

# ZAGADNIENIE PODMIOTOWEJ MOCY NA STRONACH FACEBOOKOWYCH POŚWIĘCONYCH REKREACJI – ANALIZA KRYTYCZNA<sup>1</sup>

Alex Inkeles – znany amerykański psycholog społeczny – do cech, które składały się na przedstawiony przez niego syndrom osobowości nowoczesnej zaliczył m.in. poczucie podmiotowej mocy. Utrzymywał zatem, że dla człowieka ukształtowanego przez nowoczesną rzeczywistość społeczną charakterystyczne jest odrzucenie typowego dla społeczeństw tradycyjnych fatalizmu i przeświadczenie o możliwości aktywnego kształtowania własnego losu<sup>2</sup>. Ujmując to językiem teorii Juliana Rottera<sup>3</sup>, można zatem stwierdzić, że nowoczesnego człowieka cechować ma poczucie wewnętrznego (a nie zewnętrznego) umiejscowienia kontroli: przekonanie, że kontrolę nad własną sytuacją życiową sprawuje on sam, a nie jakieś siły zewnętrzne.

Opisywane przez Inkelesa poczucie podmiotowej mocy stanowi produkt szeregu czynników charakterystycznych dla społeczeństw nowoczesnych, w tym między innymi wzrostu znaczenia osiąganych pozycji społecznych dokonującego się kosztem pozycji przypisanych. Dodatkowo jest ono jednak wzmacniane przez przyjęte w społeczeństwach liberalnych formy legitymizacji opierające się na prezentowaniu panującego porządku społecznego

---

<sup>1</sup> Pracę wykonano w ramach badań statutowych Ds. – 278, finansowanych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

<sup>2</sup> A. Inkeles, D.H. Smith (1974), *Becoming Modern: Individual Changes in Six Developing Countries*, Cambridge, Mass.

<sup>3</sup> J.B. Rotter (1966), *Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement*, „Psychological Monographs: General and Applied”, 80(1): 1-28.

– w sposób wciąż dalece odbiegający od rzeczywistości<sup>4</sup> – jako ładu merytokratycznego, w której status jednostki determinowany jest przez jej zasługi.

Kultura fizyczna od tej sfery ideologicznych uprawomocnień istniejącego ładu z pozoru wydaje się odległa. Jej roli na tym polu nie należy jednak lekceważyć, gdyż może ona kształtować nie tylko fizyczność jednostki, ale także – w procesie socjalizacji przez kulturę fizyczną – jej osobowość społeczną. Czy kultura fizyczna wpływa zatem w jakiś sposób na rozpowszechnianie w nowoczesnych społeczeństwach wspomnianego poczucia jednostkowej kontroli nad własnym losem. Wydaje się to prawdopodobne, gdyż – jak zauważa Chris Shilling – „na skutek rozwoju, który nastąpił w tak różnorodnych sferach jak reprodukcja biologiczna, inżynieria genetyczna, chirurgia plastyczna i nauka o sporcie, ciało staje się w coraz większym stopniu kwestią opcji i wyboru”<sup>5</sup>. Kultura fizyczna, będąc nośnikiem owej świadomości decydowania o własnym ciele, może zaś również przyczyniać się do rozpowszechniania ogólniejszego poczucia swobody decydowania o własnym życiu jako takim.

Poniższy tekst stanowić ma próbę wstępnego i cząstkowego sprawdzenia prawdziwości tej hipotezy w oparciu o analizę treści dwóch popularnych stron facebookowych poświęconych tematyce rekreacyjnej.

---

<sup>4</sup> Analizy socjologiczne prowadzone w społeczeństwach zachodnich już kilkadziesiąt lat temu wskazywały na istnienie wyraźnych – i sprzecznych z założeniami merytokracji – ograniczeń w otwartości struktury społecznej (por. np. J.H. Goldthorpe, C. Llewelyn, C. Payne (1980), *Social Mobility and Class Structure in Modern Britain*, Oxford). Współcześnie zaś tego rodzaju tendencje muszą się nasilać w wyniku obserwowanego w ostatnich dekadach narastania nierówności majątkowych. Wykazano bowiem istnienie pozytywnej relacji między poziomem nierówności a tendencją do dziedziczenia pozycji społecznej po rodzicach, co obrazuje tzw. krzywa Wielkiego Gatsby'ego. A.B. Krueger (2012), *The Rise and Consequences of Inequality*, [https://milesorak.files.wordpress.com/2012/01/speech-2012\\_01\\_12\\_final\\_web-1.pdf](https://milesorak.files.wordpress.com/2012/01/speech-2012_01_12_final_web-1.pdf) (dostęp: 21.12.2016). Nie ulega wątpliwości, że silne tendencje do dziedziczenia statusu społecznego występują również we współczesnej Polsce – np. w 2011 r. w grupie wiekowej 25-29 osoby mające wśród rodziców osobę z wyższym wykształceniem same posiadały takie wykształcenie dwukrotnie częściej niż respondenci, których rodzice mieli wykształcenie podstawowe. S. Grundiza, C. Lopez Vilaplana (2013), *Intergenerational Transmission of Disadvantage statistics. Is the Likelihood of Poverty Inherited*, [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Intergenerational\\_transmission\\_of\\_disadvantage\\_statistics](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Intergenerational_transmission_of_disadvantage_statistics) (dostęp: 29.12.2016) – przy czym warto zauważyć, że wzięcie pod uwagę różnic w jakości wyższego wykształcenia, o ile takie zostało uzyskane, prawdopodobnie jeszcze bardziej uwypukliłoby różnice między tymi dwiema grupami.

<sup>5</sup> Ch. Shilling (2010), *Socjologia ciała*, Warszawa: 17.

## Pytania badawcze, materiał i metody

Celem analizy była odpowiedź na następujące pytania badawcze:

- Czy badane strony zachęcają czytelnika do postrzegania własnej sytuacji życiowej jako podlegającej jego osobistej kontroli?
- Czy – jeżeli rzeczywiście tak jest – chodzi tu wyłącznie o kontrolę nad sferą cielesności, czy też o ogólnie rozumianą kontrolę nad własnym losem?

Materiał badawczy stanowiły wpisy z okresu od czerwca do sierpnia 2016 r. ze stron „Ewa Chodakowska” (łącznie 181 postów) i „Fabryka Siły” (172 posty). Wybór badanych stron podyktowany był faktem, że w okresie prowadzenia badań pierwsza z nich stanowiła najpopularniejszą w Polsce poświęconą rekreacji stronę facebookową adresowaną do kobiet a druga z nich najpopularniejszą tego rodzaju stronę adresowaną do mężczyzn<sup>6</sup>.

Zastosowanymi metodami badawczymi była jakościowa i ilościowa analiza treści. W badanej próbie zostały zidentyfikowane, przeanalizowane i zliczone wszystkie wypowiedzi odnoszące się do badanego zagadnienia. W pierwszym rzędzie w badanej próbie wyróżniono wszystkie wypowiedzi odnoszące się do zagadnienia możliwości kontrolowania przez jednostkę własnej sytuacji; ustalono, czy zakładają one wewnętrzne, czy też zewnętrzne umiejscowienie kontroli oraz czy odnoszą się jedynie do sfery cielesności, czy też do ogólnie rozumianej sytuacji życiowej. Dodatkowo – dla ustalenia, czy głoszenie przez badane strony tezy o możliwości kontrolowania przez jednostkę własnej cielesności uprawnia czytelnika do wniosku, iż może kontrolować również inne dziedziny życia – w badanej próbie zidentyfikowano wypowiedzi odnoszące się do kwestii możliwości skutecznego transferu kompetencji, które pozwalają na sukces w sferze kontroli nad ciałem, na inne dziedziny życia i ustalono, czy taka możliwość jest dopuszczana, czy nie. Towarzyszący wpisom materiał wizualny brano pod uwagę jedynie wówczas, gdy wyraźnie odnosił się do analizowanych wypowiedzi. Uzyskane wyniki rozpatrywano zarówno w sposób zbiorczy jak i dla każdej strony oddzielnie w celu umożliwienia między nimi porównań. Dobór pytań badawczych i refleksje zawarte w końcowych wnioskach wynikają z faktu osadzenia badań na gruncie klasycznie rozumianej teorii krytycznej<sup>7</sup>

<sup>6</sup> Odpowiednio 2 002 537 polubień i 554 367 polubień w dniu 30.12.2016.

<sup>7</sup> Por. M. Horkheimer (1987), *Krytyka instrumentalnego rozumu*. W: Tenże, *Społeczna funkcja filozofii*, Warszawa; T. Adorno, M. Horkheimer (2010), *Dialektyka oświecenia*, Warszawa.

## Analiza strony „Ewa Chodakowska”

W analizowanym materiale ze strony „Ewa Chodakowska” natrafiono jedynie na dwie wypowiedzi wskazujące na ograniczenia, jakie może napotykać jednostka w kontrolowaniu własnej sytuacji. Pierwszą z nich jest wpis z 22.06: „Może pora wziąć się w garść? Pomyśl o tym... Masz możliwość żeby walczyć o siebie... Nie każdy ma tą szansę... Wykorzystaj ją ♥♥♥”<sup>8</sup>.

Z powyższego posta wynika zatem, że nie każda jednostka ma możliwość „walczyć o siebie”, by, w konsekwencji, móc przejąć kontrolę nad własnym losem. Z drugiej strony Chodakowska<sup>9</sup> podkreśla, że wszystkie jej czytelniczki taką możliwość posiadają – prawdopodobnie właśnie dlatego, że miały okazję zetknąć się z jej poradami. Wpis kwestionuje zatem w pewnej mierze jednostkowe możliwości w dziedzinie kształtowania własnego życia, po to, by podkreślić wagę dostarczanych przez autorkę strony przekazów.

Drugim z wpisów Chodakowskiej, z którego wynika, że możliwości jednostki w dziedzinie kształtowania własnego życia mają ograniczony charakter, jest post z 25.07: „Nie jestem rodzicem” – pisze w nim Chodakowska – „może nie wypada mi prawić morałów, ale wiem jedno – najwięcej wyciągnęłam z domu – to jakim jestem człowiekiem zawdzięczam przede wszystkim moim rodzicom. To, czym zajmuję się na co dzień, to ile osiągnęłam, jest następstwem tego, jakim jestem człowiekiem”.

Z powyższego wpisu wynika zatem, że osoba, która nie miała tak dobrych rodziców jak jego autorka, nie ma szans na podobne sukcesy. Chodakowska, chcąc wyrazić uznanie swym rodzicom, popadła więc – zapewne nieświadomie – w sprzeczność z tym, co na ogół głosi.

Z drugiej strony w analizowanym materiale ze strony „Ewa Chodakowska” napotykałyśmy aż na 11 wypowiedzi wyrażających wiarę w posiadanie przez jednostkę nieograniczonych możliwości kontrolowania swej sytuacji. W przypadku zdecydowanej większości spośród nich – bo 8 – teza o możliwości kształtowania przez jednostkę własnej sytuacji nie jest przy tym odnoszona do jakiegś konkretnej sfery życia, ale formułowana w sposób ogólny, odnoszący się do całości sytuacji życiowej. Do tej kategorii wypowiedzi

---

<sup>8</sup> We wszystkich wypowiedziach cytowanych z analizowanych stron zachowano oryginalną pisownię i interpunkcję.

<sup>9</sup> Przyjmuje się tu, że autorką wszystkich wpisów na analizowanej stronie jest Ewa Chodakowska – mimo że korzystanie z pomocy *ghostwriters* jest w przypadku gwiazd kultury masowej często stosowaną praktyką – ponieważ kwestia ustalania autorstwa nie należy do przedmiotu niniejszych badań.

należy m.in. lakoniczny wpis z 9.07: „Jeśli chce się dokonać niemożliwego trzeba uwierzyć, że to możliwe. Możliwe załatwia się przecież od ręki 😊 :)”

Jak wynika jednak z wpisu z 6.07, realizacja własnych nieograniczonych możliwości wymaga nie tylko wiary, ale i działania: „Możesz być kim tylko zechcesz, ale musisz zacząć coś robić w tym kierunku. „Najlepiej od dziś. **NAJLEPIEJ OD TERAZ** ❤️ <3”

Konieczność aktywnego dążenia do postawionych sobie celów podkreślana jest również w poście z 18.07: „Ograniczenia istnieją tylko wtedy, gdy im na to pozwalamy... nie musisz żyć w ramach oczekiwań społecznych i ograniczeń!! Każdego ranka, przypomnij sobie, że masz nieograniczony potencjał, i nikt nie może dyktować ci co masz robić i jak żyć – tylko ty sama decydujesz, gdzie płynąć 🌊 🌊 Masz najwyższą kontrolę nad swoim życiem i nikt nie może ci tego zabronić. Dąż do osiągnięcia swojego pełnego potencjału – zasługujesz, aby stać się najlepszą wersją siebie 🥰🥰”

W podobnym duchu utrzymany jest wpis z 11.08: „Często myślami przenosimy się na planetę swoich spełnionych marzeń... Z zamkniętymi oczami i beztroskim uśmiechem na ustach fruujemy pośród swoich najśmielszych planów... A co gdybym Ci powiedziała, że możesz mieć wszystko, robić wszystko, być kim chcesz, i być z kim chcesz... Jeśli tylko jesteś gotowa działać **!!!!**”

W innych wpisach Chodakowska idzie jeszcze dalej i podkreśla, że osiągnięcie kontroli nad własnym losem wymaga nie tylko działania, ale i wysiłku oraz przewycięzania własnych słabości. Jak czytamy we wpisie z 24.06: „Zawsze, kiedy myślisz, że możesz lub, że nie możesz. Masz rację” – Henry Ford. Nie mogę się nie zgodzić Tylko co to znaczy?? Słuchaj! Każdy z nas ma swoje cele, ambicje i marzenia... Niektórzy z nas całkiem dobrze radzą sobie i osiągają sami swoje cele, a niektórzy potrzebują pomocy. Są dwie grupy ludzi! Ludzie osiągający swoje cele myślą „mogę, potrafię, dam radę”, pozostali myślą „nie umiem...”. Jeśli ciężko jest Ci się zabrać za realizowanie swoich marzeń, jeśli ciężko jest Ci ruszyć z miejsca, osiągnąć to, czego chcesz od życia, **MOŻESZ TO ZMIENIĆ!! NIKT INNY NIE ZROBI TEGO ZA CIEBIE** ❤️ Oczyść swój umysł – od dzisiaj zamień: „nie mogę”, „nie uda mi się”, „nie potrafię” na: „**DAM RADĘ** „**MOGĘ**, bo chcę” i powtarzaj tysiące razy dziennie.

Chodakowska podkreśla przy tym, że jej własna droga do sukcesu również nie była łatwa, ale nie zeszła z niej – i jej czytelniczki również mogą ją przemierzyć (wpis z 18.08): „Mam wszystko o czym marzyłam, ale zanim dostałam, dałam z siebie wszystko, ryzykując wszystko co miałam 😊 :) Ty też możesz swoje marzenia przekuć w plany – uwierzyć w siebie i ze słowami **MOGĘ WSZYSTKO** spełnić swój najśmielszy sen ✨”

Chodakowska zachęca więc swe fanki, by, mimo napotykaných trudności, nie załamywały się na drodze do lepszego życia i lepszego „ja”: „Nikt nie mówił, że będzie łatwo 🐾🐾. Nikt nie mówił, że nie będzie pokus, żeby odpuścić zanim jeszcze zaczniesz. Ale tylko Ty możesz wybrać kim jesteś 🐾🐾 Bądź silna, bądź POZYTYWNA ENERGIĄ 😊” (post z 12.08).

Wysiłek, jaki należy włożyć w zrealizowanie swych pragnień prawdopodobnie najmocniej został podkreślony we wpisie z 5.08, w którym czytamy: „Tak naprawdę szczęście wymaga nieustannej pracy. Można je stworzyć, a pielęgnując je, można je utrzymać”.

Tym, co łączy wszystkie wpisy należące do omawianej grupy, jest fakt, iż, choć często wskazują one na trudności, na jakie może napotkać zmieniająca swe życie jednostka, są zgodne co do tego, że jest ona zdolna do kształtowania własnego losu i dlatego, jeśli owo kształtowanie się nie powiedzie, może mieć pretensje tylko do siebie. Jak czytamy w poście z 27.07: „Nie oczekuj aż ktoś zrobi coś za Ciebie.. To ty kreujesz swoją rzeczywistość, to Ty dbasz o swoje „podwórko” to Ty projektujesz swoje jutro... Masz wszystkie narzędzia niezbędne do tego, żeby osiągnąć sukces! Jak z nich korzystasz?”

W przypadku 3 spośród 11 wypowiedzi wyrażających możliwość kontrolowania przez jednostkę własnej sytuacji, przekonanie to odnoszone jest do konkretnej sfery życia i przybiera formę wiary w możliwość kształtowania własnej cielesności za pomocą proponowanych przez Chodakowską środków. Jak czytamy we wpisie z 5.08: „Tylko od Ciebie zależy to, kim jesteś ... droga nie jest prosta 🐾🐾 ale warta poświęceń!! Uczucia po zakończonym treningu nikt Ci nie odbierze 🐾🐾 Nie odkładaj decyzji na później !! Wybierz kim jesteś 🐾🐾 Teraz !!”.

Kolejnym wpisem odnoszącym się do kształtowania ciała jest post z 29.07, gdyż słowo „wyzwanie” w kontekście cytowanej wypowiedzi odnosi się do proponowanych przez Chodakowską programów treningowych. Jak czytamy we wspomnianym wpisie: „Decyzje o podjęciu wyzwania bywają ciężkie, ale za to nagroda jest niepowtarzalna! Wszystko zaczyna się od pierwszego kroku. Wybieram kim jestem 🐾🐾❤❤ #jestempozytywnaenergia”.

Do sfery cielesności odnosi się również krótki post z 19.06: „TWOJA METAMORFOZA jest w zasięgu ręki. Moje programy treningowe i plany żywieniowe / diety SĄ DLA WSZYSTKICH!!”

Warto jednak zauważyć, że nawet gdy we wpisach jest mowa wyłącznie o możliwości kontrolowania własnej cielesności, czytelnik rozpatrując je w świetle innych wypowiedzi Chodakowskiej musi uznać, że pociąga to za sobą możliwość kontrolowania innych sfer życia. W analizowanym materiale napotykamy bowiem na szereg (w sumie 11) wypowiedzi, z których wynika, iż psychiczne kompetencje, które pozwoliły osiągnąć sukces w działaniach

służących kształtowaniu ciała – takie jak wiara w siebie i wytrwałość w dążeniu do celu – pomogą zmienić życie na lepsze również w innych dziedzinach. We wpisie z 18.08 Chodakowska w następujący sposób pisze o swojej działalności: „Dlaczego nie powiedzieć każdej Polce, że poprzez trening ciała, zmieni swój sposób myślenia o sobie, o rzeczywistości która ją otacza o swoich pasjach, marzeniach ... planach na jutro!!! Wszystko zaczyna się od planu i wiary w siebie, a trening pomaga nam w sobie właśnie uwierzyć!!!!!!”

Motyw pewności siebie, którą można podwyższyć dzięki treningom – i która, jak można się domyślić, pomaga potem zmienić własne życie również w innych sferach, powraca również w postach z 7.07, 19.07 i 20.07. Z kolei we wpisie z 19.08 mowa jest o „sile i chęci do działania”, które można uzyskać dzięki trenowaniu ciała. W poście z 1.06 cytowana przez Chodakowską czytelniczka chwali ją za to, że tworzy „biznes dający nadzieje, uczy osiągania celów”. Inna przywoływana przez Chodakowską czytelniczka nazywa ją „nauczycielką życia” (wpis z 10.06). W kilku postach (14.06, 19.06, 25.07, 17.08) pojawia się również wątek „nowego lepszego „ja” czy też „nowego lepszego umysłu”, które ma się uzyskać dzięki treningom.

W analizowanym materiale ze strony Chodakowskiej nie napotkano natomiast wypowiedzi, z których wynikałoby, że psychiczne kompetencje pozwalające na sukces w trakcie kształtowania ciała nie sprawdzają się – lub mają tylko ograniczone zastosowanie – w innych sferach życia.

## **Analiza strony „Fabryka Siły”**

Tematyka możliwości kontrolowania przez jednostkę własnej sytuacji zajmuje poczesne miejsce również w analizowanym materiale ze strony „Fabryki Siły” Trzeba co prawda przyznać, że generalnie wpisy zamieszczane na wspomnianej stronie są krótsze niż te ze strony Chodakowskiej i ograniczają się zwykle do tzw. memów – czyli obrazków (w tym wypadku zdjęć) z umieszczonym na nim napisem. Tym niemniej, przy całej swej lakoniczności, posty „Fabryki Siły”, gdy poruszają tematykę możliwości kształtowania przez jednostkę własnej sytuacji, skłaniają się zdecydowanie ku tezie o wewnętrznym umiejscowieniu kontroli.

Na wspomnianej stronie w analizowanym okresie znalazł się bowiem tylko jeden wpis uznający istnienie ograniczeń we wspomnianej dziedzinie. Chodzi o post z 20.08 zawierający zdjęcie, które przedstawia obskurne pomieszczenie przerobione na prowizoryczną siłownię. Tekst na memie głosi: „Zacznij tam gdzie jesteś, użyj tego co masz, zrób co możesz”. Tym samym twórcy strony *implicite* przyznają, że możliwości jednostki w dziedzinie kształtowania

własnej cielesności podlegają materialnym ograniczeniom – przynajmniej w kwestii pozostających do dyspozycji środków.

Z drugiej strony we wpisach „Fabryki Siły” napotykamy aż 16 wypowiedzi wyrażających wiarę w nieograniczone możliwości jednostki w dziedzinie kontrolowania własnej sytuacji. Jednakże, w porównaniu ze stroną Chodakowskiej, teza o nieograniczonej podmiotowej mocy proporcjonalnie rzadziej odnoszona jest do całokształtu sytuacji życiowej.

Połowa spośród wspomnianych 16 wypowiedzi – poprzez swą treść bądź zawarte w nich odniesienia do towarzyszących im zdjęć – dotyczy bowiem wyłącznie sfery kształtowania cielesności. Do grupy tej należy między innymi mem z 11.06 – zdjęcie przedstawiające muskularnego mężczyznę wykonującego ćwiczenia fizyczne, a opatrzone tekstem: „Przyjrzyj się uważnie, młody. Wszystko, co wmawiali Ci na lekcjach fizyki przestanie zaraz mieć znaczenie”. Nad zdjęciem jest jeszcze krótki komentarz: „Niemożliwe”? „Wykreśl je raz na zawsze ze swojego słownika!”

Identyczne przesłanie niesie ze sobą również wpis z 5.07, gdzie zdjęcia ilustrujące cielesną przemianę młodego chłopaka opatrzone zostały komentarzem: „Między 14 a 17 rokiem życia zrobił ze swoim ciałem coś niemożliwego!”

Przeświadczenie, że niemożliwe – przynajmniej w sferze kształtowania własnej cielesności – nie istnieje, znajduje swój wyraz także w pozostałych wypowiedziach należących do wspomnianej kategorii. „Nastaw Swój umysł, a ciało się podporządkuje” – głosi mem z 7.08. Z kolei zdjęcie w memie z 8.08 przedstawia szczupłą kobietę o uderzająco wąskiej talii, która – jak sugerują towarzyszące jej na fotografii osoby – jest matką sześciorga dzieci. „Tak, dobrze Wam się wydaje...” – głosi dołączony do fotografii tekst. – Pamiętajcie – ograniczenia tworzycie sobie sami!”

We wpisie z 19.08 znajdujemy serię czterech zdjęć pokazujących stopniowy rozwój masy mięśniowej u młodego mężczyzny, którym towarzyszy tekst: „Kiedyś wszyscy się ze mnie śmiali. Dziś pytają mnie o rady!” Zdjęcie opatrzone jest także komentarzem: „Zrobił genialną metamorfozę. Pamiętaj o swoich możliwościach”.

W innych wpisach należących do omawianej grupy podkreśla się jednak, że, aby przekształcić swoje ciało, same chęci nie wystarczą – potrzebna jest jeszcze wytrwała praca. „Swojego ciała się nie wstydz” – czytamy w memie z 22.08 przedstawiającym zdjęcie młodego Arnolda Schwarzeneggera – „wstydz się swojego lenistwa, bo ze swoim ciałem możesz zrobić wszystko!” Zdjęciu towarzyszy komentarz: „Wybór zawsze należy do Ciebie!” Tekst na przedstawiającym cielesne metamorfozy memie z 13.07 głosi zaś: „Nie

przeceniaj tego co możesz dokonać w miesiąc. Ale zobacz co możesz osiągnąć w 2 lata! Nawet jeśli teraz nie wiesz jak trenować”.

Taka praca niewątpliwie wymaga przewyżnienia własnych słabości, ale twórcy strony podkreślają, że przewyżniając je można zdobyć jeszcze więcej siły na realizację swojego celu – wpis z 25.06 zawiera zdjęcie przedstawiające wyczerpanych po treningu mężczyzn leżących na podłodze siłowni i opatrzony został tekstem: „Polegli na polu chwały. Powstaną silniejsi! A wtedy nie zatrzyma ich już NIC!”

7 spośród pozostałych 8 wypowiedzi wyrażających przeświadczenie o wewnętrznym umiejscowieniu kontroli ma charakter ogólny i, gdyby były rozpatrywane w oderwaniu od swego kontekstu, można by odnosić je do całokształtu sytuacji życiowej. Jednakże fakt, że ilustrowane są zdjęciami atletycznie zbudowanych mężczyzn wykonujących ćwiczenia lub z dumą prezentujących swoje mięśnie w pewien sposób „nagina” je znaczeniowo i sprawia, że w pierwszym rzędzie wydają się jednak odnosić do sfery kształtowania cielesności.

Przykładem może być wpis z 10.06 zawierający zdjęcie imponująco zbudowanego mężczyzny opatrzone napisem: „Moje sny stały się rzeczywistością. Nie waście się mnie budzić!” Identyczne przeświadczenie o możliwości zrealizowania przez jednostkę własnych pragnień wyraża post z 26.07, w którym czytamy: „Nie istnieje siła, która mogłaby Cię zatrzymać!”

Jednakże w innych wypowiedziach należących do wspomnianej kategorii autorzy strony kolejny raz podkreślają, że osiągnięcie życiowych celów wymaga konsekwencji w działaniu i przewyżnienia słabości: „Możesz zrobić wszystko co chcesz jeśli tylko trzymasz się tego celu wystarczająco długo” (wpis z 13.07), „Pokonaj siebie by wyznaczyć nowe granice własnych możliwości” (21.06), „Będziesz słaby tak długo, jak długo sobie na to pozwolisz” (30.07), „Nie dam rady. To zdanie Ciebie na pewno nie dotyczy” (17.06). Post z 31.07 wyraża natomiast optymistyczne przekonanie, że czytelnikowi uda się wygrać w walce z własnym lenistwem i zniechęceniem. „Wszystkie Twoje słabości są w Twoim zasięgu!” – głosi wpisany na memie tekst, który opatrzony został dodatkowym komentarzem: „Zapomnij o nich raz na zawsze! Z nami się uda!”

W analizowanym materiale ze strony „Fabryka Siły” napotykamy tylko na jedną wypowiedź, w której teza o kontroli jednostki nad własną sytuacją wypowiedziana została bez żadnych odniesień czy nawiązań do sfery kultury fizycznej. Chodzi o post z 30.08 zawierający „kilka prostych zasad, aby Twoje życie stało się lepsze”. Jedną z nich ma być przyjęcie do wiadomości, że „nikt nie jest odpowiedzialny za Twoje szczęście poza Tobą”. Mężczyzna na

towarzyszącym tym poradom zdjęciu nie ćwiczy ani nie pręży mięśni, tylko przypatruje się w zadumie panoramie miasta.

W odróżnieniu od strony „Ewa Chodakowska”, na której napotkać można wiele wypowiedzi wskazujących na możliwość wykorzystywania kompetencji, które pozwoliły na sukces w sferze kształtowania ciała, również w innych dziedzinach życia, w analizowanym materiale ze strony „Fabryka Siły” znaleziono tylko jedno stwierdzenie tego typu. Chodzi o wpis z 5.06: „Życie wymaga siły. Istnieje miejsce, w którym zdobędziesz jej więcej, niż gdziekolwiek indziej”. Z drugiej strony napotkano również na jedną wypowiedź, z której wynika, że sukcesy w kształtowaniu cielesności niekoniecznie idą w parze z sukcesami w innych dziedzinach życia. W poście z 23.06 czytamy: „Siłownia nigdy Cię nie zdradzi. Dlatego stworzysz z nią silny związek”. Cytowane zdanie sugeruje zatem, że sukces w innych sferach życia jest trudniejszy niż sukces na siłowni, można tam zostać „zdradzonym”, a wówczas jedynie siłownia pozostanie jako miejsce, w którym można osiągać życiowe spełnienie. Użycie słowa „zdradzony” odwołuje się przy tym konkretnie do niepokojów związanych ze sferą relacji męsko-damskich. Sugeruje to, że zacytowane zdania interpretować należy w świetle literatury tłumaczącej popularność kulturystyki w kategoriach współczesnego kryzysu męskości<sup>10</sup>.

## Podsumowanie i wnioski

Odpowiadając na pytanie pierwsze możemy stwierdzić, że badane strony skłaniają swoich czytelników do postrzegania własnej sytuacji raczej jako możliwej do kontrolowania przez nich samych niż determinowanej przez zewnętrzne czynniki. W analizowanej próbie napotykamy bowiem łącznie na 27 wypowiedzi wyrażających przekonanie o zdolności jednostki do sprawowania nieograniczonej kontroli nad własną sytuacją i tylko 3 wypowiedzi wskazujące na ograniczenia owej kontroli. Ze zdecydowaną przewagą wypowiedzi wyrażających przekonanie o wewnętrznym umiejscowieniu kontroli spotykamy się zarówno w przypadku strony „Ewa Chodakowska” jak i „Fabryka Siły”

Uzyskana w wyniku analizy odpowiedź na drugie pytanie badawcze nie jest natomiast jednoznaczna. O ile bowiem na stronie „Ewa Chodakowska” teza o potencjalnie nieograniczonych możliwościach sprawczych jednostki w zdecydowanej większości przypadków (8 na 11) odnosi się do całokształtu jej sytuacji życiowej, o tyle na stronie „Fabryka Siły” przynajmniej w połowie przypadków (w 8 spośród 16, ale – przy szerszej interpretacji – aż w 15

<sup>10</sup> Por. np. Z. Melosik (2008), *Kryzys męskości w kulturze współczesnej*, Warszawa.

spośród 16) teza ta ogranicza się do poglądu o możliwości kształtowania przez jednostkę własnego ciała.

Obserwację, zgodnie z którą „Fabryka Siły” – w przeciwieństwie do strony Chodakowskiej – skłonna jest postrzegać wewnętrzne umiejscowienie kontroli jako fenomen ograniczony do sfery kształtowania własnej cielesności, potwierdza również fakt, iż o ile u Chodakowskiej spotykamy się z licznymi (łącznie 11) wypowiedziami podkreślającymi możliwość przenoszenia kompetencji, które pozwoliły na sukces w dziedzinie kształtowania ciała, na inne dziedziny życia (przy braku wypowiedzi negujących taką ewentualność), o tyle na stronie „Fabryka Siły” w badanym okresie napotykamy tylko na jedną wypowiedź dopuszczającą taki transfer kompetencji oraz na jedną wypowiedź, która *implicite* neguje taką możliwość.

Jak wspomiano już we „Wprowadzeniu”, wiara w podmiotową moc, do której zachęcają badane strony, jest zjawiskiem charakterystycznym dla społeczeństw nowoczesnych, a wyrastającym między innymi z form legitymizacji przyjętych w ramach neoliberalnego porządku. Praktyką społeczną generującą tego rodzaju ideologiczną legitymizację opartą na tezie o wewnętrznym umiejscowieniu kontroli jest dziś w dużej mierze tzw. coaching, czyli działania dydaktyczno-terapeutyczne, które mają umożliwić ich uczestnikom wewnętrzny rozwój, a w efekcie osiągnięcie społecznego sukcesu. Dyskurs coachingowy głosi, że sukces taki jest dostępny każdemu, jeśli tylko zechce rozwinąć swój wewnętrzny potencjał. Tym samym zakłada się więc, że przyczyną społecznych niepowodzeń jednostki jest jej własna bierność i lenistwo. Efektem jest uprawnienie panującego porządku społecznego na jego różnych poziomach. Jak pisze Schulz, coaching indywidualizuje dotykające system konflikty: „problem jest interpretowany i relacjonowany jako problem jednostki, choć byłyby możliwe również inne interpretacje na nieindywidualnym poziomie”<sup>11</sup>.

Negatywnym skutkiem dyskursu coachingowego, jest wywoływanie frustracji poprzez przerzucanie na jednostkę ciężaru odpowiedzialności za własne życiowe porażki. Jak piszą Cedertström i Spieer: „Jednym z głównych motywów przewijających się przez większość coachingowych interwencji jest to, że musimy brać odpowiedzialność za swoje życie i dobre samopoczucie i podtrzymywanie niesprawiedliwego porządku społecznego. Złą stroną tego podejścia jest obwinianie samych siebie za wszystkie ewentualne problemy,

---

<sup>11</sup> F. Schulz (2010), *The Politics of Work Coaching – Between Impairing Vision and Creating Visions*, [http://epubs.surrey.ac.uk/2445/1/politics\\_SCHULZ.pdf](http://epubs.surrey.ac.uk/2445/1/politics_SCHULZ.pdf) (dostęp: 20.12.2016).

niezależnie od tego, czy chodzi o kryzysy w związkach, utratę pracy czy poważne schorzenia”<sup>12</sup>.

Innym zarzutem, który można wysunąć wobec coachingu, a o którym wspomina między innymi przywoływany już Florian Schulz<sup>13</sup>, jest fakt, że skłania on jednostkę do poddania swego życia prywatnego i emocjonalnego, czasem łącznie z jego najbardziej intymnymi aspektami, dyrektywom specjalistów od „wyzwalania potencjału” – często zresztą samozwańcych.

Wypowiedzi z analizowanych stron wyrażające przeświadczenie o możliwości kontrolowania przez jednostkę całokształtu własnej sytuacji życiowej wpisują się niewątpliwie w tak rozumiany dyskurs coachingowy, co sprawia, że krytykę formułowaną wobec coachingu można skierować również pod ich adresem. Z jednej strony można je zatem pochwalić – tak samo jak cały coaching – za zachęcanie odbiorców do wyrwania się z nieracjonalnej bierności, co w wielu przypadkach może rzeczywiście prowadzić do poprawy życia. Z drugiej strony jednak, można im zarzucić rozpowszechnianie niezgodnego z prawdą poglądu, wedle którego każdy, jeśli się postara, może osiągnąć społeczny sukces. Tym samym przyczyniają się one bowiem do wywoływania frustracji u osób, które przegrały w walce o lepsze pozycje społeczne, gdyż przerzucają na nie ciężar odpowiedzialności za własną porażkę, odsuwając jednocześnie panujący porządek społeczny poza sferę krytyki. Fakt, że na ograniczonym polu dążeń do wzorca szczupłego u kobiet zaś muskularnego u mężczyzn ciała<sup>14</sup> zasada „chcieć to móc” w dużej mierze się sprawdza, nadaje we wspomnianych wypowiedziach tezom fałszywe uwiarygodnienie. Jeśli bowiem ktoś rzeczywiście chce się odchudzić, to się odchudzi. Nie znaczy to jednak, że same chęci zawsze wystarczą, by, nawet posiadając zdolności, dostać się na dobrą uczelnię, zdobyć stałą i dobrze płatną pracę czy zarobić na mieszkanie.

W ramach analizowanego materiału, wypowiedzi o możliwości kontrolowania przez jednostkę całokształtu jej sytuacji życiowej pojawiają się jednak głównie na stronie „Ewa Chodakowska”. „Fabryka Siły” jest zaś bardziej powściągliwa w formułowaniu tego rodzaju tez – tutaj pogląd o wewnętrznym umiejscowieniu kontroli często ogranicza się do przekonania o możliwości

---

<sup>12</sup> C. Cedertström, A. Spicer (2016), *Pętla dobrego samopoczucia*, Warszawa: 16-17.

<sup>13</sup> F. Schulz, dz. cyt.

<sup>14</sup> Trzeba oczywiście przyznać, że realizowanie wszystkich zawartych na stronie „Ewa Chodakowska” zaleceń – a w szczególności tych związanych z dietą – wymagałoby wydatków trudnych do udźwignięcia w ramach domowych budżetów znacznej części Polaków. Nie ulega jednak wątpliwości, że zastosowanie choćby tylko części dyrektyw może w istotny sposób wpłynąć na wygląd i kondycję fizyczną.

kształtowania przez jednostkę własnego ciała. Można odnieść wrażenie – choć potwierdzenie tego podejrzenia wymagałoby szerszych badań – że idzie to w parze z pewnym pesymizmem co do możliwości kształtowania własnej sytuacji życiowej w innych sferach<sup>15</sup>. W tym przypadku zarzut o wpisywanie się w standardowy dyskurs coachingowy byłby więc bezzasadny. Wydaje się natomiast, że pojawia się inne zagrożenie.

W sytuacji, gdy sfera kształtowania ciała postrzegana jest jako jedyna enklawa, w której można sprawować kontrolę nad własnym życiem, pojawia się bowiem ryzyko, iż sferze tej zacznie przypisywać się większe znaczenie niż na to zasługuje i przypisze się jej wagę, której nie będzie w stanie udźwignąć. Niektóre wpisy z analizowanego materiału ze strony „Fabryka Siły” sugerują, że ze zjawiskiem takim w istocie mamy tam do czynienia. W poście z 20.07 autorzy strony, mając na myśli ćwiczenia na siłowni, napominają czytelnika pisząc: „Masz sporo obowiązków? Nie zapominaj o najważniejszym z nich!” Z kolei we wpisie z 19.06 napotykaamy zdjęcie okazałego bicepsa opatrzone tekstem: „Żadne skarby świata nie są warte tego skarbu”. Czy fani strony w istocie sądzą, że w życiu nie ma nic ważniejszego? Dobrze by było, gdyby zastanowili się nad odpowiedzią na to pytanie.

---

<sup>15</sup> Można w tym miejscu wysunąć hipotezę, która posłuży jako punkt wyjścia do dalszych badań, że wspomniana powściągliwość czy wręcz pesymizm „Fabryki Siły” – kontrastujący z optymizmem strony Chodakowskiej – wynika z faktu, że pierwsza z tych stron adresowana jest do kobiet, a druga do mężczyzn. We współczesnych społeczeństwach zachodnich – w tym także w Polsce – pozycja kobiet, choć wciąż dyskryminowanych, ulega bowiem poprawie, podczas gdy pozycja społeczna mężczyzn jest w wieloraki sposób zagrożona.