

Maja Wenderlich

Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej

Lidia Anna Wiśniewska, *Kobiece ciało-kobieca psychika; Ja cielesne a psychospołeczne funkcjonowanie młodych kobiet*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, ss. 248

Lidia Anna Wiśniewska jest psychologiem, doktorem nauk humanistycznych, adiunktem w Katedrze Psychologii na wydziale Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Obok redakcji książki wraz z Agatą Celińską-Miszczuk „*Oblicza otyłości. Interdyscyplinarne ujęcie*”, jest autorką wielu artykułów związanych z psychoterapią w szerokim zakresie. Jej naukowe poszukiwania koncentrują się wokół problematyki ciała i znaczenia cielesności dla psychospołecznego funkcjonowania ludzi, w tym osób z nadmierną masą ciała. Zajmuje się także zagadnieniem traumy. Pracuje jako psycholog praktyk – udziela pomocy głównie osobom, które przeżywają kryzys, a także osobom z trudnościami w zaakceptowaniu siebie i swojego ciała.

Problem kreowania przez media „kobiety idealnej”, nieskazitelnej, szczupłej jest powszechnie znany. Należy podkreślić rolę kultury w okrutnym promowaniu atrakcyjności fizycznej oraz presji społecznej, by sprostać obowiązującym wzorcom. Niektóre mass media w niezwykle inwazyjny sposób zagarniają coraz większą przestrzeń funkcjonowania. Narzucają różnorodne wzorce kobiety i mężczyzny, hierarchie wartości, czyniąc je popularnymi, skąd już krótka droga do chęci pożądania przez ogół społeczeństwa. Większość ludzi, wie z czym wiąże się przesadne, publiczne demonstrowanie **młodych, wychudzonych kobiet, jednakże** nic nie zmienia się w tym zakresie. W umysłach małych dziewczynek (w większym stopniu dotyka to dziewcząt) rodzi się myśl: *Muszę tak wyglądać! Wtedy dopiero będę szczęśliwa, lubiana, akceptowana...!* Czasami, problem pojawia się już w domu rodzinnym, na

przykład, gdy dziecko nie jest/nie było akceptowane przez najbliższych, lub gdy rodzinne nawyki żywieniowe są niewłaściwe, a schemat mimo wszystko jest powielany przez nieświadome dziecko. Autorka pisze: *O roli przekazów medialnych, szczególnie w formie wizualnej, w kształtowaniu się obrazu ciała, świadczą wyniki badań nad osobami niewidomymi. Okazuje się, że osoby niewidome od urodzenia, w tym szczególnie kobiety, mają nie tylko pozytywne postawy wobec odżywiania się, ale są również mniej niezadowolone z własnego ciała w porównaniu z osobami słabowidzącymi oraz tymi, które utraciły wzrok w trakcie życia* (s. 44). Taka sytuacja, nie pozostawia nam niestety wątpliwości.

Prezentowana publikacja stanowi część rozprawy doktorskiej, która została obroniona w maju 2011 roku na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim Jana Pawła II w Lublinie.

Wykracza ona poza obszar zaburzeń odżywiania, tematu zadowolenia z ciała. Ukazuje nam, że doświadczanie własnej cielesności wiąże się z całościowym funkcjonowaniem młodych kobiet – ich osobowością, samooceną, poczuciem jakości życia oraz funkcjonowaniem społecznym. Takie ujęcie problematyki bez wątplenia może być inspiracją do dalszych naukowych poszukiwań. Wskazywały na to również badania Ewy Skiminskiej oraz Joanny Libickiej; w artykule opublikowanym w 2012 roku ujawniły w analizach statystycznych istotne związki liniowe pomiędzy aspektami funkcjonowania ja cielesnego a pewnymi wymiarami osobowości¹. Ponadto, na temat uwarunkowań między zadowoleniem z siebie, (między innymi) ze swego ciała a funkcjonowaniem psychospołecznym pisał Józef Koziński w „*Psychologicznej teorii samowiedzy*”. Nie ujmował on co prawda całości zagadnienia w kontekście *Ja cielesnego*, lecz poprzez jego rozważania oraz ogólne badania, można było domniemywać takich związków. Wyróżniał samooceny jako centralny składnik samowiedzy, zgodnie zresztą z nurtem psychologii poznawczej².

Książka składa się z siedmiu rozdziałów. Treścią rozdziału pierwszego jest problematyka cielesności, rozpatrywana głównie na gruncie psychologicznym, i omówienie czynników wpływających na doświadczanie własnego ciała. W rozdziale drugim skoncentrowano się na kwestiach związanych z doświadczaniem ciała w okresie dorastania. Jest to bardzo ciekawe, zawierające szereg najnowszych doniesień badawczych zjawisko.

Rozdział trzeci prezentuje teorie wyjaśniające rolę cielesności w kształtowaniu osobowości oraz analizę powiązań pomiędzy cielesnością

¹ E. Skiminska, J. Libicka, *Obraz siebie i doświadczanie własnego ciała u młodych kobiet z zaburzeniami odżywiania*, Młoda psychologia, tom I, wyd. Liberi Libri, 2012.

² J. Koziński, *Psychologiczna teoria samowiedzy*, Warszawa 1986.

a psychospołecznym funkcjonowaniem jednostki. Rozdział czwarty jest wprowadzeniem do części empirycznej pracy. Sformułowano w nim poprawnie problem ogólny: Czy i jak doświadczanie własnej cielesności wiąże się z psychospołecznym funkcjonowaniem młodych kobiet? Lidia Anna Wiśniewska przedstawia również pytania oraz hipotezy badawcze. Autorka opisała metody psychologiczne wykorzystane w realizowanym programie, scharakteryzowała grupę badanych i omówiła metody statystyczne stosowane w analizie uzyskanych danych. Należy pamiętać o korelacyjnym charakterze zrealizowanego programu badawczego. Wielość i różnorodność metod, pozwala na uzyskanie odpowiedzi na wcześniej postawione pytania oraz hipotezy w rzetelny sposób.

W rozdziale piątym przedstawiono powiązania pomiędzy doświadczaniem własnej cielesności a zmiennymi psychospołecznymi, ujętymi w realizowanym programie. Rozdział szósty to opis psychospołecznego funkcjonowania młodych kobiet, różniących się doświadczaniem własnej cielesności – podobny problem pojawił się w filmie Małgorzaty Szumowskiej z 2015 roku *Body/Ciało*. Aspekt ciała, zostaje tu opisany dualistycznie. Z jednej strony jest ciało namacalne, z drugiej – astralne. Z jednej fizyka, z drugiej – metafizyka³.

M. Szumowska pokazuje nam prokuratora (Janusz Gajos), dla którego ciało to trup – zwłoki w najróżniejszych stanach spoczynku, z drugiej strony jest terapeutka Anna (Maja Ostaszewska), która po śmierci swojego syna odkryła w sobie talent do komunikacji z zaświatami. Podczas leczenia dziewczyn z zaburzeniami odżywiania, seansów spirytystycznych czy nawet zwykłej jazdy windą kobieta utrzymuje kontakt ze sferą bezcielesnych bytów. Leczy dusze, widzi duchy⁴.

Ostatnim punktem odniesienia jest Olga (Justyna Suwała), córka prokuratora, bulimiczka, która ma problem ze swoją cielesnością jak i duchowością. W związku z problemami rodzinnymi, (śmierć matki, obojętność, ignorancja i nadużywanie alkoholu przez ojca) młoda dziewczyna nie najlepiej radzi sobie w życiu. Ma za sobą próby samobójcze. Zarówno jej umysł jak i ciało wymagają opieki i systematycznego wsparcia. Jej funkcjonowanie psychospołeczne w związku z *Ja cielesnym* według L.A. Wiśniewskiej jest mocno zaburzone. Film ten, wart jest uwagi nie tylko ze względu na fakt nominacji do prestiżowych nagród. Jest kwintesencją obrazu ciała – duszy (ludzkiej psychiki). Ukazuje nam fundamentalną prawdę, iż ciało bez

³ <http://www.filmweb.pl/reviews/Body+mnie+cale+ciało-16978> [dn. 5.04.2015]

⁴ *Tamże.*

harmonii z psychiką, duszą nie ma prawa bytu. Tak samo sprawa wygląda z drugiej strony. Zdrowa psychika, dusza, bez połączenia z ciałem nie tworzy zgranej „całości”. Należy więc, robić wszystko, aby odpowiednie komponenty się wzajemnie uzupełniały, a jakość naszego życia była na dobrym, adekwatnym poziomie. Silne *Ja cielesne* może chronić przed zachowaniami ryzykownymi, związanymi z różnorakimi udoskonaleniami swojego ciała (np. rygorystyczne diety, środki farmakologiczne, nadmierne ćwiczenia fizyczne).

Mając to na uwadze, bez wątpienia należy pamiętać o naszych dzieciach, tak, by ich rozwój stanowił permanentne połączenie ciała z psychiką – odpowiednie zintegrowanie tych czynników gwarantuje szczęście.

W ostatnim rozdziale autorka podsumowała uzyskane rezultaty badań, zinterpretowała oraz uczciwie wskazała ich ograniczenia. Słusznie zauważa, że warte byłoby także rozważenie przeprowadzenia podłużnych badań eksperymentalnych; dobrym rozwiązaniem mogłoby być kontrolowanie wpływów społeczno – kulturowych na doświadczanie własnej cielesności (s. 266). Można byłoby zbadać korelaty, zależności jakie tutaj występują oraz odnieść je do pracy z dziećmi, młodzieżą. Miałoby to czysto profilaktyczny wymiar. Zakończenie jest uwieńczeniem całej pracy – autorka podjęła próbę oceny całości zrealizowanego programu badań.

Ogólna struktura pracy jest czytelna, jednakże konstrukcja części teoretycznej pozostawia wiele do życzenia. Bardzo mało odniesień oraz opinii samej autorki, co sprawia, że ta część pracy ma sztywny, formalny wymiar – odbiór jest dość trudny i wymaga dużej uwagi oraz skupienia. L.A Wiśniewska bardzo wyczerpująco opisała okres adolescencji, opierając się na założeniach Erika Eriksona oraz Roberta J. Havighursta. Na uwagę zasługuje również wybitny rozdział metodologiczny, wielość metod statystycznych stosowanych przez Lidię Annę Wiśniewską, pozwala na uzyskanie odpowiedzi na główne, nurtujące pytania. Zaawansowane badania statystyczne, ukazują wiele ciekawych zależności i korelacji.

Z całą stanowczością i przekonaniem, wszystkim zainteresowanym *Ja cielesnymi* psychospołecznym funkcjonowaniem, w szczególności w odniesieniu do młodych kobiet, mogę zarekomendować tę książkę. Dla adeptów psychologii, pedagogiki, socjologii jak również pokrewnych dyscyplin i dziedzin naukowych, może okazać się niezwykle pomocną i przydatną pozycją. Problem *Ja cielesnego* jak się okazuje jest ponadczasowy. Zawsze będzie dotyczył naszego funkcjonowania w społeczeństwie, z innymi ludźmi. Opisywana pozycja stanowi najnowsze kompendium wiedzy na temat problemów związanych z cielesnością, duchowością, funkcjonowaniem młodych kobiet w Polsce. Najciekawsze według mnie, okazały się porównania grup

o niesprecyzowanym stosunku do własnej cielesności oraz odrzucających własną cielesność (s.246).

Problemy zaburzeń odżywiania, otyłości czy po prostu braku akceptacji swojego ciała są cały czas obecne. Młode kobiety, wyniszczając swoje organizmy pragną przez chwilę poczuć się docenione, zauważone. Jak pokazują wyniki badań problem zaburzeń odżywiania dotyka także mężczyźni⁵. Dlaczego tak dużo młodych kobiet nie akceptuje swojego wyglądu? Dlaczego tak wiele z nich nie potrafi stosować zdrowej, zbilansowanej diety? Z jakiego powodu niektóre media wciąż kreują idealny wizerunek nieskazitelnej, szczupłej kobiety – to znaczy kobiety bez wad? niesprawiedliwym byłoby stwierdzenie, iż wszystkie środki masowego przekazu (min. telewizja, prasa, internet) bezkrytycznie, dalej podtrzymują promocję wychudzonych ciał. Słynny magazyn *Vogue* od 2012 roku nie promuje anorektycznych modelek⁶. Kobiety cierpiące na anoreksję nie będą miały szans na sesję zdjęciową w prestiżowym piśmie poświęconym modzie.

Jaki wpływ na postrzeganie siebie małych dziewczynek i chłopców mają informacje napływające z mediów? Jaki związek ma postrzeganie siebie dzieci z wychowaniem w domu rodzinnym? Czy tego typu problemy, jakże ważne w codziennym, zdrowym funkcjonowaniu są uwzględniane przez nauczycieli w szkołach? Co też my rodzice, pedagodzy możemy zrobić aby uchronić dzieci przed niewłaściwymi zachowaniami?

W książce Anny Lidii Wiśniewskiej, na pewno znajdziemy na to odpowiedź. Przedstawione wyniki badań, jasno informują nas o zależności *ja cielesnego* z psychospołecznym funkcjonowaniem. Wymiar pedagogiczny, jaki publikacja bez wątpienia posiada można wykorzystać w pracy w szkole, lub indywidualnej pracy z dziećmi, młodzieżą. Może mieć ona czysto prewencyjny, profilaktyczny charakter.

Bibliografia:

- Skiminska E., Libicka J., *Obraz siebie i doświadczanie własnego ciała u młodych kobiet z zaburzeniami odżywiania*, Młoda psychologia, tom I, wyd. Liberi Libri, 2012.
- Kozielecki J, *Psychologiczna teoria samowiedzy*, Warszawa 1986.

⁵ <http://anorektyk.pl/manoreksja-mezczyzni-tez-cierpia-na-anoreksje/> [dn. 5.04.2015]

⁶ <http://dziendobry.tvn.pl/wideo,2064,n/koniec-ery-anorektycznych-modelek,44875.html> [dn 5.04.2015]

Netografia:

<http://www.filmweb.pl/reviews/Body+mnie+całe+ciało-16978> [dn. 5.04.2015]

[http://dziendobry.tvn.pl/wideo,2064,n/koniec-ery-anorektycznych-mo-
lek,44875.html](http://dziendobry.tvn.pl/wideo,2064,n/koniec-ery-anorektycznych-mo-
lek,44875.html) [dn 5.04.2015]

<http://anorektyk.pl/manoreksja-mezczyzni-tez-cierpia-na-anoreksje/> [dn.
5.04.2015]