

Małgorzata Latoch-Zielińska

ORCID: 0000-0002-2481-6683

Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie

Trudne tematy w szkole. Przygotowanie przyszłych polonistów do wprowadzania w praktyce edukacyjnej problematyki związanej z zaburzeniami odżywiania

Wprowadzenie, czyli dlaczego to takie ważne

Według Światowej Organizacji Zdrowia samoocena i zadowolenie z życia u polskich nastolatków pogarsza się wraz z wiekiem. W wieku jedenastu lat „za grube” czuje się 39 procent dziewcząt, w wieku trzynastu lat już 49 procent, a w wieku piętnastu lat – 52 procent dziewcząt. Niestety, Polska ma pod tym względem najgorsze wyniki spośród kilkudziesięciu badanych państw¹.

Współczesny nauczyciel mierzy się z różnymi trudnymi sytuacjami w szkole. Polonista może stanąć wobec konieczności porozmawiania z młodzieżą na tematy dotyczące nie tylko kwestii języka czy literatury. Nastolatki to grupa często zmagająca się z hejtem i negatywnymi uwagami na temat wyglądu. Jedna z bohaterek książki Justyny Suheckiej *Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze* uważa, iż „w naszej kulturze ciało to niestety temat rzeka. Jest mnóstwo cech, z których akceptacją mamy problem. 64 procent dziewczyn i aż 75 procent chłopców nie czuje w tej kwestii wsparcia nawet ze strony znajomych”². W dalszej części wypowiedzi podkreśla, że problem tkwi w tym, iż dorośli – rodzice, nauczyciele – nie potrafią rozmawiać na takie tematy: często barierą jest język, ale również ograniczenia związane z wychowaniem w kulturze wstydu, niedostrzegania własnego ciała, a wręcz postrzegania go negatywnie. Wiele badań dowodzi, że zaburzenia odżywiania wynikają ze splotu czynników indywidualnych, biologicznych i społeczno-kulturowych³. Bardzo często wiążą się właśnie

¹ J. Suhecka, *Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze*, Warszawa 2022, s. 159.

² Tamże, s. 160.

³ Zob. m.in. T. Tołubińska i in., *Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia oraz ryzyka wystąpienia zaburzeń odżywiania u młodzieży licealnej w wieku 16–20 lat*, „Bromatologia i Chemia

z brakiem akceptacji własnego wyglądu, dążeniem do wyimaginowanej doskonałości, wzorca kreowanego przez media czy presji wywieranej przez najbliższych. Badacze zwracają uwagę zwłaszcza na rolę rodziców oraz opiekunów, nauczycieli, którzy mają zasadniczy wpływ na budowanie poczucia wartości i samooceny. Niemniej ważne są czynniki kulturowe, do których należą: „presja wywierana przez media dotycząca odchudzania się i stosowania diety; silna koncentracja na własnym wyglądzie oraz niezadowolenie z niego; idealizowanie szczupłej sylwetki; stygmatyzowanie otyłości”⁴. Promowany w przekazach medialnych kult idealnej, czyli szczupłej sylwetki negatywnie oddziałuje na odbiorców. Spełnienie takich wymagań jest dla większości osób niemożliwe, a to prowadzi do frustracji i autokrytyki. Renee Engeln, profesor badająca historię kobiet walczących z obsesją piękną, trafnie zauważa, iż

stworzyliśmy kulturę, która wmawia kobietom, że najważniejsze to być piękną. Narzucamy im nieosiągalne kanony piękna, a później, kiedy się nimi przejmują – oskarżamy o próżność albo, co gorsza, zbywamy pełnymi troski słowami: „Każdy jest piękny na swój sposób” i upominamy, że powinny akceptować siebie takimi, jakie są⁵.

Warto tutaj dodać, iż wskazywana przez autorkę obsesja piękna dotyczy również współczesnych mężczyzn, którzy zgodnie z popkulturowym kanonem powinni być szczupli i umięśnieni. Zgadzam się w pełni z opinią Engeln, że nasza kultura jest wręcz

Toksykologiczna” 2012, t. 45, nr 3, s. 845–851; J.B. Grasewicz, *Wpływ zaburzonego wizerunku ciała na powstawanie zaburzeń odżywiania się*, „Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne” 2016, vol. 6, nr 4, s. 315–322; E. Rzońca, A. Bień, G. Iwanowicz-Palus, *Zaburzenia odżywiania – problem wciąż aktualny*, „Journal of Education, Health and Sport” 2016, vol. 6, nr 12, s. 267–273; E. Kędra, *Zaburzenia odżywiania – znak naszych czasów*, „Pielęgniarstwo Zdrowia Publicznego” 2011, vol. 1, nr 2, s. 169–175; A. Krzywdzińska, K.K. Hozyasz, *Ortoreksja – patologiczna kontrola nad odżywianiem. Zagrożenie dla dzieci i młodzieży*, „Pediatria Polska” 2014, vol. 89, z. 2, s. 119–124; M.W. Pilecki, B. Józefik, M. Kościelniak, *Percepcja relacji w rodzinie pochodzenia pacjentek z zaburzeniami odżywiania się a percepcja relacji w rodzinach pochodzenia ich rodziców*, „Psychiatria Polska” 2015, vol. 49, nr 4, s. 731–746; G. Jagielska, *One są wśród nas. Dziecko z zaburzeniami odżywiania w szkole i przedszkolu. Informacje dla pedagogów i opiekunów*, Warszawa 2010, s. 21–22; J. Wycisk, B. Ziółkowska, *Młodzież przeciwko sobie. Zaburzenia odżywiania i samouszkodzenia – jak pomóc nastolatkom w szkole*, Warszawa 2010, s. 135; J. Branchill, N. Taylor, *A jeśli to... zaburzenia odżywiania*, Warszawa 2001; M. Kochan-Wójcik, E. Małkiewicz, *Wizualne mass media a wizerunek własnego ciała u dorastających dziewcząt – przegląd literatury*, „Psychologia Rozwojowa” 2003, t. 8, nr 2–3, s. 9–16; Z. Melosik, *Młodzież i styl życia. Paradoksy pop-tożsamości*, [w:] *Młodzież, styl życia i zdrowie. Konteksty i kontrowersje*, red. Z. Melosik, Poznań 2001, s. 11–59; W. Strzelecki i in., *Zmiana wizerunku medialnego kobiety a zaburzenia odżywiania we współczesnym świecie*, „Nowiny Lekarskie” 2007, nr 2, s. 173–181; B. Ziółkowska, *Specyfika stadium adolescencji jako kontekst ekspresji „anorexiernervosa”*, [w:] *Zagrożenia rozwoju w okresie dorastania*, red. A. Brzezińska, M. Bardziejewska, B. Ziółkowska, Poznań 2003, s. 153–172; R. Engeln, *Obsesja piękna. Jak kultura popularna krzywdzi dziewczynki i kobiety*, przeł. M. Bazylewska, Warszawa 2021.

⁴ D. Kochman, M. Jaszczak, *Zaburzenia odżywiania się – częsty problem współczesnej młodzieży*, „Innowacje w Pielęgniarstwie i Naukach o Zdrowiu” 2021, t. 6, nr 4, s. 114.

⁵ R. Engeln, *Obsesja piękna. Jak kultura popularna krzywdzi dziewczynki i kobiety*, przeł. M. Bazylewska, Warszawa 2021, s. 9.

owładnięta obsesją piękna; że ciągłe podkreślanie wyglądu, zamiast eksponowania osobowości, osobistych dokonań, sukcesów naukowych, zawodowych czy sportowych, nakręca ten trend. W większym stopniu zjawisko to dotyczy dziewcząt i kobiet – to one częściej zmagają się z bodyshamingiem, czyli z przemocą słowną, uwagami, których celem jest ośmieszenie, zakłopotanie, a nawet upokorzenie z powodu wyglądu, co w konsekwencji może prowadzić do różnorodnych zaburzeń odżywiania.

Nowa klasyfikacja chorób i zaburzeń psychicznych DSM-5 wskazuje siedem rodzajów tych zaburzeń. Należą do nich: pica⁶, zaburzenie przeżuwania⁷, zaburzenie polegające na ograniczaniu przyjmowania pokarmów (ARFID)⁸, jadłowstręt psychiczny (*anorexia nervosa* – AN)⁹, żarłoczność psychiczna (*bulimia nervosa* – BN)¹⁰, zaburzenie przebiegające z napadami objadania się (*binge eating disorder* – BED)¹¹, inne nieokreślone zaburzenia odżywiania się.

Wszystkie zaburzenia odżywiania można podzielić na dwie grupy: specyficzne i niespecyficzne. Do pierwszej należą: jadłowstręt psychiczny, żarłoczność psychiczna oraz ich

⁶ Zjadanie substancji ogólnie uznawanych za niejadalne. Zob. J. Jakubasik, *Choroba Pica – przyczyny, objawy i leczenie łaknienia spazzonego*, 2022, <https://portal.abcdzrowie.pl/choroba-pica-przyczyny-objawy-i-leczenie-laknienia-spazzonego> (dostęp: 28.10.2023).

⁷ Inaczej zespół ruminacji, to stale występujące cofanie się pokarmów. Zob. D. Książdźyna, *Zaburzenia czynnościowe żołądka i dwunastnicy*, [w:] *Zaburzenia czynnościowe przewodu pokarmowego*, red. L. Paradowski, Wrocław 2007, s. 89–104.

⁸ *Avoidant/Restrictive Food Disorder* objawia się brakiem zainteresowania jedzeniem (pomijanie, posiłków, mała ilość jedzenia), wrażliwością sensoryczną (np. unikanie owoców, warzyw), lękiem przed wystąpieniem nieprzewidzianych konsekwencji (takich jak dławienie się, krztuszenie, wymiotowanie). Zob. K. Pyrgiel, *ARFID – nowa kategoria diagnostyczna zaburzeń odżywiania*, <https://centrumzaburzenodzywiania.pl/strefaspecjalisty/arfid-nowa-kategoria-diagnostyczna-zaburzen-odzywiania/> (dostęp: 28.10.2023); B. Ziółkowska, *Zaburzenie polegające na ograniczaniu/unikaniu przyjmowania pokarmów – rozważania w świetle wyników badań*, „Pediatria Polska” 2017, vol. 92, z. 6, <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031393917301622> (dostęp: 28.10.2023).

⁹ „Jadłowstręt psychiczny jest schorzeniem o podłożu psychicznym, które objawia się świadomym, rygorystycznym ograniczaniem przyjmowanych pokarmów, a także silnym koncentrowaniem się na wyglądzie i masie ciała, czemu towarzyszy paniczny strach przed przybraniem na wadze. Jednocześnie pojawia się zaburzone postrzeganie obrazu własnej sylwetki, co prowadzi do poważnych zaburzeń w funkcjonowaniu organizmu” – zob. D. Kochman, M. Jaszczak, *Zaburzenia odżywiania się...*, s. 114–115.

¹⁰ „Istotą bulimii są napady objadania się, wynikające z napięcia emocjonalnego i przegłodzenia. Charakterystyczne dla tego schorzenia są zachowania kompensacyjne występujące po napadach żarłoczności, tj.: prowokowanie wymiotów, stosowanie środków przeczyszczających i moczopędnych, głodówki czy intensywne ćwiczenia” – tamże, s. 116.

¹¹ Spożywanie w niekontrolowany sposób dużych ilości jedzenia. Kompulsywne objadanie się może dotyczyć spożywania określonych produktów, zwłaszcza tych bogatych w tłuszcz i cukry proste. Nie towarzyszą mu, tak jak w bulimii, wymioty i przeczyszczanie. Cierpiącym na BED towarzyszą negatywne emocje, takie jak wstyd czy poczucie braku kontroli. Zob. M. Olchowska, *Binge-eating disorder (BED) – zespół kompulsywnego objadania się lub zespół gwałtownego objadania się – jak rozpoznać?*, 2022, <https://mojdietetyk.pl/aktualnosci/binge-eating-disorder.html> (dostęp: 28.10.2023).

formy atypowe. Drugą grupę stanowią zaburzenia nietypowe, które nie spełniają warunków określonych zaburzeń odżywiania. Należą do nich: ortoreksja¹², bigoreksja *nervosa*¹³, zespół jedzenia nocnego (NES)¹⁴ oraz zespół gwałtownego objadania się (BED)¹⁵.

Można oczywiście w tym miejscu zadać sobie pytanie, jaki jest związek szkoły oraz edukacji polonistycznej z poruszonymi wyżej zagadnieniami medycznymi. Przywołam tutaj trafną wypowiedź jednego z bohaterów cytowanej już książki Suheckiej, który mówi:

Pewnie nauczono cię już, jak wykonać masaż serca i że kiedy ktoś się topi, a ty nie potrafisz pływać, to trzeba zawołać ratownika. Uczą tego w szkole, w harcerstwie albo na zajęciach sportowych. Prawdopodobnie jednak częściej niż przedmedycznej będziesz udzielać pierwszej pomocy psychologicznej. – A to nie dzieje się samo i nie jest tak, że rodzimy się z tymi umiejętnościami. Tego, jak mądrze pomagać, by nie zrobić krzywdy sobie i innym, trzeba się wcześniej, jak większości rzeczy, nauczyć [...]¹⁶.

Nie uważam oczywiście, że polonista czy jakikolwiek inny nauczyciel może stać się terapeutą, że możemy nauczyć mądrzej, skutecznej i fachowej pomocy na studiach innych niż psychologia czy studiach z zakresu psychoterapii. To jest z różnych względów niemożliwe. Natomiast możemy naszych studentów przygotować do rozmowy z uczniami na temat zaburzeń odżywiania i problemów z nimi związanych; możemy ich uwrażliwić na symptomy tych chorób, by w przyszłości młodzi ludzie nie zostali pozostawieni sami sobie¹⁷. Możemy również przygotować przyszłych polonistów

¹² Obsesja na punkcie zdrowej żywności, jakości przyjmowanego pokarmu oraz zdrowego trybu życia. Zob. D.D. Nelkowska, *Orthorexia nervosa. Definicje, kryteria, klasyfikacje – kontrowersje i rozbieżności w wynikach badań*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio J – Paedagogia-Psychologia” 2019, Vol. 32, nr 3, s. 169–180, <https://www.journals.umcs.pl/j/article/viewFile/8960/7056> (dostęp: 28.10.2023).

¹³ Zaburzenie dotyczące głównie mężczyzn; jest to fiksacja na ciele i wyglądzie zewnętrznym oraz zaburzony obraz własnego ciała. Osoby cierpiące na to zaburzenie postrzegają swoje ciało jako brzydkie i niespełniające narzuconych kryteriów. Chorzy narzucają sobie bardzo restrykcyjne diety oraz plany treningowe, które mają na celu doprowadzić do maksymalnego zwiększenia tkanki mięśniowej. Zob. P. Pawełczyk-Jabłońska, *Bigoreksja – męskie zaburzenie odżywiania*, 2018, <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/bigoreksja-meskie-zaburzenie-odzywiania/> (dostęp: 28.10.2023).

¹⁴ *Night eating syndrome* to wielokrotne wstawanie w nocy, aby coś zjeść. W ciągu całej doby chory cierpiący na NES spożywa tyle samo kalorii, co inni ludzie, ale większość w nocy. Może to robić świadomie lub nie. Zob. M. Gajda, *Zespół nocnego jedzenia – przyczyny, objawy, leczenie*, 2018, <https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/otylosc/zespol-nocnego-jedzenia-przyczyny-objawy-leczenie-aa-RDy4-gCGe-eRUK.html> (dostęp: 28.10.2023).

¹⁵ D. Kochman, M. Jaszczak, *Zaburzenia odżywiania się...*, s. 112.

¹⁶ T. Bilicki, *Pierwsza pomoc psychologiczna*, [w:] J. Suhecka, *Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze*, Warszawa 2022, s. 10.

¹⁷ Zwłaszcza że, jak podkreśla doktor Nowakowska-Domagała, psycholożka kliniczna, certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień i psychoterapeutka: „Anoreksja i bulimia

do dyskusji na temat książek, po które coraz częściej sięgają młodzi ludzie. Pozycji, których autorzy poruszają tematy trudne, dotyczące właśnie zaburzeń odżywiania, presji bycia pięknym/szczupłym. Zbyt mała obecność tej tematyki w szkole może być spowodowana m.in. brakiem właściwych kompetencji do pracy z takimi tekstami czy po prostu ich nieznamościami. Propozycja zajęć realizowanych w ramach specjalności nauczycielskiej może służyć uświadomieniu wagi problemu oraz przygotowaniu naszych studentów do zmierzenia się z tymi wyzwaniami.

Dlaczego takie teksty?

Wybór trzech tak różnych rodzajowo i gatunkowo utworów nie jest przypadkowy. W czasie zajęć studenci będą mogli zderzyć się z odmiennymi sposobami mówienia o poruszanej problematyce, zidentyfikować zastosowane środki wyrazu, poznać fikcyjnych i autentycznych bohaterów i bohaterki oraz ich dramatyczne historie.

Spośród wielu filmów, które poruszają wątek zaburzeń odżywiania¹⁸, do analizy podczas zajęć wybrano jeden z najnowszych obrazów zrealizowany na zamówienie

mają jeden z najwyższych wskaźników śmiertelności wśród chorób natury psychicznej. Skrajnie niskie BMI oznacza bezpośrednie zagrożenie życia, a powikłania kardiologiczne czy elektrolitowe mogą niemalże z minuty na minutę doprowadzić do śmierci. Dane z badań mówią, że pacjenci chorujący na anoreksję umierają z powodu powikłań w wyniku głodzenia się, ale około jednej trzeciej popełnia samobójstwo [...]. Zaburzenia odżywiania można porównać do uzależnienia od alkoholu. Nawet osoba, która z nich wyszła, czyli osiągnęła odpowiedni wskaźnik BMI i zmieniła podejście do spraw jedzenia, wyglądu, swojej osoby i innych ludzi, powinna już do końca życia zachowywać czujność, obserwować swoje myśli i zachowania” – zob. K. Stabach, *Głodne. Reportaże o (nie)jedzeniu*, Warszawa 2023, s. 133–137.

¹⁸ Zdecydowana większość filmów o zaburzeniach odżywiania porusza problem anoreksji, rzadziej spotykamy się z filmowym obrazem bulimii czy innych zaburzeń tego typu. To niekoniecznie zgadza się z częstotliwością występowaniem tych chorób. „Według National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders ok. 0,9% kobiet może cierpieć z powodu anoreksji, a 1,5% z powodu bulimii” – zob. P. Pawełczyk-Jabłońska, *Zaburzenia odżywiania – jak rozmawiać o pierwszych objawach z własnym dzieckiem?*, 2019, <https://ncez.pzh.gov.pl/dzieci-i-mlodziez/zaburzenia-odzywiania-jak-rozmawiac-o-pierwszych-objawach-z-wlasnym-dzieckiem-3> (dostęp: 28.10.2023). Może to natomiast wynikać z faktu, iż „ze wszystkich chorób natury psychicznej anoreksja wykazuje największy wskaźnik śmiertelności” – zob. K. Turek-Kawecka, *Anoreksja – przyczyny, objawy, leczenie jadłowstrętu psychicznego*, 2022, https://www.doz.pl/czytelnia/a302-Anoreksja_przyczyny_objawy_leczenie_jadlowstretu_psychicznego (dostęp: 28.10.2023). Bohaterkami tych filmów są w zdecydowanej większości nastolatki lub młode kobiety, co wpisuje się w statystyki medyczne, według których 90% osób cierpiących na zaburzenia odżywiania to dziewczynki i kobiety. Do najciekawszych obrazów filmowych poświęconych wspomnianym problemom należą: *Najlepsza mała dziewczynka na świecie* w reżyserii Sama O’Steena (1981); *Z miłości do Nancy* w reżyserii Paula Schneidera (1994); *Gdy przyjaźń zabija* w reżyserii Jamesa A. Contnera (1996); *Cena doskonałości* w reżyserii Douglasa Barra (1997); *Przerwana lekcja muzyki* w reżyserii J. Mangolda (1999); *Skrywana tajemnica* w reżyserii K. Shea (2000); *Szczyt głodu* w reżyserii Joan Micklin Silver (2003); *Kuzyn Amore* w reżyserii Matteo Garrone’a i Massimo Gaudioso (2004); *Pierwsza miłość* w reżyserii Matteo Garrone’a (2004); *Złe nawyki* w reżyserii Simóne Brossa (2007); *Czarny łabędź* w reżyserii Darrena Aronofsky’ego (2010); *Moja przyjaciółka Aba* w reżyserii Tary Miele (2014);

platformy Netflix: *Aż do kości*. Premiera miała miejsce w styczniu 2017 roku. Bohaterką filmu jest 20-letnia Ellen zmagająca się z anoreksją. Dziewczyna pochodzi z rozbitej rodziny. Gdy miała 13 lat, jej matka po rozstaniu z mężem zamieszkała z partnerką, z którą stworzyła nowy, homoseksualny związek, w którym nie było miejsca dla córki. Porzucona przez matkę Ellen czuje się niepotrzebna i wyobcowana. Mieszka z ojcem, macochą i przyrodną siostrą Kelly. Widz poznaje główną bohaterkę w zaawansowanym stadium choroby. Dotychczasowe życie Ellen składało się głównie z pobytów w kolejnych ośrodkach leczniczych i kolejnych nieudanych terapii, po których traciła kolejne kilogramy. Dziewczyna obsesyjnie dąży do samouniżenia. Liczy kalorie w każdym posiłku, głodzi się, ćwiczy do bólu i skrajnego zmęczenia. Jej celem jest, aby ramię mieściło się w okręgu kciuka i wskazującego lub środkowego palca. Przyrodnia siostra nie rozumie takiego zachowania, a koleżanki uważają Ellen za wariatkę. Matka chorej kobiety nie tylko nie chce, aby ta z nią zamieszkała, ale też nie daje jej żadnego wsparcia – nie ma siły patrzeć, jak jej córka umiera. Z kolei ojciec dziewczyny to wielki nieobecny, nigdy nie pojawia się na ekranie; znamy go tylko z wypowiedzi innych bohaterów. Nawet w obliczu śmiertelnej choroby swojego dziecka mężczyzna nie ma czasu. W jednej ze scen filmu bohaterka mówi, że stała się dla rodziny tylko problemem; że nie jest już człowiekiem. Dziewczyna jest niezwykle utalentowana plastycznie, swoje rysunki umieszcza na Tumblrze¹⁹. Jej twórczość i prowadzona w sieci aktywność jest pośrednio przyczyną śmierci głodowej innej nastolatki, dla której Ellen była wzorem do naśladowania. To mocno wstrząsnęło bohaterką i prawdopodobnie pogłębiło jej wcześniejsze problemy psychiczne. Ostatnią deską ratunku dla Ellen ma być pobyt w ośrodku dla młodzieży i niekonwencjonalna terapia prowadzona przez doktora Williama Beckhama. W trakcie zamkniętej terapii dziewczyna poznaje ludzi, którzy tak jak ona zmagają się z zaburzeniami odżywiania i własnymi demonami. Podopieczni charyzmatycznego lekarza wzajemnie się motywują i wspierają. Terapeuta nie zmusza nikogo do jedzenia, niczego nie nakazuje. Celem terapii ma być uświadomienie sobie, na czym polega problem, czyli odkrycie przyczyny choroby. Chęć wyzdrowienia ma być indywidualną decyzją każdego – życie podopiecznych zależy od nich samych. Ellen początkowo nie poddaje się „kuracji” doktora Beckhama, nadal oszukuje, panicznie boi się przytyć. Nie zdaje sobie sprawy, że stacza się po równi pochyłej, że za chwilę może być już za późno na ratunek. W tym samozatrąceniu sięga dna, by jednak znaleźć w sobie chęć do życia. Zakończenie filmu jest zatem optymistyczne, choć jak można przeczytać w jednej z recenzji, film pokazuje

ból, który sięga głębiej niż do kości, bo dotyka samej duszy. Choroba, której do końca nie rozumie nawet ten, kto jej doświadcza. Miesiące i lata, które potrzebne są na

Abzurdah w reżyserii Daniela Goggi (2015); *Moja chuda siostra* w reżyserii Sanny Lenken (2015); *Body/Ciało* w reżyserii Małgorzaty Szumowskiej (2015); *Fedd* w reżyserii Tommy'ego Bertelsena (2017).

¹⁹ Tumblr to platforma mikroblogowa, której użytkownicy mogą tworzyć i zamieszczać wpisy w postaci tekstu, obrazów, klipów wideo, plików dźwiękowych, linków, cytatów czy dialogów.

ozdrowienie, choć każdy dzień może przybliżyć do śmierci. „Aż do kości”, mówiąc o anoreksji, wzrusza, uwiera i przeraża²⁰.

Z całą pewnością tym, co czyni filmową opowieść autentyczną i wiarygodną, jest odwołanie się przez reżyserkę i scenarzystkę Marti Noxon do własnych doświadczeń, wszak sama mierzyła się w przeszłości z anoreksją. Warto docenić Lilly Collins, która wcieliła się w postać Ellen. Aktorka z autopsji wie, czym jest anoreksja, dlatego wypada w swej roli bardzo przekonująco, zwłaszcza że przygotowała się do niej znakomicie nie tylko pod względem psychicznym, ale i fizycznym²¹. Film wzbudził wiele emocji i odmiennych opinii, co może być także tematem do dyskusji i odniesień do innych utworów.

Specjalistycznych poradników, literackich czy dokumentalnych obrazów zaburzeń odżywiania oraz subiektywnych wspomnień/pamiętników osób chorych jest równie wiele jak filmowych realizacji tego tematu²². Kolejny tekst, który zostanie poddany oglądowi, to *Głodne. Reportaże o (nie)jedzeniu*. Jest to zbiór 14 reportaży, rozmów przeprowadzonych przez Klaudię Stabach z osobami chorymi oraz lekarzami prowadzącymi terapię. Wobec bogatej oferty wydawniczej poświęconej tej problematyce można zadać pytanie o kryterium wyboru wyżej wskazanego tekstu. Z całą pewnością chodzi o sposób realizacji tematu wybranego przez Stabach. Reporterka przez rok zbierała materiały w całej Polsce. Przeprowadziła kilkadziesiąt wywiadów. Jej rozmówcami były nie tylko kobiety/dziewczynki czy mężczyźni/chłopcy zmagający się z problemem odżywiania. Autorka dotarła także do ich rodzin oraz państwowych i prywatnych ośrodków zajmujących się leczeniem zaburzeń odżywiania. Z zebranego materiału wybrała „kilkanaście historii, które dobitnie pokazują skalę cierpienia, wstydu i bezsilności. Jednocześnie stanowią dowód, że zaburzenia odżywiania mogą dopaść każdego, niezależnie od wieku, płci czy pozycji społecznej”²³. Zebrane relacje pozwoliły w miarę wyczerpująco przedstawić opisywane zaburzenia i ujawnić

²⁰ J. Traciewicz, *Aż do kości. Film, który wzrusza, uwiera i przeraża*, 2017, <https://rozrywka.spidersweb.pl/az-do-kosci-recenzja> (dostęp: 20.10.2023).

²¹ Collins bardzo schudła właśnie specjalnie do tego filmu. Po tym, jak schudła, słyszała same pozytywne komentarze – co podsumowała stwierdzeniem: „To dlatego dzieją się takie rzeczy”, zob. K. Błaszczewicz, *Lily Collins schudła do roli anorektyczki. Usłyszała same pochwały*, 2017, <https://kobieta.wp.pl/lily-collins-schudla-do-rol-anorektyczki-uslyszala-same-pochwaly-6139191091992705a> (dostęp: 07.10.2024).

²² Zob. m.in. *Głód. Pamiętnik mojego ciała* Roxane Gay; *Oto ciało moje* Aleksandry Pakieły; *Gruba. Reportaż o wadze i uprzedzeniach* Marii Mamczur; *Kto zjada wilcze jagody. O zaburzeniach odżywiania inaczej* Małgorzaty Jankowskiej; *Kiedy cierpisz na zaburzenia odżywiania* Bogny Kuk i Katarzyny Gaber; *Zaburzenia odżywiania. Droga do wyzdrowienia* Kate Middleton; *Jak pokonać objadanie się* Christophera G. Fairburna; *Anorexia nervosa. W sieci pułapek* Małgorzaty Talarczyk; *Anoreksja. Trudne pytania* Małgorzaty Starzomskiej; *Ortoreksja. Zdrowe odżywianie – rozsądek czy już obsesja?* Renee McGregor; *Z anoreksją na pokładzie. Wyznanie stewardesy* Katarzyny Zachacz; *Bulimia. Moja historia choroby* Aleksandry Dejewskiej; *Biel kości* Maliki Tomkiel; *Kompulsywne objadanie się. Jak dzięki mocy własnego mózgu uwolnić się od zaburzeń odżywiania* Kathryn Hansen; *Wstręt* Malwiny Pająk; *Moja przyjaciółka* Nore Elisabeth Karin Pavón Rymre-Rythén; *W cieniu własnego cienia* Julii Land.

²³ K. Stabach, *Głodne. Reportaże o (nie)jedzeniu*, Warszawa 2023, s. 10–11.

ich niektóre przyczyny. Czytelnik może nie tylko przeczytać o codziennym funkcjonowaniu osób cierpiących na zaburzenia odżywiania czy o trudnym procesie leczenia, ale także usłyszeć głos najbliższych. Tekst, który powstał, jest niezwykle poruszający, zwłaszcza że autorka nie boi się drastycznych relacji czy zakończeń bez happy endu. Przykładowo Stabach przywołuje historię 19-latkii, w przypadku której terapia nie dała rezultatu, bo było już za późno. Bardzo ciekawym wątkiem książki jest ruch *pro-ana*, czyli podziemie osób propagujących głodzenie się, negujących anoreksję jako chorobę i traktujących ją jako pożądany, jedyny właściwy styl życia. W wielu krajach zabronione jest promowanie anoreksji, więc „motylki”²⁴, bo tak siebie nazywają członkowie takich grup, prowadzą prywatne profile w mediach społecznościowych. Ich autorami, obserwatorami i naśladowcami są zarówno dziewczęta, jak i chłopcy. Stabach demaskuje również funkcjonujące wśród naszego społeczeństwa uproszczenia i stereotypy na temat zaburzeń odżywiania:

Anoreksja jest kojarzona głównie ze światem mody, bulimia z dolegliwościami żołądkowymi, ortoreksja mylona z ortodoncją, a kompulsywne jedzenie określa się obżarstwem. Liczne mity sprawiają, że bardzo często nawet najbliżsi nie potrafią dostrzec, jaki dramat dzieje się tuż obok. Tym bardziej że osoby z zaburzeniami odżywiania są mistrzami kamuflażu. Potwierdzili to wszyscy, z którymi na ten temat rozmawiałam²⁵.

Bohaterowie reportażu okazują bolesną sprawiedliwość zaburzeń odżywiania. Nie jest już pewne, kto choruje, czy to tylko zdrowe odchudzanie, czy jednak to już niebezpieczne rewiry uzależnienia. Nie wiadomo również, kto zachoruje, bo te zaburzenia nie mają ani płci, ani wieku, ani wyglądu czy statusu społecznego. Swoje historie opowiedzieli: znany skoczek narciarski; śpiewaczka operowa; dyrektorka banku; trener personalny; nastolatki w różnym wieku; niewolnicy diet, „zdrowego” stylu życia, morderczych treningów, objadania się i zwracania posiłków. Jedno w tych wszystkich historiach zwraca uwagę: bardzo długo zarówno osoba chora, jak i jej najbliżsi, rodzina, przyjaciele, współpracownicy nie zdawali sobie sprawy z powagi sytuacji. Kolejna sprawa to poziom opieki medycznej, terapeutycznej w naszym kraju.

²⁴ *Pro-ana* to skrót od hasła *professional anorexia*. Osoby należące do tego ruchu nazywają siebie motylkami, bo chcą jak one wzbudzać zachwyt swoją ulotnością, lekkością, eterycznym wyglądem. Jak pisze Stabach, „Pro-ana to międzynarodowe środowisko. W Stanach Zjednoczonych czy we Francji od lat zbiera swoje żniwo”. Prowadzące swoje blogi, profile na Instagramie nie tylko opisują swoje poczynania, lecz również zachęcają innych do utraty wagi, podkreślając korzyści i przywileje osób szczupłych. „Dlaczego warto schudnąć? By dumnie kroczyć ulicami i śmiać się innym prosto w twarz. [...] By stanąć przed lustrem nago i powiedzieć z uśmiechem na twarzy: «Chude jest boskie» [...]. Nie brakuje również polecajek, czyli informacji o niskokalorycznych produktach, które od kryły motylki, oraz destrukcyjnych rad ułatwiających walkę z chęcią podjadania. «Napisz na nadgarstku swoją wagę, a na drugą wagę wymarzoną. Patrz na cyfry za każdym razem, gdy chcesz coś zjeść», «Noś gumkę recepturkę na ręce i strzelaj nią, gdy tylko pomyślisz o jedzeniu». Na profilach rzekomo niepromujących anoreksji można znaleźć gotowe instrukcje, jak doprowadzić się do zaburzeń odżywiania oraz prężnie działającą wspólnotę” – też, *Głodne...*, s. 48–51.

²⁵ Tamże, s. 8.

Wiele z tych osób nie zostało zdiagnozowanych, nie otrzymało stosownej pomocy – albo otrzymało ją za późno. Brakuje systemowego wsparcia dla rodzin chorych.

Kolejną pozycją do pracy ze studentami jest książka *Cieszę się, że moja mama umarła* Jennette McCurdy, która nosi na tyle szokujący tytuł, że jeszcze przed premierą wzbudziła liczne kontrowersje i dyskusje. Jest to autobiografia byłej dziecięcej aktorki najważniejszych seriali amerykańskiej stacji Nickelodeon²⁶. Swego czasu była idolką dla całego pokolenia nastolatek, które postrzegały jej życie i karierę jako bajkę. McCurdy swoje wspomnienia spisała jako 30-letnia kobieta, już po śmierci matki i po kilkuletniej terapii. Jedną z recenzji tej pozycji zatytułowano *Gdy marzenie rodzica zamienia się w dziecięcy koszmar*²⁷. Wydaje się, iż to bardzo trafnie odzwierciedla i treść wspomnień McCurdy, i cel przywołania tej pozycji w niniejszych rozważaniach. Mamy bowiem tutaj do czynienia z odsłonięciem mechanizmu wchodzenia w zaburzenia odżywiania i inne uzależnienia; wskazane zostają przyczyny, a w zasadzie osoba, która odpowiada bezpośrednio za cierpienia autorki. Czytelnik może być – i na pewno będzie – wstrząśnięty faktem, iż tą negatywną postacią jest najbliższa każdemu dziecku osoba, czyli matka. To matka (Debra) marzyła o karierze aktorskiej i to marzenie przeniosła na córkę. Nie było to jednak wspieranie dziecka, ale regularna przemoc psychiczna i fizyczna. Debra za wszelką cenę chciała uczynić z córki dziecięcą gwiazdę, więc zapisała ją na różne kursy i zajęcia dodatkowe przygotowujące do gry w filmach. Sterowała tym, jak córka ma się zachowywać, co i jak mówić, jak się ubierać; na pierwsze castingi wysyłała ją już w wieku sześciu lat. Aby opóźnić dojrzewanie Jennette, ograniczała jej jedzenie, liczyła skrupulatnie kalorie. To od niej dziewczynka, gdy miała 11 lat, dowiedziała się o deficycie kalorycznym, co doprowadziło ją do anoreksji. Później choroba ta przeszła w bulimię, co przyczyniło się do kolejnych komplikacji zdrowotnych, utraty zębów, uszkodzenia przełyku i następnego uzależnienia, czyli alkoholizmu. Matka mówiła córce, że „spasła się jak świnia”, kiedy zamiast 40 kilogramów ważyła 45. Gdy jako dorosła już osoba Jennette ośmieliła się mieć chłopaka, Debra nazwała ją „puszczalską źdźzirą”. Nawet po śmierci matki McCurdy nie była w pełni świadoma tego, jakie krzywdy w jej psychice i zdrowiu fizycznym wyrządziło postępowanie Debry. Wydawało się jej, że z matką łączy ją jakaś nierozzerwalna, wyjątkowa więź. Dzięki jej śmierci Jennette odzyskała wolność, terapia zaś przywróciła jej spokój, pewność siebie oraz możliwość realizacji własnych planów, podejmowania własnych wyborów – do tej pory celem jej życia było wyłącznie uszczęśliwianie matki i bycie taką, jaką ją widziała matka. W wywiadzie

²⁶ Nickelodeon to stacja telewizyjna emitująca programy dla dzieci i młodzieży. Jej polskojęzyczna wersja nosi nazwę Nickelodeon Polska i działa od 2008 roku. Kanał wyświetla seriale animowane i fabularne, programy edukacyjne i rozrywkowe oraz filmy przeznaczone dla dzieci i nastolatków. Najpopularniejszymi tytułami kojarzonymi ze stacją Nickelodeon są: *Sponge-Bob*, *Pingwiny z Madagaskaru*, *Nocna Straż*, *Kung-Fu Panda*, *Psi Patrol*, *iCarly*, *Sam i Cat*, *Niebezpieczny Henryk*, *Victoria znaczy zwycięstwo*, *Zagadki rodziny Hunterów*. Międzynarodową sławę i cztery nagrody Kids Choice Awards przyniosła Jennette McCurdy rola Sam Puckett w sitcomie *iCarly* (2007–2012). W *Sam & Cat* (2013–2014) wystąpiła razem z Arianą Grande.

²⁷ K. Kolenda, *Gdy marzenie rodzica zamienia się w dziecięcy koszmar*, 2023, <https://lubimyczytac.pl/oficjalne-recenzje-ksiazek/18772/gdy-marzenie-rodzica-zamienia-sie-w-dzieciecy-koszmar> (dostęp: 20.10.2023).

dla czasopisma VOGUE Jennette opowiada o swoim życiu z matką i obecnie, a także o swym marzeniu, by być pisarką:

Jestem prawie pewna, że gdyby moja mama nadal żyła, ciągle zмагаłabym się z zaburzeniami odżywiania, wciąż miałabym wiele problemów psychicznych. Na pewno mieszkaliśmy nadal w tym samym miejscu, a ja nie miałabym szans na bycie w związku i posiadanie przyjaciół. Nie mam wątpliwości, że gdyby żyła, nadal w ogromnym stopniu kontrolowałaby moje życie [...], dzieliłam się pamiętnikiem z mamą. Pisałyśmy w nim krótkie notatki do siebie nawzajem, więc nawet on był monitorowany. Nie miałam wolności pozwalającej na poznawanie życia. Ponieważ uczyłam się w domu, czasami mogłam napisać coś krótkiego samodzielnie, jako zadanie z angielskiego. Jednak do czasu, gdy miałam osiemnaście lat, a ona drugi raz zachorowała na raka, było to bardzo trudne²⁸.

Książka McCurdy odsłania również mechanizmy współczesnego show-biznesu, ciemną stronę sławy i konsekwencje z niej wynikające, wreszcie przemoc emocjonalną ze strony producentów/reżyserów, a także przypadki molestowania:

Twórca potrafi cię zniszczyć i zmieszać z błotem [...]. Widziałam na własne oczy, jak doprowadza dorosłych ludzi do łez inwektywami oraz poniżaniem – wyzywa ich od kretynów, debili, oferm, przygłupów i tchórzy. Twórca umie sprawić, że czujesz się jak śmieć. [...] przekonałam się z czasem, że chociaż łaknę jego komplementów, nie mogę brać ich sobie do serca, ponieważ jutro los może się odwrócić i Twórca postanowi mnie zeszmacić. Czuję, że zawsze muszę mieć się na baczności. Nadskakując mu emocjonalnie, czuję się podobnie jak w obecności mamy: w ciągłym napięciu, byle mu dogodzić i niczym się nie narazić²⁹.

Kiedy wybuchła afera z Twórcą, postanowiono zamieść ją pod dywan; wytwórnia Nickelodeon zaproponowała Jennette 300 tysięcy dolarów za milczenie o jej doświadczeniach na planie i o tym, czego zaznała ze strony tego człowieka.

Omawiany utwór nie jest z całą pewnością kolejną kłiwą opowieścią celebrytki o dzieciństwie i karierze. Warto poświęcić mu chwilę uwagi, zwłaszcza że za sprawą platformy Netflix dawne seriale Nickelodeon stały się dostępne i kolejne pokolenie młodych odbiorców zachwyca się nastoletnimi gwiazdami, budując wypaczony wizerunek ich świata i życia. Porównując własne życie, wygląd, sylwetkę do podziwianych gwiazd/celebrytek (nie tylko tych ze wspomnianych seriali, ale i tych z mediów społecznościowych), młodzi ludzie doznają licznych rozczarowań, które mogą prowadzić m.in. do zaburzeń odżywiania.

²⁸ M. Ruiz, *Jennette McCurdy o sukcesie swojej książki „I’m Glad My Mom Died”*, 2022, <https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-jennette-mccurdy-opowiada-o-sukcesie-jej-wspomnien-o-kontrowersyjnym-tytule-im-glad-my-mom-died> (dostęp: 20.10.2023).

²⁹ J. McCurdy, *Cieszę się, że moja mama umarła*, przeł. M. Moltzan-Małkowska, Warszawa 2023, s. 143. McCurdy nazywa „Twórcą Dana Schneidera”, producenta, scenarzystę oraz reżysera programów emitowanych na kanale Nickelodeon.

Obsesja piękna pod lupą. Tematyka i przebieg zajęć

Zaprezentowany poniżej pomysł wskazany jest do realizacji na studiach II stopnia, ponieważ studenci na tym etapie kształcenia zostali już wyposażeni w niezbędną wiedzę psychologiczną i pedagogiczną, mają za sobą praktykę pedagogiczną i przedmiotową, wreszcie dysponują umiejętnościami analizy i interpretacji nabytymi w toku zajęć tzw. bloku A każdego programu studiów nauczycielskich (przygotowanie merytoryczne). Celem zajęć dla tego grona odbiorców byłoby zbadanie funkcjonowania i sposobu prezentacji/opisu zagadnień zaburzeń odżywiania oraz ich przyczyn w trzech współczesnych tekstach kultury: filmie *Aż do kości* w reżyserii Marti Noxon, zbiorze reportaży *Głodne. Reportaże o (nie)jedzeniu* Klaudii Stabach oraz autobiograficznej książce *Cieszę się, że moja mama umarła* Jennette McCurdy. Równie ważnym problemem do omówienia byłyby zasady/warunki empatycznej komunikacji z nastolatkami, która powinna być fundamentem skutecznego wspierania młodych ludzi oraz rozwijania ich kompetencji społecznych i emocjonalnych.

Właściwe zajęcia powinna poprzedzić rozmowa o zaburzeniach odżywiania, sprawdzająca u studentów wiedzę oraz znajomość tekstów kultury na ten temat. Miałyby ona służyć wstępnej orientacji w podjętej tematyce i byłaby przyczynkiem do kolejnych zajęć, które wymagałyby wcześniejszego zapoznania się z tekstami. W tym celu możemy podzielić studentów na trzy grupy: filmową, reportażową i biograficzną, zajmujące się wybranym utworem. Każda z grup otrzymuje jako pierwsze zadanie przeczytanie tekstu lub obejrzenie filmu. Oczywiście możemy również, jeśli taka będzie decyzja studentów, zlecić zapoznanie się ze wszystkimi tekstami, podział na zespoły będzie zaś dokonany później, na potrzeby zajęć im poświęconych. Każda ze sformowanych grup pracuje według przygotowanych dyspozycji, które poniżej zostaną szkicowo omówione. W podsumowaniu pracy zostaną zaprezentowane wnioski wypracowane przez każdy zespół.

Grupa filmowa przeprowadzi analizę filmu, wykorzystując elementy schematu zaproponowanego przez Roberta Caya, a stawiane w jej toku pytania będą dotyczyć konstrukcji akcji, postaci i wymowy filmu³⁰. Studenci skupiliby się przede wszystkim na sposobie przedstawienia środowiska, z jakiego wywodziła się główna bohaterka, wpływie najbliższych na życie Ellen i podejmowane przez nią decyzje. Ciekawym, dodatkowym zadaniem dla wybranych/chętnych studentów byłoby zestawienie obrazu rodziny bohaterki z rodziną z filmu *Moja chuda siostra*³¹. Ponieważ główna część akcji rozgrywa się w ośrodku terapeutycznym, ważna będzie obserwacja przebywających tam podopiecznych doktora Beckhama, ich wzajemnych relacji. Różnorodność przyczyn, z jakich znaleźli się w obecnym położeniu, stwarza sytuację do stawiania pytań

³⁰ Robert Cay zaproponował całą sekwencję pytań, które wyznaczają tok pracy z obrazem filmowym. Na zajęciach zostaną wykorzystane wybrane z nich, pozwalające na skupienie się nad głównym problemem zajęć. A. Walczak, *Wykorzystanie filmu fabularnego na lekcjach historii*, Łódź 2002, s. 9.

³¹ W obu obrazach nieco inaczej ukazana jest anoreksja, w obu spotykamy również siostry głównej bohaterki, jednak twórcy wykorzystują te postaci w odmienny sposób. W filmie Sanny Lenken pojawia się wątek współzależnienia, siostrzanej solidarności, ale i rywalizacji.

prowadzących do zrozumienia problemu przedstawianego w filmie. Z całą pewnością nie będzie to pełne zrozumienie i wyczerpujące wyjaśnienie źródeł zaburzeń odżywiania, bo jest to niemożliwe. Chodzi o podjęcie dialogu z tym tekstem kultury na podobieństwo proponowanej przez hermeneutykę dialogowej koncepcji lektury. Film może stać się pośrednikiem/mediatorem w dialogu z innymi widzami, może również skłonić do rozmowy z samym sobą – rozmowa była najważniejszym elementem zaproponowanej przez lekarza terapii. Ellen i pozostali uczestnicy „kuracji” musieli zadać sobie pytanie, czy są gotowi do walki o swoje zdrowie. Wychodzenie z choroby ma być indywidualną decyzją każdego z nich. Podopieczni doktora Beckhama muszą najpierw sami odkryć i nazwać problem, zobaczyć go; przyjąć do wiadomości, że obecny stan zdrowia nie jest właściwy. Potem zaś muszą sami chcieć wyzdrowieć. Beckham nikogo do niczego nie zmusza, niczego nie zabrania; to, czy jesz lub nie jesz, to osobisty wybór, bo życie, zdrowie, przyszłość jest wyłącznie w twoich rękach.

Tutaj możemy poruszyć zagadnienie komunikacji z osobami z zaburzeniami odżywiania. Studenci otrzymaliby polecenie wyszukania w sieci materiałów na ten temat³² i przygotowania hipotetycznego dialogu z wybranym bohaterem filmu, zgodnie z wytycznymi specjalistów. Warto również rozważyć sposób zbudowania obrazu psychologicznego głównej bohaterki, ze szczególnym uwzględnieniem motywacji, jaka nią kieruje, wpływu dotychczasowych przeżyć oraz doświadczeń na jej obecną sytuację. Pytania mogłyby być zadane w fikcyjnej rozmowie z Ellen. Anoreksja to m.in. fałszywy obraz samego siebie, własnej fizyczności, toteż konieczne jest odwołanie do wyglądu bohaterów filmu. Można tutaj wspomóc się ustaleniami cytowanej wyżej autorki książki *Obsesja piękna*. Jak wcześniej wspomniano, obraz wywołał wiele emocji i odmiennych opinii, toteż można wyszukać skrajne stanowiska/recenzje i poddać je dyskusji, zwłaszcza zaproponowane przez scenarzystkę zakończenie filmu i jego projektowaną wymowę/przesłanie czy wpływ rodziny na chorobę Ellen. Można także zaproponować przeprowadzenie dyskusji metodą drzewa decyzyjnego, co stworzy możliwość do rozważenia różnych wariantów rozwiązania problemu, jak również wskazania potencjalnych skutków podjętych wyborów oraz celów i wartości.

Siłą każdego dobrego reportażu powinna być autentyczność, wiarygodność i zachowanie dystansu do przedstawianych historii i bohaterów. **Grupa reportażowa**

³² Oto wybrane materiały na temat skutecznej rozmowy z osobami cierpiącymi na zaburzenia odżywiania: M. Chrapieńska-Krupa, *Jak rozmawiać z nastolatkiem? 10 wskazówek*, 2023, <https://spokojwglowie.pl/jak-rozmawiac-z-nastolatkiem/> (dostęp: 20.10.2023); *11 wskazówek, jak rozmawiać z nastolatkiem z empatią i zrozumieniem*, 2023, <https://unicef.pl/co-robimy/aktualnosci/dla-rodzicow/11-wskazowek-jak-rozmawiac-z-nastolatkiem-z-empatia-i-zrozumieniem> (dostęp: 20.10.2023); P. Pawełczyk-Jabłońska, *Zaburzenia odżywiania – jak rozmawiać o pierwszych objawach...; Jak rozmawiać z dzieckiem o zaburzeniach odżywiania?*, 2022, <https://www.wsip.pl/blog/jak-rozmawiac-z-dzieckiem-o-zaburzeniach-odzywiania/> (dostęp: 20.10.2023); E. Bukowiecka-Janik, *Jak rozmawiać z osobą cierpiącą na zaburzenia odżywiania, by jej pomóc?*, 2018, <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/zaburzenia-odzywiania/jak-rozmawiac-z-osoba-cierpiaca-na-zaburzenia-odzywiania-by-jej-pomoc/> (dostęp: 20.10.2023); *Perfekcjonizm w relacji matka – córka a zaburzenia odżywiania*; 2022, <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/zaburzenia-odzywiania/perfekcjonizm-w-relacji-matka-corka-a-zaburzenia-odzywiania/> (dostęp: 20.10.2023).

zajęłyby się na początek analizą warsztatu autorki *Głodnych*. Ponieważ jest to zapis prawdziwych przeżyć bohaterów zmagających się z zaburzeniami odżywiania, ważny jest język i przyjęty przez autorkę sposób relacji. Stabach opowiada prosto, bez upiększania i epatowania emocjami. Jednak te indywidualne przypadki są bardzo przejmujące; pozornie chłodny styl oddaje codzienność bohaterów w nierównej walce nie tylko o zdrowie, ale o przeżycie w ogóle. Zabiegiem zastosowanym przez autorkę jest narracja rozłożona na kilka głosów. Wypowiadają się osoby chore, ich rodziny oraz specjaliści, lekarze, terapeuci, personel medyczny. Dzięki temu problem mamy oświetlony z wielu stron, poznajemy punkty widzenia, emocje i opinie różnych osób. Kolejnym etapem pracy tej grupy byłoby stworzenie specyficznego drzewa genealogicznego zaburzeń odżywiania, na którym odwołując się do bohaterów reportaży, studenci przedstawiliby źródła choroby. Celem takiego zadania jest uświadomienie, iż nie ma jednej konkretnej przyczyny zaburzeń odżywiania, a zachorować może każdy. To mogą być przeżycia/traumy z dzieciństwa, toksyczne relacje w rodzinie, predyspozycje genetyczne, negatywny wpływ otoczenia, mediów, kultury promującej chudość/szczupłość, presja sukcesu itp. Wyłuskane z relacji bohaterów Stabach fakty można skomentować ustaleniami badaczy zajmujących się tymi zagadnieniami, a także danymi z raportów na ten temat. Bardzo ważnym z punktu widzenia poruszanej problematyki jest aktywność na forach *pro-ana*, czyli jak wyjaśniono w pierwszej części artykułu, miejscach w sieci, gdzie propaguje się anoreksję jako styl życia i nie uznaje się jej za chorobę. Studenci skupiliby swoją uwagę za rozdziale *Motyłki*. Korzystając z informacji zebranych przez autorkę oraz własnych eksploracji w sieci, wskazałoby mechanizmy manipulacji stosowane przez pro-anistki/pro-anistów. Świadomość istnienia takiej społeczności jest niezwykle ważna, ponieważ

na profilach rzekomo niepromujących anoreksji można znaleźć gotowe instrukcje, jak doprowadzić się do zaburzeń odżywiania, oraz prężnie działającą wspólnotę. Motylki szukają towarzystwa i aprobaty. Często zachęcają do pisania wiadomości³³.

Jeden z rozmówców, 18-letni Marcin, zwraca uwagę, iż odbiorcami zamieszczanych na takich profilach treści są bardzo młode osoby, wręcz dzieci, niezwykle podatne na manipulację, zwłaszcza, że

tam są głównie [...] mocno pogubione dzieciaki. To środowisko jest jedynym miejscem, gdzie czują się zrozumiane. Ja nie miałem nawet dziesięciu lat, gdy odkryłem fora pro-any [...]. Z wypiekami na twarzy chłonał opowieści o nastolatkach umiejących nie jeść przez całą dobę lub dłużej, a później z dumą chwalać się efektami. Marcin chciał być jak one. Chudnąć i czerpać satysfakcję z posiadania kontroli nad ciałem. Systematycznie powiększał swój folder ze zdjęciami stanowiącymi inspirację. Nocą, leżąc z zamkniętymi oczami na łóżku, tworzył w głowie chory ideał piękna³⁴.

³³ K. Stabach, *Głodne...*, s. 51–52.

³⁴ Tamże, s. 52.

Zaburzenia odżywiania to walka na śmierć i życie z własnym ciałem i psychiką. Umiejętność identyfikacji fałszywych informacji, demaskowania manipulacji jest w przypadku zaburzeń odżywiania i innych uzależnień kluczowa. Odczytanie pierwszych symptomów choroby jest niezwykle trudne, dlatego nie tylko rodzice powinni być czujni, ale i przyszli nauczyciele powinni być do tego przygotowani. Inny rozdział, który można poddać szczegółowemu oglądowi, nosi tytuł *Jaszczurka* i stanowi przejmującą relację matki Weroniki, nastolatki, która po zachorowaniu i wyczerpaniu innych możliwości terapii została umieszczona w szpitalu psychiatrycznym. Skupienie się na emocjach matki, poznanie jej obrazu choroby córki poszerza wiedzę na temat zaburzeń odżywiania i trudności w ich leczeniu, pokazuje heroizm zmagających rodziców dzieci wpadających w szpony głodu i marzeń o doskonałym ciele.

Ostatni zespół, **grupa biograficzna**, pracowała by z książką McCurdy. Proponuję, aby spotkanie z tym utworem dotyczyło dwóch wątków: domu rodzinnego i show-biznesu. Wielu badaczy podkreśla, iż toksyczna rodzina może stać się przyczyną różnych zaburzeń. Wspomnienia byłej dziecięcej gwiazdy pokazują słuszność takiego twierdzenia. Zadaniem studentów byłoby przygotowanie tzw. linii życia Jennette, na której umieszczono by fakty kluczowe dla wystąpienia późniejszych problemów z odżywianiem. Każdy taki punkt powinien być opatrzony wyjaśnieniem zawierającym motywację matki (można przywołać odpowiednie fragmenty tekstu i/lub samodzielnie zidentyfikować i nazwać wartości, jakimi kierowała się Debra). Jako dopełnienie należy, odwołując się znowu do biografii, wskazać uczucia i emocje córki, jej komentarze do różnych sytuacji, np.

– Już nie chcę grać. – Słowa padają, zanim zdążę ugryźć się w język.

Mama spogląda na mnie we wstecznym lusterku, w jej oczach widzę szok i rozczarowanie. Natychmiast żałuję, że to powiedziałam.

– Nie bądź niemądra, kochasz grać. To twoje ulubione zajęcie. – Ostatnie zdanie brzmi jak groźba [...]. Część mnie, która chce zadowolić mamę, myśli sobie, że może ona ma rację, może to jest moje ulubione zajęcie, po prostu o tym nie wiem. Jednakże część, która nie chce płakać na zawołanie, która nie chce grać, nie chce zadowolić mamy, tylko mnie, krzyczy, żebym się odezwała. Twarz mi płonie, muszę coś powiedzieć, bo pęknę.

– Nie, naprawdę nie chcę. Nie lubię tego. Źle się z tym czuję.

Mama ma minę, jakby zjadła cytrynę. Krzywi się w sposób, który budzi we mnie grozę. Już wiem, co zaraz nastąpi.

– Nie możesz tego rzucić! – szlocha. – To była nasza szansa! Naaaaszaaa szaaaansaaa!³⁵

Dodatkowym źródłem informacji na temat relacji matki i córki może być cytowany wyżej wywiad, który przeprowadziła Michelle Ruiz z autorką wspomnień. Dobrym pomysłem mogłoby być przywołanie konkursów piękności dla dzieci. W sieci znajdziemy wiele szokujących informacji na ten temat. Tutaj, jak w przypadku kariery filmowej McCurdy, główną rolę odgrywają ambicje matek, które „chorobliwie dbają o wygląd swoich córek, obmyślają dla nich restrykcyjne menu, zachęcają do

³⁵ J. McCurdy, *Cieszę się, że...*, s. 101.

odwiedzania kosmetyczki oraz uczyć profesjonalnego make-upu³⁶. Wielu ekspertów podkreśla negatywny, wręcz niszczący wpływ takich konkursów na psychikę:

Młode uczestniczki często bezwiednie lub pod naciskiem naśladowują zachowania dorosłych. Chodzi np. o seksowne pozy czy stroje podkreślające kobiecie krągłości (których zresztą u nich brak). [...] Drugim problemem jest wyrabianie w najmłodszych przekonania, że najważniejszy jest ich wygląd. Dziewczynki zamiast skupić się na rozwijaniu swoich zainteresowań i umiejętności, patrzą w lustro i oceniają, czy są wystarczająco ładne i szczupłe³⁷.

Ten wątek pozwoli płynnie przejść do drugiego zaplanowanego obszaru, czyli show-biznesu. Tutaj studenci odkryją kulisy filmowej kariery i jej wpływ na psychikę dziewczynki. Odwołanie się do wybranych fragmentów wspomnień Jennette odłoni brutalność i bezwzględność tej maszyny, gdzie nie liczy się dobro dziecka, ale potencjalny zysk, którego oczekuje również matka dziewczynki. Każde dziecko musi mieć agenta lub agencję reprezentującą jego interesy, stawiającą surowe warunki współpracy, wyszukującą kolejne castingi. Młodzi kandydaci i młode kandydatki na gwiazdy muszą znosić liczne upokorzenia, kąśliwe uwagi ze strony ekipy. Wielogodzinne nagrania bardzo krótkich, ale wielokrotnie powtarzanych ujęć, często traumatycznych dla dzieci, jak to było w przypadku sceny duszenia się w komorze gazowej czy nędzarzy na pustyni w pełnym słońcu w filmie krótkometrażowym *Złote marzenia*, to norma. Nie można narzekać, bo na ich miejsce czeka cała rzesza chętnych. Z książki dowiadujemy się, że choć córka nienawidzi zajęć z aktorstwa, to Debra nie zamierza odpuszczać, bo marzenie matki musi się ziścić. Farbuje córce rzęsy, robi pasemka, wybiela zęby i nazywa to serwisem podkreślającym naturalną urodę dziewczynki, bo takie są oczekiwania filmowców. Przypadek McCurdy nie jest odosobniony; wiele nastoletnich i młodszych gwiazd borykało się z podobnymi problemami, co jest kolejnym potwierdzeniem bezwzględności nie tylko współczesnego świata filmu.

³⁶ *Małe MISS. Zdjęcia + szokujące FAKTY z ich życia!*, 2013, <https://www.papilot.pl/lifestyle/ciekawostki/18391/male-miss-zdjecia-szokujace-fakty-z-ich-zycia> (dostęp: 20.10.2023).

³⁷ A. Rojek-Kiełbasa, *Eden Wood – tak dzisiaj wygląda Mała Miss*, 2021, <https://kobieta.onet.pl/uroda/eden-wood-mala-miss-w-tym-roku-skonczy-16-lat-jak-wyglada/1q5y7d6> (dostęp: 20.10.2023). Zob. również: <https://www.o2.pl/kobieta/madison-berg-miala-5-lat-kiedy-zostala-miss-pieknosci-zobacz-jak-teraz-wyglada-6690252017044096a> (dostęp: 20.10.2023); <https://teleshop.wp.pl/mala-piek-nosc-4-latka-z-papierosem-kolejny-skandal-w-programie-6021943741736065g> (dostęp: 20.10.2023); <https://viva.pl/ludzie/newsy/dramatyczne-zycie-honey-boo-boo-dorastala-na-oczach-milionow-ma-trudne-relacje-z-matka-131612-r1/> (dostęp: 20.10.2023); <https://www.fakt.pl/wydarzenia/swiat/alana-honey-boo-boo-mowi-o-narkotykach-wstydzcie-i-braku-przyjaciol/0y7gr70> (dostęp: 20.10.2023); <https://www.popularne.pl/konkursy-piek-nosci-dla-dzieci/> (dostęp: 20.10.2023); <https://parenting.pl/mala-miss-i-maly-mister-wplyw-konkursow-piek-nosci-na-psychike-dzieci/>; <https://kobieta.interia.pl/z-zycia-wziete/news-mala-miss,nld,628663> (dostęp: 20.10.2023). Można również przywołać reality-show *Mała piękność*, serię programów, które odłaniają kulisy konkursów piękności dla dzieci (powstało aż 7 sezonów tej produkcji).

Możemy tutaj przytoczyć wspomnienia innych dziecięcych aktorów³⁸. Gdy jeszcze dochodzi do tego niewłaściwe, wręcz okrutne postępowanie najbliższych, traktujących dziecko jak maszynkę do zarabiania pieniędzy i środek do realizacji własnych marzeń, tragedia jest nieunikniona. Studenci, odwołując się do historii Jennette, mogliby opracować kodeks etyczny obowiązujący show-biznes we współpracy z dziećmi; wskazując w tekście niewłaściwe zachowania, stosowane procedury, mogliby przekształcić je w kolejne punkty i wytyczne, jak również opracować dla rodziców bądź opiekunów dekalog / zbiór zasad wspierania kariery utalentowanego dziecka.

W części końcowej zajęć każdy z zespołów prezentuje efekty swojej pracy. Następnie studenci podejmą próbę wskazania punktów wspólnych omawianych tekstów kultury oraz znaczących różnic między nimi, oczywiście w kontekście podjętego problemu zaburzeń odżywiania. Wydaje się, iż z punktu widzenia młodych ludzi, z którymi będą pracować przyszli nauczyciele, warto podkreślić trzy sprawy. Po pierwsze udział mediów, zwłaszcza społecznościowych, w napędzaniu obsesji piękna. Po drugie konieczność przygotowania nauczycieli do podejmowania trudnych tematów oraz potrzebę uważności i empatii w komunikacji z uczniami. I po trzecie kluczowe znaczenie relacji w rodzinie dla zdrowia psychicznego dzieci. Każdy z przywołanych i „przepracowanych” tekstów pokazuje zależność między zaburzeniami odżywiania a niezadowolaniem z własnego ciała, które bardzo często bierze się z promocji fałszywego obrazu świata w mediach społecznościowych. Jak podkreśla Engeln, media te

mają podwójną siłę rażenia, gdyż łączą obrazy i kontakty międzyludzkie. Sama styczność z wyphotoshopowanymi wizerunkami ideału kobiecego piękna [dotyczy to również mężczyzn] jest już wystarczająco szkodliwa – ale oddziaływanie takich obrazów staje się znacznie silniejsze, kiedy udostępnia je ktoś znajomy albo kiedy towarzyszy im komentarz omawiający każdy aspekt wyglądu przedstawionej osoby³⁹.

W Internecie funkcjonuje wiele społeczności promujących pod płaszczykiem „zdrowego stylu życia” utratę wagi i zmianę sylwetki, do czego mają prowadzić głodówki czy wyniszczające treningi. Rozważając zagadnienia związane z perswazją i manipulacją, warto pochylić się na treściami zamieszczanymi w sieci i demaskować szkodliwe treści, np. takie jak: „Za każdym razem, kiedy mówisz «nie, dziękuję» jedzeniu – mówisz «tak, proszę» szczupłej figurze! [...] publikowanie zdjęć wytrenowanych mięśni brzucha i sugestie, że każdy może mieć ciało modelki fitness, jeśli tylko odpowiednio się przyłoży (Rób przysiady. Zgrabny tyłek sam się wyrzeźbi!)”⁴⁰.

³⁸ Zob. <https://plejada.pl/zdjecia-gwiazd/dzieciece-gwiazdy-tak-potoczyly-sie-ich-losy-nie-wszyscy-mieli-szczescie/q3zmxxt> (dostęp: 20.10.2023); <https://i.pl/dzieciece-gwiazdy-ktore-zniknely-z-ekranow-co-przerwalo-ich-kariere-czym-zajmuja-s> (dostęp: 20.10.2023); <https://rozrywka.spidersweb.pl/dzieciece-gwiazdy-disneya-co-sie-z-nimi-dzieje-zendaya-miley-cyrus-selena-gomez> (dostęp: 20.10.2023); <https://rozrywka.spidersweb.pl/alyson-stoner-obnaza-hollywood-filmy-disney-dzieciece-gwiazdy> (dostęp: 20.10.2023); <https://kultura.onet.pl/film/wiadomosci/dzieciece-gwiazdy-o-swoich-doswiadczeniach-w-niektore-sytuacje-trudno-uwierzyc/tq49gdy> (dostęp: 20.10.2023).

³⁹ R. Engeln, *Obsesja piękna...*, s. 159.

⁴⁰ Tamże, s. 160.

W każdym z omawianych tekstów kultury znajdziemy dowody na to, jak wielki wpływ na samoocenę, budowanie poczucia własnej wartości ma rodzina, przyjaciele i znajomi; ile może znaczyć nieprzemyślany komentarz, zbyt duże oczekiwania/wymagania, przenoszenie własnych niezrealizowanych marzeń i dążeń na dziecko.

Każdy z nauczycieli może spotkać w swojej pracy osobę z zaburzeniami odżywiania, może mieć kontakt z jej rodzicami. Nasi uczniowie czytają różne książki i oglądają różne filmy. Nauczyciel nie może tego ignorować; powinien zachęcać do dyskusji na ich temat, być gotowy do rozmowy na trudne tematy. Na pewno musi być czujny i zauważać czasami drobne sygnały zaburzeń czy niewypowiedziane często wprost prośby o pomoc. Parafrazując słowa popularnej piosenki zespołu Łzy, współczesny nauczyciel musi mieć „oczy szeroko otwarte” na różne potrzeby młodych ludzi i wspierać ich w miarę swoich możliwości, dlatego tak ważne jest włączenie omawianej problematyki do programu kształcenia pedagogicznego.

Bibliografia

- Bilicki T., *Pierwsza pomoc psychologiczna*, [w:] J. Suchecka, *Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze*, Warszawa 2022.
- Błaszkiwicz K., *Lily Collins schudła do roli anorektyczki. Usłyszała same pochwały*, 2017, <https://kobieta.wp.pl/lily-collins-schudla-do-rol-i-anorektyczki-uslyszala-same-pochwaly-6139191091992705a> (dostęp: 7.10.2024).
- Engeln R., *Obsesja piękna. Jak kultura popularna krzywdzi dziewczynki i kobiety*, przeł. M. Bazyłewska, Warszawa 2021.
- Gajda M., *Zespół nocnego jedzenia – przyczyny, objawy, leczenie*, 2018, <https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/otylosc/zespol-nocnego-jedzenia-przyczyny-objawy-leczenie-aa-RDy4-gCGe-eRUk.html> (dostęp: 28.10.2023).
- Kochman D., Jaszczak M., *Zaburzenia odżywiania się – częsty problem współczesnej młodzieży*, „Innowacje w Pielęgniarstwie i Naukach o Zdrowiu” 2021, t. 6, nr 4, s. 110–128.
- Kolenda K., *Gdy marzenie rodzica zamienia się w dziecięcy koszmar*, 2023, <https://lubimy-czytac.pl/oficjalne-recenzje-ksiazek/18772/gdy-marzenie-rodzica-zamienia-sie-w-dzieciecy-koszmar> (dostęp: 20.10.2023).
- Komendarczuk P., *Choroba Pica – przyczyny, objawy i leczenie łaknienia spalonego*, 2022, <https://portal.abczdrowie.pl/choroba-pica-przyczyny-objawy-i-leczenie-laknienia-spalonego> (dostęp: 28.10.2023).
- Książczyńska D., *Zaburzenia czynnościowe żołądka i dwunastnicy*, [w:] *Zaburzenia czynnościowe przewodu pokarmowego*, red. L. Paradowski, Wrocław 2007, s. 89–104.
- Małe MISS. *Zdjęcia + szokujące FAKTY z ich życia!*, 2013, <https://www.papilot.pl/lifestyle/ciekawostki/18391/male-miss-zdjecia-szokujace-fakty-z-ich-zycia> (dostęp: 20.10.2023).
- McCurdy J., *Ciesz się, że moja mama umarła*, przeł. M. Moltzan-Małkowska, Warszawa 2023.
- Nelkowska D.D., *Orthorexia nervosa. Definicje, kryteria, klasyfikacje – kontrowersje i rozbieżności w wynikach badań*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio J – Paedagogia-Psychologia” 2019, Vol. 32, nr 3, s. 169–180, <https://www.journals.umcs.pl/j/article/viewFile/8960/7056> (dostęp: 28.10.2023).

- Olchowska M., *Binge-eating disorder (BED) – zespół kompulsywnego objadania się lub zespół gwałtownego objadania się – jak rozpoznać?*, 2022, <https://mojdietetyk.pl/aktualnosci/binge-eating-disorder.html> (dostęp: 28.10.2023).
- Pawełczyk-Jabłońska P., *Bigoreksja – męskie zaburzenie odżywiania*, 2018, <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/bigoreksja-meskie-zaburzenie-odzywiania/> (dostęp: 28.10.2023).
- Pawełczyk-Jabłońska P., *Zaburzenia odżywiania – jak rozmawiać o pierwszych objawach z własnym dzieckiem?*, 2019, <https://ncez.pzh.gov.pl/dzieci-i-mlodziez/zaburzenia-odzywiania-jak-rozmawiac-o-pierwszych-objawach-z-wlasnym-dzieckiem-3/> (dostęp: 28.10.2023).
- Pyrgiel K., *ARFID – nowa kategoria diagnostyczna zaburzeń odżywiania*, <https://centrum-zaburzenodzywiania.pl/strefaspecjalisty/arfid-nowa-kategoria-diagnostyczna-zaburzen-odzywiania/> (dostęp: 28.10.2023).
- Rojek-Kiełbasa A., *Eden Wood – tak dzisiaj wygląda Mała Miss*, 2021, <https://kobieta.onet.pl/uroda/eden-wood-mala-miss-w-tym-roku-skoczy-16-lat-jak-wyglada/1q5y7d6> (dostęp: 20.10.2023).
- Ruiz M., *Jennette McCurdy o sukcesie swojej książki „I’m Glad My Mom Died”*, 2022, <https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-jennette-mccurdy-opowiada-o-sukcesie-jej-wspomnien-o-kontrowersyjnym-tytule-im-glad-my-mom-died> (dostęp: 20.10.2023).
- Stabach K., *Głodne. Reportaże o (nie)jedzeniu*, Warszawa 2023.
- Suchecka J., *Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze*, Warszawa 2022.
- Tracewicz J., *Aż do kości. Film, który wzrusza, uwiera i przeraża*, 2017, <https://rozrywka.spidersweb.pl/az-do-kosci-recenzja> (dostęp: 20.10.2023).
- Turek-Kawecka K., *Anoreksja – przyczyny, objawy, leczenie jadłowstrętu psychicznego*, 2022, https://www.doz.pl/czytelnia/a302-Anoreksja_przyczyny_objawy_leczenie_jadlowstretu_psychicznego (dostęp: 28.10.2023).
- Walczak A., *Wykorzystanie filmu fabularnego na lekcjach historii*, Łódź 2002.
- Ziółkowska B., *Zaburzenie polegające na ograniczaniu/unikaniu przyjmowania pokarmów – rozważania w świetle wyników badań*, „Pediatria Polska” 2017, vol. 92, z. 6, s. 733–738, <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031393917301622> (dostęp: 28.10.2023).

Difficult Topics in School: Preparing Future Polish Language Teachers to Introduce Eating Disorder Issues in Educational Practice

Abstract

The contemporary range of books and films directed at young audiences is very diverse. More and more often, authors are reaching out for topics related to eating disorders. However, these issues happen to be raised too rarely at school. It seems that, among other reasons, this is due to a lack of appropriate competencies for working with corresponding texts of culture and, thus, for addressing discussions on eating disorders. The article aims to outline a proposal for appropriate classes for Polish philology students preparing them to introduce eating disorders-related issues into educational practice.

Keywords: cultural texts, eating disorders, higher education didactics, teacher education, media

Małgorzata Latoch-Zielińska – doktor habilitowana, profesor Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Instytut Językoznawstwa i Literaturoznawstwa, Katedra Edukacji Polonistycznej UMCS Lublin. Autorka licznych publikacji z zakresu edukacji polonistycznej, kształcenia kulturowego, aksjologicznego, medialnego, innowacji dydaktycznych oraz wykorzystania technologii informacyjno-komunikacyjnych w procesie kształcenia. Współautorka monografii: *Przestrzenie rzeczywiste i wyobrażone. Szkice i studia z edukacji polonistycznej. O roli kulturowego doświadczenia przestrzenności* (2016) oraz *Przestrzenie rzeczywiste i wyobrażone. Metodyczny wielość o różnych przestrzeniach* (2016); redaktorka monografii *Nowoczesna edukacja kulturalna* (2010); współredaktorka ośmiu monografii, w tym pięciu z serii *Nowoczesność i Tradycja w Edukacji Polonistycznej*.

