

Uniwersytet Warszawski. Wydział Psychologii

MARLENA MODZELEWSKA

ORCID: 0000-0002-4431-3426  
marlena.modzelewska5@gmail.com

---

*Czy pop psychologia uczy psychologii? Wiedza psychologiczna  
wśród uczniów szkół ponadpodstawowych\**

---

Does Pop Psychology Teach Psychology? Psychological Knowledge among Students  
of Secondary Schools

PROPOZYCJA CYTOWANIA: Modzelewska, M. (2023). Czy pop psychologia uczy psychologii? Wiedza psychologiczna wśród uczniów szkół ponadpodstawowych. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, 36(1), 149–178. DOI: 10.17951/j.2023.36.1.149-178

ABSTRAKT

Pop psychologia to zjawisko budzące skrajne emocje. Do ogólnej świadomości przedostają się mity, które działają na niekorzyść odbiorców. Istnieją oczywiście również wartościowe pozycje, które noszą znamiona twórczości pop psychologicznej. Ważna jest zatem umiejętność krytycznego myślenia, wyszukiwania rzetelnej wiedzy. Czy uczniowie to potrafią? W szkołach otrzymują stosunkowo niewiele edukacji psychologicznej, więc jeśli chcą się czegoś z tego zakresu dowiedzieć, muszą poszukiwać się wiedzą dostępną poza tradycyjną edukacją. W celu poznania stanu wiedzy psychologicznej adolescentów zostało przeprowadzone badanie ilościowe CAWI z zastosowaniem narzędzia Qualtrics na próbie 204 uczniów szkół ponadpodstawowych. Główny problem badawczy brzmi: Jaki jest stan wiedzy uczniów szkół ponadpodstawowych? Pytania badawcze: Jak dużą wiedzę psychologiczną posiadają uczniowie szkół ponadpodstawowych? Z głównie którego źródła/źródeł uczniowie czerpią wiedzę psychologiczną? Czy uczniowie szkół ponadpodstawowych zgadzają się ze stwierdzeniem, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu? Z badania wynika, że wiedza uczniów jest na stosunkowo dobrym poziomie (średnia wartość wskaźnika na skali 1–3 wyniosła 1,94). Najchętniej wybierane do zdefiniowania pojęcia to: fobia, anoreksja, depresja, narcyzm, empatia. Z kolei pojęcia o najwyższym zadeklarowanym poziomie wiedzy to: depresja, manipulacja, fobia, myślenie pozytywne, orientacja seksualna. Zdecydowana większość uczniów (91%) dostrzega przydatność wiedzy

---

\* Artykuł powstał w oparciu o pracę empiryczną napisaną pod kierunkiem dr hab. Agnieszki Maryniak, prof. UW. Dziękuję Pani Profesor za nieocenioną pomoc.

psychologicznej w swoim życiu. Pozyskują ją głównie z internetu (71% ze stron internetowych, 69% z social mediów), znacznie rzadziej zaś ze szkoły (29%). Szkoła ma możliwość wyposażać uczniów w rzetelną wiedzę psychologiczną w trakcie jednego z najważniejszych (z punktu widzenia rozwoju człowieka) okresów w życiu. Warto więc podjąć systemowe działania, które umożliwią uczniom sprawne poruszanie się po świecie i jak najlepsze zrozumienie siebie.

**Słowa kluczowe:** uczniowie szkół ponadpodstawowych; pop psychologia; wiedza psychologiczna; edukacja psychologiczna

## WPROWADZENIE

Trudno polemizować z tym, że wiedza psychologiczna ulega popularyzacji. Stajemy się coraz bardziej zindywidualizowanym społeczeństwem, promowany jest przekaz, że człowiek powinien jak najlepiej siebie poznać, w tym swoje mocne i słabe strony. Niewątpliwie wzrost wiedzy psychologicznej to korzystne zjawisko, jednak ma ono również mniej pozytywną stronę, tzw. pop psychologii. Definicja tego terminu zamieszczona na stronie Obserwatorium Językowego Uniwersytetu Warszawskiego jest następująca: „Mianem pop psychologii określa się pogardliwie popularne treści, najczęściej o charakterze poradnikowym, dotyczące m.in. ludzkich postaw i zachowań, niemające podstaw naukowych” (Kiełpińska, 2020). Prosty, nieskomplikowany język może być zaletą, ponieważ umożliwia dotarcie do większego grona odbiorców. Niejednokrotnie przecież pojawiają się zarzuty wobec nauki, że posługuje się hermetycznym, niezrozumiałym językiem, dostępnym tylko dla nielicznych (Wierusz-Kowalski, 2001). „Produkty” pop psychologii, podobnie jak popkultury, mogą być różnej wartości, nie należy traktować ich zero-jedynkowo. Trudno jednak znaleźć usprawiedliwienie dla szerzenia informacji, które są niezgodne z osiągnięciami naukowymi. Ważne jest zatem utrzymanie balansu między przystępnością treści a zachowaniem rzetelności naukowej.

## POP – OD POPKULTURY DO POP PSYCHOLOGII

### 1. Czym jest pop psychologia?

Trudno przeanalizować pojęcie pop psychologii bez odniesień do popkultury, analogia jest aż nadto widoczna. W słowniku języka polskiego została określona jako „kultura przeznaczona dla masowego odbiorcy”. W publikacji zbiorowej *50 twarzy popkultury* autorzy wskazują na silnie wartościujący charakter definicji i badań naukowych. A wartością kultury popularnej jest to, że „stanowi rezonator aktualnych problemów społecznych, ekonomicznych czy politycznych i już choćby z tego powodu zasługuje na badawczą introspekcję” (Olkusz, 2017, s. 15). Posługując się analogią, można powiedzieć, że pop psychologia jest wiedzą

psychologiczną przeznaczoną dla masowego odbiorcy. Termin ma wartościujący charakter, a zasługuje na uwagę chociażby dlatego, że stanowi obraz zainteresowań społeczeństwa z zakresu psychologii.

Słowo „pop” przywołuje skojarzenia również z muzyką pop – gatunkiem, który poprzez prostotę, nieskomplikowaną kompozycję i treść ma trafić do jak największej grupy ludzi. Innymi słowy, jest to muzyka, która podoba się wszystkim. Treści pop psychologiczne również powinny trafiać do wszystkich, generować jak największe zyski, być łatwo przyswajalne i przyjemne.

W interesujący sposób do kultury popularnej podchodzi psychologia ewolucyjna. Według tej teorii człowiek jest przystosowany do „kultury niskiej”, odbiera ją naturalnie. W ciągu najnowszej historii człowiek nie miał czasu na przystosowanie się do innych warunków; pod wieloma względami jest podobny do swojego przodka na afrykańskiej sawannie, który żył właściwie tak samo od około 140 tys. lat (z wyłączeniem ostatnich 10 tys. lat, odkąd kultura ludzka zaczęła się znacząco rozwijać). Psychika ludzka nie ewoluowała w świecie współczesnych dzieł sztuki, jest przystosowana do pokonywania trudności, wyrazistych bodźców. Stąd może np. wynikać zamiłowanie do kiczu wśród dzieci, które nie zostały jeszcze poddane głębokim procesom socjalizacji (Szlendak, 2008; Szlendak, Kozłowski, 2008).

Warto poświęcić trochę uwagi samej pop psychologii. W jednym z artykułów została ona przedstawiona jako „zalew niepopartych naukowo treści w środowisku psychologicznym (...). Wiążą się z nią różnego rodzaju zagrożenia, powodujące mniejsze lub większe konsekwencje” (Oboda, Nowowiejska-Fosse, 2019, s. 87). Inni autorzy skupiają się na wymiarze teoretycznym i praktycznym:

Termin „pop-psychologia” wskazuje na formę wiedzy albo raczej przekonania o człowieku i jego zachowaniu nawiązujących do psychologii jako nauki, choć *de facto* z nią niezwiązanych. Na poziomie teoretycznym wyraża się to w posługiwaniu się uproszczonymi schematami mentalnymi, budowanymi na fałszywych powiązaniach przyczynowo-skutkowych. Natomiast na poziomie praktycznym przedstawia się to w formie adaptowania życiowych porad, które bywają nie tylko nieskuteczne, ale czasem wręcz szkodliwe. W efekcie taka pop-wiedza wzmacnia naiwne przekonanie o świecie, człowieku, utrzymuje uprzedzenia oraz iluzje. (Kwiatek, Wilczewska, 2015, s. 139)

Definicje te łączy przede wszystkim nienaukowość wiedzy głoszonej przez pop psychologię oraz szkodliwość jej działań.

W literaturze anglojęzycznej można spotkać się ze stwierdzeniem, że pop psychologia to oszałamiająca mieszanka faktów i mitów psychologicznych, która trwale przeniknęła do naszej codzienności (Lilienfeld, Lynn, Ruscio, Beyerstein, 2010). Lack i Rousseau (2022) określają ją jako psychologiczne koncepcje, które są źle rozumiane, znacznie uproszczone, niepoparte badaniami lub nieaktualne w porównaniu do współczesnej psychologii naukowej.

Terminem o bardzo podobnym znaczeniu (a według niektórych definicji wręcz tożsamym) jest „mit psychologiczny”. Część badaczy określa mit psychologiczny

jako „niezgodne z dostępną wiedzą naukową przekonanie dotyczące psychiki lub zachowania” (Kowalski, Litwin, Pankowski, Cierpka, 2016, s. 100). Zgodnie z tą definicją mity psychologiczne składają się na pop psychologię. Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii wskazują na powszechność i trwałość mitów psychologicznych. Nieco rzadziej zjawisko to występuje wśród osób o wykształceniu psychologicznym. Różnica jest jednak niewielka, co zdaniem autorów tych badań wskazuje na niewystarczającą rolę edukacji w zwalczaniu szkodliwych mitów i nieprawdziwych przekonań (Furnham, Hughes, 2014).

Szczególnie przyciągające w pop psychologii jest to, że oferuje proste porady. Jak wskazują autorzy *50 wielkich mitów psychologii popularnej* (Lilienfeld, Lynn, Ruscio, Bayerstein, 2011, s. 32–33), dla wielu z nas nieodpartą pokusą są szybkie i bezbolesne zabiegi, np. „cudowne diety”, nauka szybkiego czytania czy wiara, że wystarczy myśleć pozytywnie, aby rozwiązały się wszystkie nasze problemy. Zwykle nie lubimy myśleć, że aby osiągnąć jakiś efekt, musimy włożyć w to dużo wysiłku i pracy. Pop psychologia jest zatem jedną z odpowiedzi rynku na te potrzeby.

Kilku osobom z otoczenia zadałam pytanie, czym jest ich zdaniem pop psychologia, aby dowiedzieć się, jak to pojęcie jest przez nich intuicyjnie rozumiane. Usłyszałam, że psychologia bardzo się „spłaszczyła”, stąd wielu dorosłych psychologów. Dostęp do pewnego zakresu wiedzy psychologicznej stał się tak powszechny, że niektórzy czują się psychologami – nie mają problemu, żeby po krótkim kontakcie postawić komuś diagnozę borderline czy depresji. Jest to zatem rozumienie zgodne z wyżej przytoczonymi definicjami. Wskazuje również na niebezpieczeństwo, które może wynikać ze zbyt dużego spopularyzowania wiedzy psychologicznej. Czy to, że psychologia stała się tak popularna, jest zjawiskiem pozytywnym czy negatywnym? Być może, jako społeczeństwo, przesadzamy z psychologizowaniem? Jest to jednak temat, który jedynie sygnalizuję, a z pewnością warto mu poświęcić oddzielną pracę.

## 2. W jaki sposób kultura upowszechnia mity?

Człowiek wykorzystuje 10% swojego mózgu – to jeden z mitów, który stał się niezwykle popularny. Lubimy wierzyć, że nasz gatunek jest wyjątkowy. Możemy być jeszcze bardziej wyjątkowi, jeśli tylko nauczymy się, jak wykorzystywać pozostałe 90% naszego najważniejszego narządu. Badanie naukowe jednak obaliły ten mit. Żadne z nich nie wykryło jakichkolwiek „wyciszonych obszarów”, których pobudzenie nie wywołałoby wrażenia percepcji, ruchu czy emocji. Z kolei uszkodzenia mózgu niemal zawsze prowadzą do negatywnych, nieodwracalnych konsekwencji. Wątpliwe jest też to, że wskutek doboru naturalnego mógłby powstać tak niewydajny narząd, który konsumuje ponad 20% wdychanego tlenu, a stanowi zaledwie 2–3% masy ciała (Lilienfeld i in., 2011, s. 51).

Mit ten jest wyjątkowo trwały, stwarza komfort psychiczny, daje nadzieję, dla wielu ludzi stał się bodźcem do poprawy własnej kreatywności i efektywności. Jego genezy można upatrywać w zmianie sensu wypowiedzi Williama Jamesa, który rozważał w jednej ze swoich prac, czy przeciętny człowiek wykorzystuje więcej niż 10% potencjału intelektualnego. Z czasem słowo „potencjał” zostało zastąpione słowem „mózg”, czym zaczął chętnie posługiwać się biznes samopomocy (Lilienfeld i in., 2011, s. 54). Skąd upowszechnienie tego mitu? Może mieć to związek z jego częstą obecnością w popkulturze, np. stanowi motyw przewodni blockbustera *Lucy* z 2014 r. Do organizmu głównej bohaterki dostaje się substancja, która wyzwala w niej pozostające dotychczas jedynie w sferze hipotez możliwości. Odczuwa z ogromną intensywnością wszystko, co znajduje się wokół niej; rozwijają się u niej również takie umiejętności jak telepatia, telekineza, niezwykła wiedza. O tym, że mit jest wciąż żywy, świadczą badania przeprowadzone wśród 204 studentów psychologii. Badani mieli za zadanie ocenić na skali 0–10 (0 – w ogóle nie mam pewności, 10 – mam absolutną pewność), na ile uważają dane stwierdzenie za prawdziwe. W przypadku zdania „Ludzie wykorzystują tylko znikomy procent (około 10%) możliwości swojego mózgu” wskaźnik błędnych odpowiedzi wyniósł aż 69,9% (Kowalski i in., 2016, s. 104).

Inny przykład to film *50 pierwszych randek* (2004), w którym główna bohaterka wskutek nieszczęśliwego wypadku traci pamięć krótkotrwałą. Za każdym razem, gdy idzie spać, zapomina to, co działo się poprzedniego dnia. W pewnym sensie „zatrzymała się w czasie”, każdy dzień jest bowiem dla niej taki sam. Zakočuje się w niej Henry, który każdego dnia stara się wzbudzić w niej uczucie na nowo. Film, choć to zgrabnie skonstruowana komedia romantyczna, może wywoływać wśród widzów tęsknotę za podobną, romantyczną historią i znalezieniem partnera, który będzie miał w sobie tyle energii i wytrwałości, by codziennie od nowa przekonywać do siebie swoją wybrankę. Naiwne jest przy tym myślenie, że w ciągu jednego dnia możliwe jest zbudowanie głębokiej relacji. Na korzyść filmowi należy oddać to, że przedstawia różnice między utratą pamięci krótkotrwałej i pamięci długotrwałej oraz przybliży widzom rodzaje zaburzeń pamięci. Jak wynika z przywołanego wcześniej badania, stwierdzenie „Osoby cierpiące na amnezję zapominają, kim były we wcześniejszym okresie życia”, błędnych odpowiedzi udzieliło 66,4% studentów (Kowalski i in., 2016, s. 104). Z tego typu mitami można spotkać się w filmach o płatnych zabójcach, którzy nic nie pamiętają ze swojego poprzedniego życia, jak np. trylogia o Jasonie Bournie (2002–2007) czy *Długi pocałunek na dobranoc* (1996), choć należy zaznaczyć, że zdarzają się przypadki rzeczywistej utraty pamięci autobiograficznej (Maryniak, Ondruch, Jurkiewicz, 2010, s. 217–224).

Istnieje również wiele mitów dotyczących depresji, np. mit mówiący o tym, że tylko osoby cierpiące na tę chorobę popełniają samobójstwa. Co prawda, depresja kliniczna jest zwykle dobrym prognostykiem próby samobójczej, ale

życie odbierają sobie nie tylko osoby chore na depresję. W badaniu przeprowadzonym wśród studentów pedagogiki odsetek osób zgadzających się ze stwierdzeniem „U każdego samobójcy psychiatra mógłby wcześniej zdiagnozować depresję” wyniósł 25% (MacDonald, 2007). Wiara w ten mit jest o tyle groźna, że osoby z otoczenia – nie widząc objawów depresji – mogą przyjąć, iż nie ma ryzyka samobójstwa. Tymczasem z różnych badań wynika, że 13–41% samobójców nie spełnia diagnostycznych kryteriów depresji (Rihmer, 2007). Próby samobójcze występują często w przypadkach: zespołu lęku napadowego, fobii społecznej, borderline, antyspołecznego zaburzenia osobowości czy zaburzeń tożsamości płciowej. W popkulturze niekiedy depresja kończy się samobójstwem, choć powstały filmy, w których pojawiły się oba zjawiska, np. serial wyprodukowany przez Netflixa *Trzyście powodów* (2017–2020) czy polski film *Sala samobójców* (2011). Warto zaznaczyć, że abstrahując od ich wartości artystycznej (to oczywiście każdy poddaje swojej indywidualnej ocenie), produkcje te nagłaśniają bardzo rozpowszechniony problem depresji wśród adolescentów.

Poza powyższymi przykładami kultury popularnej warto przyjrzeć się jeszcze stereotypom i uprzedzeniom wobec nauki jako takiej.

Stereotyp to schemat reprezentujący grupę lub rodzaj osób wyodrębnionych z uwagi na jakąś łatwo zauważalną, określającą ich społeczną tożsamość, cechę (...). Schemat taki jest zwykle nadmiernie uproszczony, nadogólny, niepodatny na zmiany w wyniku nowych informacji oraz społecznie podzielany, stanowiąc element kultury jakiejś społeczności. Pojęcie pokrewne to uprzedzenie, czyli negatywny lub (rzadziej) pozytywny stosunek do członków jakiejś grupy utrzymywanej z tego powodu, że są jej członkami. (Wojciszke, 2019, s. 475)

Wiedza naukowa (nie tylko psychologiczna, ale ogólnie) jest stereotypowo postrzegana jako nieprzystępna, niezrozumiała, hermetyczna, dostępna dla nielicznych. Wielu ludzi wybiera zatem prostszą w swoim odczuciu drogę, jaką oferuje pop psychologia. Publikacje z obszaru pop psychologii – zgodnie z zasadą rządzącą rynkiem – mają się sprzedawać, ich jakość schodzi więc na dalszy plan. Mają one przede wszystkim zachęcać atrakcyjną formą, prostym językiem, na czym niejednokrotnie cierpi rzetelność przedstawionej wiedzy.

### 3. W obronie pop psychologii

Mimo negatywnych konsekwencji pop psychologii należy przyjrzeć się również jej pozytywnemu oddziaływaniu. Wiele terminów, takich jak „depresja”, „introwersja”, „ekstrawersja”, „inteligencja emocjonalna” czy „prokrastynacja”, przedostało się do szerszego grona odbiorców dzięki temu, że powstało na ich temat wiele książek czy materiałów wideo. Wcześniej w ogóle nie funkcjonowały one w opinii publicznej, co przyczyniało się do stygmatyzacji np. osób chorych na depresję („udają chorobę”) czy deprecjonowania introwertyków („są dziwni,

bo nie chcą wychodzić do ludzi”). Wprawdzie to truizm, ale przypomnijmy na użytek niniejszej pracy pewną myśl, otóż w systemie kapitalistycznym właściwie wszystko jest na sprzedaż, a zatem także wiedza psychologiczna. Sprzedawcy zachęcają więc różnymi metodami do zakupu tej wiedzy. To, co można zrobić, to zachęcać do krytycznej oceny źródeł, z którymi się zapoznajemy, tak aby wyselekcjonować wartościowe treści. Przykładowo termin „empatia”, który jest obecnie powszechnie znany (również uczniowie biorący udział w badaniu nie mieli kłopotów z jego zdefiniowaniem), jeszcze kilka–kilkanaście lat temu funkcjonował głównie na uniwersytetach. Wiele publikacji funkcjonuje w „spektrum” między bardzo wartościowym, rzetelnym materiałem a niewiele wnoszącą publikacją, która jest wręcz szkodliwa i podtrzymuje lub nawet generuje kolejne mity. Przykładowo książkę Susan Cain *Ciszej proszę... Siła introwersji w świecie, który nie może przestać gadać* trudno określić pozycją naukową, zawiera bowiem wiele wątków autobiograficznych, indywidualnych opinii czy rad autorki, ale miała ona pozytywny wpływ na studentów (przede wszystkim amerykańskich), którzy z większą odwagą zaczęli „przyznawać się”, że czują się introwertykami (Oboda, Nowowiejska-Fosse, 2019). Być może pop psychologia jest etapem przejściowym między psychologiczną wiedzą naukową a przedostaniem się rzetelnej informacji do mas. Warto byłoby to sprawdzić w kolejnych badaniach.

*Evidence-based practice* to koncepcja, która zakłada, że praktyka zawodowa powinna być oparta na dowodach empirycznych. Specyficzny dla praktyki psychologicznej model EBPP został zarekomendowany przez Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne w 2005 r. Wynika z niego wiele niezaprzeczalnych korzyści, takich jak profesjonalizacja zawodu czy wzrost jakości pomocy psychologicznej. Jednocześnie, na co zwracają uwagę osoby, które dostrzegają także negatywne strony tej idei, nie wszystko w praktyce psychologicznej może być oparte na dowodach. Istnieją metody, które są skuteczne, ale nie da się tego wykazać metodami naukowymi. Również przez przesadne skoncentrowanie na nauce możemy stracić z pola widzenia człowieka (Cierpiałkowska, Sęk, 2016; Gibbs, Gambrill, 2002). Co więcej, do nauki nie należy podchodzić bezkrytycznie. Znaczna część jej osiągnięć może być zwyczajnie nieprzyswajalna dla laika, który chciałby skorzystać z wiedzy psychologicznej.

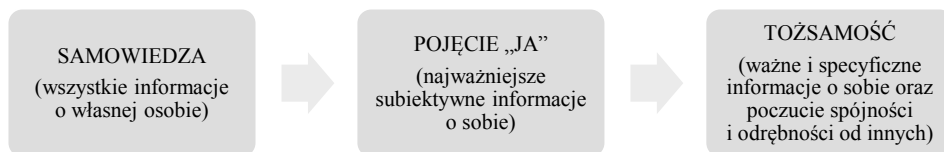
## ŚWIAT ADOLESCENTÓW

### 1. Samowiedza

W okresie adolescencji występuje intensywny okres kształtowania się osobowości człowieka. Wpływają to następujące czynniki (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 33–34; Erikson, 2004; Jarymowicz, 1985; Obuchowska, 2000; Oleszkowicz, Sanejko, 2013):

- szybki rozwój fizyczny i zmiany w wyglądzie zewnętrznym (osiąganie wyglądu człowieka dorosłego),
- nowe możliwości w zakresie myślenia (myślenie formalne, abstrakcyjne),
- związany z tym wzrost samoświadomości,
- silna potrzeba samopoznania i samookreślenia,
- szybki rozwój społeczny i poszukiwanie swojego miejsca w społeczeństwie oraz dążenie do uzyskania statusu człowieka dorosłego.

Charakterystyczne dla tego okresu są m.in. przejawy buntu, huśtawka nastrojów i wzrost samowiedzy. Samowiedza jest rozumiana jako całościowa informacja o własnej osobie, reprezentowanej w świadomości podmiotu (Kozielecki, 1981). Stanowi ona fundament dla dalszego rozwoju kształtującej się osobowości: określenia stałego i stabilnego pojęcia „Ja”, a następnie rozwoju tożsamości.



Rysunek 1. Osobowość – relacje między pojęciami samowiedzy, „Ja” i tożsamości

Źródło: (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 75).



Rysunek 2. Kształtowanie się osobowości jako wynik trzech procesów: rozwoju samowiedzy, pojęcia „Ja” i tożsamości

Źródło: (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 76).

Dzięki rozwojowi myślenia formalnego (abstrakcyjnego) i samoświadomości samowiedza adolescenta zaczyna przypominać samowiedzę człowieka dorosłego. Coraz mniej liczy się opinia otoczenia, a coraz bardziej to, co myśli o sobie sam.

W tym miejscu warto odnieść się do słynnej koncepcji Piageta, w której rozróżnił on poszczególne stadia rozwoju człowieka: inteligencji praktycznej (sensomotoryczny), inteligencji reprezentującej (przedoperacyjny), operacji konkretnych i operacji formalnych. Zdaniem Piageta dzieci przechodzą je w określonym porządku (choć niekoniecznie przez wszystkie etapy, np. nie docierają do ostatniego). Rozwój nie może zostać przyspieszony (np. poprzez pominięcie jakiegoś etapu), dziecko musi dojrzeć do wkroczenia w kolejne stadium. Na potrzeby artykułu chcę zwrócić uwagę na ostatnie z tych stadiów, czyli etap operacji formalnych. Rozwijają się wówczas myślenie logiczne, operowanie abstrakcyjnymi pojęciami, myślenie hipotetyczno-dedukcyjne i metamyślenie (myślenie



o myśleniu, inaczej samoświadomość). Rozumowanie może się tu opierać tylko na opisach słownych; dziecko potrafi rozróżnić wydarzenia, które mogłyby się wydarzyć od tych, które realnie miały miejsce (Piaget, 2011).

Ponieważ dla dorastającego człowieka odkrywanie siebie staje się priorytetem, warto dowiedzieć się, czy znajduje to odzwierciedlenie w wiedzy psychologicznej, a także na ile pojęcia z psychologii, które mogą znaleźć się potencjalnie w kręgu zainteresowań adolescentów, są im znane.

## 2. Miejsce psychologii w systemie edukacji szkolnej

Wiele wskazuje na to, że w szkole poświęca się psychologii niedostatecznie dużo czasu. Brakuje zajęć poświęconych *stricto* tej dyscyplinie. Nie dziwi zatem znacznie niższy odsetek wskazań dla szkoły niż dla Internetu czy social mediów jako źródeł wiedzy psychologicznej. Uczniowie sami przyznają, że potrzebują takiej wiedzy. Aż 91% respondentów, którzy wzięli udział w omawianym w niniejszej pracy badaniu, przyznało, że wiedza psychologiczna jest przydatna. Psychologia dotyka każdego aspektu życia człowieka, dlatego istotne jest, aby zapoznać się z nią jak najwcześniej. Co więcej, z badań nad neuroplastycznością mózgu wynika, że na przekazanie podstaw psychologii najlepszy jest etap szkoły podstawowej i średniej (Johnson, De Haan, 2018).

Dlaczego w szkole jest tak mało psychologii? Przecież w Polsce nie brakuje ciekawych programów, których celem jest zwiększenie wiedzy psychologicznej wśród dzieci i młodzieży. Otóż są to przede wszystkim inicjatywy organizowane oddolnie, które trafiają do stosunkowo wąskiego grona odbiorców. Warto brać przykład z innych krajów, gdzie zagadnienia psychologiczne są z powodzeniem włączane do programów szkolnych<sup>1</sup>. Należy mieć na jednak uwadze to, że problem zaczyna się na wcześniejszym etapie – nauczyciele na studiach pedagogicznych uzyskują tak naprawdę fragmentaryczną wiedzę psychologiczną. Nie można więc upatrywać w nich przyczyn niedostatecznej edukacji psychologicznej uczniów, ponieważ to system nie radzi sobie z zapewnieniem odpowiedniej wiedzy w tym zakresie już na etapie kształcenia nauczycieli (Słowik, 2014, s. 183–201). Co więcej, pomimo ogromnego skoku wiedzy (np. w zakresie efektywnych metod nauczania czy metod zapamiętywania) wciąż brakuje implementacji osiągnięć psychologii do systemu edukacji. Literatura fachowa, gdzie opisane są nowe rozwiązania adekwatne

<sup>1</sup> Jednym z przykładów jest przedmiot szkolny *Glück* (szczęście), zapoczątkowany w roku szkolnym 2007/2008 w szkole zawodowej Willy Helpach w Heidelbergu w Niemczech. Celem zajęć było odkrycie potencjału uczniów oraz nauka prowadzenia udanego, szczęśliwego życia. Program zyskał medialny rozgłos, a co najważniejsze zwrócił uwagę znacznej części niemieckich naukowców. Dziś lekcje poświęcone szczęściu prowadzone są w ponad 100 niemieckich i austriackich szkołach (Kizeweter, 2016, s. 31).

do gwałtownych przemian, które mają obecnie miejsce na świecie, jest bardzo bogata. Niestety, brakuje mechanizmu przełożenia tych pomysłów na praktykę szkolną (Kowalik, 2020, s. 109–110).

W Polsce oczywiście istnieją klasy o profilu psychologicznym czy psychologiczno-pedagogicznym, więc uczniowie tych szkół mogą liczyć na pogłębienie wiedzy psychologicznej. Wciąż jest to jednak niewielki odsetek uczniów, co rozumiałe, gdyż nie każdy decyduje się na ten profil ze względu chociażby na swoje zainteresowania, inne priorytety, odległość od szkoły itp.

Podsumowując ten wątek, braki w edukacji psychologicznej są rozległe i sięgają wielu obszarów, nie należy więc szukać „winnego”, upatrywać przyczyn tylko w jednym z nich, lecz trzeba spojrzeć na problem całościowo. Rzecz jasna każda osoba specjalizująca się w danej dziedzinie może bronić swojego obszaru wiedzy (np. dlaczego nie ma w programie szkolnym lekcji filozofii czy nauki gotowania). Trudno polemizować z tym, że każda wiedza może być wartościowa, ale czy poznanie samego siebie (np. jak działa nasza pamięć, uwaga, myślenie, rozumowanie, percepcja, emocje) nie jest fundamentem koniecznym do efektywnej nauki kolejnych rzeczy? Zwłaszcza że sami uczniowie mówią o przydatności tego rodzaju wiedzy (wskazują na to m.in. wyniki omawianego w niniejszym artykule badania). Przed systemem edukacji szkolnej stoi zatem ogromne wyzwanie, aby sprostać wymaganiom, które nakłada na uczniów współczesny świat, nie przeładowując ich przy tym wiedzą, a także by wyposażyć ich w narzędzia, które pozwolą im z większą samoświadomością wkroczyć w dorosłe życie.

## METODOLOGIA I PRÓBA BADAWCZA

### 1. Metoda

Badanie zostało zrealizowane techniką CAWI (*Computer-Assisted Web Interview*, wspomagany komputerowo wywiad przy pomocy strony internetowej) za pomocą narzędzia Qualtrics w dniach od 27 marca 2022 r. do 12 kwietnia 2022 r. Respondenci otrzymali kwestionariusz składający się z czterech pytań i metryczki. W pierwszym pytaniu badani zostali poproszeni o ocenę, na ile na skali 1–5 znane są im wybrane pojęcia z zakresu psychologii. Następnie mieli za zadanie zdefiniować wybrane trzy pojęcia. Ostatnie pytania dotyczyły źródeł czerpania wiedzy psychologicznej i oceny przydatności wiedzy psychologicznej we własnym życiu<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Pełna wersja ankiety znajduje się w Aneksie.

## 2. Problem, pytania i hipotezy badawcze

Problem badawczy został sformułowany w formie pytania: Jaki jest stan wiedzy psychologicznej uczniów polskich szkół ponadpodstawowych?

Pytania badawcze:

1. Jak dużą wiedzę psychologiczną posiadają uczniowie szkół ponadpodstawowych?
2. Z głównie którego źródła/źródeł uczniowie czerpią wiedzę psychologiczną?
3. Czy uczniowie szkół ponadpodstawowych zgadzają się ze stwierdzeniem, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu?
  - a) Czy istnieje związek między płcią ucznia a opinią, że wiedza psychologiczna jest przydatna w jego życiu?
  - b) Czy istnieje związek między wiekiem ucznia a opinią, że wiedza psychologiczna jest przydatna w jego życiu?
  - c) Czy istnieje związek między typem szkoły, do której uczęszcza uczeń a opinią, że wiedza psychologiczna jest przydatna w jego życiu?
  - d) Czy istnieje związek między wielkością zamieszkiwanej przez ucznia miejscowości a opinią, że wiedza psychologiczna jest przydatna w jego życiu?

Hipotezy badawcze:

H1. Uczniowie szkół ponadpodstawowych posiadają stosunkowo dużą wiedzę psychologiczną.

H2. Uczniowie szkół ponadpodstawowych czerpią wiedzę psychologiczną głównie z Internetu.

H3. Uczniowie szkół ponadpodstawowych uważają, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu.

H3a. Wśród dziewcząt występuje wyższy odsetek wskazań, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu niż wśród chłopców.

H3b. Wraz z wiekiem wzrasta odsetek osób twierdzących, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu.

H3c. Wśród uczniów liceów występuje wyższy odsetek wskazań, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu niż wśród uczniów techników.

H3d. Wśród mieszkańców miast występuje wyższy odsetek wskazań, że wiedza psychologiczna jest przydatna w ich życiu niż wśród mieszkańców wsi.

## 3. Wskaźniki i zmienne

W ankiecie respondenci zostali poproszeni o zdefiniowanie trzech wybranych pojęć spośród 34 zaprezentowanych w pytaniu poprzedzającym. Następnie stan ich wiedzy został oceniony przy użyciu metody sędziów kompetentnych. Każda definicja była oceniana na skali 1–3, gdzie: 1 – *odpowiedź zupełnie nieadekwatna*,

2 – odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna, 3 – właściwe wyjaśnienie.

W przypadku, gdy respondent nie wskazał którejś z definicji, odpowiedź została oceniona jako 1.

Wskaźniki weryfikujące hipotezy:

H1: Uczniowie definiują trzy wybrane pojęcia w trójstopniowej skali (1–3) średnio na poziomie 2 – *odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna*.

H2: W pytaniu: Skąd czerpiesz wiedzę psychologiczną? – najwyższy odsetek uczniów wskazuje na Internet i social media.

H3: W pytaniu: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? – większość uczniów odpowiada: *raczej przydatna i bardzo przydatna*.

- a) W pytaniu: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? – istotnie statystycznie więcej dziewcząt niż chłopców wybiera odpowiedzi: *raczej przydatna i bardzo przydatna*.
- b) Występuje związek między odpowiedzią na pytanie: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? – a wiekiem respondenta. Im starszy respondent, tym istotnie statystycznie częściej wybierane są odpowiedzi: *raczej przydatna i bardzo przydatna*.
- c) W pytaniu: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? – istotnie statystycznie więcej uczniów liceów niż techników wskazuje na odpowiedzi: *raczej przydatna i bardzo przydatna*.
- d) W pytaniu: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? – istotnie statystycznie więcej mieszkańców miast niż wsi wybiera odpowiedzi: *raczej przydatna i bardzo przydatna*.

#### 4. Osoby badane i procedura

Badanie przeprowadzone zostało wśród uczniów szkół ponadpodstawowych (licea, technika, szkoły branżowe). Respondenci zostali dobrani do badania losowo (tabela 1). Zaproszenie do badania opublikowano na fanpage'ach na Facebooku, rozesłano je do znajomych spełniających kryteria, a także o ankiecie poinformowano nauczycieli wybranych szkół ponadpodstawowych, którzy zostali poproszeni o przekazanie jej swoim uczniom. W badaniu łącznie udział wzięło 204 respondentów (po wykluczeniu ankiet niespełniających wymogów wykorzystania w analizie<sup>3</sup>). Większość to kobiety (63%), osoby zamieszkujące miasta od

<sup>3</sup> Niektóre ankiety zostały wypełnione tylko częściowo, w innych zaś udzielone odpowiedzi (wulgaryzmy, prowokacje) wskazywały na brak rzetelnego podejścia do udziału w badaniu. Takie ankiety nie były brane pod uwagę w analizie.

20 do 100 tys. mieszkańców (38%), średnia wieku wyniosła 17,6, najwięcej osób było w wieku 18 lat (31%). W przypadku typu szkoły odsetek rozłożył się niemal po równo: 47% to uczniowie liceów ogólnokształcących, 52% – uczniowie techników. Prawie wszyscy uczyli się w szkole publicznej (96%). Profile i specjalizacje wskazane przez respondentów są dość zróżnicowane: biologiczno-chemiczny, gastronomia, hotelarstwo, humanistyczny, kulturowo-społeczny, psychologiczny, matematyczno-fizyczny, spedycja, prawniczy, turystyka.

Tabela 1. Pytania zadane w metryczce ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

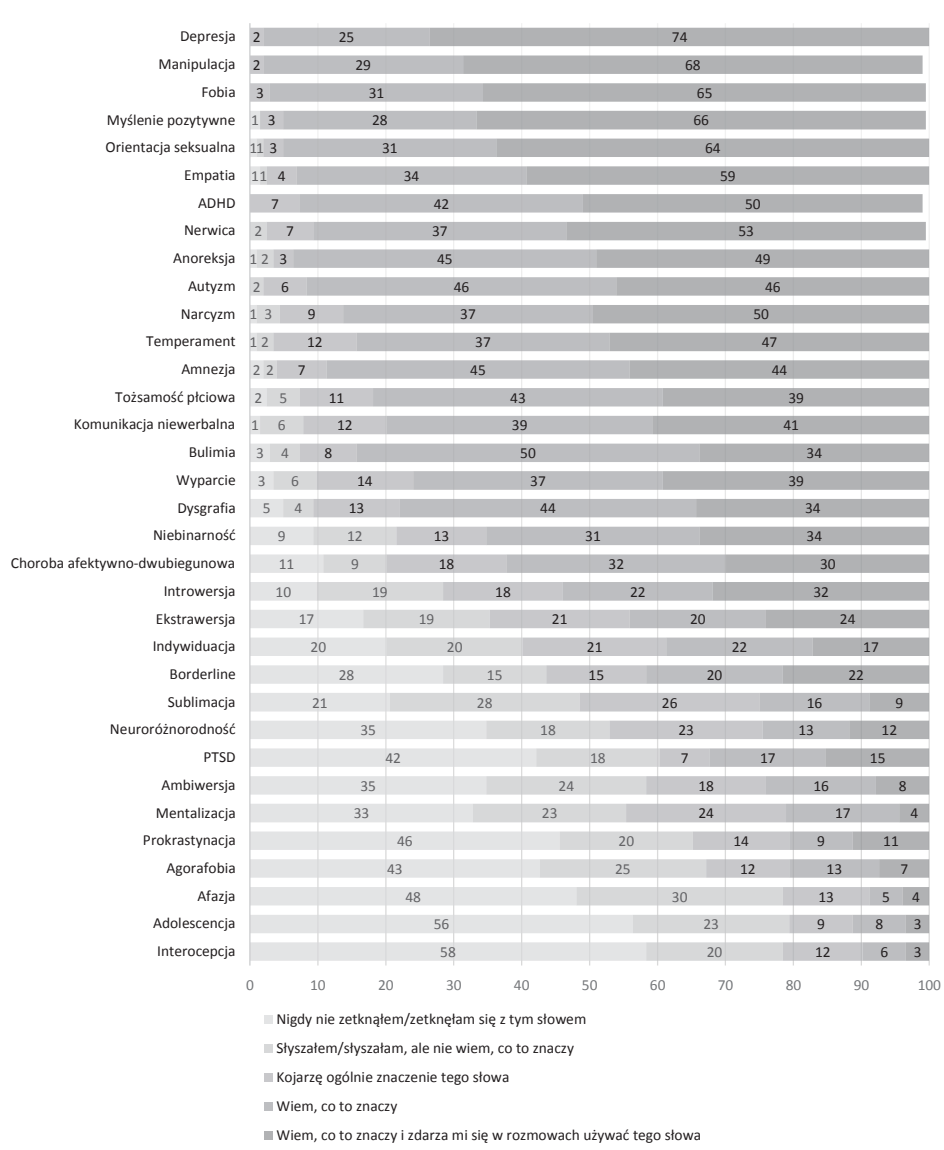
	Metryczka	% $N$ w kolumnie	Liczebność
M1. Płeć	mężczyzna	32	66
	kobieta	63	129
	inna	4	9
M2. Wiek	15 lat i mniej	6	12
	16 lat	17	35
	17 lat	25	50
	18 lat	31	63
	19 lat	13	27
	20 lat i więcej	8	17
M3. Wielkość miejscowości zamieszkania	wieś	39	79
	miasto do 20 tys. mieszkańców	16	33
	miasto od 20 do 100 tys. mieszkańców	38	77
	miasto od 100 tys. do 500 tys. mieszkańców	3	7
	miasto powyżej 500 tys. mieszkańców	4	8
M4. Typ szkoły	liceum ogólnokształcące	47	96
	technikum	52	105
	szkoła branżowa (zawodowa)	1	2
M5. Rodzaj szkoły	niepubliczna	4	8
	publiczna	96	195

Źródło: opracowanie własne.

## WYNIKI BADANIA

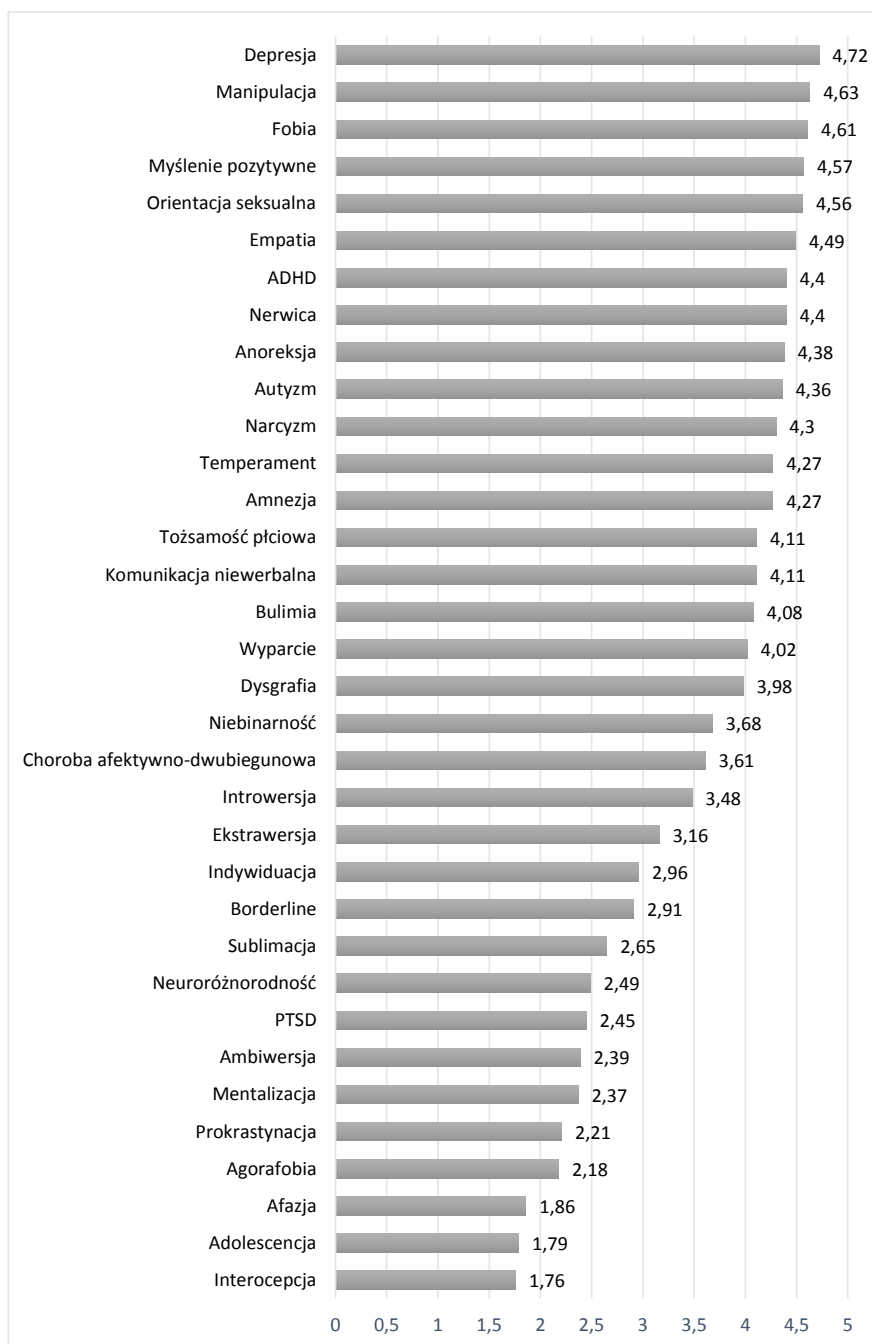
Do najlepiej znanych pojęć przez respondentów należą: depresja, manipulacja, fobia, myślenie pozytywne, orientacja seksualna, empatia, ADHD, nerwica, anoreksja, autyzm. Z kolei najslabiej znane pojęcia to interocepcja, adolescencja, afazja, agorafobia i prokrastynacja (rysunek 3). Zaskakujące jest to, że przedostatnie miejsce zajęło pojęcie bezpośrednio związane z młodzieżą, czyli adolescencja. Fobia to trzecie najlepiej znane respondentem pojęcie, jednak nie są w stanie

podać konkretnego przykładu tego zaburzenia. Można było się spodziewać, że popularny w ostatnim okresie termin „prokrastynacja” zajmie wyższe miejsce. Co ciekawe, znajomość aż połowy z 34 pojęć oceniono na co najmniej 4, a tylko trzy pojęcia osiągnęły wynik poniżej 2. Średnia ocena znajomości wszystkich pojęć wyniosła aż 3,5 (rysunek 4).



Rysunek 3. Znajomość pojęć (%). Pytanie: Oceń na skali od 1 do 5, na ile znane jest Ci to pojęcie ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

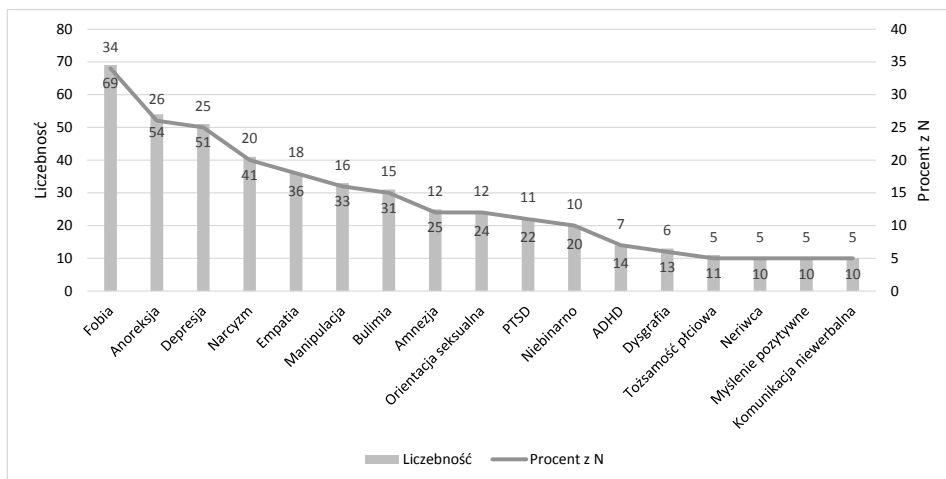
Źródło: opracowanie własne.



Rysunek 4. Znajomość pojęć (średnia). Pytanie: Oceń na skali od 1 do 5, na ile znane jest Ci to pojęcie ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Źródło: opracowanie własne.

W dalszej kolejności sprawdzono przełożenie wiedzy deklarowanej na wiedzę praktyczną, prosząc o zdefiniowanie trzech wybranych pojęć (rysunek 5). Średnia ocen<sup>4</sup> wyniosła 1,94, czyli zgodnie z hipotezą H1 niemal 2. Można zaryzykować ocenę, że jest to stosunkowo optymistyczny wynik – uśredniając, badani podawali definicje, które zawierają elementy właściwe, ale nie były one w pełni trafne.



Uwaga: wykres przedstawia pojęcia, które zdefiniowało co najmniej 10 uczniów.

Rysunek 5. Wybór pojęć. Pytanie: Opisz, jak rozumiesz wybrane trzy pojęcia ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Źródło: opracowanie własne.

Fobia to najczęściej wybierane i najlepiej rozumiane pojęcie ( $M = 2,58$ ; tabela 2). W niewielu odpowiedziach respondenci pomylili fobię z konkretną fobią, np. z klaustrofobią (1). Niektóre odpowiedzi wskazują na to, że osoba mniej więcej rozumie, co wywołuje fobia, ale postrzega ją nie jako zjawisko, lecz jako rzecz/bodziec wywołujący strach (2). Osoby najlepiej zorientowane wskazały na nieuzasadniony strach, lęk (3).

<sup>4</sup> Szczegóły oceniania zostały przedstawione w części artykułu: Wskaźniki i zmienne.



Tabela 2. Ocena znajomości pojęcia fobii (N = 204; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Fobia – obawa przed mniejszymi miejscami</i>	<i>Fobia – rzecz, która wyprowadza nas ze strefy komfortu bądź wywołuje w nas paniczny strach. Każdy może odczuwać różne stopnie strachu przed swoją fobią</i>	<i>Fobia – paniczny lęk przed czymś (małe pomieszczenia, duże wysokości)</i> <i>Fobia to strach przed zjawiskiem, jest to nieuzasadniony strach</i> <i>Fobia czyli uporeczywy lęk przed określonymi sytuacjami, zjawiskami, przedmiotami</i>

Uwaga: podane zostały wybrane przykłady definicji oraz zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.

Anoreksja to kolejne pojęcie, które było zwykle trafnie definiowane przez respondentów ( $M = 2,13$ ; tabela 3). Nawet osoby, które wskazały nieadekwatną odpowiedź, kojarzyły to zaburzenie z jedzeniem. Wśród właściwych wyjaśnień badani wskazali również na aspekty psychologiczne zaburzenia.

Tabela 3. Ocena znajomości pojęcia anoreksji (N = 204; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Anoreksja je ale nie to co ma ochotę</i>	<i>Anoreksja – ktoś nie chce jeść i jest bardzo chudy</i>	<i>Anoreksja – zaburzenia odżywienia związane z widzeniem siebie jako osoba gruba, osoby chorujące na nią nie jedzą, głodzą się, nadmiernie ćwiczą itp.</i>
<i>Anoreksja – ciężka choroba związana z niedożywieniem</i>	<i>Anoreksja to zaburzenie odżywiania kiedy człowiek nie chce jeść</i>	<i>Anoreksja – jadłowstręt, polega na świadomym ograniczaniu pokarmu co skutkuje silnym spadkiem wagi chorej osoby, chorujące osoby mają skrzywiony obraz na siebie i potrafią niesamowicie manipulować innymi na swoją korzyść. Myśli osoby chorej skupiają się w znacznej większości na jedzeniu – „co jeść żeby nie przytyć”, „jak i gdzie ukryć niezjedzone jedzenie”, „jak spalić już zjedzone” itp.</i>

Uwaga: zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.

W przypadku depresji ( $M = 1,80$ ; tabela 4) pojawiły się definicje błędne, wskazujące na stereotypowe postrzeganie depresji, a także niepewność – badany

czytał coś kiedyś na ten temat, ale pamięta niewiele lub myli/miesza zjawiska (1). Niektóre odpowiedzi wskazują na znajomość niuansów (np. osoba w depresji nie musi być cały czas smutna), szerokie spojrzenie na depresję (3).

Tabela 4. Ocena znajomości pojęcia depresji ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Depresja – „dolek życiowy”</i>	<i>Depresja stan psychiczny który wprowadza człowieka w myślenie o tym że życie nie ma sensu i pesymistycznego nastawienia do życia</i>	<i>Depresja to stan psychiczny w którym czujemy się niedowartościowani i słabsi od innych, nie mamy siły na nic, nie jesteśmy szczęśliwi i nie czerpiemy radości z życia</i>
<i>Depresja zanik chęci do podstawowych funkcji człowieka? Brak określonych emocji?</i>	<i>Depresja to według mnie stan, gdy człowiek nie daje już rady normalnie funkcjonować. Najprostsze czynności zaczynają być trudnością. Nasze emocje są dla nas niezrozumiałe. Udajemy, że wszystko jest dobrze lecz tak naprawdę jest źle i nie wiemy jak sobie z tym radzić. Nie mamy ochoty wstać z łóżka, czujemy się nie zrozumieli przez świat</i>	<i>Depresja – nie umiem ładnie ubierać takich w rzeczy w słowa. Depresja wcale nie musi oznaczać tego, że ktoś 24/7 jest smutny, osobie z depresją po prostu jest naprawdę ciężko. Takim osobom często nie chce się żyć, okaleczają się, ale nie trzeba się z tym spotkać, żeby mieć depresję. To stan kiedy jest się przygnębionym długi czas, nie umie się czegoś z tym zrobić. Człowiek nie radzi sobie ze sobą</i>
	<i>Depresja – stan psychiczny w którym osoba odczuwa brak chęci do dalszego życia</i>	

Uwaga: zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.

Narcyzm, choć był często wybierany do zdefiniowania, opisywany był dość stereotypowo, np. jako samouwielbienie czy podziwianie siebie ( $M = 1,7$ ; tabela 5).

Tabela 5. Ocena znajomości pojęcia narcyzmu ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Narcyzm samouwielbienia</i>	<i>Narcyzm – zapatrzenie w siebie, osoba nazywana narcyzem odznacza się dużą pewnością siebie i tendencją do samozachwyty</i>	<i>Narcyzm – jest to cecha osobowości, która charakteryzuje się niesamowitym przekonaniem o własnej osobie, uważanie się za osobę ponadprzeciętną, szczególnie czy też idealną</i>
<i>Narcyzm – zapatrzenie w siebie</i>	<i>Narcyzm – stała potrzeba podziwu i brak empatii. Jest to zaburzenie osobowości</i>	
<i>Narcyzm – uwielbianie siebie, podziwianie siebie za bardzo</i>		

Uwaga: zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.

Empatia ( $M = 2,33$ ; tabela 6) to zaraz po fobii pojęcie, które sprawiło uczniom najmniej kłopotów. Ciekawe jest to, jak rozkłada się spektrum jego rozumienia: od zewnętrznych zachowań, które wypada okazywać (bycie miłym, uprzejmym), po wewnętrzne odczuwanie, współodczuwanie stanu z osobą, z którą empatyzujemy.

Tabela 6. Ocena znajomości pojęcia empatii ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Empatia – bycie miłym uprzejmym</i>	<i>Empatia – uczucie chęci pomocy innym</i>	<i>Empatia – uważam że oznacza to to że ktoś stara się współczuć drugiej osobie, jest w stanie utożsamić się z jego problemami i odczuwać podobne emocje. Osoba empatyczna jest wyrozumiała i słucha</i>
<i>Empatia – mile usposobienie, wyraz zgody i dogadania się z drugą osobą</i>	<i>Empatia umiejętność postawić się na miejscu innej osoby, współczucie</i>	<i>Empatia – współodczuwanie</i>
	<i>Empatia – życzliwość, wyrozumiałość do drugiego człowieka</i>	<i>Empatia – zdolność przeżywania uczuć innych osób</i>

Uwaga: zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.

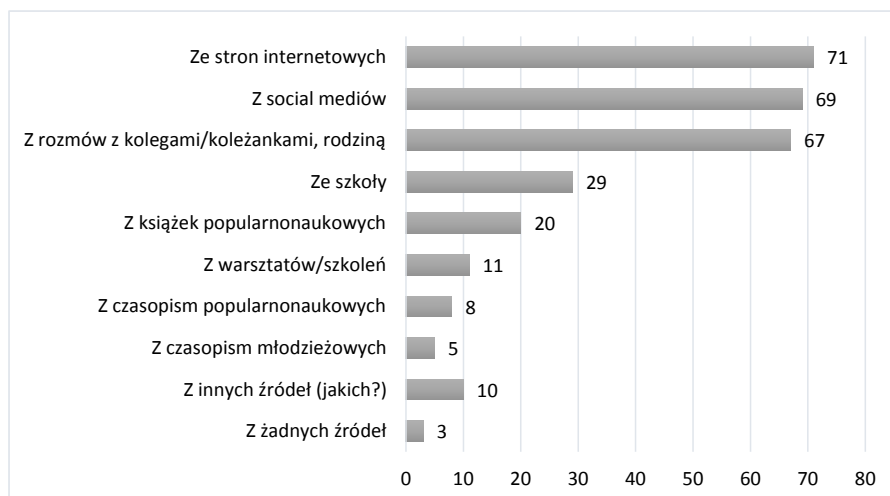
Introwersja to pojęcie stosunkowo rzadko wybierane, ale m.in. z powodu jego popularności warto przedstawić, jak uczniowie je rozumieją (tabela 7). Pojawiły się definicje stereotypowe, bliskie temu, że introwersja to nieśmiałość, zamknięcie się w sobie, czyli to, czym introwersja nie jest (1). Niektórzy stosunkowo trafnie określali introwersję, brakowało jednak słów kluczowych wskazujących na to, że ktoś dobrze orientuje się w tym, czym jest introwersja (2). Pojawiły się też wyczerpujące opisy wskazujące na dużą wiedzę w tym zakresie (3).

Tabela 7. Ocena znajomości pojęcia introwersji ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź zupełnie nieadekwatna (1)	Odpowiedź zawiera elementy właściwe, ale jest zbyt ogólna lub nie w pełni trafna (2)	Właściwe wyjaśnienie (3)
<i>Introwersja – niechęć do kontaktu z innymi ludźmi, chęć bycia z samym sobą</i>	<i>Introwersja to pojęcia człowieka który woli spędzać czas ze sobą niż z ludźmi i raczej jakieś projekty społeczne czy zadania woli rozwiązywać samodzielnie i samotnie</i>	<i>Introwersja – typ osobowości polegający na nikłym zapotrzebowaniu na kontakty z innymi ludźmi, takie osoby szybko się męczą wśród ludzi oraz lepiej się czują uprawiając aktywności w samotności. Niechęć do spotykania się w większym gronie ludzi</i>
<i>Introwersja – zamknięcie się w kontekście społecznym</i>		

Uwaga: zachowano oryginalną pisownię.

Źródło: opracowanie własne.



Uwaga: do innych źródeł zaliczone zostały następujące odpowiedzi: własne doświadczenia; psycholog/psychiatra; filmy/seriale/muzyka; YouTube.

Rysunek 6. Źródła wiedzy psychologicznej (%). Pytanie: Skąd czerpiesz wiedzę psychologiczną? ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Źródło: opracowanie własne.

Zgodnie ze sformułowaną hipotezą H2 uczniowie czerpią wiedzę psychologiczną przede wszystkim z Internetu: stron internetowych i social mediów (rysunek 6). Istotnym źródłem są również rozmowy z kolegami, rodziną. Można przypuszczać, że adolescenti pozyskują wiedzę z zakresu psychologii przy okazji swoich codziennych aktywności, które zajmują im dużo czasu. Dużo mniejsze znaczenie ma w tym wypadku szkoła, warsztaty czy czasopisma. Znaczące (wymieniane spontanicznie) okazały się też własne doświadczenia i rozmowy z psychologiem/psychiatrą.

Odnosząc się do źródeł wiedzy psychologicznej w podziale na płeć (tabela 8), należy wskazać, że kobiety istotnie statystycznie częściej korzystają ze stron internetowych (78%) niż mężczyźni (58%)<sup>5</sup>.

Tabela 8. Źródła wiedzy psychologicznej w podziale na płeć (%). Pytanie: Skąd czerpiesz wiedzę psychologiczną? ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź	Mężczyzna	Kobieta
Ze stron internetowych $p = 0,013$ ; $V$ -Cramera = 0,206	58	78
Z czasopism młodzieżowych	3	7
Z czasopism popularnonaukowych	11	7
Z książek popularnonaukowych	14	22
Z warsztatów/szkoleń	6	14
Ze szkoły	39	25
Z social mediów	64	72
Z innych źródeł (jakich?)	6	11
Z żadnych źródeł	3	2
Z rozmów z kolegami/koleżankami, rodziną	68	67

Źródło: opracowanie własne.

Biorąc pod uwagę typ szkoły (tabela 9), ustalono, że uczniowie liceów w większym stopniu pozyskują wiedzę psychologiczną z czasopism<sup>6</sup> i książek popularnonaukowych<sup>7</sup> (odpowiednio 15% i 19%) niż uczniowie techników (2% i 11%).

W przypadku jednego z pytań, weryfikującego hipotezę H3 (rysunek 7), uczniowie byli niemal jednomyślni – aż 91% z nich przyznało, że wiedza psychologiczna jest przydatna. Średnia wyniosła 4,5. Wbrew zakładanym hipotezom

<sup>5</sup> Z uwagi na stosunkowo niską liczebność dla płci „inna” ( $n = 9$ ) przedstawiono wyniki jedynie dla płci męskiej i żeńskiej.

<sup>6</sup> Ze względu na niską liczebność ( $n = 2$ ) dla uczniów szkół branżowych (zawodowych) przedstawiono wyniki dla uczniów liceów i techników.

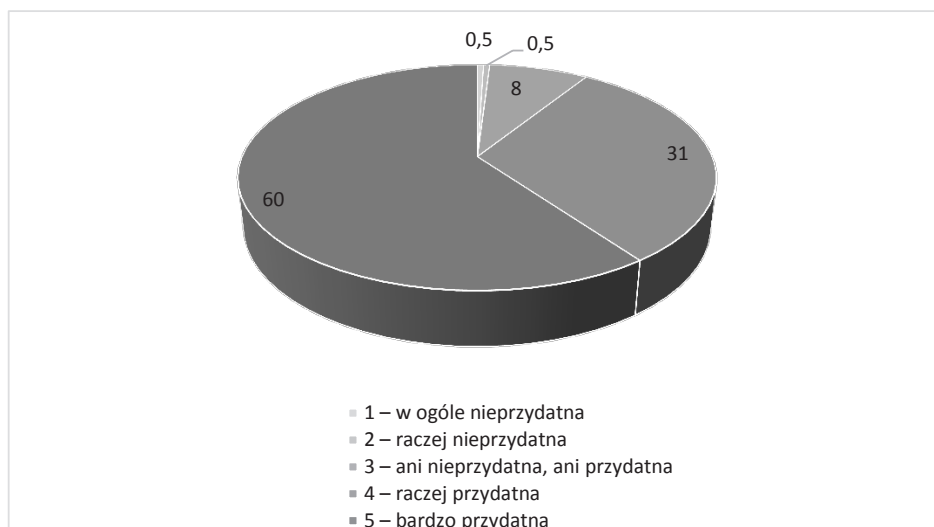
<sup>7</sup> Ze względu na niską liczebność ( $n = 2$ ) dla uczniów szkół branżowych (zawodowych) przedstawiono wyniki dla uczniów liceów i techników.

pomocniczym nie wystąpiły istotne różnice w podziale na płeć, wiek, wielkość miejscowości zamieszkania czy typ szkoły.

Tabela 9. Źródła wiedzy psychologicznej w podziale na typ szkoły (%). Pytanie: Skąd czerpiesz wiedzę psychologiczną? ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Odpowiedź	Liceum ogólnokształcące	Technikum
Ze stron internetowych	78	6
Z czasopism młodzieżowych	5	6
Z czasopism popularnonaukowych $p < 0,001$ ; $V$ -Cramera = 0,272	15	2
Z książek popularnonaukowych $p = 0,0014$ ; $V$ -Cramera = 0,232	29	11
Z warsztatów/szkoleń	13	10
Ze szkoły	28	30
Z social mediów	75	63
Z innych źródeł (jakich?)	13	9
Z żadnych źródeł	2	3
Z rozmów z kolegami/koleżankami, rodziną	66	70

Źródło: opracowanie własne.



Rysunek 7. Przydatność wiedzy psychologicznej (%). Pytanie: Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna? ( $N = 204$ ; marzec–kwiecień 2022 r.)

Źródło: opracowanie własne.

## DYSKUSJA

Z omawianego w niniejszym artykule badania wyłania się stosunkowo pozytywny obraz wiedzy uczniów szkół ponadpodstawowych w Polsce. Średnia wartość wskaźnika mierzonego na skali 1–3, w którym oceniano adekwatność podanych definicji, wyniosła blisko 2 (1,94). Co nie zaskakuje, deklarowana wiedza osiągnęła oczywiście lepszy wynik – znajomość połowy z 34 pojęć oceniono na co najmniej 4 (w skali 1–5). Pojęcia, które uczniowie najczęściej wybierali do zdefiniowania, są następujące: fobia, anoreksja, depresja, narcyzm, empatia, manipulacja, bulimia, amnezja, orientacja seksualna, PTSD. Interesujące jest to, że pierwsze cztery pojęcia to zaburzenia: zaburzenie lękowe (fobia), zaburzenie odżywiania (anoreksja), zaburzenie afektywne (depresja) i zaburzenie osobowości (narcyzm). Może to wynikać z tego, że zaburzenia te są charakterystyczne – stały się popularne, a ich nazwy przeniknęły do języka potocznego. Poza tym obserwuje się wzrost osób cierpiących na te zaburzenia. Depresja to jedna z najczęściej występujących chorób. Cierpi na nią około 1,5 mln Polaków (Forum Przeciw Depresji, b.d.). Pandemia COVID-19 znacząco wpłynęła na zdrowie psychiczne Polaków. W badaniach zaobserwowano wzrost poczucia lęku i strachu oraz obawę o przyszłość (Babicki, Mastalerz-Migas, 2020). Anoreksja to zaburzenie najczęściej występujące wśród młodzieży. Wśród nich zjawisko to jest kilka razy częstsze – występuje nawet raz na 20–25 osób (4–5%). Przedstawiając to bardziej obrazowo, średnio w każdej klasie szkoły ponadpodstawowej jest osoba z anoreksją. Szczególnie osoby w młodym wieku są podatne na presję szczupłego wyglądu, lansowanego przez media, stąd może wynikać m.in. większa zachorowalność wśród nich na tę chorobę. W dodatku zaburzenia te niejednokrotnie współwystępują. W przypadku anoreksji 60–80% osób cierpiących na to zaburzenie choruje również na depresję. Podobnie jest w przypadku zaburzeń lękowych, które często współwystępują z depresją (Tomala, 2018). Współcześnie wyznawane wartości i styl życia sprzyjają z kolei rozwojowi osobowości narcystycznej. Nastawienie na sukces i skrajny indywidualizm mogą doprowadzić do ukształtowania się narcyzmu (Szpunar, 2016). Popularność wskazanych pojęć pokrywa się w pewnym stopniu z liczbą wyników w wyszukiwarce Google (tabela 10). Depresja, fobia i empatia mają najwyższą liczbę wyszukiwań spośród wybranych pojęć przedstawionych uczniom w ankiecie.

Przeważająca większość respondentów uważa, że wiedza psychologiczna jest przydatna w życiu (91%). Żadna ze zmiennych (płeć, wiek, typ szkoły, wielkość miejscowości zamieszkania) nie ma związku z wysokością odsetka odpowiedzi na to pytanie. Przypuszczalnie tak wysoki odsetek pozytywnych odpowiedzi

Tabela 10. Liczba wyników w wyszukiwarce Google

Pojęcie	Liczba wyników w wyszukiwarce Google (stan na dzień 28 maja 2022 r.)
Empatia	46,7 mln
Fobia	29,2 mln
Depresja	15,3 mln
ADHD	4,69 mln
Autyzm	3,85 mln
Nerwica	3,8 mln
Manipulacja	3,08 mln
Myślenie pozytywne	1,05 mln
Anoreksja	1,04 mln
Orientacja seksualna	515 tys.
Afazja	225 tys.
Narcyzm	149 tys.
Adolescencja	35,3 tys.
Interocepcja	2,23 tys.

Źródło: opracowanie własne.

może mieć związek z dużym zainteresowaniem psychologią<sup>8</sup>, w tym z łatwym dostępem do źródeł pop psychologicznych.

Tylko 29% badanych twierdzi, że wynosi wiedzę psychologiczną ze szkoły. Ponieważ szkoła to miejsce, gdzie uczniowie spędzają prawdopodobnie najwięcej czasu, należałoby im umożliwić zdobycie wiedzy z zakresu psychologii na lekcjach obowiązkowych lub zajęciach dodatkowych. Nie można również nie doceniać roli Internetu – jest wskazywany jako najważniejsze medium (ogólnie Internet i social media), z którego badani czerpią wiedzę na temat psychologii (strony internetowe: 71%, social media: 69%). Warto zadbać o przestrzeń w Internecie, w której uczniowie będą mogli być pewni, że wiedza, z którą się zapoznają, jest rzetelna (tworzenie nowych, wartościowych platform i/lub rekomendowanie już istniejących, wartościowych miejsc). Nie można zapomnieć o godnych uwagi pozycjach książkowych, w tym tych z zakresu pop psychologii. Uczniowie powinni być wyposażeni w narzędzia, które umożliwią im odróżnienie wartościowej wiedzy od tej nierzetelnej, nieznajdującej poparcia w nauce.

<sup>8</sup> Według danych rządowych psychologia była drugim najchętniej wybieranym kierunkiem studiów w roku akademickim 2022/2023 (zob. Studia, 2022).



## OGRANICZENIA BADANIA

Badanie zostało przeprowadzone na próbie 204 uczniów. Należałoby powtórzyć badanie wśród innej grupy uczniów. Wybrano metodę ilościową z komponentem jakościowym (wyjaśnienie trzech wybranych pojęć psychologicznych). Warto byłoby przeprowadzić badanie, w którym metoda jakościowa byłaby wiodąca, np. indywidualne wywiady pogłębione (IDI), obserwacje uczniów na lekcjach, w trakcie których byłyby poruszane tematy z zakresu psychologii. W jednym z pytań ankiety respondenci sami mogli wybrać, które pojęcia chcą zdefiniować. Badanie jakościowe pozwoliłoby głębiej zorientować się w stanie ich wiedzy psychologicznej. Ankieta była rozsyłana drogą elektroniczną, co mogło zachęcić część respondentów do wspomaganiania się innymi źródłami lub korzystania z pomocy kolegi/koleżanki również wypełniającego/wypełniającej ankietę (niektóre, choć na szczęście nieliczne, odpowiedzi pozwalają na takie przypuszczenie).

## DALSZE KIERUNKI BADAŃ

W przypadku dalszych kierunków badań, cenne byłoby poznanie również perspektywy uczniów – tego, jakiej wiedzy potrzebują. Szczególnie dobrze sprawdziłyby się tu np. zogniskowane wywiady grupowe (FGIs) i obserwacje podczas lekcji. Warto też posłuchać głosu ekspertów, np. psychologów dzieci i młodzieży, którzy mogliby zarekomendować tematy zasługujące na omówienie w ramach programu szkolnego. Rekomendacje mogłyby np. posłużyć Ministerstwu Edukacji i Nauki do włączenia psychologii do zajęć lekcyjnych w szkołach. Umożliwiłoby uczniom to zapoznanie się z rzetelną wiedzą, byliby mniej narażeni na negatywne działania pop psychologii, bardziej krytycznie odnosiliby się do informacji, z którymi się stykają, a dzięki większej świadomości psychologicznej mógłby wzrosnąć ich dobrostan psychiczny.

## BIBLIOGRAFIA

### LITERATURA

- Babicki, M., Mastalerz-Migas, A. (2020). Występowanie zaburzeń lękowych wśród Polaków w dobie pandemii COVID-19. *Psychiatria Polska*, 55(3), 1–13. DOI: 10.12740/PP/OnlineFirst/126230
- Cierpiąkowska, L., Sęk, H. (2016). Naukowe i społeczne wyzwania dla psychologii klinicznej. *Roczniki Psychologiczne*, 19(3), 401–418. DOI: 10.18290/rpsych.2016.19.3-1p1
- Czerwińska-Jasiewicz, M. (2015). *Psychologia rozwoju młodzieży w kontekście biegu ludzkiego życia*. Warszawa: Difin.
- Erikson, E.H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Furnham, A., Hughes, D.J. (2014). Myths and Misconceptions in Popular Psychology Comparing Psychology Students and the General Public. *Teaching of Psychology*, 41(3), 256–261. DOI: 10.1177/0098628314537984

- Gibbs, L., Gambrill, E. (2002). Evidence-Based Practice: Counterarguments to Objections. *Research on Social Work Practice*, 12, 452–476. DOI: [10.1177/1049731502012003007](https://doi.org/10.1177/1049731502012003007)
- Jarymowicz, M. (1985). Spostrzeganie samego siebie: porównanie „ja–inni”. W: M. Lewicka (red.), *Psychologia spostrzegania społecznego* (s. 217–257). Warszawa: PWN.
- Johnson, M.H., De Haan, M. (2018). *Neurokognitywistyka rozwoju. Wprowadzenie*. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia Universalis.
- Kizeweter, A. (2016). Szczęśliwy uczeń – szczęśliwy nauczyciel. Dobrostan szkolny wyzwaniem dla edukacji. W: J. Skibska, J. Wojciechowska (red.), *Współczesna edukacja. Wielopłaszczyznowość zadań* (s. 27–36). Kraków: Wydawnictwo Libron.
- Kowalik, K. (2020). Marginalizacja psychologicznych uwarunkowań w szkolnym aplikowaniu wiedzy uczniom szkół podstawowych w Polsce. Z obserwacji rodzica i wykładowcy akademickiego. W: O.I. Klymyshn, S.B. Kuzikova (red.), *Metodolohichni, teoretychni ta praktychni problemy psykhologichnoyi nauky* (s. 109–117). Drohobych.
- Kowalski, J., Litwin, P., Pankowski, D., Cierpka, A. (2016). Mity psychologiczne wśród studentów psychologii. *Edukacja*, 137(2), 100–112.
- Kozielecki, J. (1981). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: PWN.
- Kwiatek, P., Wilczewska, K. (2015). Czym jest, a czym nie jest psychologia pozytywna? Poszukiwanie paradygmatu. *Seminare. Poszukiwania Naukowe*, 36(4), 135–145.
- Lack, C., Rousseau, J. (2022). Mental Health, Pop Psychology, and the Misunderstanding of Clinical Psychology. *Comprehensive Clinical Psychology*, 11, 47–62. DOI: [10.1016/B978-0-12-818697-8.00052-2](https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818697-8.00052-2)
- Lilienfeld, S.O., Lynn, S.J., Ruscio, J., Beyerstein, B.L. (2010). Busting Big Myths in Popular Psychology. *Scientific American Mind*, 21(1), 42–49. DOI: [10.1038/scientificamericanmind0310-42](https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind0310-42)
- Lilienfeld, S.O., Lynn, S.J., Ruscio, J., Beyerstein, B.L. (2011). *50 wielkich mitów psychologii popularnej. Półprawdy, ćwierćprawdy i kompletne bzdury*. Warszawa–Stare Groszki: Wydawnictwo CiS.
- MacDonald, M.G. (2007). Undergraduate Education Majors’ Knowledge about Suicide. *Perceptual and Motor Skills*, 105(2), 373–378. DOI: [10.2466/pms.105.2.373-378](https://doi.org/10.2466/pms.105.2.373-378)
- Maryniak, A., Ondruch, A., Jurkiewicz, E. (2010). Zapomniane więzi: nastolatka z pourazową wybiórczą utratą pamięci autobiograficznej. W: M. Pąchalska, G.E. Kwiatkowska (red.), *Neuropsychologia a humanistyka* (s. 217–224). Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Oboda, M., Nowowiejska-Fosse, M. (2019). O zjawisku poppsychologii. *Implantologia Stomatologiczna*, 20(2), 86–88.
- Obuchowska, I. (2000). Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka* (s. 163–201). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Oleszkowicz, A., Senejko, A. (2013). *Psychologia dorastania. Zmiany rozwojowe w dobie globalizacji*. Warszawa: PWN.
- Olkusz, K. (red.). (2017). *50 twarzy popkultury*. Kraków: Ośrodek Badawczy Facta Ficta.
- Piaget, J. (2011). *Jak sobie dziecko wyobraża świat*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Rihmer, Z. (2007). Pharmacological Prevention of Suicide in Bipolar Patients – A Realizable Target [Editorial]. *Journal of Affective Disorders*, 103(1–3), 1–3. DOI: [10.1016/j.jad.2007.08.001](https://doi.org/10.1016/j.jad.2007.08.001)
- Słowik, P. (2015). Rola i znaczenie edukacji psychologicznej nauczycieli w kontekście zmian społeczno-kulturowych w Polsce. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Studia de Cultura*, 168(6), 183–201.
- Szlendak, T. (2008). Historia ewolucyjna kiczu. W: *Moda na obciach. Co Polacy robią z kulturą popularną?* (s. 127–138). Elbląg: Wydawnictwo Wilk Stepowy.
- Szlendak, T., Kozłowski, T. (2008). *Naga małpa przed telewizorem. Popkultura w świetle psychologii ewolucyjnej*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne.

- Szpunar, M. (2016). *Kultura cyfrowego narcyzmu*. Kraków: Wydawnictwa AGH.
- Wierusz-Kowalski, M. (2001). Hermetyczność języka a popularyzacja nauki. *Studia Medioznawcze*, 4(5), 53–63.
- Wojciszke, B. (2019). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

#### NETOGRAFIA

- Forum Przeciw Depresji. (b.d.). *Statystyki*. Pobrane z: <https://forumprzeciwdepresji.pl/depresja/o-chorobie/statystyki>
- Kiełpińska, K. (2020). *Pop-psychologia*. Pobrane z: <https://nowewyrazy.uw.edu.pl/haslo/998-poppsychologia.html>
- Studia. (2022). *Informatyka wciąż nie ma sobie równych – wyniki rekrutacji na studia w roku 2022/2023*. Pobrane z: <https://studia.gov.pl/kandydaci-na-studia/najpopularniejsze-kierunki>
- Tomala, L. (2018). *Psychiatra: anoreksja to samotność*. Pobrane z: <https://naukawpolsce.pl/aktualnosci/news%2C29351%2Cpsychiatra-anoreksja-samotnosc.html>

### ABSTRACT

Pop psychology is a phenomenon that evokes extreme emotions. Myths that work to the detriment of the recipients get into the general consciousness. Of course, there are also valuable items that have the hallmarks of pop psychology. Therefore, the ability to think critically and search for reliable knowledge is important. Can students do this? They receive relatively little psychological education in schools, so if they want to learn something in this matter, they must use the knowledge available outside traditional education. In order to determine the psychological knowledge of adolescents, a CAWI quantitative study was conducted using the Qualtrics tool on a sample of 204 secondary school students. The main research problem is: What is the state of knowledge of secondary school students? Research questions: How much psychological knowledge do secondary school students have? From which source(s) do students mainly obtain psychological knowledge? Do secondary school students agree with the statement that psychological knowledge is useful in their lives? The study shows that students' knowledge is at a relatively good level (the average value of the indicator on a scale of 1–3 was 1.94). The most frequently chosen terms to define are phobia, anorexia, depression, narcissism, and empathy. In turn, the concepts with the highest declared level of knowledge are depression, manipulation, phobia, positive thinking, and sexual orientation. The vast majority of students (91%) see the usefulness of psychological knowledge in their lives. They obtain it mainly from the Internet (71% from websites, 69% from social media), and much less often from school (29%). The school has the opportunity to equip students with reliable psychological knowledge during one of the most important (from the point of view of human development) periods of life. Therefore, it is worth taking systemic actions that will enable students to navigate the world efficiently and understand themselves as best as possible.

**Keywords:** secondary school students; pop psychology; psychological knowledge; psychological education

## ANEKS

**Narzędzie badawcze – ankieta**

Cześć! Jestem studentką III roku psychologii na Uniwersytecie Warszawskim. Właśnie pracuję nad swoją pracą empiryczną na temat edukacji psychologicznej.

Badanie przeprowadzam wśród uczniów szkół ponadpodstawowych (licea, technika, szkoły branżowe). To nie jest test wiedzy, nie chodzi o to, abyś wypadł/a jak najlepiej, tylko o zebranie informacji zgodnych z rzeczywistością.

Zapewniam, że badanie jest całkowicie poufne, anonimowe i posłuży jedynie do zebrania danych statystycznych. Będę wdzięczna, jeśli zechcesz poświęcić na nie kilka minut.

W każdej chwili możesz oczywiście zrezygnować. Gdybyś miał/a jakiegokolwiek pytania, możesz skontaktować się ze mną pod tym mailem: m.modzelewsk14@student.uw.edu.pl.

P1. Oceń na skali od 1 do 5, na ile znane jest Ci to pojęcie:

1 – Nigdy nie zetknąłem/zetknęłam się z tym słowem

2 – Słyszałem/am, ale nie wiem, co to znaczy

3 – Kojarzę ogólnie znaczenie tego słowa

4 – Wiem, co to znaczy

5 – Wiem, co to znaczy i zdarza mi się w rozmowach używać tego słowa

Tabela A1. Randomizacja pojęć

ADHD	Bulimia	Interocepcja	Neuroróżnorodność
Adolescencja	Choroba afektywno-dwubiegunowa	Introwersja	Niebinarność
Afazja	Depresja	Komunikacja niewerbalna	Orientacja seksualna
Agorafobia	Dysgrafia	Manipulacja	Prokrastynacja
Ambiwersja	Ekstrawersja	Mentalizacja	PTSD
Amnezja	Empatia	Myślenie pozytywne	Sublimacja
Anoreksja	Fobia	Narcyzm	Temperament
Autyzm	Indywidualizacja	Nerwica	Tożsamość płciowa
Borderline			Wyparcie

P2. Opisz, jak rozumiesz wybrane trzy pojęcia.

.....

.....

.....

- P3. Skąd czerpiesz wiedzę psychologiczną? (*randomizacja odpowiedzi; oprócz „Z innych źródeł, jakich...?” i „Z żadnych źródeł”*)
- a) ze stron internetowych
  - b) z czasopism młodzieżowych
  - c) z czasopism popularnonaukowych
  - d) z książek popularnonaukowych
  - e) z warsztatów/szkoleń
  - f) ze szkoły
  - g) z social mediów
  - h) z rozmów z kolegami/koleżankami, rodziną
  - i) z innych źródeł (jakich?)
  - j) z żadnych źródeł
- P4. Na ile przydatna/nieprzydatna w życiu jest Twoim zdaniem wiedza psychologiczna?
- 1 – w ogóle nieprzydatna
  - 2 – raczej nieprzydatna
  - 3 – ani nieprzydatna, ani przydatna
  - 4 – raczej przydatna
  - 5 – bardzo przydatna

### Metryczka

M1. Wiek (podaj w latach)

.....

M2. Płeć:

- a) mężczyzna
- b) kobieta
- c) inna

M3. Wielkość miejscowości zamieszkania:

- a) wieś
- b) miasto do 20 tys. mieszkańców
- c) miasto od 20 tys. do 100 tys. mieszkańców
- d) miasto od 100 tys. do 500 tys. mieszkańców
- e) miasto powyżej 500 tys. mieszkańców

## M4. Szkoła

Typ	Rodzaj	Profil
Liceum ogólnokształcące	Niepubliczna (prywatna)	.....
Technikum	Publiczna (państwowa)	.....
Szkoła branżowa	.....	.....

Dziękuję za udział w ankiecie!