

Julia Łosiak-Pilch

*Uniwersytet Jagielloński, Instytut Pedagogiki, Zakład Pedagogiki Zdrowia*

ORCID: 0000-0002-5035-171X

## **Stymulacyjna wartość zachowań a podejmowanie zachowań ryzykownych przez młodzież licealną. Wskazania dla edukacji zdrowotnej**

**ABSTRAKT:** Celem badań była ocena występowania poszczególnych rodzajów zachowań ryzykownych u młodzieży oraz ustalenie związków pomiędzy oceną stymulacyjnej wartości zachowań i ich podejmowaniem.

W badaniu wzięli udział uczniowie z liceum ogólnokształcącego w Krakowie (łącznie 139 osób w wieku 17–19). Częstość zachowań oraz ocenę ich stymulacyjnej wartości zmierzono za pomocą dostosowanego do warunków polskich kwestionariusza ARQ. Do najczęściej występujących zachowań ryzykownych należały używanie alkoholu oraz zachowania brawurowe, takie jak jazda na rowerze bez kasku. Zachowaniami uznanym za bardzo stymulujące były przede wszystkim różne formy sportów ekstremalnych. Analiza korelacji wskazuje, że jeżeli dana forma aktywności była oceniana jako bardziej ekscytująca, była także częściej podejmowana.

W podsumowaniu sformułowano wskazania dla działań profilaktycznych i budowania programów edukacji zdrowotnej.

**SŁOWA KLUCZOWE:** Zachowania ryzykowne, stymulacyjna wartość zachowań, młodzież, edukacja zdrowotna

---

Kontakt:	Julia Łosiak-Pilch julia.losiak@uj.edu.pl
Jak cytować:	Łosiak-Pilch, J. (2019). Stymulacyjna wartość zachowań a podejmowanie zachowań ryzykownych przez młodzież licealną. Wskazania dla edukacji zdrowotnej. Forum Oświatowe, 31(1), 77–91. <a href="https://doi.org/10.34862/fo.2019.1.5">https://doi.org/10.34862/fo.2019.1.5</a>
How to cite:	Łosiak-Pilch, J. (2019). Stymulacyjna wartość zachowań a podejmowanie zachowań ryzykownych przez młodzież licealną. Wskazania dla edukacji zdrowotnej. Forum Oświatowe, 31(1), 77–91. <a href="https://doi.org/10.34862/fo.2019.1.5">https://doi.org/10.34862/fo.2019.1.5</a>

---

### WYSTĘPOWANIE ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH A OKRES ADOLESCENCJI

Statystyki dotyczące występowania zachowań ryzykownych prowadzone w różnych krajach wskazują, że częstość występowania zachowań antyzdrowotnych jest zróżnicowana w poszczególnych krajach. Dane statystyczne z badań nad adolescentami i zachowaniami ryzykownymi wskazują, iż adolescenti podejmują znacznie więcej i częściej szkodliwe dla zdrowia zachowania niż osoby dorosłe. Przykładowo: prowadzą samochody szybciej niż dorośli (Jonah, 1986), mają wyższe wskaźniki w chorobach przenoszonych drogą płciową (Irwin, 1993), częściej stosują środki narkotyczne (Arnett, 1996), częściej podejmują zachowania przestępcze (Arnett, 1996).

Na podejmowanie zachowań ryzykownych może też mieć wpływ to, w jakim okresie rozwojowym jednostka się znajduje. Wielu autorów wskazuje, że okresem szczególnie krytycznym, jeśli chodzi o podejmowanie zachowań antyzdrowotnych, jest adolescencja.

Aczkolwiek współcześnie wciąż część specjalistów zajmujących się tym okresem uważa, że jest to czas konfliktów i zaburzeń (Birch, Malin, 2001; Conger, 1977), najnowsze badania w tym zakresie wskazują, iż problematyka trudności przekraczających normę rozwojową w tym wieku jest przeceniana. Badania (Arnett, 1999) wskazują na to, że w okresie adolescencji najczęściej pojawiają się istniejące problemy, takie jak: konflikty z rodzicami (Laursen, Coy, Collins, 1998), duże wahania nastrojów (Buchanan, Eccles, Becker, 1992; Larson i Richards, 1994; Petersen i in., 1993) oraz skłonność do podejmowania zachowań ryzykownych.

Już G. Stanley Hall pisał, iż „dla wszystkich zdrowych chłopców normalny jest okres na wpół kryminalny” (Hall, 1904, t. 1, s. 494, twierdzenie to odnosi się do chłopców nastoletnich). W okresie adolescencji rzeczywiście spora część młodzieży podejmuje zachowania szkodliwe, takie jak ryzykowne zachowania seksualne, ryzykowna jazda, skłonność do popełniania czynów zabronionych (Arnett, 1992; Gottfredson, Hirschi, 1990; Johnston i in., 1994), głównie w okresie późnej adolescencji, choć większość młodych ludzi w ogóle nie ma takich problemów.

W badaniach przyjęto definicję zachowań ryzykownych zaproponowaną przez Moore i Gullone (1996), zgodnie z którą są to „zachowania, które pociągają negatywne konsekwencje (stratę), ale są zrównoważone przez postrzeganie pozytywnych

konsekwencji (zysk)” (s. 347). Są to zachowania antyspołeczne, buntownicze, impulsywne oraz mające wartość stymulującą.

#### STYMULACYJNA WARTOŚĆ ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

Dokonując analizy wyników badań (Zaleśkiewicz, 2005), można zauważyć, iż spora część zachowań ryzykownych podejmowanych przez dorastających to zachowania poszukujące stymulacji i nastawione na doznania silnego pobudzenia.

Zachowania te, często dookreślane jako zachowania brawurowe lub lekkomyślne (Arnett, 1992, 1996), są wzajemnie powiązane, co pokazała analiza strukturalna zastosowana w badaniach Cooper, Wooda, Orcutt, Albino (2003). Dodatkowo wyodrębnili oni czynnik wyższego rzędu, opisujący ryzykowne zachowania podejmowane w sposób lekkomyślny. Przykładem może być jednostka, która podejmuje ryzykowne zachowania typu stosowanie substancji niedozwolonych, co wiąże się ze sporym prawdopodobieństwem, że będzie podejmowała zachowania przestępcze czy podejmowała ryzykowne kontakty seksualne.

Same zachowania brawurowe nieco się różnią od samego podejmowania ryzyka (Arnett, 1992). Rozróżnienie skupia się na kalkulacji szans i wielkości wyników. Według Arnett (1992) zachowania brawurowe są wyzbyte z kalkulacji, pomimo że często konsekwencje takich zachowań są poważne, natomiast w samo podejmowanie ryzyka niejako wpisana jest kalkulacja dalszych wydarzeń.

Biorąc po uwagę, że młodzież tak często podejmuje zachowania ryzykowne, naukowcy szukają powodów, dlaczego są one podejmowane. Najczęściej wskazywana jest potrzeba wrażeń, przeżywania mocnych doznań, ekscytacji i chęć przeżycia krańcowych emocji. Tak więc podejmowanie zachowań ryzykownych w wielu przypadkach jest metodą dostarczenia sobie pozytywnych i mocnych wrażeń oraz poszukiwania stymulacji. Ponieważ potrzeba stymulacji jest traktowana jako trwała właściwość jednostki, w wielu badaniach szukano związków między osobowością a podejmowaniem zachowań ryzykownych.

Zuckerman (1984, 1994) to autor teorii osobowości, która bezpośrednio odnosi się do podejmowania ryzyka. Początkowo same badania dotyczyły potrzeby przeżywania wrażeń, poszukiwano wyznaczników różnic indywidualnych w zachowaniu podczas deprywacji sensorycznej. Później uznano, iż można zastąpić optymalny poziom pobudzenia sformułowaniem optymalny poziom stymulacji, a także dokonywano porównania poszukiwania wrażeń z taką cechą osobowości jak ekstrawersja, stawiając hipotezę, iż poziom pobudzenia u osób cechujących się tą cechą jest permanentnie zaniżony (Zuckerman, 1984). Kolejne eksperymenty wskazały, że osoby, charakteryzujące się nasilonym poszukiwaniem doznań (diagnozowane na podstawie kwestionariusza) stosują zarówno narkotyki podnoszące poziom pobudzenia, jak i te obniżające go. Wnioski z kolejnego eksperymentu Carrola, Zuckermana i Vogela (1982) wskazały, iż osoby poszukujące wrażeń podejmują zachowania ryzykowne z powodu hedonistycznych, potrzeby przeżycia ekscytacji, dokonania czegoś niezwykłego i niecodziennego, natomiast nie z powodów niskiego progu pobudzenia.

Inne badania pokazały silne korelacje między poszukiwaniem doznań a poszukiwaniem nowości (Pearson, 1970), poszukiwaniem zmian (Garlington, Shimota, 1964), poszukiwaniem stymulacji, tendencją do poszukiwania pobudzenia (Zuckerman, 1994). Stwierdzono także pozytywne korelacje z ekstrawersją, psychotyzmem, otwartością na doświadczenie, agresywnością, impulsywnością, unikaniem monotonii (Zaleśkiewicz, 2005). Negatywne korelacje wykazano z sumiennością, ugodowością, konserwatyżmem oraz potrzebą tworzenia struktur poznawczych (Zaleśkiewicz, 2005; Zuckerman, 1994).

Wyniki badań przytoczone przez Zuckermana (za: Zaleśkiewicz, 1994) wskazują również, iż osoby w wieku młodszym w porównaniu z osobami w wieku starszym cechują się wyższym poziomem poszukiwania wrażeń.

W związku z opisanymi powyżej rezultatami badań wysnuto przypuszczenie, że osoby charakteryzujące się wysoką potrzebą stymulacji w porównaniu z osobami z niższą taką potrzebą mogą oceniać zachowania ryzykowne jako mniej groźne oraz będą częściej podejmować ryzyko. Ze względu na to, że będą one postrzegać otoczenie jako mniej zagrażające (niż osoby z niską potrzebą doznań), będą częściej podejmować zachowania ryzykowne (Solomon, Ginzburg, Neria, Ohry, 1995). Rosenbloom (2003) sprawdzał to założenie w badaniu, podczas którego dokonywano pomiaru częstości podejmowania zachowań ryzykownych oraz poziom zapotrzebowania na stymulację. Dodatkowo zadaniem osób biorących w nim udział było ocenienie stopnia ryzykowności tych zachowań. Okazało się, że osoby, które mają silną potrzebę stymulacji, spostrzegają ryzyko jako niewielkie i mają większą skłonność do jego podejmowania. Część druga badania, w której to dokonano podziału ze względu na poziom potrzeby stymulacji – na osoby o niskim i wysokim jej poziomie – pokazała, że osoby poszukujące doznań otrzymują wyższe wyniki w skali podejmowania zachowań ryzykownych, natomiast osoby, które unikają silnych doznań, mają wyższe wyniki w skali oceny ryzykowności tych działań (Rosenbloom, 2003).

#### CEL BADAŃ I PROBLEMY BADAWCZE

Celem badań była ocena występowania poszczególnych rodzajów zachowań ryzykownych u młodzieży oraz ustalenie znaczenia oczekiwań dotyczących stymulacyjnej wartości zachowań dla ich podejmowania.

Pytania badawcze:

1. Jaka jest częstość występowania poszczególnych zachowań ryzykownych u badanej młodzieży licealnej?
2. Jak młodzież ocenia stymulacyjną wartość podejmowanych zachowań ryzykownych?
3. Czy istnieje związek pomiędzy oczekiwaniami młodzieży dotyczącymi stymulacyjnej wartości zachowań ryzykownych a występowaniem tych zachowań?

## METODA

### Respondenci

W badaniu wzięli udział uczniowie z wylosowanych klas drugich i trzecich liceum ogólnokształcącego w Krakowie. Wszyscy oni, czyli 139 osób, wyrazili zgodę. Cztery osoby wypełniły kwestionariusze w sposób nieprawidłowy, a zatem ostatecznie w analizie uwzględniono wyniki 135 osób (87 kobiet i 48 mężczyzn) w wieku od 17 do 19 lat (średnia = 18.06; sd = 0.267).

Tabela 1. Grupa osób badanych

Płeć/Wiek	17 r.ż.	18 r.ż.	19 r.ż.
Mężczyźni	0	42	6
Kobiety	1	83	3
Razem	1	125	9

Badani zostali poinformowani, że udział w badaniu jest dobrowolny. Udział nie wiązał się z jakąkolwiek formą gratyfikacji.

### NARZĘDZIA BADAWCZE

Pomiar częstości występowania zachowań ryzykownych – skala do oceny występowania zachowań ryzykownych, opracowana na podstawie skali ARQ (The Adolescent Risk-Taking Questionnaire) (Gullonne, Moore, Moss, Boyd, 2000). Z oryginalnej skali usunięto zachowania, które nie pojawiają się w naszych warunkach kulturowych, np. *roller blading*, *flying in a plane*, a dodano zachowania wymieniane przez polską młodzież jako ryzykowne, co zostało ustalone na podstawie wyników badań ankietowych. W efekcie tego powstała skala, która zawiera 31 twierdzeń dotyczących podejmowania zachowań ryzykownych. Osoba badana zaznacza na 5-stopniowej skali typu Likerta stopień, jak często podejmuje te zachowania (nigdy, bardzo rzadko, czasami, często, bardzo często). Według danych przedstawionych przez autorów oryginalnej wersji narzędzia skala ta ma zadowalające właściwości psychometryczne.

Pomiar oceny wartości stymulującej podejmowanych zachowań ryzykownych – Kwestionariusz ARQ (Gullone i in., 2000) w polskiej adaptacji własnej. Skala, która zawiera 31 twierdzeń dotyczących podejmowania zachowań ryzykownych, takich samych jak w przypadku oceny częstości podejmowania tychże zachowań. Różnica polega na tym, że osoba badana zaznacza na 5-stopniowej skali typu Likerta stopień, w jakim są one stymulujące, ekscytujące, dostarczające mocnych wrażeń (w ogóle nieekscytujące, w niewielkim stopniu ekscytujące, w umiarkowanym stopniu ekscytujące, w dość dużym stopniu ekscytujące, bardzo ekscytujące). Według danych przedstawionych przez autorów oryginalnej wersji narzędzia skala ta również ma zadowalające właściwości psychometryczne.

### Procedura badawcza

Badanie odbywało się w trakcie zajęć w liceum, podczas godziny wychowawczej. Osobom badanym tłumaczono, czego dotyczy badanie, kim jest osoba przeprowadzająca badanie, jaki jest cel przeprowadzanych badań, jaka jest procedura uzupełniania ankiety, a także zapewniano osoby badane, iż badanie jest anonimowe i jego wyniki będą wykorzystane jedynie do celów pracy naukowej. Badani proszeni byli o zapoznanie się z instrukcją, a następnie zaznaczenie oceny znacznikiem x przy odpowiednim punkcie skali.

### REZULTATY

Zestawienie częstości występowania zachowań ryzykownych w badanej grupie młodzieży przedstawiono oddzielnie dla zachowań, w przypadku których można mówić o częstym albo umiarkowanie częstym występowaniu, rzadkim i bardzo rzadkim. Jako kryterium przyjęto łączny procent odpowiedzi „bardzo często, często i czasami” przez odpowiednio powyżej 20, pomiędzy 10 i 20 oraz poniżej 10 procent osób badanych kwestionariuszem do badania zachowań ryzykownych. Zestawienia przedstawiają kolejno tabele 1, 2 i 3.

*Tabela 1.* Zachowania ryzykowne występujące u więcej niż 20% badanych (łączny procent wybranych odpowiedzi „bardzo często, często i czasami” przez powyżej 20% badanej grupy) – zestawienie procentowe odpowiedzi

Forma zachowania ryzykownego	Bardzo często	Często	Czasami	Bardzo rzadko	Nigdy
Picie alkoholu	5,2	16,3	58,5	16,3	3,7
Przechodzenie przez ulicę na czerwonym świetle	12,6	26,7	37	20,7	3
Jazda na rowerze/rolkach bez kasku	43,7	22,2	14,1	11,9	8,1
Pozostawanie poza domem do późna w nocy	5,9	20	39,3	31,1	3,7
Przejadanie się	3,7	9,6	40	31,9	14,8
Brawurowa jazda na nartach lub snowboardzie	6,7	8,9	14,8	16,3	53,3
Zaczepianie, drażnienie, prowokowanie innych	3	3	17	31,9	45,2
Wagarowanie	0,7	4,4	27,4	29,6	37,8
Przekraczanie dozwolonej prędkości podczas jazdy samochodem	6,7	10,4	13,3	6,7	63
Upijanie się	2,2	4,4	21,5	30,4	41,5
Skoki do wody „na główkę”	1,5	7,4	11,9	19,3	60

Jak wynika z tabeli 1, do stosunkowo najczęściej występujących zachowań ryzykownych w grupie młodzieży licealnej należą te związane z używaniem alkoholu, typowymi problemami wychowawczymi oraz dostarczaniem sobie silnej stymulacji poprzez brawurę.

Tabela 2. Zachowania ryzykowne występujące u 10 do 20% badanych (łącznie procent wybranych odpowiedzi „bardzo często, często i czasami” przez od 10 do 20% badanej grupy) – zestawienie procentowe odpowiedzi

Forma zachowania ryzykownego	Bardzo często	Często	Czasami	Bardzo rzadko	Nigdy
Nurkowanie	2,2	3	14,1	12,6	68,1
Palenie papierosów	3,7	3,7	6,7	20,7	65,2
Prowadzenie samochodu bez prawa jazdy	3	3	6,7	8,1	79,3
Wspinaczka wysokogórska	0,7	0,7	9,6	17	71,9

Do zachowań stosunkowo rzadko występujących w badanej grupie należy palenie papierosów, nurkowanie i prowadzenie samochodu bez prawa jazdy.

Tabela 3. Zachowania ryzykowne występujące u bardzo niewielu osób w badanej grupie (łącznie procent wybranych odpowiedzi „bardzo często, często i czasami” przez poniżej 10% badanej grupy) – zestawienie procentowe odpowiedzi

Forma zachowania ryzykownego	Bardzo często	Często	Czasami	Bardzo rzadko	Nigdy
Prowadzenie samochodu po spożyciu alkoholu	0	0,7	0,7	2,2	96,3
Skoki ze spadochronem	0	0	0	2,2	97,8
Przejażdżki kradzionym samochodem	0,7	0	0	2,2	97
Uprawianie sztuk walki	1,5	0,7	5,2	14,1	78,5
Wąchanie benzyny albo kleju	0,7	0	3,7	7,4	88,1
Uprawianie seksu bez zabezpieczenia	0,7	0,7	2,2	4,4	91,9
Branie narkotyków	0	0,7	1,5	5,9	91,9
Palenie marihuany	0,7	0	3,7	13,3	82,2
Skoki na bungee	0	0	0	2,2	97,8
Przebywanie wśród osób uzależnionych od narkotyków	0,7	2,2	4,4	16,3	76,3
Uprawianie sportów ekstremalnych bez przygotowania	1,5	1,5	5,2	13,3	78,5
Szybka jazda pod wpływem środków odurzających	0,7	0	2,2	2,2	94,8
Wdawanie się w bójki	0,7	1,5	2,2	17,8	77,8
Jazda motocyklem	1,5	2,2	4,4	15,6	76,3
Balansowanie na barierce mostu	0,7	0	3,7	8,1	87,4
Chodzenie do solarium	0	0	3	9,6	87,4
Używanie dopalaczy	0,7	0	0,7	3	95,6

Jak wynika z tabeli 3, w przypadku prawie połowy zachowań ryzykownych wymienionych w kwestionariuszu procent twierdzących odpowiedzi był bardzo niski w badanej grupie. Należą tutaj przede wszystkim zachowania związane z używaniem substancji psychoaktywnych oraz liczne sporty ekstremalne.

Zestawienie ocen stymulującej wartości zachowań ryzykownych przedstawiono odpowiednio w tabelach 4, 5 i 6, w zależności od tego, jaki procent badanych ocenił dane zachowanie jako bardzo lub w dość dużym stopniu ekscytujące.

*Tabela 4.* Zestawienie zachowań ryzykownych uznanych za bardzo lub w dość dużym stopniu ekscytujące przez ponad 20% badanych – zestawienie procentowe odpowiedzi

Forma zachowania ryzykownego	Bardzo ekscytujące	W dość dużym stopniu ekscytujące	W umiarkowanym stopniu ekscytujące	W niewielkim stopniu ekscytujące	W ogóle nie ekscytujące
Skoki ze spadochronem	47,4	30,4	6,7	4,4	10,4
Skoki na bungee	47,4	25,2	8,1	7,4	11,4
Brawurowa jazda na nartach lub snowboardzie	22,2	28,1	16,3	8,9	23,7
Jazda motocyklem	21,5	25,9	29,6	7,4	14,8
Nurkowanie	21,5	24,4	17	14,1	22,2
Wspinaczka wysokogórska	13,3	25,2	18,5	18,5	23,7
Uprawianie sztuk walki	11,9	20	23,7	17,8	25,9
Pozostawianie poza domem do późna w nocy	11,9	19,3	28,1	23,7	16,3
Przekraczanie dozwolonej prędkości podczas jazdy samochodem	3,7	18,5	26,7	24,4	25,9
Uprawianie seksu bez zabezpieczenia	14,1	8,1	8,1	16,3	52,6
Picie alkoholu	2,2	19,3	34,1	24,4	19,3
Balansowanie na barierce mostu	8,9	11,1	16,3	11,9	51,1

Jak wynika z tabeli 4, zachowaniami uznanym za bardzo stymulujące przez co najmniej 20% badanych licealistów były przede wszystkim różne formy sportów ekstremalnych, ale pojawiły się również zachowania świadczące o brawurze, picie alkoholu oraz uprawianie seksu bez zabezpieczenia.

*Tabela 5.* Zestawienie zachowań ryzykownych uznanych za bardzo lub w dość dużym stopniu ekscytujące przez więcej niż 10, a mniej niż 20% badanych – zestawienie procentowe odpowiedzi

Forma zachowania ryzykownego	Bardzo ekscytujące	W dość dużym stopniu ekscytujące	W umiarkowanym stopniu ekscytujące	W niewielkim stopniu ekscytujące	W ogóle nie ekscytujące
Przejażdżki kradzionym samochodem	12,6	5,9	5,2	8,1	67,4



Forma zachowania ryzykownego	Bardzo ekscytujące	W dość dużym stopniu ekscytujące	W umiarkowanym stopniu ekscytujące	W niewielkim stopniu ekscytujące	W ogóle nie ekscytujące
Uprawianie sportów ekstremalnych bez przygotowania	4,4	14,8	15,6	19,3	45,2
Szybka jazda pod wpływem środków odurzających	8,1	5,9	5,9	7,4	71,9
Jazda na rowerze/rolkach bez kasku	4,4	9,6	13,3	15,6	56,3
Palenie marihuany	7,4	5,9	17,8	12,6	55,6
Prowadzenie samochodu bez prawa jazdy	5,2	6,7	14,8	10,4	62,2
Wdawanie się w bójki	5,2	5,9	7,4	11,1	69,6

Dane przedstawione w tabeli 5 wskazują, że do zachowań ryzykownych uznanych za bardzo ekscytujące przez stosunkowo niewielką grupę badanych (od 10 do 20%) należą takie, które wiążą się z łamaniem prawa, a także będące przejawem braku ostrożności.

Tabela 6. Zestawienie zachowań ryzykownych uznanych za bardzo lub w dość dużym stopniu ekscytujące przez mniej niż 10 % badanych – zestawienie procentowe odpowiedzi

	Bardzo ekscytujące	W dość dużym stopniu ekscytujące	W umiarkowanym stopniu ekscytujące	W niewielkim stopniu ekscytujące	W ogóle nie ekscytujące
Chodzenie do solarium	0	0,7	0	5,9	92,6
Przejadanie się	1,5	0	7,4	16,3	65,9
Przebywanie wśród osób uzależnionych od narkotyków	0	1,5	4,4	11,1	82,2
Wąchanie benzyny albo kleju	2,2	0,7	3	13,3	80
Palenie papierosów	3,0	1,5	9,6	20,7	64,4
Przechodzenie przez ulicę na czerwonym świetle	1,5	3	5,9	14,1	74,8
Prowadzenie samochodu po spożyciu alkoholu	3,0	2,2	4,4	6,7	83
Używanie dopalaczy	3	3,7	2,2	11,9	78,5
Upijanie się	2,2	6,7	19,3	23,7	47,4
Skoki do wody „na główkę”	3	5,9	16,3	20	54,1
Zaczepianie, drażnienie, prowokowanie innych	0,7	7,4	15,6	23,7	51,9
Wagarowanie	5,9	3,7	20	23,7	45,9
Branie narkotyków	3,7	5,9	7,4	16,3	65,9

Zachowania uznane za stymulujące, ekscytujące przez mniej niż 10% badanych licealistów to przede wszystkim zachowania antyzdrowotne, będące przejawami brawury oraz związane z łamaniem norm.

W celu ustalenia związków pomiędzy oceną zachowań ryzykownych jako ekscytujących i częstością podejmowania takich zachowań obliczono dla każdej formy zachowania oddzielnie współczynnik korelacji między częstością jego występowania i oceną wartości stymulującej. Wyniki przedstawiono w tabeli 7. Ze względu na charakter analizowanych zmiennych (skala porządkowa) zastosowano współczynnik r Spearmana.

*Tabela 7.* Współczynniki korelacji pomiędzy oceną wartości stymulacyjnej danego zachowania i częstością jego występowania w badanej grupie (r Spearmana, \*  $p < 0,05$ , \*\*  $p < 0,01$ , \*\*\*  $p < 0,001$ , kolejność zachowań wymienionych w tabeli taka sama, jak w kwestionariuszu)

Forma zachowania ryzykownego	r Spearmana
Palenie papierosów	0,69 ***
Prowadzenie samochodu po spożyciu alkoholu	0,49 ***
Skoki ze spadochronem	0,07
Przekraczanie dozwolonej prędkości podczas jazdy samochodem	0,17 *
Przejażdżki kradzionym samochodem	0,19 *
Uprawianie sztuk walki	0,35 ***
Picie alkoholu	0,58 ***
Pozostawanie poza domem do późna w nocy	0,42 ***
Prowadzenie samochodu bez prawa jazdy	0,41 ***
Upijanie się	0,73 ***
Wąchanie benzyny albo kleju	0,52 ***
Uprawianie seksu bez zabezpieczenia	0,27 **
Wagarowanie	0,39 ***
Zaczepianie, drażnienie, prowokowanie innych	0,46 ***
Brawurowa jazda na nartach lub snowboardzie	0,47 ***
Branie narkotyków	0,34 ***
Przejadanie się	0,15
Palenie marihuany	0,52 ***
Skoki na bungee	0,01
Przebywanie wśród osób uzależnionych od narkotyków	0,09
Jazda na rowerze/rolkach bez kasku	-0,07
Uprawianie sportów ekstremalnych bez przygotowania	0,29 **
Szybka jazda pod wpływem środków odurzających	0,40 ***
Skoki do wody „na główkę”	0,61 ***
Wdawanie się w bójki	0,49 ***
Przechodzenie przez ulicę na czerwonym świetle	0,08

Forma zachowania ryzykownego	r Spearmana
Wspinaczka wysokogórska	0,15
Nurkowanie	0,18 *
Jazda motocyklem	0,32 ***
Balansowanie na barierce mostu	0,24 *
Chodzenie do solarium	0,17 *
Używanie dopalaczy	0,27 **

W przypadku 25 z ogólnej liczby 32 zachowań ryzykownych uzyskano dodatnie i istotne statystycznie korelacje pomiędzy oceną wartości stymulacyjnej danego zachowania i częstością jego występowania. Zatem można powiedzieć, że jeżeli dana forma aktywności jest oceniana jako bardziej ekscytująca, jest także częściej podejmowana.

#### DYSKUSJA REZULTATÓW

Celem badań była ocena występowania poszczególnych rodzajów zachowań ryzykownych u młodzieży oraz ustalenie znaczenia oczekiwań dotyczących stymulacyjnej wartości zachowań dla ich podejmowania.

Dane dotyczące częstości występowania poszczególnych zachowań ryzykownych u badanej młodzieży licealnej pokazują, iż podejmowanie ryzyka jest zachowaniem charakterystycznym dla młodzieży. Z pewnością młodzież ryzykuje częściej niż dorośli. Wyniki badań wskazują, że wśród stosunkowo najczęściej występujących i typowych zachowań ryzykownych wśród licealistów należą te związane z używaniem alkoholu, typowymi problemami wychowawczymi oraz dostarczaniem sobie silnej stymulacji poprzez brawurę. Nieco rzadziej pojawiają się takie zachowania, jak palenie papierosów, nurkowanie i prowadzenie samochodu bez prawa jazdy. Najrzadziej występujące w badanej grupie to zachowania związane z używaniem substancji psychoaktywnych oraz liczne sporty ekstremalne.

Ze względów poznawczych, a także profilaktycznych, istotne wydaje się zagłębienie się w powody, dlaczego młodzi ludzie tak chętnie i z zaangażowaniem podejmują działania szkodliwe dla zdrowia, stanowiące dla nich zagrożenie, a czasem nawet mogące ich trwale uszkodzić lub zagrażać ich życiu.

Z pewnością jednym z czynników łączących podejmowanie zachowań ryzykownych jest poszukiwanie wrażeń i doznań. Wydaje się, że motywem podejmowania takich zachowań jest poszukiwanie przyjemności i hedonizm. Potwierdzają to wyniki przytoczonych badań oraz wielu innych (por. Zaleskiewicz, 2005), bowiem zachowania ryzykowne okazały się skorelowane z potrzebą stymulacji.

Zachowaniami uznanymi za bardzo stymulujące przez dużą część młodzieży były przede wszystkim różne formy sportów ekstremalnych. Wśród zachowań ryzykownych ujawniających się jako te podejmowane przez młodych ludzi znalazły się zachowania zagrażające zdrowiu, a mianowicie nadużywanie alkoholu i nawiązywanie

ryzykownych kontaktów seksualnych (bez zabezpieczenia). Takie zachowania niejednokrotnie są silniej zdeterminowane przez potrzebę przeżycia pozytywnej emocji oraz motyw „przyjemnościowy”. Sama skłonność do ryzykowania może wynikać z chęci do przeżywania mocnych doznań, a co ciekawe nie musi wiązać się to z żadnym konkretnym celem. Kolejnym przykładem z literatury mogą być badania Roy-samba (1997), w których osobami badanymi byli prowadzący samochód z bardzo dużą prędkością, narażający się w ten sposób na groźny wypadek. Badania te wskazały, że ich zachowanie wynika z potrzeby przeżycia pozytywnych emocji, np. radości.

Natomiast wśród zachowań uznanych za ekscytujące przez mniejszą liczbą młodzieży znalazły się te związane z łamaniem prawa, a także będące przejawem braku ostrożności. Najmniej badanych wskazało zachowania antyzdrowotne, będące przejawami brawury oraz związane z łamaniem norm. Okazało się również, iż jeśli dana forma aktywności jest oceniana jako bardziej ekscytująca, jest także częściej podejmowana.

Warto również zwrócić uwagę, że pierwsze zetknięcie się z ryzykownym działaniem niekoniecznie oznacza kontynuacji tego zachowania w przyszłości. Zuckerman (1994) wskazuje, iż pierwsze zażycie substancji odurzającej jest powodowane chęcią poznania i przeżycia czegoś nieznanego, sprawienia sobie przyjemności. Kolejne próby stosowania takich substancji wynikają już w większym stopniu z przyczyn biologicznych (fizjologicznych). Co więcej ten sam autor odwołuje się do swoich badań pokazujących, iż spośród najważniejszych motywów podejmowania zachowań ryzykownych wskazanych przez nastolatków w ankiecie wymieniana jest chęć zabawienia się, sprawienia sobie radości i bycia szczęśliwym. Wspiera to hipotezę o afektywnych przesłankach postępowania w ryzykowny sposób i koncentrację na pozytywnych emocjach, bez uwzględniania informacji o zdroworozsądkowych wyborach, kalkulacji wielkości wyniku i prawdopodobieństwa wyniku (Zaleśkiewicz, 2005). Przy czym ważne jest także dążenie do wzmacniania pozytywnej emocji. Inne badania wskazały, że skłonność do podejmowania zachowań ryzykownych u dorastających mocniej determinuje chęć przeżycia pozytywnej emocji niż nieodczucie negatywnej emocji, a istotne jest również dążenie nastolatków do natychmiastowych wzmocnień pozytywnych (Loewenstien, Weber, Hsee, Welch, 2001; Slovic, 2004; Zaleśkiewicz, 2005).

Uzyskane wyniki mogą stanowić podstawę do planowania działań profilaktycznych, eliminujących ryzykowne zachowania poprzez próby zastąpienia ich zachowaniami, które są stymulujące, ale mogą także pozytywnie oddziaływać na zdrowie.

Wzbogacenie strategii informacyjnych w szkole, skupionych zazwyczaj wokół skutków zachowań ryzykownych, o uświadomienie młodzieży w kwestii roli, jaką odgrywają oczekiwania dotyczące stymulacyjnej wartości takich zachowań, mogłoby się okazać pożądanym oddziaływaniem profilaktycznym.

Programy modyfikacji przekonań normatywnych (Gaś, 2006) koncentrują się głównie na spostrzeganej akceptacji zachowań problemowych i angażowaniu się w ich podejmowanie przez młodzież. Istotne wydaje się również wyjaśnienie motywów podejmowania zachowań ryzykownych. Wiedząc, że pewne szkodliwe formy aktywności wynikają z potrzeby silnych wrażeń, uczniowie mogliby przestawić się na ta-

kie formy zachowań, które są akceptowane społecznie, a jednocześnie stymulujące, np. wspinaczka wysokogórska. Obrazowa edukacja uczniów na temat negatywnych skutków zachowań problemowych, przy jednoczesnej modyfikacji przekonań dotyczących stymulacyjnej wartości zachowań ryzykownych w kierunku ich urealnienia, pozwoliłyby oczekiwać właściwej oceny zachowań dysfunkcyjnych i wzrostu odporności młodzieży na podejmowanie aktywności nieakceptowanych społecznie.

Ponadto należałoby wzbogacić programy alternatywnej aktywności. Ważne jest, aby angażować młodzież w działania umożliwiające zdrowe zaspokajanie ich potrzeb rozwojowych, predyspozycji indywidualnych (np. aktywności jako czynnika temperamentalnego) i oczekiwań co do podejmowanych zachowań. Wskazane byłoby przesunięcie akcentu w programach alternatywnej aktywności z działalności konstruktywnej i akceptowanej społecznie, ale niejednokrotnie odbieranej przez młodzież jako nudna, na pomoc w odnalezieniu przez nich takich sposobów organizacji wolnego czasu i zachęcenie do aktywności, która zaspokaja ich potrzebę doznań i wrażeń. Wydaje się, że funkcję taką mogłaby pełnić odpowiednio dopasowana do oczekiwań młodego człowieka aktywność sportowa – w szczególności różnego typu sporty ekstremalne. Takie działania dają możliwość spełnienia oczekiwań związanym z dostarczeniem silnej stymulacji, których wagę także pokazały niniejsze badania. Jednocześnie ułatwienie dostępności do odpowiednio przygotowanych trenerów czy ośrodków oferujących uprawianie sportów ekstremalnych we właściwie przygotowanych warunkach i po odpowiednim przeszkoleniu, jak również rozszerzenie oferty zajęć z wychowania fizycznego w szkołach, przyczyniłoby się do zmniejszenia podejmowania przez młodych ludzi niedozwolonych i nieakceptowanych społecznie zachowań.

Z pewnością cennym uzupełnieniem tych badań byłoby poszerzenie liczby indywidualnych wyznaczników, które wiążą się z podejmowaniem zachowań szkodliwych dla zdrowia przez młodzież. Takimi mogłyby być chociażby: zdolności poznawcze, temperament, optymizm, procesy motywacyjne. Niemniej jednak skupienie się również na indywidualnych zasobach dorastającego z punktu widzenia oddziaływań wychowawczych jest także warte uwagi. Taką działalnością może być kształtowanie umiejętności społecznych i zachowań prozdrowotnych, budowanie pozytywnego obrazu siebie, wysokiej samooceny, wiara w swoje możliwości, mechanizmy samokontroli. Zmiany w zachowaniu w programach nastawionych na jednostkę pokazują, iż jest istnieje duża liczba nawrotów ryzykownych działań, a same te programy nie zapobiegają w sposób trwały podejmowaniu zachowań ryzykownych (Schwarzer, 1997). Okazuje się, że potrzebne są programy, które uwzględniają człowieka w jego środowisku. Trudno jest utrzymać zmiany indywidualne, jeżeli nie ulegną także zmianie czynniki środowiskowe, które przyczyniają się do konkretnego zachowania ryzykownego.

Podsumowując, zainteresowanie znaczeniem pozytywnych doświadczeń życiowych jako źródła zdrowia i docenianie, jakie możliwości tkwią w człowieku i jego najbliższym środowisku, stwarzają szanse na skuteczniejsze zapobieganie podejmowaniu przez młodych ludzi zachowań ryzykownych.

## BIBLIOGRAFIA

- Arnett, J. (1992). Sensation seeking: A new conceptualization and a new scale. *Personality and Individual Differences*, 16, 289–296.
- Arnett, J. (1996). Sensation seeking: Aggressiveness and Adolescent Reckless Behavior. *Personality and Individual Differences*, 20, 693–702.
- Arnett, J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54, 317–326.
- Birch, A., Malim, T. (2001). *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęcia do dorosłości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Buchanan, C.M., Eccles, J., Becker, J. (1992). Are adolescents the victims of raging hormones? Evidence for activational effects of hormones on moods and behavior at adolescence. *Psychological Bulletin*, 111, 62–107.
- Carrol, E., Zuckerman, M., Vogel, W. (1982). A test of the optimal level of arousal theory of sensation seeking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 572–575.
- Conger, J. (1977). *Adolescence and youth: Psychological development in a changing world*. New York: Harper and Row.
- Cooper, M., Wood, P., Orcutt, H., Albino, A. (2003). Personality and the predisposition to engage in risky or problem behaviors during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 390–410.
- Garlington, W., Shimota, H. (1964). The Change Seeker Index: A measure of the need for variable stimulus input. *Psychological Reports*, 14, 919–924.
- Gaś, Z. (2006). *Profilaktyka w szkole*. Warszawa: WSiP.
- Gottfredson, M.R., Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford: Stanford University Press.
- Gullone, E., Moore, S., Moss, S., Boyd, C. (2000). The Adolescent Risk-Taking Questionnaire: Development and Psychometric Evaluation. *Journal of Adolescent Research*, 15, 231–250.
- Hall, G.S. (1904). *Adolescence: its psychology and its relation to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education*. Vol. 1–2. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Irwin, C. E. (1990). The theoretical concept of at-risk adolescents. *Adolescents Medicine: State of the Art Reviews*, 1–14.
- Johnston, L.D., O'Malley, P.M., Bachman, J.G. (1994). *National survey results on drug use from the Monitoring the Future study, 1975–1993*, vol. 2. Rockville: National Institute on Drug Abuse.
- Jonah, B. (1986). Adolescent risk and risk-taking behavior among young drivers. *Accident Analysis and Prevention*, 18, 255–271.
- Larson, R., Richards, M.H. (1994). *Divergent realities: the emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. New York: Basic Books.
- Laursen, B., Coy, K.C., Collins, W.A. (1998). Reconsidering changes in parent-child conflict across adolescence: a meta-analysis. *Child Development*, 69, 817–832.

- Loewenstein, G., Weber, E., Hsee, Ch., Welch, N. (2001). Risk as feelings. *Psychological Bulletin*, 127, 269–286.
- Moore, S., Gullone, E. (1996). Predicting adolescent risk behavior using a personalized cost benefit analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 343–359.
- Pearson, P. (1970). Relationships between Global and Specified Measures of Novelty Seeking. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 199–204.
- Petersen, A.C., Compas, B.E., Brooks-Gunn, J., Stemmler, M., Ey S., Grant, K.E. (1993). Depression in adolescence. *American Psychologist*, 48, 155–168.
- Rosenbloom, T. (2003). Risk evaluation and risky behavior of high and low sensation seekers. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 31, 375–387.
- Roysamb, E. (1997). Risk behavior: toward a model of affectively construed action. *Personality and Individual Differences*, 22, 33–46.
- Solomon, Z., Ginzburg, K., Neria, Y., Ohry, A. (1995). Coping with war captivity: The role of sensation seeking. *The European Journal of Personality*, 9, 57–70.
- Slovic, P. (2004). *Risk as feelings and risk as analysis. Risk decision and human error*. Rovereto: University of Trento.
- Zaleśkiewicz, T. (2005). *Przyjemność czy konieczność. Psychologia spostrzegania podejmowania ryzyka*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Zuckerman, M. (1984). Sensation Seeking: A comparative approach to a human trait. *The Behavioral and Brain Sciences*, 7, 413–471.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral Expressions and Biosocial Bases of Sensation Seeking*. New York: Cambridge University Press.

#### STIMULATIVE VALUE OF BEHAVIORS AND ENGAGING IN RISK BEHAVIORS BY ADOLESCENTS: INDICATIONS FOR HEALTH EDUCATION

**ABSTRACT:** The purpose of the study was to estimate the frequency of risk behaviors in adolescents and to find whether the expected stimulative value of such behaviors was related to engaging in them. Participants were 139 secondary-school students, aged 17 to 19. Frequency of behaviors and expected stimulative value of behaviors were measured with modified version of the Adolescent Resilience Questionnaire. The most frequent risk behaviors were drinking alcoholic beverages and careless behaviors like riding a bike without a helmet. Extreme sports were the behaviors evaluated as the most stimulative. Correlation analysis indicates that the more a given behavior was evaluated as exciting, the more frequently it was undertaken. Conclusions concerning prevention and health education programs were formulated.

**KEYWORDS:** risk behaviors, stimulative value of behaviors, adolescents, health education

