

dr Katarzyna Myśliwska  
e-mail: kmysliwska@gmail.com

*Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie*

<http://dx.doi.org/10.16926/fisasit.22>

## **Dbałość o urodę w budżecie czasu**

### **Streszczenie**

W artykule podjęto problematykę pracy nad ciałem, zwłaszcza dbałości o urodę i jej miejsce w budżecie czasu. Zastosowanie perspektywy budżetu czasu pozwala na stworzenie dość precyzyjnego wskaźnika wagi urody we współczesnym świecie i monitorowanie jej zmian. Badania przeprowadzone wśród młodzieży studenckiej wybranych uczelni krakowskich pokazały dużą wagę przypisywaną urodzie przez młodzież i zwróciły uwagę na istotne różnice dotyczące płci. Kobiety poświęcają na zabiegi dbałości o wygląd znacznie więcej czasu niż mężczyźni. Ciekawy jest także wyraźny wzrost dbałości o urodę przez młodych mężczyzn. W hierarchii wartości uznawanych przez młodzież uroda ma dużo niższą pozycję niż zdrowie, natomiast w hierarchii wartości realizowanych jest odwrotnie. Badana młodzież, zwłaszcza dziewczęta, przeznaczają na aktywność fizyczną znacznie mniej czasu niż na inne zabiegi służące dbałości o ciało i wygląd.

**Słowa kluczowe:** uroda, wygląd zewnętrzny, budżet czasu, zdrowie, aktywność fizyczna

Problematyka cielesności zajmuje współcześnie coraz istotniejsze miejsce w rozważaniach prowadzonych na gruncie nauk społecznych, czego przyczyną jest obserwowany wzrost znaczenia wartości cielesnych, takich jak zdrowie, sprawność fizyczna, uroda i przyjemność. W niniejszym artykule chciałabym podjąć problematykę pracy nad ciałem, zwłaszcza dbałości o urodę i jej miejsce w budżecie czasu. Zastosowanie perspektywy budżetu czasu pozwala na stworzenie dość precyzyjnego wskaźnika wagi urody we współczesnym świecie i monitorowanie jej zmian. Badania prowadzone przeze mnie wśród młodzieży studenckiej decydują o tym, że pewne spostrzeżenia i wnioski ograniczać będą jedynie do tej kategorii społecznej.

M. Marody, opisując procesy formowania tożsamości we współczesnym świecie, zwraca uwagę, że wraz z rozmywaniem się wszystkich istotnych dotychczas wymiarów różnicowania, takich jak naród, klasa społeczna, zawód, rodzina, płeć i wiek, społeczeństwo pozostawia jednostkom tylko jeden obszar, na którym mogą one poszukiwać odpowiedzi na pytanie „kim jestem?” – jest nim własne ciało<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Zob. M. Marody, *Jednostka po nowoczesności. Perspektywa socjologiczna*, Warszawa 2015, s. 197–200.

Problematyka cielesności była przez długi czas nieobecna lub ulokowana na marginesie rozważań nauk społecznych. Współcześnie staje się, przynajmniej w krajach Zachodu, zagadnieniem niezwykle istotnym. Można powiedzieć, że kultura fizyczna staje się coraz istotniejszą dziedziną kultury. Ludzi ogarnia przemożna chęć dbałości o własne ciało, jego zdrowie, sprawność fizyczną i wygląd zewnętrzny. A. Giddens zwraca uwagę, że „stajemy się odpowiedzialni za projekt własnego ciała”<sup>2</sup>.

Wśród różnych cech ciała szczególnego znaczenia nabrała współcześnie uroda. Z. Bauman zmianę podejścia do ciała jako wartości rozważanej w kontekście przejścia od nowoczesności do ponowoczesności, łączy ze zmniejszeniem się roli państwa, wzrostem znaczenia wolnego rynku oraz przekształcaniem się przestrzeni publicznej. Przemiany te powodują zmianę znaczenia etyki i estetyki, a dokładniej zastępowanie etyki przez estetykę. Jego zdaniem człowiek staje się kolekcjonerem wrażeń, a jednocześnie dokłada starań, by dostarczyć odpowiednich wrażeń innym. Ciało przestaje być w związku z tym wyłącznie albo przede wszystkim narzędziem służącym do pracy i obrony, staje się w wyraźniejszym stopniu narzędziem przyjemności i przedmiotem estetycznej oceny<sup>3</sup>. Należy podkreślić znaczenie przemiany relacji międzyludzkich. Większość spraw załatwiamy współcześnie z nieznanymi, a krótkotrwałe relacje w znacznej mierze zastąpiły wieloletnie osobiste znajomości charakterystyczne dla społeczności lokalnych i niezurbanizowanych. Wygląd zewnętrzny stały się w tej sytuacji kluczowe dla efektywnej interakcji. Istnieją liczne przesłanki empiryczne wskazujące na współczesny wzrost wagi urody. Odnajdziemy je przykładowo w pracach D. Bussa<sup>4</sup> i N. Etcoff<sup>5</sup>, a w Polsce w badaniach CBOS-u i w „Diagnozie społecznej” J. Czapińskiego i T. Panka<sup>6</sup>.

Jedną z podstawowych kwestii dotyczących kultury fizycznej wydaje się badanie znaczenia podstawowych wartości związanych z ciałem oraz sposobów stosowanych w dążeniu do ich realizacji. Do podstawowych wartości ciała zaliczyć możemy zdrowie, sprawność fizyczną, urodę i przyjemność. Są one podstawowe przede wszystkim w tym sensie, że w odpowiedzi na pytanie o motywy podejmowania ćwiczeń fizycznych, takie właśnie odpowiedzi podawane są przez respondentów najczęściej. Pojawia się w tym kontekście pytanie o wagę poszczególnych wartości cielesnych, relacje między nimi oraz proporcje między zabiegami służącymi poszczególnym wartościom cielesnym, jakie stosuje się współcześnie. Dotychczas problematyka ta nie była rozważana w odniesieniu do budżetu czasu. Myślę, że określenie czasu przeznaczanego na dbałość o urodę może stanowić dobry wskaźnik wagi tej wartości.

<sup>2</sup> A. Giddens, *Nowoczesność i tożsamość, „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa 2001, s. 142.

<sup>3</sup> Zob. Z. Bauman, *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*, Toruń 1995, s. 77.

<sup>4</sup> D.M. Buss, *Ewolucja pożądania*, Gdańsk 2000.

<sup>5</sup> N. Etcoff, *Przetrwają najpiękniejsi*, Warszawa 2002.

<sup>6</sup> J. Czapiński, T. Panek, *Diagnoza społeczna 2005. Warunki i jakość życia Polaków*, Warszawa 2005.

Aby doprecyzować kwestie definicyjne, należy zaznaczyć, że chociaż pojęcia urody, piękna ciała lub atrakcyjnego wyglądu zewnętrznego bywają w literaturze przedmiotu utożsamiane, przyjmuję tutaj, że atrakcyjny wygląd zewnętrzny jest pojęciem węższym niż uroda, gdyż wiąże się jedynie ze zmysłem wzroku. Na urodę natomiast poza atrakcyjnym wyglądem zewnętrznym składają się również cechy odbierane innymi zmysłami: węchem, słuchem i dotykiem, a więc na przykład zapach ciała, ton i barwa głosu czy gładkość skóry. Pojęcie urody będzie w tym artykule utożsamiane z pięknem ciała ludzkiego, natomiast atrakcyjny wygląd zewnętrzny uznany będzie za główny, ale nie jedyny składnik urody. Warto dodać, że F. Znaniecki, zastanawiając się nad pięknem ciała ludzkiego, wyróżnił trzy składniki typu estetycznego: ciało, właściwości kinetyczne (piękno poruszania się) i ubiór<sup>7</sup>.

Podstawowy problem metodologiczny związany z zarysowaną wyżej problematyką wynika z faktu, że wśród zabiegów dbałości o ciało znajdziemy zarówno takie, które służą realizacji jednej tylko wartości cielesnej np. urody czy zdrowia, jak i takie, dzięki którym jednocześnie realizuje się dwie lub wszystkie trzy wartości ciała (przykładowo ćwiczenia fizyczne czy stosowanie określonej diety). W tym drugim przypadku pewną pomocą może być pytanie skierowane do respondentów o przyczyny, dla których dane działanie jest przez nich podejmowane lub o cele, jakie chcą oni osiągnąć. Badania prowadzone przeze mnie z uczestniczkami zajęć fitness w 2005 roku pokazały, że cztery piąte badanych kobiet wśród powodów uczestnictwa w zajęciach wymieniały zdrowie, sprawność fizyczną i urodę łącznie<sup>8</sup>. Można więc założyć, że w przypadku zdecydowanej większości osób ćwiczenia fizyczne są podejmowane dla osiągnięcia wszystkich trzech podstawowych wartości cielesnych.

Z badań budżetu czasu realizowanych przez GUS możemy dowiedzieć się, ile czasu Polacy przeznaczają na sport i rekreację. W raporcie GUS-u z 2014 roku zaprezentowano średnią ilość czasu przeznaczaną na sport i rekreację (w tym na ćwiczenia fizyczne) w ciągu dnia w latach 2003/2004 oraz w roku 2013 (tabela 1). Dane te pokazują, że po pierwsze ilość czasu poświęcana na aktywność sportowo-rekreacyjną przez Polaków jest niewielka (20 minut w ciągu doby w latach 2003/2004 i 22 minuty w 2013 roku), po drugie w omawianym tu okresie wzrosła minimalnie, a w przypadku mężczyzn nawet zmalała, po trzecie w aktywności tej uczestniczy jedynie co czwarty Polak w wieku 15 lat i więcej<sup>9</sup>.

Tradycyjne badania budżetu czasu nie pozwalają uchwycić ilości czasu przeznaczanych przez Polaków na zabiegi dbałości o urodę. Zabiegi służące urodzie są „ukryte” w szerszych kategoriach czynności, przykładowo w kategorii „higiena” mogą zawierać się takie czynności, jak: nawilżanie, peeling, depilacja, makijaż, układanie fryzury; do ogólnej kategorii „zakupy” zaliczone będą zakupy i przymierzanie ubrań, butów, dodatków; w obrębie prac domowych znajdują się

<sup>7</sup> Zob. F. Znaniecki, *Socjologia wychowania*, t. 2, Warszawa 1973, s. 290.

<sup>8</sup> Zob. K. Myśliwska, *Zdrowie i uroda w systemie aksjologicznym uczestniczek zajęć fitness*, „Kultura Fizyczna” 2007, nr 5–6, s. 23–28.

<sup>9</sup> *Badanie budżetu czasu ludności w 2013 r.*, GUS, Warszawa 2014.

czynności związane z przygotowaniem ubrań i butów (pranie, prasowanie, pastowanie); a oglądanie stron internetowych i programów telewizyjnych dotyczących mody i urody, szukanie i zamawianie ubrań przez Internet zostaną zaliczone do kategorii „korzystanie z mediów”. Jednocześnie badania CBOS z lat 2003 i 2009 pokazują wyraźny wzrost odsetka osób korzystających z salonów kosmetycznych, masażu i programów modelowania i ujędrniania ciała w okresie między tymi latami<sup>10</sup>.

Tabela 1. Średnia ilość czasu przeznaczana na uczestnictwo w sporcie i rekreacji w budżecie czasu ludności w wieku 15 lat i więcej – porównanie lat 2003/2004 i 2013.

	Osoby ogółem		Kobiety		Mężczyźni	
	2003/2004	2013	2003/2004	2013	2003/2004	2013
Przeciętny czas trwania czynności (w godzinach i minutach)						
Uczestnictwo w sporcie i rekreacji	0.23	0.24	0.18	0.21	0.28	0.27
W tym: ćwiczenia fizyczne	0.20	0.22	0.17	0.20	0.23	0.23

Źródło: GUS 2014

Celem prowadzonych przeze mnie badań, które stanowią podstawę tego artykułu, była odpowiedź na pytania, ile czasu pochłaniają czynności służące dbałości o urodę oraz w jakiej proporcji pozostaje on do czasu podejmowanej aktywności sportowo-rekreacyjnej. Pytania te postawiłam w odniesieniu do młodzieży studenckiej wybranych uczelni krakowskich. Dodatkowo w badaniu podjęto próbę odpowiedzi na pytania: jak wygląda hierarchia wartości badanych osób z uwzględnieniem w niej wartości cielesnych, jaka jest subiektywna ocena stopnia dbałości o zdrowie i urodę, w jakim stopniu płeć wpływa na czas przeznaczany na ćwiczenia fizyczne oraz zabiegi dbałości o urodę są najpopularniejsze.

W niniejszym artykule stawiam tezy, że po pierwsze, zabiegi służące poprawie wyglądu zabierają młodzieży wiele czasu, chociaż tradycyjne badania budżetu czasu na to nie wskazują. Ich podejmowanie może być jedną z poważnych przyczyn pogłębiania się deficytu czasu. Po drugie, w hierarchii wartości realizowanych młodzieży uroda ma pozycję znacznie wyższą niż zdrowie.

Przedmiotem prowadzonych badań uczyniono studentów studiów licencjackich na Uniwersytecie Jagiellońskim oraz Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. Byli to studenci 3. roku studiujący na trzech kierunkach studiów: socjologii, europeistyce oraz turystyce i rekreacji. Badania przeprowadzono w dwóch okresach: w kwietniu i maju 2011 roku oraz w kwietniu 2015. W pierwszym z nich przebadanych zostało 102 studentów, po dwie grupy dziekańskie

<sup>10</sup> Zob. K. Pankowski, *Polak zadbany – troska o sylwetkę i własne ciało*, Komunikat z badań CBOS, BS/130/2009, Warszawa 2009.

z każdego z wymienionych kierunków studiów (29 socjologia, 32 europeistyka, 39 turystyka i rekreacja). W drugim okresie w badaniach wzięło udział 53 studentów z kierunku turystyka i rekreacja. Badania przeprowadzone zostały techniką ankiety. W 2011 roku w ankiecie znalazły się pytania dotyczące czasu przeznaczanego na zabiegi dbałości o urodę, podejmowanej aktywności sportowo-rekreacyjnej, hierarchii wartości badanych osób z uwzględnieniem w niej wartości cielesnych, subiektywnej ocena stopnia dbałości o zdrowie i urodę oraz zabiegi popularności wybranych zabiegów dbałości o urodę. W 2015 roku pominięto w niej kwestie dotyczące hierarchii wartości, wychodząc z założenia, że są one na tyle stabilne w czasie, że ewentualne zmiany, jakie mogły zajść w ciągu czterech lat nie będą zauważalne.

Prezentację uzyskanego materiału badawczego chciałabym rozpocząć od podstawowych zmiennych uwzględnionych w badaniu. Aby precyzyjnie ustalić czas przeznaczany przez badanych na zabiegi dbałości o urodę, zadano im pytanie: „Ile czasu poświęciłeś/aś wczoraj na następujące czynności? (chodzi dokładnie o wczorajszy dzień, nawet jeśli nie był on dla ciebie typowy)”, umieszczając w kwestionariuszu następujące kategorie czynności:

1. Przygotowywanie ubrania i butów (pranie, czyszczenie, prasowanie, przymierzenie, przerabianie, szycie, pastowanie)
2. Zakupy odzieży i butów (chodzenie po sklepach, przymierzanie w sklepach)
3. Higiena i pielęgnacja ciała (mycie, stosowanie kosmetyków pielęgnacyjnych i upiększających, golenie, depilacja, czesanie, układanie fryzury, malowanie włosów, paznokci, twarzy lub ciała i inne zabiegi upiększające poza doбором ubrań)
4. Przeglądanie stron internetowych poświęconych modzie i urodzie, szukanie i zamawianie przez internet ubrań, butów, akcesoriów, kosmetyków Przeglądanie prasy i oglądanie programów TV poświęconych modzie i urodzie
5. Rozmowy ze znajomymi/rodziną na temat wyglądu zewnętrznego, mody, urody.

Warto w tym miejscu zaznaczyć, że nie wszystkie czynności uwzględnione powyżej służą wyłącznie urodzie. Jeśli jednak przyjąć założenie, że dla higieny niezbędnej dla zdrowia wystarczy 10–15 minut dziennie (choć niektórzy upieraliby się, że znacznie mniej), to pozostały czas przeznaczony na czynności zaliczone do tej kategorii oraz do wszystkich pozostałych można uznać za dbałość o urodę.

Odpowiedzi badanych studentów na powyższe pytanie pokazały, że czynności te zabierają im znaczną ilość czasu, przy czym zaobserwowano duże różnice między płciami (tabela 2). W 2011 roku czas przeznaczany na te czynności w dniu powszednim wyniósł średnio 43 minuty dla mężczyzn i 113 minut dla kobiet. Mieścił się on w przedziale od 12 minut (M) do 7 godzin i 33 minut (K). Okazało się ponadto, że kierunek studiów wbrew oczekiwaniom nie miał wpływu na odpowiedzi badanych.

Tabela 2. Średnia ilość czasu przeznaczana na zabiegi dbałości o urodę w dniu powszednim (w minutach)

Ile czasu poświęciłeś/aś wczoraj na następujące czynności? (chodzi dokładnie o wczorajszy dzień, nawet jeśli nie był on dla Ciebie typowy)	2011		2015	
	M	K	M	K
Przygotowywanie ubrania i butów	6	13	14	18
Zakupy odzieży i butów	4	25	7	9
Higiena i pielęgnacja ciała	29	55	34	53
Strony internetowe o urodzie/ zakupy	1	7	5	16
Prasa/TV dotyczące urody	0	5	4	7
Rozmowy dotyczące urody	3	8	5	14
RAZEM	43	113	69	118

W 2015 roku deklaracje respondentów dotyczące czasu trwania poszczególnych czynności przedstawiały się nieco inaczej, a najistotniejsza zmiana dotyczyła mężczyzn. Przede wszystkim odnotować należy, że wzrosła ilość czasu przeznaczanego na zabiegi dbałości o urodę zarówno w odniesieniu do kobiet jak i mężczyzn. Kobiety przeznaczyły na nie 118 min, mężczyźni natomiast 69 min. O ile więc w przypadku kobiet zmiana była nieznaczna, to w przypadku mężczyzn możemy mówić o zmianie bardzo istotnej. Należy w tym miejscu zaznaczyć, że w 2011 roku badano studentów trzech kierunków studiów: socjologii, europeistyki oraz turystyki i rekreacji, natomiast w 2015 r. jedynie studentów kierunku turystyka i rekreacja, jednak ponieważ w 2011 roku kierunek studiów nie miał zasadniczego wpływu na odpowiedzi badanych, dokonano porównania całych badanych zbiorowości z obu okresów. Wydaje się, że zmianę powyższą można tłumaczyć dwojako. Po pierwsze upodobaniem się społecznych ról płciowych i znoszeniem różnicowania także w kwestii dbałości o ciało, po drugie zanikiem niechęci do składania deklaracji niezgodnych ze stanem faktycznym w przypadku mężczyzn, śmieiej przyznają się do tego, co robili już wcześniej ale niechętnie deklarowali.

Aby ustalić popularność poszczególnych zabiegów dbałości o urodę, umieszczono w kwestionariuszu pytanie: Jak często wykonujesz następujące czynności? Badani mogli wskazać jedną z czterech odpowiedzi: regularnie, często, rzadko lub nigdy. Wśród czynności uwzględniono: ważenie swego ciała; lakierowanie paznokci; wizyty u kosmetyczki; stosowanie kremu do twarzy; stosowanie kremu/balsamu do ciała; makijaż; modelowanie, kręcenie lub prostowanie włosów; farbowanie włosów; zakupy modnych ubrań, butów i dodatków; szycie lub przerabianie ubrań; przeglądanie stron internetowych poświęconych modzie; oglądanie programów TV poświęconych modzie.

Okazało się, że płeć jest zmienną w ogromnym stopniu różnicującą odpowiedzi. Generalnie można powiedzieć, że większość kobiet w przypadku większości tych czynności wskazywała odpowiedzi regularnie lub często, natomiast zdecydowanie

wana większość mężczyzn – odpowiedzi rzadko lub nigdy. Najbardziej popularne wśród mężczyzn zabiegi to: stosowanie kremu do ciała, ważenie się oraz zakupy modnych ubrań, natomiast w przypadku kobiet wiele z tych zabiegów cieszy się popularnością, przede wszystkim: stosowanie kremu do twarzy i do ciała, makijaż, lakierowanie paznokci, zakupy modnych ubrań i układanie fryzury. W 2015 roku częściej niż w 2011 wskazywano na przeglądanie stron internetowych poświęconych modzie oraz szycie i przerabianie ubrań w przypadku obu płci. Ponadto kobiety częściej wskazywały lakierowanie paznokci, natomiast mężczyźni stosowanie kremu do twarzy, kremu do ciała, wizyty u kosmetyczki oraz oglądanie programów TV poświęconych modzie.

W 2011 roku badani pytani byli także o to, czy kiedykolwiek stosowali zabiegi takie jak: opalanie w solarium, depilacja laserowa lub woskiem, piercing, tatuaż, makijaż permanentny oraz zabiegi chirurgii plastycznej. Odpowiedzi na to pytanie (zaprezentowane w tabeli 3) także potwierdzają istotną różnicę między płciami. Depilacja laserowa lub woskiem oraz makijaż permanentny to zabiegi stosowane wyłącznie przez kobiety. Kobiety zdecydowanie częściej niż mężczyźni korzystają z solarium i piercingu. Nikt z badanych nie zadeklarował korzystania z zabiegów chirurgii plastycznej.

Tabela 3. Deklaracja korzystania z wybranych zabiegów dbałości o urodę (w %)

Czy stosowałeś/aś kiedykolwiek któryś z następujących zabiegów?	M	K
Solarium	19	54
Depilacja laserowa lub woskiem	0	23
Piercing	6	19
Tatuaż	6	11
Makijaż permanentny	0	3
Zabieg chirurgii plastycznej	0	0
Nie stosowałem/am tych zabiegów	31	20

Aby dowiedzieć się, ile czasu badani przeznaczają na ćwiczenia fizyczne, zadano im dwa pytania: 1. Ile czasu w przeciętnym tygodniu poświęcasz na aktywność sportową/ ćwiczenia fizyczne poza obowiązkowymi zajęciami WF? oraz 2. Ile godzin lekcyjnych w przeciętnym tygodniu poświęcasz na aktywność sportową/ ćwiczenia fizyczne w ramach obowiązkowych zajęć WF? (*chodzi o zajęcia faktycznie zrealizowane, a nie zapisane w planie lekcji*).

Okazało się, że na uprawianie sportu i ćwiczenia fizyczne badani przeznaczali w 2011 roku średnio 34 min dziennie (kobiety 31 min, mężczyźni 40 min). Istnieją duże różnice w odpowiedziach w zależności od kierunku studiów. Studenci kierunku Turystyka i rekreacja przeznaczali na uprawianie sportu i ćwiczenia fizyczne więcej czasu niż pozostali badani – średnio 47 min dziennie, podczas

gdy studenci pozostałych dwóch kierunków średnio jedynie 26 min. W 2015 roku odnotowano niewielki wzrost ilości czasu przeznaczanego na aktywność sportową na kierunku Turystyka i rekreacja (średni czas wyniósł 52 min dziennie) i dotyczył on zwłaszcza mężczyzn.

Podsumowując, badani przeznaczają na ćwiczenia fizyczne znacznie mniej czasu niż na inne zabiegi służące dbałości o wygląd i dotyczy to w większym stopniu kobiet. Okazało się ponadto, że znaczna część osób spośród tych, które pragną zmiany swej sylwetki, nie podejmuje aktywności fizycznej w czasie wolnym lub podejmuje ją w niewielkim stopniu. Niemal dwie piąte spośród osób, które chcą schudnąć nie podejmuje w ogóle ćwiczeń fizycznych w czasie wolnym lub podejmuje je tylko w niewielkim stopniu – do 1 godziny tygodniowo.

Ważną część badań z 2011 roku miała na celu ustalenie obecności i wagi wartości urody i zdrowia w hierarchii wartości badanych studentów. Aby ustalić hierarchię wartości uznawanych badanych przedstawiono listę czternastu wartości, wśród których znalazły się najczęściej wskazywane w badaniach systemu aksjologicznego wartości (wśród nich także zdrowie) a także dodatkowo inne wartości związane z ciałem: sprawność fizyczna, piękno ciała (uroda) oraz przyjemność. Respondenci proszeni byli o wskazanie pięciu, ich zdaniem najważniejszych, wartości. Okazało się, że najczęściej wskazywaną wartością jest zdrowie (67% badanych), za nim znalazły się miłość (61%) i rodzina (55%). Piękno ciała (wskazana przez 12% respondentów) znalazło się na przedostatniej pozycji w hierarchii, jedynie przed równowagą wewnętrzną.

Hierarchia wartości przedstawia się jednak inaczej, gdy pytamy badanych o uznawany przez nich ideał kobiety i ideał mężczyzny. Studenci byli proszeni o wyobrażenie sobie swego ideału kobiety i opisanie go, poprzez wybranie pięciu określeń z przedstawionej listy, zawierającej 17 cech, w tym trzy cechy odpowiadały podstawowym wartościom związanym z ciałem. Analogicznie postąpiono w przypadku odtworzenia ideału mężczyzny. Okazało się, że uroda jest dużo istotniejszym elementem tego ideału niż zdrowie (wskazało na nią 61%, na zdrowie jedynie 22%). Atrakcyjność fizyczna była najczęściej przez mężczyzn wskazywaną cechą kobiety idealnej – wskazało ją ponad cztery piąte mężczyzn (81%). Uroda była też jednym z istotniejszych elementów ideału kobiety zdaniem badanych kobiet. Podobnie zrekonstruowany ideał mężczyzny różnił się nieco od ideału kobiety. Atrakcyjność fizyczna była rzadziej używaną cechą, jednak również znalazła się bardzo wysoko w hierarchii – na trzecim miejscu razem z niezależnością. Atrakcyjność fizyczna jest cechą idealnego mężczyzny częściej wskazywaną przez kobiety niż przez mężczyzn. Pojawiła się więc ogólniejsza prawidłowość: oczekujemy atrakcyjności fizycznej zwłaszcza od płci przeciwnej, w mniejszym stopniu zaś od własnej. Porównując pozycję urody i zdrowia należy wskazać, że zdrowie było wskazywane znacznie rzadziej niż uroda jako cecha idealnej kobiety lub idealnego mężczyzny.

Niezwykle interesująca okazała się analiza oceny własnej dbałości o wygląd zewnętrzny i zdrowie. Świadczy ona o tym, że w hierarchii wartości realizowanych



przez badanych studentów uroda znajduje się wyżej niż zdrowie. Respondenci zostali poproszeni o ocenę własnej dbałości o wygląd zewnętrzny i, zdrowie w skali od 1 do 10, gdzie 10 oznaczało dbałość maksymalną. Warto dodać, że prośba o ocenę dbałości o wygląd zewnętrzny znajdowała się w innej części kwestionariusza niż prośba o ocenę dbałości o zdrowie, aby nie były te wartości bezpośrednio łączone i porównywane.

Można stwierdzić, że generalnie respondenci w dużym stopniu dbają o wspomniane tu cechy ciała. Jednak ocena dbałości o wygląd jest znacznie wyższa niż ocena dbałości o zdrowie. Średnia ocena dbałości o wygląd jest wyższa niż średnia ocena dbałości o zdrowie (wynosi 7,26, a w przypadku zdrowia 6,38). Wysoki poziom dbałości o wygląd (ocena 8–10 w dziesięciopunktowej skali) deklaruje 56 % badanych, podczas gdy wysoki poziom oceny dbałości o zdrowie już tylko 32 %. Za niski poziom dbałości o wspomniane wartości uznano wskazania respondentów od 1 do 3. Niski poziom dbałości o wygląd deklaruje jedynie 2 % badanych, a niski poziom dbałości o zdrowie 7 %. Można więc stwierdzić, że badani studenci w większym stopniu dbają o urodę niż o zdrowie. Najwyżej oceniali swą dbałość o wygląd studenci kierunku turystyka i rekreacja (61% ocenia swą dbałość na 8–10 w dziesięciopunktowej skali), niżej studenci socjologii (57%), najniżej zaś studenci europeistyki (53%).

O wysokim miejscu urody w systemie wartości realizowanych może także świadczyć analiza konkretnych zachowań niekorzystnych dla zdrowia, lecz służących realizacji wartości urody. W kwestionariuszu znalazły się dwa pytania dotyczące takich zachowań. Jedno z nich dotyczyło zakładania ubrania, które uwiera lub w którym się marznie, ale za to lepiej się w nim wygląda. Okazało się, że dwie trzecie badanych przyznało, że zdarza im się zakładać takie ubranie, a 11% osób robi to często. Drugie pytanie dotyczyło zakładania butów, w których jest niewygodnie, ale za to lepiej się w nich wygląda. Ponad połowa badanych (54 %) przyznało, że zdarza im się zakładać takie buty, przy czym 8 % robi to często. W sumie ponad trzy czwarte badanych studentów (77%) stosuje jeden bądź drugi przedstawiony powyżej niekorzystny dla zdrowia sposób poprawiania wyglądu zewnętrznego, przy czym zachowania te częściej dotyczą kobiet. Okazało się ponadto, że większość badanych (58 %) pragnie zmienić coś we własnym wyglądzie, przy czym częściej zmiany tej chcą dziewczęta (70%) niż chłopcy (36%). W przypadku dziewcząt zmiana ta odnosi się przede wszystkim do chęci schudnięcia.

Podsumowując, należy stwierdzić, że uzyskane dane świadczą o dużej wadze przypisywanej urodzie przez badaną młodzież i zwracają uwagę na istotne różnice związane z płcią. Kobiety poświęcają na zabiegi dbałości o wygląd znacznie więcej czasu niż mężczyźni. Ciekawy jest jednak wyraźny wzrost dbałości o urodę przez młodych mężczyzn. W hierarchii wartości uznawanych przez młodzież uroda ma dużo niższą pozycję niż zdrowie, natomiast w hierarchii wartości realizowanych jest odwrotnie. Badana młodzież, zwłaszcza dziewczęta, przeznaczają na aktywność fizyczną znacznie mniej czasu niż na inne zabiegi służące dbałości

o ciało i wygląd. Z przeprowadzonych badań wynika bardziej ogólna prawidłowość – mężczyźni oczekują urody od kobiet, a kobiety wychodzą naprzeciw temu oczekiwaniu, poświęcając sporo czasu na urodę tworzoną.

### Bibliografia

- Bauman Z., *Ciało i przemoc w obliczu ponowoczesności*, Toruń 1995.
- Buss D.M., *Ewolucja pożądania*, Gdańsk 2000.
- Pankowski K., *Polak zadbany – troska o sylwetkę i własne ciało*, Komunikat z badań CBOS, BS/130/2009, Warszawa 2009.
- Czapiński J., Panek T., *Diagnoza społeczna 2005. Warunki i jakość życia Polaków*, Warszawa 2005.
- Etcoff N., *Przetrwają najpiękniejsi*, Warszawa 2002.
- Giddens A., *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa 2001.
- Badanie budżetu czasu ludności w 2013 r.*, GUS, Warszawa 2014.
- Marody M., *Jednostka po nowoczesności. Perspektywa socjologiczna*, Warszawa 2015.
- Myśliwska K., *Zdrowie i uroda w systemie aksjologicznym uczestniczek zajęć fitness*, „Kultura Fizyczna” 2007, nr 5–6.
- Znaniński E., *Socjologia wychowania*, t. 2, Warszawa 1973.

### Abstract

#### Beauty care in the time budget

The article tackles the issue of body care especially attention to beauty and its place in time budget. The use of time budget perspective allows to create of a quite precise indicator of beauty importance in modern world and also to monitor its changes. The research conducted among students in selected Cracovian universities showed big importance of beauty in the eyes of the young and displayed substantial differences concerning sex. Women spent much more time on beauty care than men. The pronounced increase of beauty care among young men is also interesting. In the hierarchy of values acknowledged by young people beauty has a much lower position than health, while as far as hierarchy of values put into practice is concerned, the hierarchy is inverse. The researched young people, especially girls, spent much less time on physical activity than on other means of caring for body and appearance.

**Keywords:** beauty, appearance, time budget, health, physical activity