



Joanna Bulska

Uniwersytet Śląski w Katowicach

 <https://orcid.org/0000-0003-4535-4286>

Alina Dworak

Uniwersytet Śląski w Katowicach

 <https://orcid.org/0000-0002-5909-8896>

Społeczno-środowiskowa perspektywa zagrożeń zdrowia pokolenia młodych dorosłych

Wprowadzenie

Od ponad wieku doświadczamy niespotykanego w dziejach ludzkości postępu cywilizacyjnego, który skutkuje dokonującymi się przemianami kulturowymi i społecznymi. To właśnie wskutek transformacji ustrojowej nastąpiły radykalne zmiany polityczne, społeczne, kulturowe, a także wzrosło znaczenie edukacji i wiedzy. Przemiany kulturowo-cywilizacyjne, a przede wszystkim ich dynamika, skok technologiczny oraz pojawienie się nowych narzędzi służących prawie natychmiastowej komunikacji z całym światem przyczyniły się do przyspieszenia tempa życia. Ale jak każda przemiana, transformacja ustrojowa zrodziła inne, „nowe”, dotychczas nieznanne problemy i związane z tym zagrożenia, powstały dotąd nam obce wzory zachowań społeczno-kulturowych, patologii społecznej, uzależnień i stylu życia. Pokoleniu przełomu XX/XXI wieku dane jest zatem żyć w nowej, zmieniającej się rzeczywistości. Wchodzące w dorosłość współczesne młode pokolenie jest wychowane w posttransformacyjnym społeczeństwie, zdominowanym przez konsumpcję oraz cechującym się przyspieszonym tempem życia. Konsekwencją dokonujących się w świecie przeobrażeń są trudności w adaptacji, zwłaszcza młodego pokolenia, do wciąż zmieniającej się i niestabilnej rzeczywistości. Dokonujące się zmiany determinują także stan zdrowia młodych dorosłych. Zdrowie

zaś – jak podaje Ewa Syrek – to powszechnie pożądana wartość, gwarantująca satysfakcję z życiowych wyborów, stanowiąca jednocześnie wyznacznik osiągnięcia sukcesu edukacyjnego i zawodowego; skutkiem zdrowia jest osiągnięcie dobrostanu, co z kolei gwarantuje kulturowy, społeczny i ekonomiczny rozwój jednostki¹.

Intensywny w ostatnich latach rozwój cywilizacyjny doprowadził do zasadniczych zmian w obrębie sfer ludzkiej aktywności – od osobistej po społeczną i zawodową – a to miało wpływ na przeobrażenie faz cyklu życia człowieka. Zdaniem Augustyna Bańki, najbardziej zauważalne zmiany w zakresie faz cyklu życia dotyczą okresu młodości i wczesnej dorosłości². Potencjał dorosłości tkwi nie tylko w umiejętności podejmowania wyzwań, lecz także w budowaniu wizji przyszłości, stawianiu możliwych do osiągnięcia życiowych celów, a jednocześnie w odpowiedzialności za efekty autonomicznych wyborów³.

Inspiracją podjętych analiz dotyczących współczesnego nam pokolenia młodych dorosłych są gwałtowne i przyspieszające przemiany otaczającej nas rzeczywistości. W analizowanym kontekście naszą uwagę zwraca pokolenie młodych dorosłych urodzonych i wychowywanych po okresie transformacji ustrojowej. Obserwowana sytuacja wymaga podjęcia działań naprawczych opartych na wnikliwej i głębokiej analizie społeczno-środowiskowych zagrożeń dla zdrowia. Młodzi dorośli pokolenia przełomu XX/XXI wieku stanowią społeczną kategorię będącą przedmiotem empirycznych analiz nauk społecznych, socjologii czy antropologii kulturowej.

Pokolenie młodych dorosłych przełomu XX/XXI wieku

Podjęcie analizy problematyki pokolenia młodych dorosłych wymaga zdefiniowania pojęcia „pokolenie”. Barbara Fatyga ujmując pokolenie jako kategorię pełniącą funkcję porządkującą w stosunku do złożonej i wieloaspektowej problematyki młodzieży; pojęcie to stanowi niejako „wspólny mianownik” tej problematyki, umożliwiając chronologicz-

¹ E. Syrek: *Zdrowie i wychowanie a jakość życia. Perspektywa i humanistyczne orientacje poznawcze*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2008, s. 69–70.

² Podaję za: J. Minta: „Pozornie dorośli” – zawieszenie pomiędzy młodzieńczością a dorosłością. „Dyskursy Młodych Androgogów” 2007, nr 8, s. 29–43.

³ B. Ziółkowska: *Okres wczesnej dorosłości. Jak rozpoznać potencjał młodych dorosłych?* W: *Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa*. Red. A.I. Brzezińska. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005, s. 424.

ne, merytoryczne, ideologiczne kategoryzowanie osób w podobnym przedziale wiekowym⁴. Piotr Sztompka pisze o pokoleniu jako o zbiorowości ludzi, którzy doświadczyli tych samych sytuacji, historycznych wydarzeń, przeżywali te same doświadczenia, reagowali na te same wyzwania⁵. Podobnie pojęcie „pokolenie” definiuje Hartmut M. Griese, dla którego pokolenie to grupa osób należących do danego kręgu kulturowego, będących w określonym (mniej więcej tym samym) przedziale wiekowym; na podstawie wspólnej sytuacji historyczno-społecznej grupę tę wyróżnia podobieństwo postaw, motywacji, nastawień i systemów wartości⁶. Za decydujący dla formowania się pojęcia „pokolenie” Hanna Świda-Ziembka uznaje wytwarzany w okresie socjalizacji i dojrzwania w określonym kontekście społeczno-kulturowym „zbiorowy światopogląd” wyrażający się w akceptacji przez jego odbiorców wartości, postaw, zespołu norm z jednoczesnym powstaniem subiektywnego „świata pokoleniowego”⁷. Zdaniem Dobrochny Hildebrandt-Wypych, przemiana pokoleń przypomina „niekończącą się opowieść o kontynuacji i zmianie; o przekazywaniu zakorzenionych norm, wartości i wzorców zachowań z jednej strony, z drugiej – o wytwarzaniu własnych idei i postaw w odpowiedzi na zmiany społeczno-ekonomiczne i kulturowe”⁸. Pokolenie w tradycyjnym rozumieniu było determinowane ważnymi i znaczącymi wydarzeniami i oznaczało generację, czyli ludzi urodzonych w ciągu 20–25 następujących po sobie lat. Dziś, jak twierdzą socjologowie i kulturoznawcy, pokolenie zmienia się co 2 lata⁹. Wymiana pokoleń jest zatem procesem naturalnym i koniecznym, podyktowanym zachodzącymi w społeczeństwie dynamicznymi

⁴ B. F a t y g a: *Dzicy z naszej ulicy. Antropologia kultury młodzieżowej*. Wyd. 2. popr. Warszawa: Ośrodek Badań Młodzieży, Instytut Stosowanych Nauk Społecznych, Uniwersytet Warszawski, 2005. http://www.ipsir.uw.edu.pl/UserFiles/File/Katedra_Socjologii_Norm/TEKSTY/BFatygaDzicy_z_naszej_ulicy.pdf [10.02.2019], s. 12–13.

⁵ P. S z t o m p k a: *Socjologia. Analiza społeczeństwa*. Kraków: Wydawnictwo „Znak”, 2003, s. 154–155.

⁶ H.M. G r i e s e: *Socjologiczne teorie młodzieży. Wprowadzenie*. Tłum. J. Dąbrowski. Kraków: „Impuls”, 1996, s. 80.

⁷ H. Ś w i d a - Z i e m b a: *Wartości egzystencjalne młodzieży lat dziewięćdziesiątych*. Warszawa: Zakład Socjologii Moralności i Aksjologii Ogólnej. Instytut Stosowanych Nauk Społecznych. Uniwersytet Warszawski, 1995, s. 47–49.

⁸ D. H i l d e b r a n d t - W y p y c h: *Pokolenia młodzieży – próba konceptualizacji*. „Przegląd Pedagogiczny” 2009, nr 2 (10), s. 105.

⁹ J. M o r b i t z e r: *Edukacja medialna (małego) dziecka*. W: *Małe dzieci w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych. Pomiędzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami*. Red. J. Pyżalski. Łódź: Wydawnictwo „Eter”, 2017, s. 206.

przeobrażeniami społeczno-kulturowymi, technologicznymi¹⁰. Istota pokolenia wyznaczona jest wspólnym przeżywaniem tych samych wydarzeń i uczestnictwem w tych samych wydarzeniach, co prowadzi do formowania się podobnej świadomości.

Współczesne młode pokolenie doświadcza skoku cywilizacyjnego związanego z rozwojem mediów, Internetu i telefonii komórkowej; rozwój technologii pozwala młodym ludziom na pokonywanie granic przestrzenno-czasowych. Ponadto media są otwarte na pokazywanie talentów jednostek, odmienności poszczególnych ludzi, która z jednej strony szokuje, a z drugiej pozwala na bycie przez chwilę kimś wyjątkowym. Wszechobecne reklamy zachęcają do konsumpcjonizmu, propagując ideę hedonistycznego stylu życia¹¹. W ciągu ostatnich dwudziestu lat młodzi ludzie za sprawą przekazów medialnych zostali naznaczeni dwoma rozpoznawalnymi terminami: pokolenie X i pokolenie Y. Pokolenie X (X oznacza niewiadomą) to osoby urodzone na przełomie lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych, ludzie, którzy na przełomie lat osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych zaczęli wkraczać w dorosłość. Współczesna młodzież (młodzi dorośli) to jednak pokolenie Y, urodzeni mniej więcej w latach 1983–1997; wedle periodyzacji Eriksona, ludzie ci są aktualnie reprezentantami wczesnej dorosłości, czyli mają od 23 do 34 lat¹². Jak podaje Jan A. Fazłagić, młodzi dorośli pokolenia Y żyją zarówno na zachodzie Europy, jak i w Ameryce oraz Polsce. Jest to grupa stanowiąca niejako hybrydę systemu wartości kultury Zachodu oraz tradycyjnych wartości wschodnioeuropejskich i słowiańskich. Przedstawiciele pokolenia Y mają wiele umiejętności przydatnych dla pracodawców, na przykład dysponują wszechstronną umiejętnością obsługi komputera czy poruszania się w obszarach związanych z gospodarką globalną i różnorodnością kulturową¹³.

Dynamika zachodzących procesów skłania do zadania pytania: czy, a jeśli tak, to jak zmienność otaczającego świata wpływa na naturalne przemiany rozwojowe. Współcześnie bycie dorosłym jest wyznaczone nie tylko osiągnięciem wieku metrykalnego, lecz także realizacją podjętych zobowiązań, które w tym okresie życia jednostki dokonują

¹⁰ H.M. Griesse: *Socjologiczne teorie młodzieży...*, s. 80.

¹¹ A. Oleszkowicz, A. Senejko: *Psychologia dorastania. Zmiany rozwojowe w dobie globalizacji*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2013, s. 190–192.

¹² A.I. Brzezińska, K. Appelt, B. Ziółkowska: *Psychologia rozwoju człowieka*. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016, s. 85; A. Oleszkowicz, A. Senejko: *Psychologia dorastania...*, s. 190–192.

¹³ J.A. Fazłagić: *Charakterystyka pokolenia Y. „E-mentor”* 2008, nr 3 (25). <http://www.e-mentor.edu.pl/artukul/index/numer/25/id/549> [9.02.2019].

się w dwóch sferach jej funkcjonowania: rodzinnej i zawodowej¹⁴. Na przełomie wieków XX i XXI zmienił się model rodziny – nowy model rodziny stanowi przeciwieństwo modelu tradycyjnego. Współczesna rodzina jest mniejsza, a odpowiedzialność za wychowanie potomstwa, prowadzenie domu czy podejmowanie ważnych decyzji spada w takim samym stopniu na oboje rodziców lub małżonków. Coraz więcej młodych Polaków odkłada decyzję o założeniu rodziny lub macierzyństwie do momentu stabilizacji ekonomicznej. Zatem należy wnioskować, że praca w życiu młodego człowieka nabiera coraz większego znaczenia. W XXI wieku modne stało się być singlem, czyli osobą niezależną finansowo, która mieszka sama i nie ma partnera na stałe. Wiek XXI jawi się jako cywilizacja samotnych¹⁵.

Gwałtowne przemiany otaczającej rzeczywistości zainspirowały badania nad problemami dorastania i trudnościami pokolenia dorastającego w niestabilnej rzeczywistości. Pokolenie współczesnych młodych dorosłych należy do tej kategorii społecznej, która jest najbardziej podatna na zachodzące zmiany rzeczywistości społeczno-kulturowej czy ekonomicznej.

Wybrane zagrożenia dla zdrowia i rozwoju młodych dorosłych

Człowiek żyje w określonym środowisku społeczno-przyrodniczym, z którym pozostaje w nierozzerwalnych związkach i które ma bezpośredni wpływ na stan zdrowia człowieka i jego samopoczucie. Przedmiotowa przestrzeń, jaką jest środowisko, odgrywa znaczącą rolę w procesie socjalizacji i w dokonywanych przez jednostkę wyborach zachowań, w tym zachowań związanych ze zdrowiem czy stylem życia¹⁶. Samo pojęcie „środowisko” jest postrzegane w wymiarze fizycznym (przyrodniczym), społecznym, kulturowym. Te trzy wymienione kategorie środowisk nie istnieją w izolacji, ale są z sobą ściśle związane. Środowisko naturalne stanowi istotny warunek życia społecznego, wyznacza kierunek aktywności człowieka. Ze środowiskiem społecznym i kulturalnym ściśle połączona jest działalność wychowawcza. Dobra kultury, z którymi jednostka styka się w środowisku życia, kształtują

¹⁴ B. Ziółkowska: *Okres wczesnej dorosłości...*, s. 423.

¹⁵ A. Rutkowska: *Kariera czy rodzina – dylematy współczesnych młodych ludzi*. W: *Młodzi Polacy w XXI wieku*. Red. S. Kowalski, A. Schultz, A. Nowacka. Płock: Wydawnictwo PWSZ w Płocku, 2014, s. 78–79.

¹⁶ E. Syrek: *Zdrowie i wychowanie a jakość życia...*, s. 42.

jej podstawowe dyspozycje psychiczne oraz stanowią wyjściowe warunki dla procesów celowego działania wychowawczego¹⁷.

Współczesne, żyjące w XXI wieku społeczeństwo charakteryzuje się znacznym rozwojem i postępem w wielu dziedzinach. Jednak zmiany na lepsze, które przyczyniły się do poprawy jakości życia społecznego oraz wydłużenia życia człowieka, przyniosły z sobą wiele ryzykownych i niebezpiecznych zachowań. Coraz więcej młodych ludzi dorasta w świecie, w którym konieczne jest przypominanie o potrzebie przestrzegania zasad, norm i reguł. Stwierdzenie, iż „żyjemy w rzeczywistości społecznej, w której wszelkie, nawet najbardziej ekstrawaganckie, naruszające wszelką estetykę, skrajne i dewiacyjne oznaki oraz przejawy zła docierają do odbiorcy szybciej niż najbardziej nawet etyczne i moralne przejawy ludzkiego dobra”¹⁸, wydaje się nie bez pokrycia. Początek XXI wieku przyniósł z sobą zagrożenia dla zdrowia i bezpieczeństwa. Uchronienie się przed ryzykiem staje się trudne, a to, co do niedawna mogło chronić młodych ludzi – pełna rodzina, dobra sytuacja materialna rodziców, dobre warunki socjalne – już nie gwarantuje ochrony przed najtrudniejszymi wyzwaniem czasów współczesnych¹⁹.

Zdrowie pokolenia młodych dorosłych jest uwarunkowane wieloma czynnikami, jednak w największym stopniu zależy od stylu życia, na który składają się „zachowania zwane *postępowaniem*, będące rezultatem wpływu społecznie zdeterminowanych wzorów zachowań i interpretacji sytuacji, tworzonych i wykorzystywanych przez grupę, jako mechanizmy umożliwiające radzenie sobie w życiu”²⁰. W dużej mierze młodzi dorośli sami mogą decydować o własnym zdrowiu i podejmować zachowania określone jako prozdrowotne, czyli sprzyjające zdrowiu, lub antyzdrowotne, ewidentnie prowadzące do pogorszenia stanu zdrowia. Po dokładnej analizie własnego stylu życia z uwzględnieniem indywidualnych doświadczeń i warunków życia mogą podjąć różne działania. Nowe podejście do zdrowia pozwala młodym ludziom

¹⁷ R. Wroczyński: *Środowisko i wychowanie*. W: *Idem: Pedagogika społeczna*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1974, s. 74–78.

¹⁸ M. Jędrzejko: *Człowiek i uzależnienia – uwarunkowania zjawiska*. W: *Zachowania ryzykowne i uzależnienia. Zjawisko i uwarunkowania / Risk-Taking Behaviors and Addiction. The Phenomenon, Its Context and Determinants*. Red. M. Jędrzejko, M. Janusz. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Aspra-JR, 2013, s. 17.

¹⁹ Por. S. Kawula: *Pedagogika społeczna dzisiaj i jutro*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2012.

²⁰ Z. Słońska, M. Misiuna: *Styl życia*. W: *Wypisy z wychowania zdrowotnego*. Cz. 1. Wybór i oprac. W. Wrona-Wolny, B. Makowska. Kraków: AWF, 2000, s. 48.

szukać korzystnych zmian – z jednej strony mogą oni skorzystać z odpowiednich działań profilaktycznych ochraniających zdrowie, a z drugiej strony – z działań potęgujących profilaktykę, określanych jako promujące. Korzystne dla zdrowia okazuje się również niepodejmowanie zachowań szkodzących zdrowiu, czyli takich, które są ryzykowne i przynoszą szkody dla organizmu. Aby jednak dokonywać właściwych wyborów i podejmować odpowiednie decyzje w sprawie własnego zdrowia, młodzi ludzie powinni rozwijać i doskonalić **umiejętności życiowe**, wśród których szczególne znaczenie przypisuje się rozwojowi człowieka w dzieciństwie i młodości.

Nabywanie wiedzy i umiejętności oraz kształtowanie właściwych postaw w celu budowania i rozwijania zdrowego stylu życia może sprzyjać prawidłowemu rozwojowi zdolności młodych dorosłych do ochrony przed różnymi zagrożeniami zdrowotnymi oraz wykształceniu kompetencji niezbędnych do radzenia sobie w zapobieganiu nowym, trudnym problemom zdrowotnym i społecznym. W kształtowaniu umiejętności życiowych istotną rolę odgrywa nie tylko zdobywanie wiedzy, lecz także rozwijanie umiejętności i nabywanie postaw służących doskonaleniu i utrzymaniu zdrowia i rozwojowi **kompetencji** człowieka. Najważniejsze są przemiany w człowieku – chodzi o to, aby zdobywał on wiedzę, ale też umiejętnie ją wykorzystywał w celu dokonywania właściwych wyborów.

Zachodzące współcześnie zmiany w życiu społecznym, w tym nowe zagrożenia, są faktem. Nie sposób zatrzymać gwałtownie przyspieszających przemian. Może należałoby jednak promować treści pozytywne i wartościowe oraz zwiększyć świadomość pokolenia młodych dorosłych, poddać analizie ich system wartości, odpowiednio pogłębić wiedzę młodych ludzi i ich umiejętności. Szerzenie edukacji zdrowotnej to zadanie właściwie dla wszystkich. Wiedza na temat zagrożeń jest dla pokolenia młodych dorosłych ważna z punktu widzenia ich zdrowia i życia. Chociaż niewykluczone, że „wielu ludzi może przechodzić przez te same doświadczenia, ale tylko nieliczni wyciągną z nich naukę mądrości”²¹. Takie zdarzenia jednak nie zmieniają faktu, że wiedza jest podstawą do osiągnięcia mądrości, ponieważ „wiedza to coś więcej niż informacja, a mądrość jest pojęciem nadrzędnym w porównaniu z wiedzą. Informacja jest niezbędnym budulcem, aby osiągnąć wiedzę”²². Jednym ze sposobów reagowania na zjawiska społeczne, które można ocenić w kategorii szkodliwych i niepożądanych, jest przemyślana i odpowiednio ukierunkowana, prowadzona przez przygotowane do tego celu osoby **profilaktyka**, która powinna skutecznie hamować rozwój

²¹ J. Szczepański: *Sprawy ludzkie*. Warszawa: Czytelnik, 1988, s. 259.

²² J. Morbitzer: *Edukacja medialna (małego) dziecka...*, s. 274.

i ograniczać skalę zjawisk społecznie chorobotwórczych²³. Wpływanie na zmiany zachowań szkodzących zdrowiu, a nawet życiu wymaga wiedzy. Natomiast kreowanie motywacji młodych dorosłych w kierunku tych zmian to priorytetowe zadanie edukacji²⁴.

Osoby z deficytami niektórych umiejętności życiowych stają się ofiarami uzależnień, mają też skłonność do wybierania niekonstruktywnych rozwiązań własnych problemów, służących jedynie ich chwilowemu odroczeniu. Skłonności takich osób do podejmowania konkretnych czynności, a w konsekwencji uzależniania się od ich wykonywania wynikają z wielu czynników zarówno środowiskowych, jak i indywidualnych, związanych z osobowością człowieka i jego siłą woli. Dlatego też zainteresowanie środowiskiem badaczy wielu dyscyplin naukowych jest zasadne. To pewne warunki środowiska określają relacje między tym, co konkretyzuje społeczne środowisko, a egzystencją człowieka²⁵. Człowiek jako nieodłączny element środowiska jest z nim nierozzerwalnie związany, toteż trudno wymienić wszystkie uwarunkowania zdrowia człowieka w środowisku jego życia, można je bowiem rozpatrywać w różnych kontekstach, na przykład można analizować aktywność bądź bierność jednostki wobec środowiska, aktywizowanie sił społecznych w środowisku czy też przeciwdziałanie zagrożeniom²⁶. Jednostka powinna poznawać środowisko, ponieważ odgrywa ono znaczącą rolę w procesie socjalizacji, a tym samym w życiowych rozstrzygnięciach człowieka mających wpływ na jego zdrowie i życie. Jest to tym istotniejsze, że obecnie środowisko człowieka jest „otwarte, stale poszerzające się, pozwalające na asymilację, osmozę czy dyfuzję różnych kultur”²⁷, których przenikanie stało się poważnym współczesnym dylematem.

²³ T.B. K u l i k: *Edukacja zdrowotna w rodzinie i w szkole*. Stalowa Wola: Oficyna Wydawnicza Fundacji Uniwersyteckiej, 1997, s. 49.

²⁴ J. B u l s k a: *Budowanie kompetencji zdrowotnych ludzi w środowisku ich życia. Propozycje metodyczne dla pedagogów, nauczycieli, wychowawców i pracowników medycznych, wskazówki dla rodziców*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapi”, 2008, s. 25.

²⁵ P. R y b i c k i: *Struktura społecznego świata*. Warszawa: Wydawnictwo PWN, 1979, s. 175.

²⁶ E. M a r y n o w i c z - H e t k a: *Pedagogika społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006, s. 54–65.

²⁷ S. K a w u l a: *Podstawowe kręgi środowiskowe w życiu współczesnego człowieka. Cztery głosy do przedmiotu dyscypliny*. W: *Relacje podmiotów (w) lokalnej przestrzeni edukacyjnej (inspiracje)*. Red. J. M o d r z e w s k i, M.J. Ś m i a ł e k, K. W o j n o w s k i. Kalisz-Poznań: Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Wydział Pedagogiczno-Artystyczny, 2008, s. 83.

Uświadomienie sobie przez młode pokolenie istotności wpływu stylu życia człowieka na jego zdrowie, a także konieczności zdobywania wiedzy na temat wielu czynników społecznych mających wpływ na zapobieganie chorobom i utrzymanie dobrego zdrowia powinno stać się zadaniem priorytetowym. Brak wsparcia społecznego – szczególnie wsparcia bliskich osób, rodziny – wpływa na podejmowanie przez młodych dorosłych zachowań ryzykownych. Również środowisko fizyczne – stan powietrza czy wody – oraz warunki mieszkaniowe czy poczucie bezpieczeństwa człowieka są nie bez znaczenia dla stanu naszego zdrowia.

Zakończenie

Wejście jednostki w okres dorosłości jest jednoznaczne z zakończeniem rozwoju progresywnego. Organizm młodego dorosłego człowieka jest silny, sprawny motorycznie, cechuje się dużymi możliwościami adaptacyjnymi, regeneracyjnymi i immunologicznymi. Sprawność układu immunologicznego młodej osoby pomimo doświadczania przez nią sytuacji trudnych pozwala na maksymalną witalność, kreatywność, elastyczność i efektywność w radzeniu sobie z zadaniami życiowymi²⁸. Szybki świat konsumpcji wymusza na człowieku konieczność asymilacji do nowych wyzwań codzienności, młode pokolenie żyje więc w pośpiechu i stresie²⁹.

Troska młodych dorosłych o zdrowie to już nie tylko dbałość o sprawność fizyczną, to także dbanie o „odpowiedni” wygląd fizyczny, który staje się standardem w świecie zachodniej kultury. Wygląd fizyczny wyznacza zarówno dobrostan jednostki, jak i jej przynależność do określonej grupy społecznej. W zachowaniach młodego dorosłego związanych ze stylem życia nie brak na przykład prozdrowotnych zachowań żywieniowych. Konieczne staje się zwrócenie uwagi na fakt, że ów przymus ulegania standardom, w tym dotyczącym wyglądu, w skrajnych przypadkach może skutkować zaburzeniami odżywiania³⁰. Jednocześnie szybki świat konsumpcji wymagający umiejęt-

²⁸ B. Ziółkowska: *Okres wczesnej dorosłości...*, s. 437–441.

²⁹ Z. Melosik: *Kultura popularna jako czynnik socjalizacji*. W: *Pedagogika*. T. 2. Red. Z. Kwieciński, B. Śliwerski. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2011, s. 70–71.

³⁰ B. Janda-Dębek: *Pytania na XXI wiek. Wprowadzenie*. W: *Psychologia współczesnego człowieka*. Red. B. Janda-Dębek. Wrocław: Oficyna Wydawnicza Atut – Wrocławskie Wydawnictwo Oświatowe, 2010, s. 13.

ści szybkiej asymilacji do nowych wyzwań codzienności wymusił na młodym pokoleniu pośpiech i stres³¹.

Utrzymanie sprawności organizmu do późnych lat życia człowieka wymaga inwestowania w zdrowie, nie tylko w sytuacjach, gdy pojawiają się pierwsze symptomy dolegliwości czy spadek kondycji psychofizycznej, ale zdecydowanie wcześniej³². Edukacja młodego człowieka powinna obejmować tematykę związaną ze zdrowiem psychicznym, umiejętnościami radzenia sobie w sytuacjach trudnych; edukacja to także pomoc i wsparcie w dokonywaniu przez młodych ludzi wyborów życiowych i zawodowych. Edukacja zdrowotna dorosłych opiera się na ich własnej aktywności, samodoskonaleniu, samokierowaniu własnym rozwojem z jednoczesną możliwością korzystania z dostępnych rozwiązań edukacyjnych, w tym rozwiązań o charakterze instytucjonalnym. Usytuowana poza systemem oświatowym edukacja zdrowotna stanowi istotny składnik aktywności społecznej³³. Zatem praktyki zdrowotne, profilaktyka, promocja i edukacja zdrowotna są gwarantem utrzymania dobrej sprawności biopsychofizycznej, gwarantującej satysfakcję z realizacji pełnionych przez młodych dorosłych społecznych ról w trudnej i zmieniającej się rzeczywistości XXI wieku.

Bibliografia

- Brzezińska A.I., Appelt K., Ziółkowska B.: *Psychologia rozwoju człowieka*. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2016.
- Bulska J.: *Budowanie kompetencji zdrowotnych ludzi w środowisku ich życia. Propozycje metodyczne dla pedagogów, nauczycieli, wychowawców i pracowników medycznych, wskazówki dla rodziców*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2008.
- Dworak A.: *Zdrowie i zachowania zdrowotne kobiet. Perspektywa społeczno-pedagogiczna*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2018.
- Fatyga B.: *Dzicy z naszej ulicy. Antropologia kultury młodzieżowej*. Wyd. 2. popr. Warszawa: Ośrodek Badań Młodzieży, Instytut Stosowanych Nauk Społecznych, Uniwersytet Warszawski, 2005. http://www.ipsir.uw.edu.pl/UserFiles/File/Katedra_Socjologii_Norm/TEKSTY/BFatygaDzicy_z_naszej_ulicy.pdf [10.02.2019].

³¹ Z. Melosik: *Kultura popularna jako czynnik socjalizacji...*, s. 70–71.

³² B. Ziółkowska: *Okres wczesnej dorosłości...*, s. 437–441.

³³ A. Dworak: *Zdrowie i zachowania zdrowotne kobiet. Perspektywa społeczno-pedagogiczna*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2018, s. 126.

- Fazlagić J.A.: *Charakterystyka pokolenia Y*. „E-mentor” 2008, nr 3 (25). <http://www.e-mentor.edu.pl/arttykul/index/numer/25/id/549> [9.02.2019].
- Griese H.M.: *Socjologiczne teorie młodzieży. Wprowadzenie*. Tłum. J. Dąbrowski. Kraków: „Impuls”, 1996.
- Hildebrandt-Wypych D.: *Pokolenia młodzieży – próba konceptualizacji*. „Przegląd Pedagogiczny” 2009, nr 2 (10).
- Janda-Dębek B.: *Pytania na XXI wiek. Wprowadzenie*. W: *Psychologia współczesnego człowieka*. Red. B. Janda-Dębek. Wrocław: Oficyna Wydawnicza Atut – Wrocławskie Wydawnictwo Oświatowe, 2010.
- Jędrzejko M.: *Człowiek i uzależnienia – uwarunkowania zjawiska*. W: *Zachowania ryzykowne i uzależnienia. Zjawisko i uwarunkowania / Risk-Taking Behaviors and Addiction. The Phenomenon, Its Context and Determinants*. Red. M. Jędrzejko, M. Janusz. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Aspra-JR, 2013.
- Kawula S.: *Pedagogika społeczna dzisiaj i jutro*. Toruń: Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2012.
- Kawula S.: *Podstawowe kręgi środowiskowe w życiu współczesnego człowieka. Cztery głosy do przedmiotu dyscypliny*. W: *Relacje podmiotów (w) lokalnej przestrzeni edukacyjnej (inspiracje)*. Red. J. Modrzewski, M.J. Śmiałek, K. Wojnowski. Kalisz-Poznań: Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Wydział Pedagogiczno-Artystyczny, 2008.
- Kulik T.B.: *Edukacja zdrowotna w rodzinie i w szkole*. Stalowa Wola: Oficyna Wydawnicza Fundacji Uniwersyteckiej, 1997.
- Marynowicz-Hetka E.: *Pedagogika społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006.
- Melosik Z.: *Kultura popularna jako czynnik socjalizacji*. W: *Pedagogika*. T. 2. Red. Z. Kwieciński, B. Śliwerski. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2011.
- Minta J.: „Pozornie dorośli” – zawieszenie pomiędzy młodością a dorosłością. „Dyskursy Młodych Androgogów” 2007, nr 8.
- Morbitzer J.: *Edukacja medialna (małego) dziecka*. W: *Małe dzieci w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych. Pomiedzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami*. Red. J. Pyżalski. Łódź: Wydawnictwo „Eter”, 2017.
- Oleszkowicz A., Senejko A.: *Psychologia dorastania. Zmiany rozwojowe w dobie globalizacji*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2013.
- Rutkowska A.: *Kariera czy rodzina – dylematy współczesnych młodych ludzi*. W: *Młodzi Polacy w XXI wieku*. Red. S. Kowalski, A. Schultz, A. Nowacka. Płock: Wydawnictwo PWSZ w Płocku, 2014.

- Rybicki P.: *Struktura społecznego świata*. Warszawa: Wydawnictwo PWN, 1979.
- Słóńska Z., Misiuna M.: *Styl życia*. W: *Wypisy z wychowania zdrowotnego*. Cz. 1. Wybór i oprac. W. Wrona-Wolny, B. Makowska. Kraków: AWF, 2000.
- Syrek E.: *Zdrowie i wychowanie a jakość życia. Perspektywa i humanistyczne orientacje poznawcze*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2008.
- Szczepański J.: *Sprawy ludzkie*. Warszawa: Czytelnik, 1988.
- Sztompka P.: *Socjologia. Analiza społeczeństwa*. Kraków: Wydawnictwo „Znak”, 2003.
- Świda-Ziemba H.: *Wartości egzystencjalne młodzieży lat dziewięćdziesiątych*. Warszawa: Zakład Socjologii Moralności i Aksjologii Ogólnej. Instytut Stosowanych Nauk Społecznych. Uniwersytet Warszawski, 1995.
- Wroczyński R.: *Środowisko i wychowanie*. W: *Idem: Pedagogika społeczna*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1974.
- Ziółkowska B.: *Okres wczesnej dorosłości. Jak rozpoznać potencjał młodych dorosłych?* W: *Psychologiczne portrety człowieka. Praktyczna psychologia rozwojowa*. Red. A.I. Brzezińska. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005.

Joanna Bulska, Alina Dworak

Socio-Environmental Perspective of Health Threats of Young Adult Generation

Summary: The generation of the turn of the 20th/21st century is given to live in a new, changing reality. Modern, young generation entering adulthood is brought up in a post-transformation society, dominated by consumption, accelerated pace of life and threats occurring in all spheres of its functioning. In Poland, socio-cultural transformation has become for young adults not only a source of new challenges, opportunities, but also of threats. The consequences of the transformations are difficulties of (especially) the young generation in adapting to the ever-changing, unstable reality. The rapid changes in the surrounding reality have inspired research on the problems of growing up (including risky and harmful behaviours), and the difficulties of a generation growing up in an unstable reality.

Keywords: generation, young adults, health, threats

Joanna Bulska, Alina Dworak

Sozial- u. milieubedingte Perspektive der Gesundheitsbedrohungen für Generation der Jungerwachsenen

Zusammenfassung: Die Generation von der Wende des 20. zum 21. Jahrhundert muss in neuer, sich verändernder Wirklichkeit leben. Die Volljährigkeit erreichende gegenwärtige junge Generation wächst in konsumlästiger Posttransformationsgesellschaft an, lebt in großer Eile und schlägt sich mit den in allen Lebenssphären auftretenden Bedrohungen herum. Sozialkulturelle Transformation in Polen wurde für Jungerwachsene die Ursache nicht nur für neue Herausforderungen, neue Möglichkeiten, sondern auch für verschiedene Bedrohungen. Die Folge der sozialen Umwandlungen sind Schwierigkeiten bei Anpassung der Menschen, besonders der jungen an die sich ständig verändernde, instabile Wirklichkeit. Rasche Änderungen der Wirklichkeit gaben Anstoß zu Forschungen über Probleme des Erwachsenwerdens (darunter schädliches und riskantes Verhalten) und Schwierigkeiten der Jungerwachsenen.

Schlüsselwörter: Generation, Jungerwachsene, Gesundheit, Bedrohungen