał się i tym samym utrudniają młodemu człowiekowi doświadczenie, inspirowanie się innymi oraz budowanie harmonijnych relacji międzyludzkich [11]. Z pewnością należy stwierdzić, że młody człowiek to osoba szczególnie podatna na wpływy ze strony innych środowisk. Niewłaściwe treści czy też treści niedostosowane do wieku, z którymi spotyka się młody człowiek w mediach, mogą doprowadzać do tego, że dochodzi do zmian w zakresie funkcjonowania jednostki. Dodatkowo mogą skutkować zmianami w osobowości i podświadomości człowieka.

Media mogą wpływać na człowieka pozytywnie i negatywnie. Niemniej jednak każdorazowo wpływ mediów uzależniony jest od tego, w jakich celach są one rzeczywiście wykorzystywane. Media mogą stać się dla młodego człowieka ogromną szansą (np. mogą pozwalać mu się rozwijać), ale jednocześnie mogą być zagrożeniem i źródłem problemów (np. mowa tutaj o uzależnieniu od mediów). Ich oddziaływanie jest zatem bardzo szerokie.

### **2.4. Działania podejmowane w celu zwiększenia bezpieczeństwa młodzieży w świecie mediów**

W celu zwiększenia stopnia bezpieczeństwa młodzieży w świecie mediów, bardzo istotne zadania pełnią dwa podstawowe środowiska – mowa tutaj o środowisku szkolnym (pedagogicznym) oraz o środowisku rodzinnym. Wynika to z faktu, że te dwa środowiska znajdują się najbliższej wychowanka, a więc są w stanie najszybciej zaobserwować wszelkie zmiany w jego zachowaniu oraz podejmować działania, których celem jest zapewnienie bezpieczeństwa młodego człowieka w świecie mediów. Nauczyciele jak też rodzice powinni przekazywać wychowankom wiedzę na temat tego, jakie przekazy medialne generują media, że należy je oceniać i racjonalnie analizować, a także jakie zagrożenia mogą wiązać się z wpływem mediów. Warto

wprowadzać pewne zasady – np. ograniczać korzystanie wychowankom z pewnych mediów (np. telewizji, komputera, tabletu), bowiem choć wprowadzenie takich zmian nie jest łatwe, to z pewnością jest rozwiązaniem niezwykle efektywnym [13]. Takie ujęcie staje się w pełni słuszne. Trzeba bowiem podkreślić, że współpraca szkoły i rodziców jest niezwykle ważna w zakresie wymienia się informacjami o młodym człowieku, o jego problemach i zagrożeniach w jego najbliższym świecie. Trzeba zaakcentować jeszcze jedną niezwykle ważną kwestię – szkoła i rodzice są podmiotami, które biorą niejako odpowiedzialność za zachowania i wychowanie młodego człowieka. Dlatego powinni udzielać mu pomocy oraz go efektywnie wspierać.

Istotnym aspektem jest podejmowanie działań profilaktycznych mających postać organizowania kampanii społecznych. Przykładowo taka kampania była organizowana przez Ministerstwo Edukacji Narodowej – mowa tutaj o programie „Bezpieczna+”, który opierał się na tym, by wychowankowie bezpiecznie korzystali z cyberprzestrzeni, a także by wykazywali się umiejętnością nawiązywania kontaktów międzyludzkich oraz by w szkole panowała przyjacielska atmosfera, która sprzyja edukacji, wychowaniu i socjalizacji. Jednocześnie w czasie codziennych lekcji (przede wszystkim lekcji informatyki) trzeba poruszać zagadnienie bezpieczeństwa cyfrowego oraz przedstawiać wychowankom, że wiele przekazów medialnych jest istotnie zniekształconych, a więc niezbędne jest ich analizowanie na wielu płaszczyznach. Ważną kwestią jest także organizowanie pogadarek choćby w czasie godzin wychowawczych, które odnoszą się do bezpieczeństwa w świecie mediów i do tego, w jaki sposób można z nich racjonalnie, odpowiedzialnie i bezpiecznie korzystać [14]. Działania te są z pewnością efektywne, bowiem często aktywnie angażują uczniów, a więc zachęcają ich do tego, by brali udział w organizowanych zajęciach oraz warsztatach, a w takich okolicznościach łatwiejsze jest wpływanie na nich. Środowisko szkolne, oraz środowisko rodzinne jest odpowiedzialne za to, w jaki sposób wychowanek funkcjonuje w świecie mediów, jaką wiedzę na temat zagrożeń się wykazuje, a co najważniejsze, czy umie efektywnie się przed nimi bronić i czy jest bezpieczne. Działania podejmowane w tym zakresie powinny być odpowiednio zorganizowane, a także wcześniej zaplanowane i warto włączyć w nie wiele podmiotów (np. psychologów czy też funkcjonariuszy policji, którzy mogą przedstawić, jakie przestępstwa popełniane są za pośrednictwem mediów – przede wszystkim trzeba zwrócić uwagę na zagrożenia związane z wykorzystaniem Internetu i coraz powszechniejszą cyberprzemocą). Często podejmowanie tych działań wymaga zaangażowania wielu zasobów – przede wszystkim mowa tutaj o zasobach ludzkich (np. działaniach pedagoga) czy też o zasobach finansowych (które są niezbędne, by realizować wiele przedsięwzięć).

### **3. Aspekt badawczy**

W celu szerszego zobrazowania poruszanego problemu autorzy przeprowadzili badania metodą sondażu diagnostycznego (ankiety sondażowej) wśród młodzieży.

#### **3.1. Metody i narzędzia badań**

Metoda badawcza ujmowana jest jako sposób działania, który przebiega zgodnie z wcześniej określonymi zasadami i regułami. W ramach metody badający nie może zatem realizować działań przypadkowych czy też niezaplanowanych. Metoda najczęściej jest jasna, jednoznaczna, celowa, efektywna, owocna oraz ekonomiczna. Wybór metody jest przeprowadzany po uwzględnieniu wielu aspektów – np. tego, kto będzie

rzeczywiście badany, na jakich celach koncentrują się badania czy też jakie problemy są w nich analizowane oraz poruszane [15].

W badaniach na potrzeby tej pracy wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego (w jej ramach ankietę sondażową).

Narzędzie badawcze definiowane jest natomiast jako przedmiot, który wykorzystuje się po to, żeby zyskać najważniejsze informacje, które potem w badaniach są wykorzystywane. W praktyce badający może stosować jednocześnie kilka narzędzi badawczych, a wśród nich wymienia się choćby arkusze, kwestionariusze albo testy [16].

W badaniach posłużono się narzędziem kwestionariusza ankiety (skierowano go do młodzieży).

### 3.2. Cel i przedmiot badań charakterystyka i dobór próby badawczej

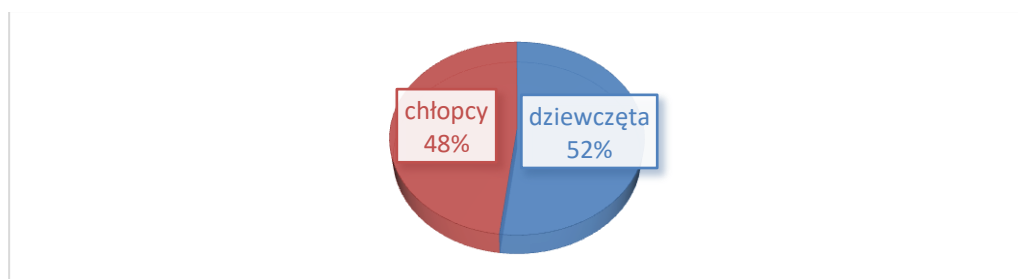
Cel badań jest najczęściej definiowany na wiele sposobów, jednak najczęściej stwierdza się, że stanowi on przejaw potrzeby albo pragnienie, które zauważa badający i chce je zaspokoić. Celem badań w praktyce jest to, by dokładniej analizować i zdobyć wiedzę o pewnym zakresie rzeczywistości. Cele mogą być określane różnorodnie i wskazuje się, że mają możliwość pełnienia wielu funkcji – w związku z tym literatura metodologiczna wspomina choćby o celach praktycznych albo użytecznych. Opracowanie celów badawczych nie jest łatwym przedsięwzięciem [17].

Celem tej pracy jest jakie zagrożenia czyhają na młodzież we współczesnych mediach, jak wpływają one na jej funkcjonowanie oraz poczucie bezpieczeństwa

Przedmiotem badań są opinie młodzieży (uczniów 3. szkół ponadpodstawowych) na temat bezpieczeństwa w świecie mediów i związanych z nimi zagrożeń.

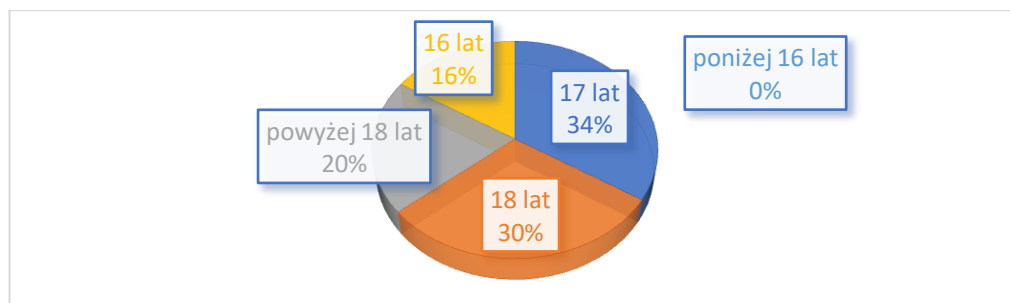
W badaniach wzięło udział w sumie 50 uczniów. Grupę tą dobrano na podstawie ich wieku – zwrócono uwagę, by byli to uczniowie szkół ponadpodstawowych, a więc znajdujący się w wieku od 15 do 20 lat. Dzięki temu możliwe było pozyskanie bardziej wnikliwych danych.

Grupę badanych starano się zróżnicować pod względem płci, wieku oraz miejsca zamieszkania. W badaniach wzięło udział w sumie 26 dziewcząt (52%) oraz 24 chłopców (48%). Dane przedstawia poniższy diagram.



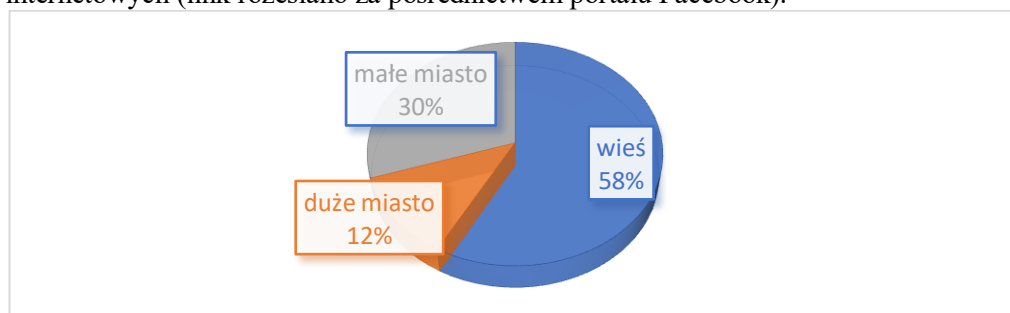
Wykres 1. Płeć badanych. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Kolejne pytanie metryczkowe odnosiło się do wieku badanych. W tym zakresie wypowiedzi były dość podzielone. Największa liczba badanych to wychowankowie w wieku 17 lat (17 osób – 34%) oraz w wieku 18 lat (15 osób – 30%). W dalszej kolejności trzeba wskazać wychowanków w wieku powyżej 18 lat (10 osób – 20%) oraz w wieku 16 lat (8 osób – 16%). Żaden z badanych nie znajdował się w wieku poniżej 16 lat. Dane te prezentuje poniższy diagram.



Wykres 2. Wiek badanych. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Ostatnie pytanie metryczkowe dotyczyło miejsca zamieszkania badanych. Największa ilość z nich zamieszkiwała wieś (29 osób – 58%). Pozostali badani zamieszkiwali teren małego miasta (15 osób – 30%) oraz teren dużego miasta (6 osób – 12%). Dane przedstawia poniższy diagram. Badania przeprowadzono przy wykorzystaniu ankiet internetowych (link rozesłano za pośrednictwem portalu Facebook).

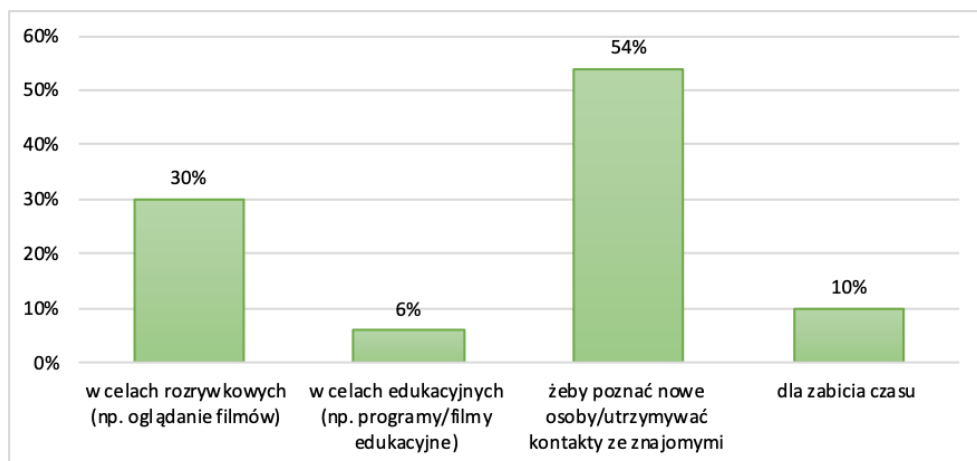


Wykres 3. Miejsce zamieszkania badanych. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

### 3.3. Analiza wyników badań

W przeprowadzonych na potrzeby pracy badaniach wzięło w sumie udział 50 uczniów – młodzieży szkół ponadpodstawowych. W badaniach tych wykorzystano indywidualnie opracowany kwestionariusz ankiety (ankieta składała się w sumie z 10 pytań tematycznych).

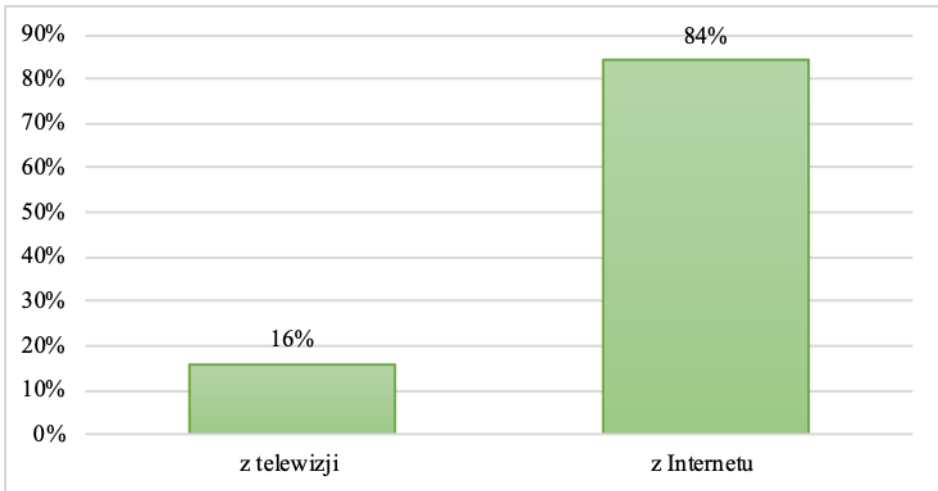
Pytanie nr 1 odnosiło się do tego, z jakich względów badani najczęściej korzystają ze współczesnych mediów? Można stwierdzić, że cele te mogą być różnorodne, ale od niniejszych celów w dużej mierze zależy to, czy media będą generować zagrożenia dla jednostki czy też nie. Na podstawie odpowiedzi udzielonych przez badanych zauważa się, że największa grupa badanych wskazała, że wykorzystuje media po to, żeby poznawać nowe osoby, a także by utrzymywać kontakty ze znajomymi (27 osób – 54%).



Wykres 4. Wykorzystanie mediów przez respondentów. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

W związku z tym media są wykorzystywane przede wszystkim w celach podtrzymywania relacji międzyludzkich – niemniej jednak relacje te przeniosły się na zupełnie inną płaszczyznę, bowiem budowane są w świecie wirtualnym, a więc to właśnie emotikony sprawiają, że dochodzi do zastępowania zachowań człowieka czy też jego emocji. Pozostała grupa badanych wskazała, że wykorzystuje media w celach rozrywkowych, a więc choćby po to, by oglądać filmy, słuchać muzyki czy też grać w gry (15 osób – 30%). Najmniejszy odsetek badanych wskazał, że stosuje je dla zabicia wolnego czasu (5 osób – 10%), co może świadczyć o tym że młody człowiek bardzo często nie umie ciekawie i efektywnie zagospodarować sobie wolnego czasu i ciekawie go pożytkować, a jedynie 3 osoby (6%) uznały, że stosuje media w celach edukacyjnych, a więc choćby po to, by przeglądać programy albo filmy edukacyjne. Oczywiście poszczególne cele mogą się ze sobą łączyć (np. cele rozrywkowe oraz podtrzymywanie znajomości czy też nawiązywanie nowych znajomości). Żaden z badanych nie zadeklarował, że korzysta z mediów w innych celach albo ze względu na fakt, iż jest to modne.

Pytanie nr 2 dotyczyło tego, z jakich mediów najczęściej korzystają badani? W tym zakresie odpowiedzi były dość jednoznaczne, bowiem zdecydowana większość badanych zadeklarowała, że na co dzień korzysta głównie z Internetu (42 osoby – 84%). Internet jest dla młodego człowieka szczególnie atrakcyjny, bowiem daje on mu bardzo duże możliwości – np. pozwala na zakładanie profili społecznościowych, na oglądanie filmów, słuchanie muzyki i wiele innych. Trzeba w tym miejscu zaakcentować także, że Internet jest dla jednostki bardzo dostępny, bowiem wszystkie smartfony mają do niego dostęp, a to właśnie z nich w dużej mierze korzysta współczesna młodzież. Dzięki nim dostęp do Internetu nie jest ograniczony ani przestrzennie, ani czasowo.

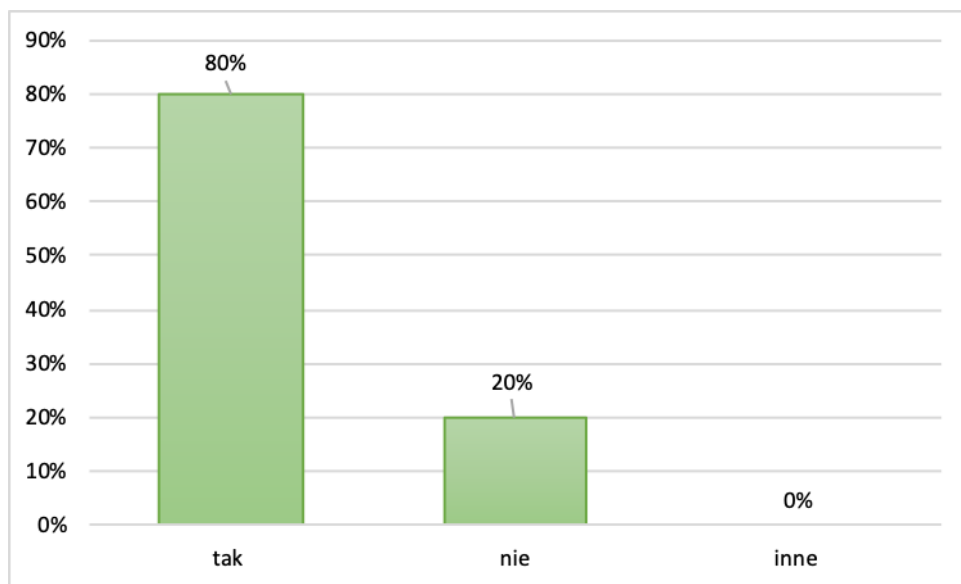


Wykres 5. Media, z których respondenci korzystają najczęściej.

Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Można więc stwierdzić, że Internet staje się medium, które zrewolucjonizowało współczesny świat i które bardzo istotnie oddziałuje na młodego człowieka. Jego atrakcyjność wśród młodzieży stale się zwiększa, a co za tym idzie, młode osoby mogą być mniej czujne na wszelkie zagrożenia, które są z nim związane. Pozostały odsetek badanych (8 osób – 16%) wskazał, że najczęściej korzysta z telewizji, a więc również popularnego medium, niemniej jednak medium generującym nieco mniejsze możliwości niż Internet (telewizja nie jest bowiem interaktywna i nie pozwala na natychmiastowe analizowanie reakcji). Żaden z badanych nie zadeklarował, że najczęściej korzysta z radia, innych mediów czy też, że nie korzysta w ogóle z mediów. Trzeba też zaakcentować, że badani nie uznali, by korzystali oni z wielu mediów jednocześnie.

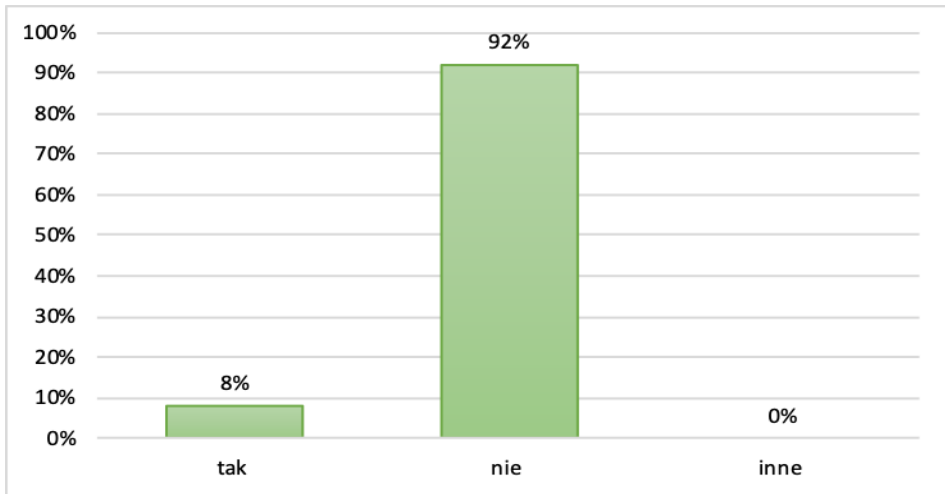
Pytanie nr 3 odnosiło się bezpośrednio do zagadnienia jakie jest poczucie bezpieczeństwa młodych osób w świecie mediów? W pytaniu tym odniesiono się bezpośrednio do tego, czy badana młodzież czuje się bezpiecznie w świecie mediów. Zdecydowana większość badanych (40 osób – 80%) wskazała, że czuje się bezpieczna w świecie mediów. Warto wskazać, że sytuacja ta może być uwarunkowana przez dwa czynniki. W pierwszej kolejności zakłada się, że być może młodzież faktycznie jest w stanie racjonalnie korzystać z mediów, a co za tym idzie, nie musi zmierzyć się z jakimikolwiek zagrożeniami. Drugą sytuacją jest sytuacja, w której młodzież nie dostrzega pewnych zagrożeń albo nie jest świadoma tego, jakie konsekwencje są z nimi bezpośrednio związane.



Wykres 6. Poczucie bezpieczeństwa w świecie mediów. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Trzeba w tym miejscu zauważyć, że poczucie bezpieczeństwa w świecie medialnym jest bardzo ważne, bowiem brak tego bezpieczeństwa oddziałuje na codzienne funkcjonowanie jednostki – a więc na to, w jaki sposób realizuje ona role społeczne, jak funkcjonuje w życiu społecznym. Jedynie 10 osób (20%) wskazało, że nie czuje się bezpiecznie w świecie mediów. Można uznać, że jednostki te miały już styczność z pewnymi zagrożeniami (np. były ich ofiarami, obserwatorami) albo są bardziej świadome tego, jakie problemy wiążą się z nieodpowiednim wykorzystaniem mediów na co dzień.

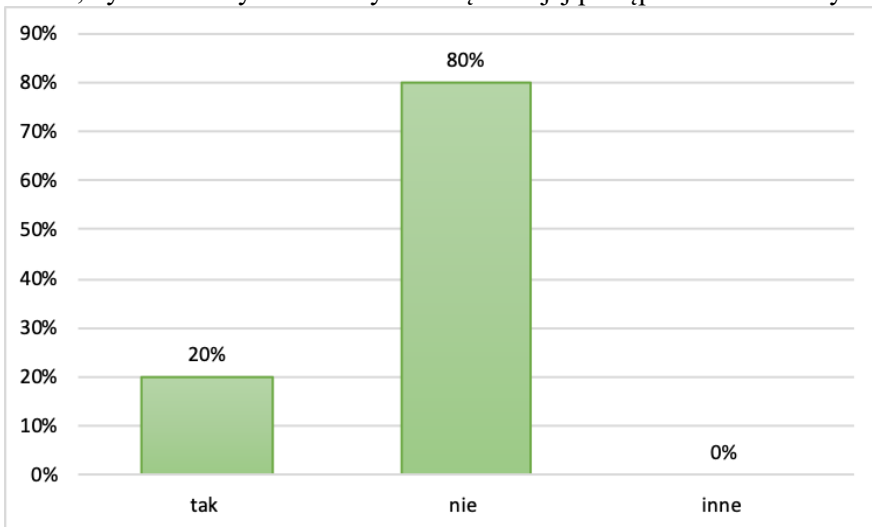
Pytanie nr 4 dotyczyło tego, czy kiedykolwiek byłeś(łaś) ofiarą zagrożeń w świecie mediów? Z pewnością doświadczenia w tym zakresie istotnie wpływałyby na to, czy czują się oni bezpieczni, w jaki sposób korzystają oni z mediów, a także co jest dla nich najważniejsze oraz jakimi zasadami (np. zdrowego rozsądku) kierują się na co dzień w czasie korzystania z mediów. W tym zakresie zauważa się pozytywną tendencję, bowiem aż 46 osób (92%) stwierdziło, że nigdy nie było ofiarą w świecie mediów (np. nie było ofiarą cyberprzemocy).



Wykres 7. Bycie ofiarą zagrożeń w świecie mediów. Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Natomiast pozostały odsetek, a więc 4 osoby (8%) zadeklarowały, że były taką ofiarą. Niniejsze odpowiedzi zwracają uwagę na bardzo ważną kwestię – mianowicie mowa tutaj o tym, że zagrożenia w mediach w odniesieniu do młodzieży występują i należy podejmować działania, które skupiają się na udzieleniu fachowej pomocy ofiarom, bowiem takie jednostki rzeczywiście występują i potrzebują pomocy.

Pytanie nr 5 dotyczyło natomiast tego, czy w świecie mediów byłeś(łaś) kiedykolwiek sprawcą albo inicjatorem zagrożeń? Warto w tym miejscu odnieść się do tego, że sprawca/inicjator zagrożenia to przykładowo osoba, która dopuszcza się cyberprzemocy, wykrada dane drugiej osoby czy też wykorzystuje bez jej zgody profil społecznościowy. Taka osoba często poprzez swoje działania pragnie podnosić swoją samoocенę, a także chce, by inne osoby odczuwały w związku z jej postępowaniem istotny strach.



Wykres 8. Respondenci będący sprawcą lub inicjatorem zagrożeń.

Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]



Na podstawie przeprowadzonych badań zauważa się, że aż 10 osób (20%) zadeklarowało, że było kiedykolwiek inicjatorem albo sprawcą przemocy. W związku z tym wszelkie działania profilaktyczne należy skupiać na eliminowaniu właśnie takich działań, a także na wpajanie młodym osobom najważniejszych wartości i zasad obowiązujących w społeczeństwie. Młode osoby muszą być także świadome tego, że przemoc, która jest przeprowadzana w sieci, generuje tak samo negatywne skutki i jednocześnie sprawia, że jednostka czuje się samotna, odczuwa wiele negatywnych emocji oraz może podejmować działania, które wpływają bezpośrednio na jej późniejsze życie (np. mowa tutaj o próbach samobójczych). Powinna ona także wiedzieć, że przemoc w sieci jest również niezgodna z ogólnymi zasadami społecznymi. Większość badanych (40 osób – 80%) zadeklarowała jednak, że nigdy nie była inicjatorem czy też sprawcą zagrożeń generowanych w mediach.

Pytanie nr 6 cechowało się zdecydowanie większą złożonością, bowiem odniesiono się tutaj z jakimi zagrożeniami spotykałeś(łaś) się w mediach? Szczegółowe dane przedstawiono na poniższej tabeli.

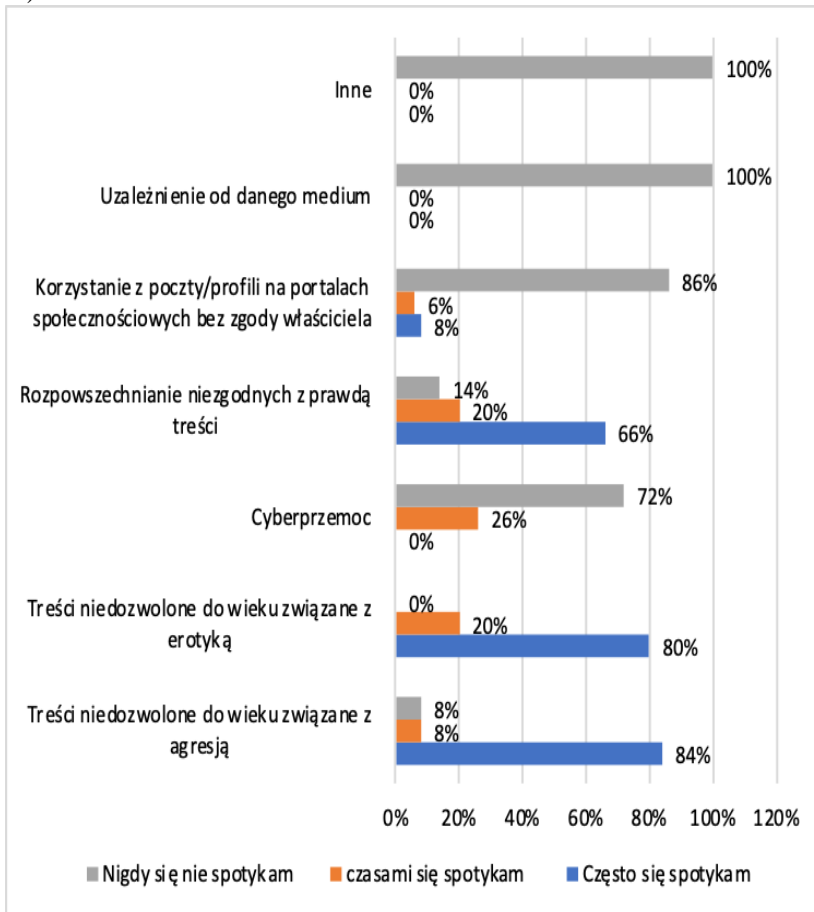
Tabela 1. Zagrożenia, które badani spotykają w świecie mediów

ZAGROŻENIE	Często się spotykam	Czasami się spotykam	Nigdy się nie spotykam
Treści niedozwolone do wieku związane z agresją	42 osoby – 84%	4 osoby – 8%	4 osoby – 8%
Treści niedozwolone do wieku związane z erotyką	40 osób – 80%	10 osób	–
Cyberprzemoc	–	13 osób – 26%	37 osób – 72%
Rozpowszechnianie niezgodnych z prawdą treści	33 osoby – 66%	10 osób – 20%	7 osób – 14%
Korzystanie z poczty/profilu na portalach społecznościowych bez zgody właściciela	4 osoby – 8%	3 osoby – 6%	43 osoby – 86%
Uzależnienie od danego medium	–	–	50 osób – 100%
Inne	–	–	50 osób – 100%

Źródło: opracowanie na podstawie badań własnych

Na podstawie powyżej zaprezentowanej tabeli zauważa się, że badane i młode osoby najczęściej mają styczność z zagrożeniami odnoszącymi się do treści, które są niedozwolone do wieku i które odnoszą się do zachowań agresywnych, a także mają charakter erotyczny. W związku z tym trzeba wskazać, że bardzo ważne jest podejmowanie działań, które będą wskazywać młodym osobom, w jaki sposób dobierać treści medialne, a więc jak właściwie korzystać z mediów. Często występującym zagrożeniem jest także rozpowszechnianie treści niezgodnych z prawdą, a więc kłamanie, wyśmiewanie i oczernianie innych osób na forum publicznym. Warto jednak zaakcentować, że często takie działania nie są określane przez młode osoby jako rzeczywiście występujące zagrożenia. Badani stwierdzili, że cyberprzemoc oraz korzystanie z cudzych profili na portalach społecznościowych czy też z poczty elektronicznej bez zgody właściciela jest zagrożeniem dość rzadkim (bowiem być może młode osoby są

świadome tego, jak ważne jest chronienie swej tożsamości oraz haseł do tych kont w sieci). Żaden z badanych nie wskazał, że dostrzega inne zagrożenia lub też, że spotkał się z zagrożeniem, które ma postać bycia uzależnionym od określonego medium. Trzeba jednak zaznaczyć, że odpowiednio badanych w tym zakresie mogą być nieco zniekształcone, bowiem przykładowo diagnozowanie uzależnienia od mediów (np. uzależnienia od Internetu) jest dość trudne – szczególnie we współczesnym świecie, w którym wykorzystanie tego środka jest szczególnie częste i trzeba rozróżnić sytuację, w której jednostka korzysta z Internetu, bo taką ma ochotę, a sytuację, w której korzysta ona z Internetu ze względu na odczuwanie w związku z tym wewnętrznego przymusu. Ponadto pewne zagrożenia mogą występować łącznie ze sobą (np. mowa tutaj o cyberprzemocy oraz treściach agresywnych czy też treściach odnoszących się do erotyki).

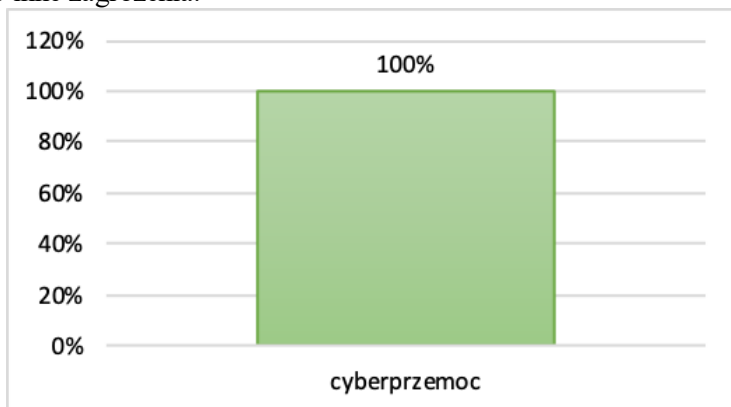


Wykres 9. Zagrożenia, które badani spotykają w świecie mediów.

Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

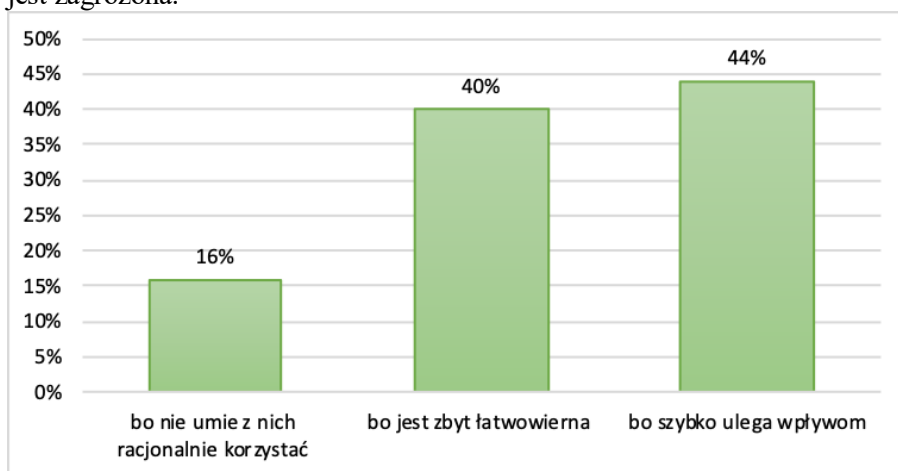
Pytanie nr 7 dotyczyło tego, które zagrożenia związane z bezpieczeństwem w świecie mediów są najgroźniejsze? W tym zakresie badani wykazywali się jednoznacznością, bowiem wszyscy (50 osób – 100%) stwierdzili, że jest to cyberprzemoc, która wpływa bardzo mocno na psychikę, zachowania oraz emocje ofiary. Żaden z badanych nie

zdeklarował, że są to treści agresywne, erotyczne, rozpowszechnianie treści niezgodnych z prawdą, korzystanie z cudzych profili czy też poczty albo uzależnienie się od medium lub inne zagrożenia.



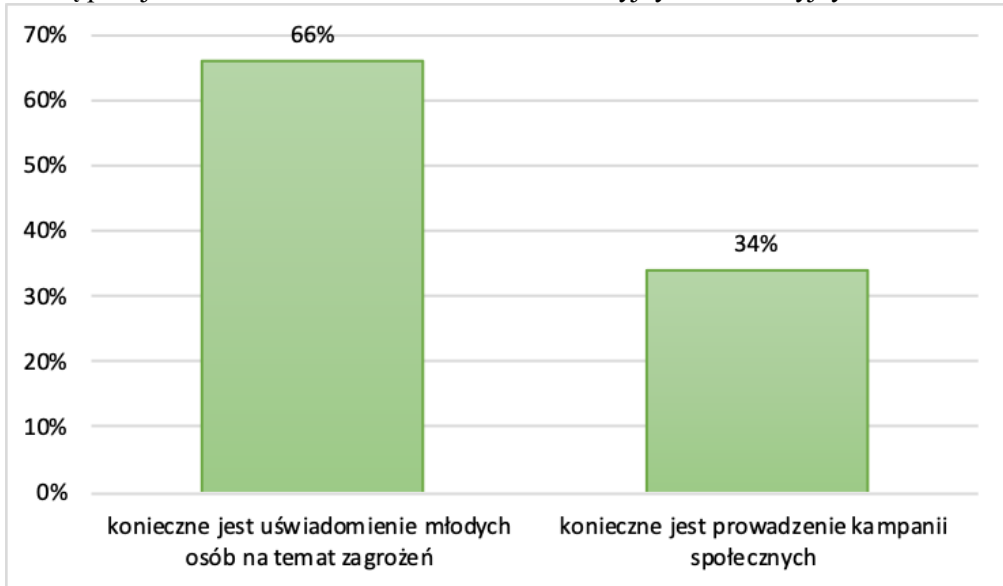
Wykres 10. Najgroźniejsze zagrożenia związane z bezpieczeństwem w świecie mediów.  
Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Pytanie nr 8 dotyczyło tego, jaka jest twoja opinia dotycząca zagrożeń i jak często odczuwasz zagrożenie w świecie mediów? W tym zakresie wypowiedzi badanych koncentrowały się na tym, że młode osoby bardzo szybko ulegają wpływowi ze strony innych, a więc nie umieją do końca analizować sytuacji i nie są asertywne (tak odpowiedziało 22 badanych – 44%). Pozostały odsetek stwierdził, że młode osoby są bardzo łatwowierne, a więc łatwo je oszukać i generować w nich pewne zachowania (20 osób – 40%), a także, że młode osoby nie umieją obiektywnie oceniać pewnych kwestii i nie wykazują się w tym zakresie odpowiednim stopniem racjonalności (8 osób – 16%). Żaden z badanych nie stwierdził, że młodzież nie umie racjonalnie korzystać z mediów, że są inne przyczyny takiej sytuacji albo też, że młodzież w ogóle nie jest zagrożona.



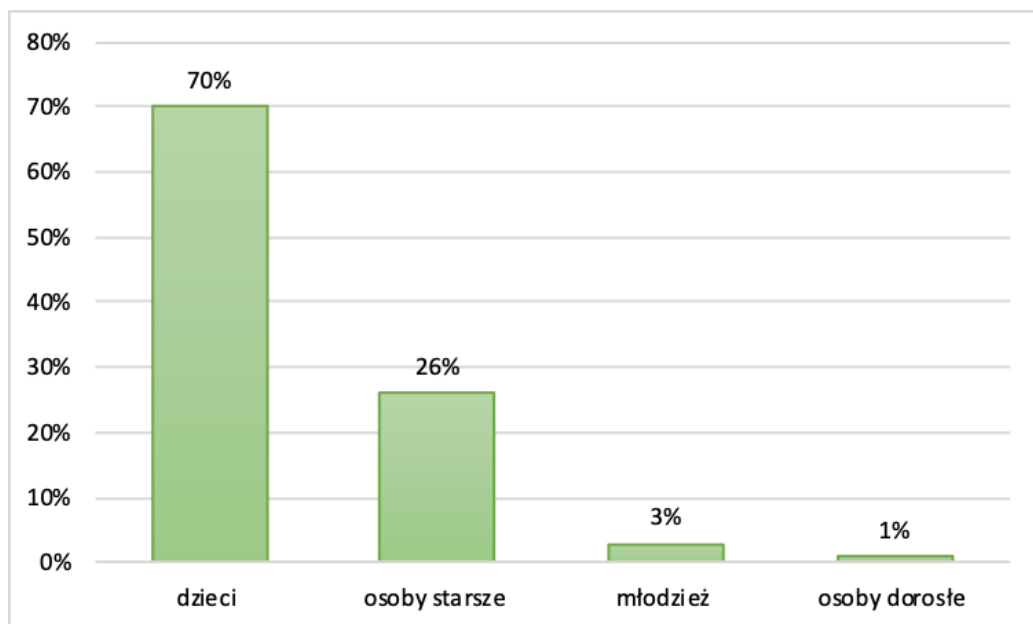
Wykres 11. Przyczyny zagrożeń młodzieży w świecie mediów.  
Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Pytanie nr 9 dotyczyło tego, jakie według Ciebie należy podjąć działania, by zwiększyć bezpieczeństwo młodzieży w świecie mediów? Badani najczęściej wskazywali, że niezbędne jest uświadomienie młodzieży na tematy związane z zagrożeniami, a więc ich rodzajami, przyczynami i skutkami (33 osoby – 66%). Pozostali badani podkreślali, że ważne jest prowadzenie kampanii społecznych, które trafią do większej grupy odbiorców i pozwalają efektywnie oddziaływać na młodego człowieka (17 osób – 34%). Żaden z badanych nie stwierdził, że ważne jest uwrażliwienie rodziców na ten problem (i tym samym sprawowanie większej kontroli nad dziećmi), podejmowanie działań złożonych przez szkołę, podejmowanie innych działań oraz że nie trzeba podejmować żadnych działań. Odpowiedzi udzielone w tym zakresie przez badanych wskazują, że osoby te nie chcą nadmiernej kontroli ze strony rodziców i nauczycieli, a wolą podejmowanie działań o charakterze informacyjnym i edukacyjnym.



Wykres 12. Działania, które należy podjąć, aby zwiększyć bezpieczeństwo młodzieży w świecie mediów.  
Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Pytanie (nr 10) odnosiło się do tego, kto w świecie mediów, w opinii badanych, jest najbardziej zagrożony? W tym zakresie badani skupili się głównie na dwóch grupach.



Wykres 13. Jednostki najbardziej zagrożone w świecie mediów.

Źródło: [opracowanie na podstawie badań własnych]

Mowa tutaj o dzieciach (35 osób – 70%), a więc o osobach, które według badanych określane są mianem bezbronnych, które nie umieją racjonalnie myśleć, analizować sytuacji oraz bronić się przed innymi, a także o osobach starszych (13 osób – 26%), które w opinii badanych, w wielu okolicznościach wykazują się znacznym stopniem łatwowierności i nie umieją korzystać z nowoczesnych mediów.

#### 4. Podsumowanie

Młode osoby mogą obecnie korzystać z mediów niemalże wszędzie, a co za tym idzie, mają łatwy dostęp do treści nieodpowiednich do ich wieku. W związku z tym niezbędne jest wykształcenie w młodych osobach umiejętności, które sprawiają, że rzetelnie oceniają oni sytuację, że są świadomi tego, jakie działania mają podejmować w momencie wystąpienia danych zagrożeń czy też jakie czynności zapobiegawcze trzeba realizować, by ochronić się przed pewnymi zagrożeniami (np. mowa tutaj o tym, by młode osoby nie podawały swoich danych czy też nie publikowały zdjęć, które w jakiś sposób prezentują ich intymność).

Na podstawie przeprowadzonych badań własnych autor zauważa się, że zdecydowana większość młodych osób czuje się w świecie mediów dość bezpiecznie. Oczywiście obserwowane są przypadki, w których poszczególne osoby musiały zmierzyć się z pewnymi niebezpieczeństwami albo zagrożeniami, niemniej jednak takie działania są stosunkowo rzadkie. Być może osoby młode wykazują się więc wieloma cennymi umiejętnościami, które sprawiają, że są w stanie oceniać sytuację oraz bronić się przed negatywnym wpływem mediów. Niemniej jednak często takie opinie mogą być uwarunkowane również tym, że młodzież nie dostrzega niebezpieczeństw związanych z ich codziennym życiem w świecie mediów.

Bardzo ważne jest podejmowanie działań, których celem jest włączenie środowiska rodzinnego oraz pedagogicznego w pomoc młodzieży, a także w uświadomienie jej tego, jakie zagrożenia w świecie mediów występują. Zarówno rodzice, jak też nauczyciele powinni bacznie obserwować wychowanków, analizować ich działania oraz nie bagatelizować sygnałów, które są od nich wysyłane. Media są bowiem niewątpliwą szansą dla współczesnego świata, ale stają się też miejscem, w którym może dochodzić do powstawania wielu zagrożeń i niebezpieczeństw, z którymi młody człowiek nie zawsze jest w stanie sobie efektywnie poradzić.

Z nowymi mediami związanych jest wiele zagrożeń, z których nie zawsze społeczeństwo zdaje sobie z tego sprawę. Istotne znaczenie w walce z zagrożeniami medialnymi ma edukacja, która powinna być realizowana w odpowiedniej formie m.in. w szkole. Działania te powinny obejmować analizę problemu i wybranie jak najbardziej odpowiednich narzędzi walki z nimi. Dzieci i młodzież korzystania z mediów powinna być uczona od pierwszych dni korzystania z nich. Nie należy pozostawiać dzieci i młodzieży, samym sobie podczas korzystania z mediów. Kontrola rodziców, odpowiednia edukacja i wrażliwość na pewne zachowania pozwoli ograniczyć zagrożenia płynące z nowych mediów. Mediami stanowią wiele zagrożeń, świadomość ich istnienia pozwoli się ustrzec przed nimi i podjąć odpowiednie działania.

Dokonując podsumowania powyższych treści teoretycznych i badawczych, warto także zwrócić uwagę na weryfikację hipotez.

Pierwsza hipoteza zakładała, że: przypuszcza się, że młode osoby nie czują się bezpiecznie w świecie mediów. Została sfalsyfikowana, bowiem zdecydowana większość badanych (40 osób – 80%) wskazała, że czuje się bezpieczna w świecie mediów, a więc nie odczuwa zagrożeń i niebezpieczeństw.

Druga hipoteza zakładała, że głównymi zagrożeniami związanymi z mediami są: dostęp do treści niedostosowanych do wieku (np. pornografia) oraz cyberprzemoc. Została ona potwierdzona w części, bowiem znaczna część badanych wskazała, że zagrożeniami, z którymi często się spotyka są treści niedozwolone związane z agresją (42 osoby – 84%) oraz treści niedozwolone związane z erotyką (40 osób – 80%). Żaden z badanych nie wskazał jednak, że często występującym zagrożeniem jest cyberprzemoc.

Trzecia hipoteza zakładała, że młodzież jest najczęściej zagrożona w świecie mediów ze względu na to, że wykazuje się łatwowiernością, a więc często nie analizuje w sposób rzetelny informacji, które są jej przekazywane. Hipoteza ta została w pełni potwierdzona, bowiem znaczna część badanych (20 osób – 40%) wskazała, że przyczyny zagrożeń młodzieży w świecie mediów są bezpośrednio związane właśnie z łatwowiernością. 22 osoby (44%) wskazały, że inną przyczyną jest to, że młodzież bardzo szybko ulega wpływowi ze strony otoczenia.

Czwarta hipoteza zakładała, że aby zwiększyć poziom bezpieczeństwa młodzieży w świecie mediów, niezbędne jest podejmowanie działań, które skupiają się na uświadomieniu na temat podstawowych zagrożeń i sposobów ich eliminowania. Również i ona została w pełni potwierdzona, bowiem wykazano, że konieczne jest właśnie uświadamianie osób młodych (33 osoby – 66%) oraz prowadzenie tematycznych kampanii społecznych (16 osób – 34%).

Powyższe badania z pewnością mogą stać się inspiracją do tego, by rozszerzać analizy związane z tym, czy młodzież czuje się bezpieczna w świecie współczesnych mediów. Dodatkowo wskazują na aspekty, które warto dokładniej analizować – mowa tutaj choćby o tym, jak często młodzież korzysta z treści pornograficznych czy też jak często staje się ofiarą albo sprawcą cyberprzemocy. Można też wskazać, że analizowany temat jest niezwykle współczesny, a więc jego problematyka będzie stale pogłębiana.

Jednocześnie na podstawie badań można wyszczególnić następujące wnioski:

1. Młodzież korzysta z mediów przede wszystkim po to, by poznać nowe osoby i by utrzymywać kontakty z dotychczasowymi znajomymi (media pełnią więc funkcje społeczne).
2. Młode osoby najczęściej korzystają ze szczególnie popularnego medium – Internetu.
3. Młode osoby czują się bezpiecznie w świecie mediów.
4. Młode osoby nie czują się ofiarami w świecie mediów.
5. Respondenci w zdecydowanej większości nie byli nigdy sprawcą czy też inicjatorem zagrożeń związanych z mediami (np. sprawcą cyberprzemocy).
6. Młodzież najczęściej spotyka się z następującymi zagrożeniami medialnymi: dostęp do nieodpowiednich treści związanych z agresją oraz erotyką, a także rozpowszechnianie treści niezgodnych z prawdą.
7. W opinii badanych najgroźniejszym zagrożeniem w świecie mediów staje się cyberprzemoc.
8. Główną przyczyną zagrożenia młodzieży w świecie mediów staje się to, że młodzież jest dość łatwowierna i szybko ulega wpływom innych.
9. Działaniami, które trzeba podejmować, by zwiększyć bezpieczeństwo młodzieży w świecie mediów staje się przede wszystkim uświadomienie młodych osób na temat zagrożeń (np. poprzez pogadanki, rozmowy).
10. Grupą osób najbardziej zagrożonych w świecie mediów są dzieci.

## **ANEKS**

### **KWESTIONARIUSZ ANKIETY**

*Witam,*

*przygotowana ankieta odnosząca się do problematyki bezpieczeństwa młodzieży w kontekście mediów. Ankieta ta jest anonimowa, a jej wyniki posłużą jedynie do celów badawczych. Proszę o udzielenie na każde pytanie jednej, szczerzej odpowiedzi.*

*Dziękuję  
za poświęcony  
czas!*

- Dlaczego korzystasz ze współczesnych mediów?:
  1. w celach rozrywkowych (np. oglądanie filmów)
  2. w celach edukacyjnych (np. programy/filmy edukacyjne)
  3. żeby poznać nowe osoby/utrzymywać kontakty ze znajomymi
  4. dla zabicia czasu
  5. bo to jest modne
  6. inne
- Z których mediów korzystasz najczęściej?:
  - z telewizji
  - z Internetu
  - z radia

- inne
- nie korzystam z mediów
- z kilku mediów jednocześnie
  
- Czy czujesz się bezpieczny/bezpieczna w świecie mediów?:
  - a) tak
  - b) nie
  - c) inne
  
- Czy kiedykolwiek w świecie mediów byłeś/byłaś ofiarą?:
  1. tak
  2. nie
  3. inne
  
- Czy kiedykolwiek w świecie mediów byłeś/byłaś sprawcą/inicjatorem pewnych zagrożeń?:
  - a) tak
  - b) nie
  - c) inne
  
- Z jakimi zagrożeniami związanymi z mediami się spotkałeś/spotkałaś? Proszę zaznaczyć „x” przy właściwej odpowiedzi:

ZAGROŻENIE	Często się spotykam	Czasami się spotykam	Nigdy się nie spotykam
Treści niedozwolone do wieku związane z agresją			
Treści niedozwolone do wieku związane z erotyką			
Cyberprzemoc			
Rozpowszechnianie niezgodnych z prawdą treści			
Korzystanie z poczty/profilu na portalach społecznościowych bez zgody właściciela			
Uzależnienie od danego medium			
Inne			

- Które zagrożenia związane z bezpieczeństwem w świecie mediów uważasz za najgroźniejsze?:
  - a) treści niedozwolone do wieku związane z agresją
  - b) treści niedozwolone do wieku związane z erotyką
  - c) cyberprzemoc
  - d) rozpowszechnianie niezgodnych z prawdą treści
  - e) korzystanie z poczty/profilu na portalach społecznościowych bez zgody właściciela
  - f) uzależnienie od danego medium
  - g) inne
  
- Dlaczego według Ciebie młodzież jest często zagrożona w świecie mediów?:
  - a) bo nie umie z nich racjonalnie korzystać
  - b) bo jest zbyt łatwowierna
  - c) bo szybko ulega wpływom
  - d) bo nie umie obiektywnie oceniać pewnych kwestii
  - e) inne
  - f) młodzież według mnie nie jest zagrożona



- Jakie działania według Ciebie należy podejmować, by zwiększyć bezpieczeństwo młodzieży w świecie mediów?:
  1. konieczne jest uświadomienie młodych osób na temat zagrożeń
  2. konieczne jest prowadzenie kampanii społecznych
  3. konieczne jest uwrażliwienie rodziców na ten problem (np. większa kontrola swych dzieci)
  4. konieczne jest podejmowanie złożonych działań przez szkołę
  5. inne
  6. nie trzeba podejmować działań
  
- Kto w świecie mediów jest według Ciebie najbardziej zagrożony?:
  - a) dzieci
  - b) młodzież
  - c) osoby dorosłe
  - d) osoby starszeUzasadnij swoją wypowiedź:.....

Metryczka:

1. Proszę wskazać swoją płeć:
  - a) Kobieta
  - b) Mężczyzna
  
2. Proszę wskazać swój wiek:
  - a) Poniżej 16 lat
  - b) 16 lat
  - c) 17 lat
  - d) 18 lat
  - e) Powyżej 18 lat
  
3. Proszę wskazać swoje miejsce zamieszkania:
  - a) Wieś
  - b) Małe miasto (do 100 tys. mieszkańców)
  - c) Duże miasto (powyżej 100 tys. mieszkańców)

## Literatura

1. Kowalski J., *Media i medioznawstwo*, Instytut Badań Społecznych, Warszawa 2016.
2. Gębalska-Berekets A., *Znaczenie i rola mediów we współczesnej edukacji społeczeństwa informacyjnego*, Zeszyty AGB, nr 1, (2016), s. 85-105.
3. McLuhan H. M., *Zrozumieć media: przedłużenie człowieka*, Wydawnictwo Naukowo-Techniczne, Warszawa 2004.
4. Bajka Z., *Historia mediów*, Wydawnictwo Towarzystwo Słowaków, Kraków 2008.
5. Kowalski J., *Media i medioznawstwo*, Instytut Badań Społecznych, Warszawa 2016.
6. Marczyk M., *Cyberprzestrzeń jako nowy wymiar aktywności człowieka – analiza pojęciowa obszaru*, Przegląd Teleinformatyczny, nr 1-2, (2018), s. 59-72.
7. Ściborek Z., *Bezpieczeństwo wewnętrzne. Podręcznik akademicki*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2015.
8. Wawrzonkiewicz-Słomska A., Cholewa E., *Oddziaływanie mediów na dzieci i młodzież*, Problemy Współczesnej Pedagogiki, nr 3, (2017), s. 25-35.
9. Czajkowska I. B., *Oddziaływanie mass mediów i hipermediów – szanse i zagrożenia*, Media – Kultura – Komunikacja Społeczna, nr 1, (2005), s. 230-240.
10. Wawrzonkiewicz-Słomska A., Cholewa E., *Oddziaływanie mediów na dzieci i młodzież*, Problemy Współczesnej Pedagogiki, nr 3, (2017), s. 25-35.

11. Kwocińska M., *Wykorzystywanie mediów dla podniesienia bezpieczeństwa, potrzeby i sposoby realizacji*, *Obronność*. Zeszyty Naukowe, nr 3, (2014), s. 75-86.
12. Waller M., *Media*, *Repozytorium*, nr 1, (2017), s. 13-18.
13. Waller M., *Media dziś*, *Repozytorium*, nr 3, (2018), s. 15-25.
14. Górka M., *Cyberbezpieczeństwo*, [w:] Górka M. (red.), *Cyberbezpieczeństwo dzieci i młodzieży. Realny i wirtualny problem polityki bezpieczeństwa*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2017.
15. Sztumski J., *Wstęp do metod i technik badań społecznych*, Wydawnictwo Naukowe Śląsk, Katowice 2005.
16. Maszke A. W., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2008.
17. Maszke A. W., *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2008.

## **Bezpieczeństwo młodzieży w mediach w świetle badań ankietowych**

### **Streszczenie**

Tematyka mediów jest szczególnie popularną tematyką we współczesnym świecie. Rozwój mediów oraz ich wszechobecność w każdym aspekcie życia wymusza zastanowienie się nad tym jaką rolę pełnią one w zapewnieniu bezpieczeństwa młodzieży, a także jakie są związane z nimi zagrożenia. Zagadnienie zagrożeń w aspekcie funkcjonowania mediów i ich wpływie na młodego człowieka jest aktualnym tematem we współczesnym świecie. Praca przedstawia najważniejsze zagadnienia związane z mediami i bezpieczeństwem w ich obszarze. Przedstawiono w jaki sposób media oddziałują na młodzież. W pracy użyta została metoda sondażu diagnostycznego a w jej ramach przeprowadzona została ankieta sondażowa. Z badań wynika, iż jest niemożliwe w pełni ochronienie młodzieży przed mediami i związanymi z nimi niebezpieczeństwami. Przeprowadzone badania pokazują, iż młodzi ludzie czyją się w świecie mediów dość bezpieczni, choć nieraz muszą zmierzyć się z pewnymi niebezpieczeństwami lub zagrożeniami. Należy zatem pogłębić badania nad zagrożeniami płynącymi z mediów i nadal poszukiwać sposobów ograniczających zagrożenia z nich płynące.

Słowa kluczowe: media, bezpieczeństwo, młodzież, sondaż diagnostyczny

## **Safety of young people in the media in the light of surveys**

### **Abstract**

The subject of media is particularly popular in the modern world. The development of media and their ubiquitous presence in every aspect of life makes it necessary to consider what role they play in ensuring the safety of young people, as well as what dangers they pose. The issue of threats in the aspect of media functioning and their influence on young people is a current topic in the contemporary world. The paper presents the most important issues related to the media and safety in their area. It presents how the media influence young people. The paper uses the diagnostic survey method and a survey questionnaire. The research shows that it is impossible to fully protect young people from the media and the dangers associated with them. The research shows that young people are quite safe in the world of media, although they sometimes have to face certain dangers or threats. It is therefore necessary to deepen research into the dangers of the media and continue to look for ways to reduce the risks from them.

Keywords: media, security, youth, diagnostic survey

## Indeks autorów

Czaja J.....	175	Olenderek J.....	137
Dudzińska A. ....	250	Podgórski M. ....	7
Figielus I. ....	250	Pukin P. ....	242
Górna M. ....	118	Rybak K.....	151
Jakubski K. J.....	250	Smoliński K. ....	127
Januszewska E. ....	43, 61, 97	Smółkowska W. ....	224
Januszewski A. ....	61, 78	Szymalski W.....	164
Jaśkowiec D.....	192	Trzyszka J.....	250
Kuchciński A. ....	20	Turanli U. ....	200
Kułak R.....	242	Walentek D.....	30
Mendak P.....	293	Wołosz P.....	200
Mularczyk P.....	293	Woźniak N.....	250
Nowosad A. ....	200	Wyszomirska W. ....	250