



Kamila Słupska

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Aktywność w czasie wolnym młodzieży studiującej

KEYWORDS

time, free time, studying youth,
activity, culture of free time

ABSTRACT

Słupska Kamila, *Aktywność w czasie wolnym młodzieży studiującej* [Activity of young people studying in their free time]. *Kultura – Społeczeństwo – Edukacja* nr 1(13) 2018, Poznań 2018, pp. 213–233, Adam Mickiewicz University Press. ISSN 2300-0422. DOI 10.14746/kse.2018.13.16.

The article refers to students' free time. It includes: theoretical explanations concerning the essence and meaning of the main above-mentioned category, review of the outcomes of a research conducted on free time activities of the studying youth, and – as an illustration to these considerations – a report from a personal research. As a part of it, the respondents referred to, among others, the significance of free time in life, its functions, ways of making use of it (actual ones and the ones longed for), and factors contributing to it.

W trosce o czas (wolny)...

Nawiązując do dwóch, kształtujących się pod wpływem czynników kulturowych, postaw wobec czasu, które wyróżnił Tad James: „w czasie” i „przez czas”, można zadać pytanie: która z nich dominuje obecnie? Pierwsza odznacza się nastawieniem na terażniejszość, co powoduje, iż człowiek jest w pełni zaangażowany w to, co dzieje się obecnie (jej specyfika dominuje w kulturze Wschodu). Druga natomiast zapewnia łatwy dostęp do przeszłości i przyszłości, co zdecydowanie utrudnia koncentrację na tym, co „teraz” (jest charakterystyczna dla kultury Zachodu) (James, Woodsmall, 2011: 36–41; O'Connor, Seymour, 1996: 167–168; Sobol-Kwa-

pińska 2007: 70–71). Philip G. Zimbardo, posługując się kategorią „time crunch”, analizuje postawę polegającą na odczuwaniu silnej presji czasu, która przejawia się m.in. rozdrażnieniem w sytuacji oczekiwania na coś.

(...) mimo że tysiące urządzeń ułatwiają nam codzienne życie, pracujemy dłużej niż kiedykolwiek wcześniej i nie mamy czasu na pewne aktywności, uważane za [jego – K.S.] stratę (...), jak na przykład: spotkania z przyjaciółmi, życie religijne, ceremonie rodzinne. (...) Natłok zdarzeń, zachodzących w otoczeniu, powoduje, że mamy poczucie, iż nasz czas nie jest naszym czasem. (Zimbardo, 2001, za: Sobol-Kwapińska, 2007: 70–71)

Ma to swoje konsekwencje również w postrzeganiu (lub nie) istotności czasu wolnego, czyli tej kategorii, która z jednej strony wydaje się czymś oczywistym, istniejącym od zawsze, choć „jako wytwór współczesnego, zindustrializowanego społeczeństwa, pochodna rewolucji przemysłowej, rozdzielenia sacrum od profanum (...) nie ma odpowiednika we wcześniejszych formacjach ustrojowych” (Orłowska, 2007b: 66), wpisanym w codzienność, a z drugiej – będąc jej elementem, skłania do refleksji i pobudza do dyskusji, biorąc pod uwagę specyfikę obecnej rzeczywistości, tempo życia, oczekiwania i powinności ludzi.

Maria Czerepaniak-Walczak wyodrębnia trzy kategorie definicji czasu wolnego: strukturalne (ich istotą jest wymienienie czynności, jakie są wykonywane w czasie wolnym); funkcjonalne (nacisk położony jest na to, czemu ma on służyć) i atrybutywne (zawierające atrybuty tego czasu, w kontekście życia i aktywności jednostki), proponując autorską definicję, zgodnie z którą:

Czas wolny jest tym interwałem podmiotowego życia, w którym osoba doświadcza dobrostanu intelektualnego, emocjonalnego i fizycznego, w rezultacie możliwości samodzielnego, suwerennego przejawiania czynności posiadających znamiona dobrowolności i niekomercyjności oraz będących źródłem satysfakcji. (...) czas wolny jest tkanką życia osobistego, potwierdzeniem siebie jako jednostki prywatnej, a jednocześnie daje szansę uczestniczenia w sferze publicznej „obywatelskiej, kulturze masowej, religijnej itp.” (Czerepaniak-Walczak, 2007: 222 i 236)

Na gruncie pedagogiki społecznej wiele uwagi analizowanej kategorii poświęcił Aleksander Kamiński, którego propozycja, odnosząca się do wyżej wymienionej klasyfikacji, należy do kategorii definicji strukturalnych:

Czas wolny jest to ta część budżetu czasu, która nie jest zajęta przez pracę zarobkową normalną i dodatkową, ani przez systematyczne kształcenie się uczelniane, ani przez zaspokajanie elementarnych potrzeb fizjologicznych (...), ani przez stałe obowiązki domowe (...) i może być spożytkowana bądź na swobodne wczasowanie, bądź na życie rodzinne, obowiązki społeczne i aktywność przynoszącą doraźne korzyści. (Kamiński, 1980: 352)

On również zaproponował wypełnienie tego pojęcia treścią, posługując się w tym celu terminem „wczasowanie”, definiowanym jako „część czasu wolnego, którą swobodnie i dobrowolnie dysponując, możemy wypełnić odpoczynkiem, zabawą oraz podejmowaną z własnej potrzeby dla własnego rozwoju pracą umysłową (samokształceniem), aktywnością społeczną, artystyczną, sportową, techniczną i inną” (Kamiński, 1980: 352). Tę definicję uzupełnił kategorią „czasu na wpuł wolnego”, rozumianego jako „części budżetu czasu przeznaczone na czynności, którym towarzyszy poczucie obowiązku ich wykonywania lub świadomość rzeczowych korzyści, ale które zarazem wykonujemy z pewnym marginesem swobody” (Kamiński, 1980: 352). Wskazał tym samym i na ilościowy (część ogólnego budżetu czasu), i jakościowy (wypełnienie treścią) wymiar czasu wolnego, którymi to dwiema kategoriami – jako znaczącymi – operuje również Anna Zawadzka, poświęcając też sporo uwagi uszczegółowieniu warunków niezbędnych do jego zaistnienia (nieobowiązkowość, dobrowolność, świadomość) (Zawadzka, Ferenz 1998, za: Orłowska 2007a: 583–587).

Ramon Ramos Torre (2007, za: Szlendak, 2009) podaje trzy współczesne sposoby metaforycznych odniesień do czasu: (1) czas jako zasób; (2) czas jako specyficzne środowisko zewnętrzne; (3) czas jako horyzont intencjonalności działania, od których, co zaznacza Tomasz Szlendak, nie da się uciec, ponieważ narzuca je udział w życiu społecznym. Dlatego można coraz częściej zaobserwować uwięzienie przez czas ludzi mających dziś pracę, na przykład generowanie czasu wolnego „w przestrzeniach i obszarach wcześniej uznawanych za nienaruszalny «czas konieczności»”, «wydrapywanie» czasu wolnego z czasu pracy (za sprawą nowych technologii) (Szlendak, 2009: 202–205). Z kolei według Stanisława Zagórnego wchodzimy w żmudną fazę wzajemnego przybliżania się dwóch porządków: pracy i czasu wolnego, a jest to niezbędne, by dać szansę na pełen rozwój osobowości społecznej. Występuje tu pewien paradoks: męczący z natury czas pracy jest właśnie mniej męczący (obowiązki są znane, z góry określone) niż, mający służyć odpoczynkowi i zapewnić relaks, czas wolny (kiedy trzeba zaplanować jego organizację, włożyć w to pewien wysiłek intelektualny) (Zagórny, 2011: 226).

Toteż istotne jest zwracanie uwagi na aktywność wolnoczasową wszystkich pokoleń:

- dzieci – by mogły bawić się, rozwijać swoje zainteresowania i wykorzystywać posiadające predyspozycje, a tym samym, aby nie pojawiły się między innymi wskazywane przez Anetę Jegier: „syndrom dziecka zagospodarowanego” – cały jego czas wypełniony zostaje aktywnościami narzuconymi przez osoby dorosłe, co powoduje, że jest ono jedynie biernym konsumentem oraz „dziecko zaniedbane z dobrotytu” – kiedy jest zarzucone zabawkami, z któ-

- rych nie umie korzystać (Jegier, 2016: 7–8; patrz również: Orłowska, Błeszyński, 2016; Kostrubiec, 2008; Nowak, 2009; Charaśna-Blachucik, 2011);
- młodzieży – by miała świadomość, czemu służy czas wolny i w pełni, w sposób satysfakcjonujący, potrafiła wykorzystywać swój i jego potencjał (patrz na ten temat m.in.: Seul-Michałowska, 2008; Tomaszewska, 2014; Zasacka, 2014; Charaśna-Blachucik, 2011; Graczykowska i in., 2011; Walentyłowicz-Moryl, 2011; Trzop, Szaban, 2011; Bojanowicz, 2014);
 - osób dorosłych, stanowiących niezwykle rozbudowaną kategorię, różnorodną pod względem sytuacji życiowej, w tym zawodowej – czas wolny osób pracujących, aktywność wolnoczasowa osób bezrobotnych, struktura czasu po przejściu na emeryturę (patrz na ten temat m.in.: Orłowska, 2007b; Borkowska, Mroczkowska, 2012; Krzyżanowska, 2012; Woszczyk, 2009; Domańska, 2009), wynikającej z następujących po sobie stadiów (patrz: stadia wieku dojrzałego według Daniela Levinsona; stadia rozwoju poznawczego według Warnera Schaie, Zimbardo, 2004: 205), by potrafiły one równoważyć czas pracy i czas wolny, a zmiana dynamiki ich aktywności nie wiązała się z zagubieniem sensu społecznego funkcjonowania.

W niniejszym artykule autorka koncentruje się na problematyce czasu wolnego studentów jako reprezentantów młodego pokolenia¹. Przywołuje wątki odnoszące się do tej tematyki, zarówno w ujęciu teoretycznym, jak i empirycznym, dokonując – w formie syntetycznej – przeglądu analiz badawczych, jak również ilustrując czynione rozważania komunikatem z badań własnych.

Czas wolny w życiu studentów

Autorzy *Raportu o stanie i zróżnicowaniach kultury miejskiej w Polsce* podkreślają, iż, zgodnie ze współczesnym postrzeganiem, uczestnictwo w kulturze obejmuje cały czas aktywności jednostki. W ramach szeroko pojmowanego czasu wolnego wyodrębnić więc można następujące kategorie:

¹ W. Adamski, definiując kategorię młodzieży, zaznacza, iż są to osoby w wieku 15–17 do 24–25 lat (uczniowie i studenci) oraz 25–30 lat (pracujący zawodowo). Tak postrzegane granice wieku to efekt przesunięcia się z okresu biopsychicznego „dojrzwania” (adolescencji), na okres „wczesnej dorosłości”, będący stadium „wydłużonej młodości społecznej” (Adamski, 1980: 5 i 6). Wyraźne spleatanie tych dwóch faz ma miejsce w okresie nauki na poziomie wyższym. K. Jaskot, dokonując charakterystyki „wieku studiów”, podkreśla, iż w sensie prawnym młodzi przebywający w murach uczelni wyższej osiągnęli już dojrzałość (mają świadectwo maturalne, są pełnoletni), w rzeczywistości jednak podlegają nieustannie intensywnemu rozwojowi, a ta ich dojrzałość jest w trakcie „stawania się” (Jaskot, 1984: 12–16).

- czas dla siebie – a zatem do wyłącznej dyspozycji jednostki; wypełniają go różnorodne zachowania i działania mieszczące się na kontinuum: pasywność – znaczny wysiłek; ograniczają go przede wszystkim zajęcia przymusowe, stan finansów oraz dostępność oferty kulturalnej, może być codzienny i wakacyjny, jest to również czas dla rodziny i/lub przyjaciół²;
- czas niezorganizowany i niekontrolowany – w odniesieniu do młodego pokolenia charakteryzuje go brak nadzoru osób dorosłych, jest wysoko ceniony, spędzany głównie w gronie rówieśników;
- czas przymusowo wolny – który mają na przykład osoby bezrobotne czy też dzieci i młodzież wychowujący się w środowiskach zaniedbanych, nacechowany frustracją, związany z nudą i występowaniem zachowań negatywnych;
- czas pozornie wolny – dysponują nim matki będące na urlopie wychowawczym, osoby przebywające na rencie lub emeryturze, część osób bezrobotnych pracujących w tzw. szarej strefie, „ludzie z przymusem uczestnictwa w kulturze lub narzucający sobie reżim zdrowego stylu życia, dzieci i młodzież z tzw. zorganizowanym czasem wolnym” (Fatyga, 2009).

Zgodnie z wynikami badań z 2008 roku³, w których uwzględniono czas wolny w rozumieniu „czasu dla siebie”, więcej jego form realizuje się nie w domu, lecz poza nim. Poza domem są to: spotkania w pubach, kawiarniach, wizyty w restauracjach, weekendowe wycieczki za miasto, pobyty w centrach handlowych, wyprawy do kina, teatru, spacer, wyjście do dyskotek czy też klubów muzycznych, uprawianie sportu, koncerty muzyczne, przebywanie na działce. Natomiast w domu wyróżnia się: oglądanie telewizji, czytanie prasy i książek, korzystanie z komputera i surfowanie po Internecie, spotkania ze znajomymi, twórczość własną, majsterkowanie, sprząatanie, sen i opiekę nad dziećmi. Młodzież

wychodzi z domu, szuka rozrywek na mieście i przebywa z rówieśnikami. Bariery (...) są często możliwości finansowe (...) Rysuje się podział na przebywanie w przestrzeni publicznej (z rówieśnikami) i prywatnej (z partnerem/ partnerką). Dominują dyskoteka lub klub muzyczny i spotkania w pubach lub kawiarniach; kolejno uprawianie sportu (głównie: rower, siłownia, skateboard, rolki, ale też nieco bardziej elitarne tzw. sporty miejskie, jak parkour, turbogolf, freestyle rowerowy). (Fatyga, 2009)

² „Czas dla siebie jest zatem specyficzną sytuacją egzystencjalną, która – przynajmniej potencjalnie – stwarza warunki do rozwinięcia pełnej podmiotowości jednostki: nikt mi niczego nie nakazuje i nie zakazuje, robię, co chcę, jestem panem sytuacji” (Pęczak, 2010: 98).

³ Badania realizowano w 22 miastach. W każdym z nich przeprowadzono średnio 10 wywiadów z osobami pracującymi w instytucjach kultury oraz z mieszkańcami. Analizie poddano 207 wywiadów.

Symptomatyczne wydaje się również to, iż

(...) w opinii młodych respondentów spędzany poza domem czas wolny młodzieży zwykle wypełnia rozrywka, a kultura wysokoartystyczna (teatr, galerie sztuk plastycznych, awangarda) jest raczej przedmiotem zainteresowania wąskiej elity albo korzystanie z niej wynika z rodzaju presji środowiskowej czy snobizmu. Nawet w dużych ośrodkach akademickich trudno dziś znaleźć ślady prężnej w czasach PRL kultury studenckiej. Kluby studenckie nie różnią się niczym od innych klubów, a studenci, prócz nauki zajęci zwykle pracą zarobkową, deklarują, że mają bardzo niewiele czasu dla siebie. (Pęczak, 2010: 106)

Wyniki badań prowadzonych przez Katarzynę Klimkowską na grupie 84 studentów (lingwistyki stosowanej oraz animatora i menadżera kultury) wskazują, iż wśród form spędzania czasu wolnego dominują: zabawa, kontakty towarzyskie i użytkowanie środków masowego przekazu (gdzie prym wiodą: Internet, oglądanie telewizji, słuchanie muzyki; poziom czytelnictwa natomiast okazuje się bardzo niski). Korzystanie z instytucji kultury nie cieszy się popularnością, w odróżnieniu od uprawiania sportu oraz turystyki czy też samokształcenia. Niewysokie są również wskaźniki podejmowania wówczas aktywności religijnej. Jeśli chodzi o preferencje, to respondenci chcieliby przeznaczyć czas wolny na zabawę i rozrywkę, odpoczynek, a także pracę nad sobą. Autorka, odwołując się do wyróżnionych przez Dzierżymira Jankowskiego typów uczestnictwa w kulturze, konkluduje, iż badani studenci reprezentują głównie typ trzeci, czyli: aktywność intensywną, czasem dość wszechstronną, ale wyłącznie percepcyjną. Nie można jednak powiedzieć, iż cierpią oni na „anemię kulturową”, gdyż zaspokajają swoje potrzeby estetyczne i obcują ze światem sztuki za pośrednictwem nowych technologii (Klimkowska, 2008: 234–235), które niewątpliwie umożliwiają i ułatwiają pełnienie funkcji i widza, i kreatora (Słupska, 2015).

Z kolei analizy empiryczne, dokonane przez Małgorzatę Przybysz-Zarembę, która prowadziła badania wśród 260 studentów (pięciu kierunków: pedagogiki, filologii, filologii polskiej, ekonomii oraz informatyki) wykazują, iż 81% z nich swój czas wolny spędza w sposób aktywny, czyli uczestnicząc w spotkaniach towarzyskich (59,2%), spacerując (53,8%), robiąc zakupy (37,3%), chodząc do dyskotek (35,7%), do kina (33%), uprawiając sport (26,5%)⁴, odwiedzając teatr czy też uczestnicząc w koncertach (20%). Z kolei do najczęściej wymienianych biernych form, wskazanych łącznie przez 19% badanych, należą: słuchanie muzyki,

⁴ Autorka badała również, czy i w jakim stopniu respondenci korzystają z aktywnych form oferowanych im przez uczelnię. Przynależność do sekcji, funkcjonujących w jej ramach, zadeklarowało jedynie 25% z nich, w tym: do sekcji aerobiku – 8,1%, do sekcji turystycznej – 6,5%, do sekcji siatkówki – 6,2%, do sekcji jeździeckiej – 2,3%, do sekcji żeglarskiej – 1,9% (Przybysz-Zaremba, 2008: 104).

korzystanie z komputera, oglądanie telewizji i spanie (Przybysz-Zaremba, 2008: 103–105).

Badanie kultury czasu wolnego młodzieży akademickiej (kierunków humanistycznych i ekonomicznych) średniego miasta, realizowane dwuetapowo (w 2007 i 2012 roku) przez Karolinę A. Zaniewską pokazało, iż studenci najchętniej czas wolny spędzają w towarzystwie przyjaciół, korzystając z Internetu i oglądając telewizję. W porównaniu z pierwszym etapem straciło na popularności słuchanie muzyki. Tym, co różnicuje preferencje studentów uczelni humanistycznej i uczelni ekonomicznej, okazało się czytanie książek (u tych pierwszych wyżej w rankingu „I etap – 33%, II etap 27%”, u drugich natomiast na dalszej pozycji „I etap – 16%, II etap – 17%”) oraz uprawianie sportu (trend odwrotny, czyli studenci kierunków ekonomicznych I etap – 17%, II etap – 30%, studenci kierunków humanistycznych I etap – 13%, II etap – 19%). Wśród innych aktywności wolnoczasowych wskazane zostały: dyskoteki, spotkania w klubach studenckich oraz spacer. Natomiast tym, co upodabnia respondentów, jest nieczęste wymienianie takich form jak: spanie, granie w gry komputerowe, rozmyślanie, chodzenie do kina, teatru, zakupy, aktywność plastyczna. Podróże także nie okazały się popularne, podobnie jak samodoskonalenie czy działania wolontariackie. Brak wolnego czasu zadeklarowała prawie równa grupa studentów w I i II etapie badań (I etap – 3% wśród studentów kierunków humanistycznych i 2% wśród studentów kierunków technicznych; II etap odpowiednio – 4% i 3%) (Zaniewska, 2012: 132–141).

Dociekania empiryczne na temat aktywności wolnoczasowej studentów (N = 133) psychologii KUL i turystyki Uniwersytetu Rzeszowskiego (będące częścią większego projektu), realizowane przez Agatę Błachnio i Anetę Przepiórkę, również pokazały, iż dominuje w tym zakresie głównie nastawienie na kontakty społeczne, następnie – sięganie po lekturę oraz uprawianie sportu (najmniej popularne – podejmowanie pracy i wolontariat). Metodą analizy skupień wyodrębniono też dwie grupy: aktywnych (N = 77, wysokie wyniki w odniesieniu do wszystkich aktywności) i pasywnych (N = 56, wyniki niskie albo też wskaźniki zerowe) (Błachnio, Przepiórka, 2008: 275–281).

Studenci pedagogiki, uczestniczący w badaniach prowadzonych przez Lidie Marek (populacja liczyła 344 osoby), formułując własne definicje czasu wolnego, akcentowali głównie: wolność (od nauki, od pracy; od nakazów i zakazów), prywatność (czas wolny to czas osobisty) oraz przyjemności, a także funkcje – odpoczynku/wypoczynku, ludyczną, twórczo-rozwojową i integracyjną. Najczęściej realizowanym przez respondentów pomysłem na czas wolny jest korzystanie z mass mediów (radio, telewizja, Internet – przede wszystkim; książki, prasa – widocznie mniejsze zainteresowanie), popularnością cieszą się także spotkania z innymi,

w tym aktywność ludyczna (zabawy redukujące napięcie emocjonalne, czyli na przykład spotkania połączone z tańcem, na prywatce, w klubie lub na dyskotecze), relaks na świeżym powietrzu (choć sam sport nie znajduje się wysoko w rankingu), zakupy i pobyt w galerii handlowej, turystyka rozumiana jako wyjazdy poza miejsce zamieszkania, podejmowane w celach rekreacyjnych i trwające co najmniej 2 dni, rozwijanie zainteresowań i pasji, w dalszej kolejności sen i wypoczynek bierny, a także: aktywność wolontariacka, udzielanie się w różnego typu organizacjach i uczestniczenie w wydarzeniach kulturalnych (po 35,5%), co okazuje się – na tyle innych form – niezbyt atrakcyjne. Miejscem spotkań z kulturą jest Internet, dający możliwość udziału w jej wydarzeniach, jak i zaistnienia młodzieżowej twórczości (Marek, 2012), o czym wspomniano już wyżej.

Zgodnie natomiast z badaniami realizowanymi w 2007 roku przez Patrycję Hanygę-Janczak, wśród grupy 734 studentów dwóch uczelni: Akademii Świętokrzyskiej (kierunek – pedagogika) i Politechniki Świętokrzyskiej (kierunek – budownictwo) najpopularniejsze formy spędzania czasu wolnego to: oglądanie telewizji, korzystanie z komputera, spotkania z przyjaciółmi oraz czytanie (ksiązek i czasopism), przy czym nie zawsze te czynności są kompatybilne z zainteresowaniami respondentów, z których jedynie połowa wyraziła zadowolenie z zagospodarowywania przez siebie wolnych chwil. Najczęściej wskazywane bariery w realizacji marzeń związanych z wyborem formy wolnoczasowej (gdzie studenci z jednej i drugiej grupy opowiedzieli się za podróżami, kursami i spotkaniami towarzyskimi; różnice w wyborze zaistniały w przypadku uprawiania sportu – częściej studenci Politechniki – i udziału w wydarzeniach o charakterze kulturalnym – częściej studenci Akademii) to: brak funduszy, niedostateczna ilość czasu i brak informacji o organizowanych imprezach (Hanyga-Janczak, 2011: 65 i n.).

Wyniki sondażu, obejmującego 23 słuchaczy I roku filologii angielskiej (w przedziale wiekowym 20–22 lata), gdzie wyodrębniono pięć głównych sfer ludzkiej egzystencji: fizyczną, psychiczną, socjologiczną, kulturową i duchową, a w ich obrębie zestawiono formy aktywności w czasie wolnym, jakie są wybierane przez młodych ludzi w okresie wakacyjnym, pokazują zaś, iż wśród najbardziej atrakcyjnych znalazły się aktywności natury psychicznej i społecznej (w czołówce: relaks i odsypianie zaległości z roku akademickiego oraz odwiedzanie znajomych, rozwijanie myślenia, w pierwszej dziesiątce także: aktywności związane z potrzebami natury asocjacyjnej i komunikowaniem się z osobami życzliwymi oraz związane z rozwojem pamięci i czytaniem książek i tylko jedna pozycja mająca związek z wysiłkiem fizycznym – korzystanie z siłowni). Wśród form cieszących się najmniejszą popularnością są aktywności sfery duchowej oraz fizycznej. Ankietowani mieli także możliwość wskazania dowolnej liczby dni (mając do dyspozycji

ich 30) w odniesieniu do każdej aktywności. Okazało się, iż najwięcej są w stanie przeznaczyć na czynności związane z aktywnością psychiczną natury rekreacyjnej i poznawczej (średnio 9 dni), następnie – z realizowaniem potrzeb społecznych (średnio 6 dni), aktywnością kulturalną i fizyczną (po 4 dni) i tylko ok. pół dnia na sferę duchową. Respondenci podkreślali także atrakcyjność poszczególnych form poprzez przydzielenie im określonych sum pieniędzy (mając do dyspozycji budżet miesięczny w wysokości 3000 zł). Okazuje się, iż najchętniej wydaliby tę sumę głównie na czynności związane ze sferą fizyczną i kulturalno-społeczną (zakupy, puby, koncerty, sporty walki, relaks, następnie nowe znajomości, siłownie, turystykę górską, żeglowanie i pływanie). Jacek Z. Górnikiewicz, podsumowując czynione analizy, zaznacza, iż podobne sondaże, które obejmowałyby większe liczby osób z grup zróżnicowanych społecznie i bardziej dla nich reprezentatywne, mogłyby stanowić podpowiedź dla podmiotów zajmujących się organizacją czasu wolnego (na poziomie lokalnym, regionalnym, jak i ogólnokrajowym), jak również okazać się inspirującą dla przedstawicieli mediów promujących różne formy aktywności wolnoczasowej, a także dla samych uczestników badań jako przyszłych rodziców (Górnikiewicz, 2014: 138–151).

Ta konkluzja może stanowić uniwersalne uzasadnienie potrzeby podejmowania ciągłych eksploracji empirycznych, których skutki mają wymiar nie tylko diagnostyczno-poznawczy, ale również służą celom praktycznym, zarówno w ujęciu aktualnym, jak i perspektywnym.

Odpoczywam, bawię się, rozwijam zainteresowania... (komunikat z badań)

Uzupełnieniem rozważań (niejako ilustracją do nich) niech będą wyniki badań realizowanych w roku akademickim 2015–2016 wśród studentów pedagogiki Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. A. Mickiewicza w Poznaniu⁵. Jako metodę zastosowano sondaż diagnostyczny, posługując się techniką ankiety. Grupę badawczą stanowiły 52 osoby w wieku 20–24 lata (w tym: 20 lat – 15,38%, 21 lat – 44,23%, 22 lata – 28,85%, 23 lata – 5,77%, 24 lata – 3,85%, brak odpowiedzi – 1,92%), głównie kobiety (94,23%, mężczyźni – 5,77%).

Respondenci zostali poproszeni o ocenę istotności czasu wolnego w życiu młodego człowieka. Większość z nich wyraziła opinię, iż jest bardzo ważny (73,08%),

⁵ Zaprezentowane dane stanowią część szerszych badań i analiz realizowanych przez Kamilę Słupską i Astrid Tokaj, odnoszących się do relacji młodzież – seniorzy, w kontekście ich czasu wolnego.

podając własne uzasadnienia, które, w celu uporządkowania materiału empirycznego, zostały sklasyfikowane w następujące kategorie⁶:

- możliwość odpoczynku i regeneracji sił – 44,23%;
- możliwość rozwijania pasji i zainteresowań – 40,38%;
- możliwość pielęgnowania relacji z innymi/spotykania się z rodziną i znajomymi – 13,46%;
- możliwość refleksji nad sobą – 3,85%;
- możliwość realizacji planów i marzeń – 3,85%;
- możliwość zrobienia czegoś pożytecznego – 1,92%;
- możliwość poświęcania czasu temu, co się lubi – 1,92%;
- możliwość zwiedzania świata – 1,92%;
- możliwość zdobywania życiowego doświadczenia – 1,92%;
- możliwość kształcenia się – 1,92%;
- inne – 5,77% („(...) jest to czas tylko dla siebie, który możemy sami zaplanować”; „możemy szczęśliwie czerpać z życia”; „jest go bardzo mało, a młodzi chcą tak wiele zrobić”; „jest to czas, kiedy młody człowiek może w życiu jeszcze „poszaleć”, wykorzystać ten czas przed całkowitą dorosłością”).

Natomiast 26,92% respondentów stwierdziło, iż jest ważny, wskazując głównie na regenerację sił/odpoczynek – 21,15% (oprócz tego: kontakt z bliskimi – 3,85%, rozwijanie pasji i zainteresowań – 1,92%).

Studenci zostali poproszeni również o oszacowanie ilości posiadanego przez siebie czasu wolnego (tabela 1). Większą jego ilością dysponują w weekend (61,63% ma 5 godzin i więcej), ¼ około 3–4 godzin, trzy osoby natomiast podkreśliły, iż nie mają go wówczas wcale (jednocześnie dwie z nich zadeklarowały, że w ciągu tygodnia mają około 2 godzin, natomiast dwie, iż mniej niż 2 godziny).

Tabela 1. Deklarowana przez respondentów ilość czasu wolnego

Ilość czasu wolnego	W ciągu tygodnia (%)	W weekend (%)
5 godzin i więcej	36,54	61,53
Ok. 3–4 godzin	38,46	25,00
Ok. 2 godzin	19,23	3,85
Mniej niż 2 godziny	5,77	3,85
Nie mam wcale	0	5,77

Źródło: badania i obliczenia własne

⁶ Studenci, uzasadniając wybraną przez siebie odpowiedź, często podawali kilka argumentów, sklasyfikowanych do różnych kategorii.

Odnosząc się do ilości czasu wolnego, którym dysponują, respondenci wskazywali przede wszystkim dwie odpowiedzi: 20 osób oceniło, iż ma go za mało, natomiast 19 osób uznało, iż wystarczająco. Na uwagę zasługuje fakt, iż prawie 1/5 (10 osób) zauważa problem z właściwym zagospodarowaniem czasu wolnego, a tylko jedna osoba zaznacza, iż ma go za dużo (wcześniej zadeklarowała, iż zarówno w ciągu tygodnia, jak i w weekend ma 5 godzin i więcej do własnej dyspozycji) (tabela 2).

Tabela 2. Opinia respondentów na temat ilości posiadanego przez nich czasu wolnego

Uważam, że:	%
Generalnie nie mam czasu wolnego	3,85
Mam za mało czasu wolnego	38,46
Mam wystarczającą ilość czasu wolnego	36,54
Mam odpowiednio dużo czasu wolnego, ale mam też problem z właściwym zaplanowaniem go	19,23
Mam za dużo czasu wolnego	1,92

Źródło: badania i obliczenia własne

Formy czasu wolnego to pewien porządek, „powiązanie elementów czasu i jego organizacja”. Pełnią one różnorodne funkcje (m.in. odpoczynek, rozrywka, samorealizacja), wyznaczają określone zajęcia (np. „imprezy rekreacyjne, wczas-y wypoczynkowe, gry zespołowe i aktywność indywidualną), przenikają się (...) oraz uzupełniają w ogólnym oddziaływaniu na osobowość człowieka”. Jednak każda z nich „ma inne znaczenie, zwłaszcza w kontekście wymogów współczesnej cywilizacji i zadań wychowawczych” (Truskowska-Wojtkowiak, 2012: 116). Zachowania w czasie wolnym bywają niezwykle zróżnicowane. Kazimierz Migdał ujmuje je w następujące kategorie (często wzajemnie się uzupełniające): (1) czynności z nastawieniem na rekreację (odpoczynek bierny, odpoczynek aktywny, kontakty społeczne); (2) praktyki religijne; (3) czynności z nastawieniem na działanie twórcze, uczenie się, pomaganie innym; (4) turystyka w różnych formach; (5) zachowania społeczne, antyspołeczne i patologiczne; (6) dodatkowa praca zarobkowa (kiedy to jednak czas wolny traci swój pierwotny charakter) (Migdał, 2011: 36–37). Natomiast Krzysztof Przeclawski, dzieląc zachowania młodzieży w czasie wolnym na sposoby spędzania tego czasu (indywidualne i grupowe) oraz wzory zachowań do niego się odnoszące, określa takie kategorie grupowych wzorów⁷:

⁷ Mieczysław Walczak podkreśla, iż wzory zachowań w czasie wolnym w głównej mierze są wyznaczone przez: grupę rówieśniczą, kręgi rodzinne oraz środowisko lokalne i jego nasycenie odpowiednią infrastrukturą (domy kultury, świetlice, różnego typu organizacje) (Walczak, 1994: 14).

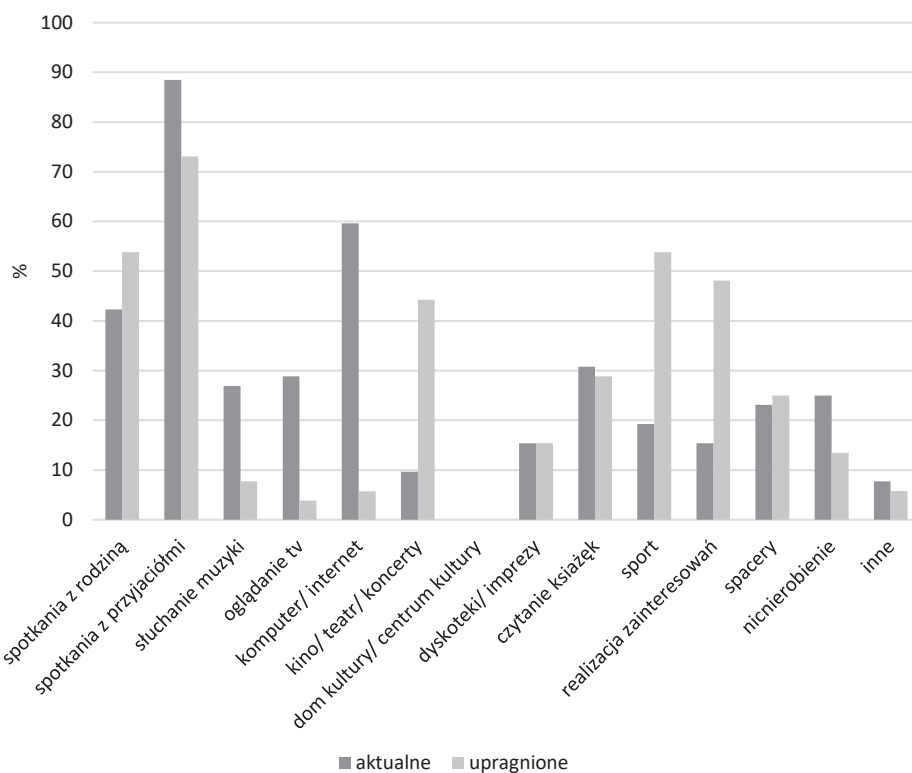
- intelektualne (np. koła zainteresowań);
- artystyczne (np. teatry amatorskie);
- społeczne (np. pomoc innym);
- techniczne;
- sportowe;
- turystyczne;
- kulturalne;
- ludyczno-towarzyskie;
- patologiczne (Przećlawski, 1978, za: Walczak 1994: 14–15).

Przy pytaniu o rzeczywiste i upragnione formy aktywności w czasie wolnym respondenci zostali poproszeni o wskazanie nie więcej niż czterech ich rodzajów z listy składającej się z 14 propozycji, z których ostatnia miała charakter otwarty (wykres 1). Zdecydowanie największą popularnością cieszą się spotkania z przyjaciółmi/ znajomymi (46 wskazań – 88,46%)⁸, korzystanie z komputera i Internetu (31 wskazań – 59,62%) oraz spotkania z rodziną (22 wskazania – 42,31%), w dalszej kolejności: czytanie książek, oglądanie telewizji, słuchanie muzyki, nicnierobienie, spacer, sport, realizacja zainteresowań i dyskoteki/ imprezy (równa liczba wskazań), kino/teatr/koncerty. Nikt z respondentów nie korzysta z oferty domu kultury, a zatem nie jest on dostrzeżony jako instytucja, która gwarantuje interesujące sposoby spędzania czasu wolnego, co może wynikać z nieznaności oferty i jeszcze stereotypowego postrzegania działań, podczas gdy odgrywa on (często!) istotną rolę w zakresie aktywizacji młodzieży (patrz: Słupska, 2016), także tej starszej, a cztery osoby, zaznaczając odpowiedź „inne”, doprecyzowały, iż: uczestniczą w próbach orkiestry dętej (dwie z nich), uczy się (jedna osoba) i odpoczywa (jedna osoba).

Studenci zapytani o to, co chcieliby robić w czasie wolnym, wybierając spośród tych samych kategorii, odpowiedzieli, iż optowaliby za spędzaniem czasu wolnego z przyjaciółmi/znajomymi i rodziną, co pokrywa się z wysokim wskaźnikiem ich wyborów w kontekście aktualnych sposobów spędzania czasu wolnego (równowaga występuje także, jeśli chodzi o: czytanie książek „gdzie jednak te wskaźniki

⁸ Badania budżetu czasu studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego (poświęcone różnorodnym kategoriom aktywności – dydaktycznej, zarobkowej, wolontariackiej, wolnoczasowej) wykazały, iż „podstawową treścią życia (...) są kontakty towarzyskie, w niewielkim stopniu uczenie się i studiowanie. Na to pierwsze przeznaczają zdecydowanie więcej czasu niż na to drugie. Być może nie mają jeszcze poczucia, że czas może być tak cennym dobrem, jak to wyrazili Philip Zimbardo i John Boyd (...) ale być może dla młodych ludzi bycie razem jest czymś naturalnym, ale i atrakcyjnym, dlatego poświęcają temu znaczącą część posiadanego przez siebie najcenniejszego dobra”. (Narkiewicz-Niezbalec, 2011: 234 i 245).

na pewno nie są satysfakcjonujące”, uczestnictwo w dyskotekach/imprezach i spacerowanie). Natomiast w sferze marzeń i aspiracji wielu respondentów pozostają: wizyty w kinie, teatrze czy też udział w koncertach – 44,23% do 9,62% (ponieważ uczestnictwo w kulturze, jako forma spędzania czasu wolnego, jest uwarunkowane wystąpieniem określonych potrzeb w tym zakresie – odwołując się klasyfikacji Abrahama Masłowa – potrzeb wyższego rzędu, tzw. potrzeb wtórnych (Szafranska, Napierała, 2007: 117) – badani studenci dają wyraz ich odczuwania), sport – 53,85% do 19,23%, realizacja zainteresowań – 48,08% do 15,38%. Jako rozwinięcie kategorii „inne” pojawiły się dwie odpowiedzi: realizacja zainteresowań razem z bliskimi oraz spanie (jedna osoba nie doprecyzowała).



Ryc. 1. Sposoby spędzania czasu wolnego przez badanych

Źródło: badania i obliczenia własne

Interesująca wydaje się również kwestia osób/czynników, które mają wpływ na sposoby spędzania czasu wolnego przez badanych (tabela 3). Zdecydowana większość (82,69%) podkreśla fakt samodzielnego wyboru. Jednocześnie zna-

cząca okazuje się sytuacja materialna, akcentowana przez połowę respondentów; opinia/postawa rówieśników (44,23%); udział rodziny (34,62%), a także przypadek (32,69%). Spośród osób, które wskazały aspekt materialny, 52,17% chciałoby w czasie wolnym korzystać z oferty kina/teatru, czy też być uczestnikiem koncertu, natomiast 47,83% pragnęłoby rozwijać własne pasje. Można zatem sformułować wniosek, iż bariera w postaci braku wystarczających środków finansowych utrudnia realizację zamierzeń, w kontekście udziału w wydarzeniach płatnych i być może rozwój hobby, związanego z koniecznością poczynienia pewnych nakładów (co wymagałoby jednak potwierdzenia poprzez dalsze pogłębione eksploracje badawcze). Badani przez Jolantę Urbanek, w celu określenia poziomu uczestnictwa w kulturze, studenci (krakowskiej uczelni pedagogicznej, sześciu kierunków, I i IV roku) wśród przeszkód, które utrudniają im to uczestnictwo, wskazywali jako dominujące: brak środków finansowych i brak czasu wolnego. Warto nadmienić, oceniając ich kontakty z instytucjami kultury wyższego poziomu (teatr, filharmonia, wystawy plastyczne, muzea, opera, operetka), iż są one zdecydowanie niewystarczające (tylko 3,6% badanej populacji można zaliczyć do systematycznych odbiorców) (Urbanek, 2002). Jednocześnie, co podkreśla Ewa Krawczak, „modyfikacje sposobów spędzania czasu wolnego i mediatyzacja wzorów wypoczynku wynikają także ze zmiany postaw wobec kultury oraz braku określonych nawyków (Krawczak, 2009: 71). Kategoria „inne” uzyskała 5 wskazań, a jako jej rozwinięcie pojawiły się następujące odpowiedzi: „*samopoczucie w danym dniu, np. czy jestem szczęśliwa, czy smutna itp.*”; „*pracodawca*”; „*uczelnia, praca (obowiązki do wykonania na następny dzień)*”; „*organizacja czasowa*”; „*ograniczenie czasu*”.

Tabela 3. Opinia respondentów na temat osób/ czynników, mających wpływ na sposoby spędzania przez nich czasu wolnego

Co/ kto głównie decyduje o tym, w jaki sposób spędzasz czas wolny?	%
Ja sam/ sama	82,69
Rówieśnicy/ znajomi	44,23
Rodzina	34,62
Przypadek	32,69
Stan zdrowia	15,38
Sytuacja materialna	50,00
Aktualna moda	0
Inne	9,62

Respondenci mogli wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

Źródło: badania i obliczenia własne

Na pytanie dotyczące dbałości, zainteresowania i przywiązywania wagi w domu rodzinnym do czasu wolnego i odpowiednich form jego spożytkowania, połowa respondentów (51,92%), odpowiedziała, iż różnie to wyglądało (czasami tak, czasami nie). Prawie 1/5 wyraziło przekonanie, iż albo trudno powiedzieć, albo nie zwracano uwagi na te kwestie. Jedynie 15 osób potwierdziło, iż ich rodzice bardzo o to dbali (tabela 4).

Tabela 4. Nastawienie rodziców do kwestii czasu wolnego (w opiniach respondentów)

Czy w Twoim domu rodzinnym przywiązywano wagę do kreatywnego/ wartościowego spędzania czasu wolnego?	%
Tak, rodzice bardzo o to dbali	28,84
Nie, rodzice nie zwracali na to uwagi	9,62
Czasami tak, czasami nie	51,92
Trudno powiedzieć	9,62

Źródło: badania i obliczenia własne

Respondenci zostali zapytani również o to, jakie, ich zdaniem, funkcje pełni czas wolny. Pytanie miało charakter otwarty. Możliwość swobodnych odpowiedzi spowodowała, iż przyjęły one rozmaite kształty. Część badanych wymieniała funkcje, nazywając je i nie charakteryzując ich istoty, część formułowała ogólne opinie na temat samego czasu wolnego i czynności podejmowanych w jego zakresie, wskazując pośrednio interesujące, z analizowanego punktu widzenia, kwestie. W celu uporządkowania materiału empirycznego dokonano, na podstawie uzyskanych odpowiedzi, następującej klasyfikacji funkcji⁹:

- 1) regeneracja (odpoczynek, relaks) – 68,63%;
- 2) samorealizacja (samopoznanie, rozwój zainteresowań, poszerzanie wiedzy) – 56,86%;
- 3) rekreacja (zabawa) – 17,65%;
- 4) integracja (spotkania z rodziną, ze znajomymi) – 13,73%;
- 5) refleksja – 5,88%.

⁹ Zgodnie z badaniami L. Marek najczęściej wskazywane funkcje wolnoczasowych zachowań studentów to: wypoczynek (100%), zabawa, rozrywka (86,6%), integracja społeczna (75,3%), samorealizacja (63,9%). Pozostałe: higiena, profilaktyka i zdrowie (39,2%), działalność społeczna (28,7%), ucieczka (26,2%), kompensacja (13,1%), kontemplacja (11,3%), szkodzenie sobie i lub innym (2,3%). Respondenci wybierali maksymalnie 5 spośród 10 wymienionych propozycji (Marek 2012: 127–128).

Wśród wymienianych funkcji pojawiły się również: kulturalna, „odżywcza”, aktywizująca¹⁰ i socjalizacyjna. Każda z nich została wskazana raz, występując obok innych, które znalazły się w powyższej kwalifikacji. Aby także one zostały tam ujęte, respondenci musieliby doprecyzować ich znaczenie. W celu zilustrowania odpowiedzi badanych warto przywołać kilka z nich:

Czas wolny daje nam możliwość lepszego poznania siebie, jest to czas, kiedy możemy odpocząć i robić to, co lubimy, co sprawia nam satysfakcję, przyjemność. (K, 21 lat);

Czas wolny to chwila oddechu od codziennych obowiązków. Odpoczynek i regeneracja. To czas, w którym człowiek może robić, co tylko chce. (K, 22 lata);

Pozwala nabrać dystansu do problemów, odpocząć, wyładować się, wyciszyć, nabrać sił. (M, 21 lat);

Czas wolny, moim zdaniem, pełni funkcję wzmocnienia sił np. na kolejny dzień, tydzień (...). (K, 23 lata);

(...) chwila dla siebie na różne przemyślenia. (K, 21 lat);

Jest to czas, w którym możemy się skupić tylko i wyłącznie na sobie i swoich potrzebach. (K, 21 lat);

Pozwala (...) zmienić nastrój. (K, 22 lata);

Czas wolny pełni funkcję relaksu, odprężenia i „przystopowania”, kiedy mamy sporo rzeczy na głowie. (K, 21 lat);

(...) czas na refleksję. (K, 21 lat);

W tym czasie mogę robić co tylko chcę. Nie spieszę się nigdzie i mam czas tylko dla siebie. (K, 20 lat).

¹⁰ Kazimierz Czajkowski opisuje funkcję społecznie aktywizującą, która polega na „celowym (często nawet z góry nie zamierzonym, ale skutecznym) aktywizowaniu jednostki w czasie wolnym”. Łączy się z aspektem socjologiczno-ekonomicznym, czyli aktywizowanie społeczne występuje w konkretnej sytuacji społecznej, „jako potrzeba działania mającego na celu ożywienie danego środowiska i przeciwstawienie się w ten sposób swoistej stagnacji życia społecznego w środowisku (...)”. Autor rozpatruje czas wolny dzieci i młodzieży w czterech aspektach – oprócz już wspomnianego: w psychologicznym, higieniczno-zdrowotnym i pedagogicznym, który stanowi „treść ideową wszystkich (...) funkcji czasu wolnego”. Podlegają one pedagogicznemu (wychowawczemu) regulatorowi, który powinien je równomiernie nasilać, nie pomijając żadnej z nich, wyznaczać każdej właściwy zakres działania” (Czajkowski, 1979: 54–58).

Odnosząc się do – jak określa ją Małgorzata Orłowska – ponadczasowej typologii Aleksandra Kamińskiego, który wskazał na: odpoczynek (odreagowanie zmęczenia, co służy regeneracji organizmu), zabawę (rozrywka, ekspresja, przeciwdziałanie nudzie) i pracę nad sobą (rozwój i udział w życiu społecznym) (Orłowska, Błęszyński, 2016: 34–36), można stwierdzić, iż badani studenci na każdy z tych aspektów zwrócili uwagę, choć akcentowali je w różnym zakresie, wymieniając jedne, kolejnych nie eksponując (np. działań na rzecz innych w ramach pracy nad sobą). Warto w tym miejscu odwołać się do, zebranych i analizowanych przez Marię Truskowską-Wojtkowiak, określeń, będących odpowiedzią na pytanie „czym jest dla Ciebie czas wolny”, grupy 36 pracujących studentek. Najczęstsze i najbardziej typowe sformułowania to: przyjemność (20%), relaks (20%), czas dla siebie (17%), zaległe sprawy (11%), krótki urlop jako odmiana (8%), czas rodzinny (5%), poczucie wolności (2,5%), hobby (2,5%), marzenia (2,5%), lenistwo (2,5%), inne (8%). Jak podkreśla sama autorka: „W zdecydowanej większości wypowiedzi dominuje traktowanie czasu wolnego jako stanu ducha i umysłu, ale także zwykłego relaksu i przyjemności” (Truskowska-Wojtkowiak, 2012: 267), co znajduje również odzwierciedlenie w przywoływanych wyżej odpowiedziach na pytanie o jego funkcje.

Czas wolny w życiu studentów – ważny?, obojętny?, a może zupełnie bez znaczenia? Reasumując, należy stwierdzić, że na pewno młodzież ma świadomość jego istotności, ale też dostrzega, iż nie zawsze czynności wówczas podejmowane są tymi, które odzwierciedlają jej rzeczywiste potrzeby czy upodobania. To z kolei dowodzi, iż poruszana problematyka wpisuje się cały czas – jako ważki i aktualny temat – w obszar pedagogicznych dociekań i jest wyzwaniem dla teoretyków oraz praktyków, zajmujących się analizą i organizacją środowisk rozwoju człowieka.

Zakończenie

„Dysponowanie czasem wolnym w połączeniu z niemożliwością wypełniania go w sposób atrakcyjny lub brakiem ukształtowanych nawyków w tym kierunku doprowadza do nudy, frustracji, pomnaża zniechęcenie, ucieczki w świat wartości pozornych” (Denek, 2006: 129–130). Należy zgodzić się z powszechnie panującym poglądem, iż jego niedostatek ma negatywny wpływ na sytuację zdrowotną człowieka, osiągnięcia osobiste, nastawianie do siebie oraz stosunek do innych i do wszystkiego, co wokół. Racjonalnie zorganizowana aktywność wolnoczasowa ma z kolei ogromne znaczenie dla rozwoju osobowości człowieka i społeczeństwa, w którym żyje (Denek, 2006: 135). Fragmentacja czasu wolnego, jego komercja-

lizacja i instrumentalizacja (patrz: Mroczkowska, 2014), mediatyzacja – zjawisko e-czasu wolnego (zagospodarowywanego za pośrednictwem sieci – „korzystanie z wolności do” albo „czas wolny od kontaktów z siecią”; Czerepaniak-Walczak, 2007: 226), będące wynikiem i przejawem zjawisk charakteryzujących współczesność, odnoszących się do postmodernistycznej jej wizji (patrz: Mokras-Grabowska, 2015) – powodują, iż nieustannie jest on ważnym, ciekawym i rodzącym niedosyt poznawczy zagadnieniem, wymagającym zarówno analiz teoretycznych, jak i eksploracji empirycznych.

Młodzież studiująca, wkraczająca w dorosłość pełną wyzwań, wymuszającą zaangażowanie (w kontekście realizowanych działań), powinna zbalansować różnorodne formy podejmowanych na co dzień aktywności, by w wirze codziennych obowiązków nie zapomnieć o sobie, swoich pasjach i chwili oddechu, która pozwoli zdystansować się od problemów, trosk czy też tak potrzebnych, a jednak eksploatujących, egzystencjalnych prób. Odwołując się do sygnalizowanych w artykule wyników badań, można stwierdzić, iż obrazy aktywności wolnoczasowych osób studiujących zawierają bardzo wiele podobieństw: i w kontekście rzeczywistych oraz preferowanych wówczas działań/zachowań, w kontekście funkcji, jak również skojarzeń, związanych z tą kategorią. Docenianie jej znaczenia jest budujące, ale musi mieć ono przełożenie na aktywność w praktyce. Pamiętanie bowiem o sferze, która jest „szczególnie wdzięcznym obiektem inspiracji” (Szafraniec, 2011: 224), czyli o czasie wolnym, dbałość (rzeczywista) o jego właściwe zagospodarowanie stanowi istotny element, wpływający na jakość życia, a zatem z pełnym przekonaniem można dokonać zestawienia, stwierdzając: czas wolny – czas ważny...

Literatura

- Adamski W. (1980). *Młodzież w społeczeństwie. Konfrontacje polsko-amerykańskie*. Warszawa.
- Błachnio A., Przepiórka A. (2008). *Inteligentni się nie nudzą... Czy studenci nudzą się w czasie wolnym?* [W:] W. Muszyński, M. Sokołowski (red.). *Homo creator czy homo ludens? Nowe formy aktywności i spędzania czasu wolnego*. Toruń.
- Bojanowicz J. (2014). *Czas wolny a nasilenie i formy zachowań agresywnych młodzieży gimnazjalnej*. Radom.
- Borkowska I., Mroczkowska D. (2012). *Momenty przełomowe i punkty zwrotne w dynamice doświadczania i spędzania czasu wolnego*. [W:] T. Maślanka, K. Strzyczkowski (red.). *Między rutyną a refleksyjnością. Praktyki kulturowe i strategię życia codziennego*. Warszawa.
- Charaśna-Błachucik J. (2011). *Czas wolny dzieci i młodzieży a rozwój osobowości*. [W:] L. Sadovnicova (red.). *Współczesny człowiek: czas pracy, czas wolny*. Opole.
- Czajkowski K. (1979). *Wychowanie do rekreacji*. Warszawa.

- Czerepaniak-Walczak M. (2007). *Od próżniactwa do zniewolenia – w poszukiwaniu dyskursów czasu wolnego*. [W:] E. Marynowicz-Hetka (red.). *Pedagogika społeczna*, t. 2. Podręcznik akademicki. Warszawa.
- Denek K. (2006). *Edukacja. Dziś – jutro*. Leszno–Poznań–Żary.
- Domańska L. (2009). *Tylko czas wolny. Różne wymiary czasu wolnego kobiet w wieku emerytalnym*. [W:] W. Muszyński (red.). „Małe tęsknoty?”. *Style życia w czasie wolnym we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Fatyga B. (2009). *Czas wolny*. [W:] W. Burszta, M. Duchowski, B. Fatyga, J. Nowiński, M. Pęczak, E.A. Sekuła, T. Szlendak (red.). *Raport o stanie i różnicowaniach kultury miejskiej w Polsce*. Warszawa, http://nck.pl/upload/attachments/302367/raport_o_kulturze_miejskiej.pdf, dostęp: 12.01.2018.
- Górnikiewicz J.Z. (2014). *Atrakcyjność form spędzania czasu wolnego – opcje młodzieży studiującej*. [W:] W. Muszyński (red.). „Czas ukoj nas?”. *Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Graczykowska B., Woś B., Puciato D. (2011). *Wykorzystanie czasu wolnego przez młodzież*. [W:] L. Sadownicova (red.). *Współczesny człowiek: czas pracy, czas wolny*. Opole.
- Hanyga-Janczak P. (2011). *Czas wolny studentów. Komponenty i zagospodarowanie*. Kielce.
- James T., Woodsmall W. (2011). *Terapia linii czasu. Trwała i szybka zmiana osobowości*, tłum. K. Rojek. Gliwice.
- Jaskot K. (1984). *Wychowanie w szkole wyższej. Problemy teoretyczno-metodyczne*. Warszawa.
- Jegier A. (2016). *Wprowadzenie*. [W:] A. Jegier (red.). *Czas wolny małych dzieci w świecie realnym i wirtualnym*. Warszawa.
- Kamiński A. (1980). *Funkcje pedagogiki społecznej*. Warszawa.
- Klimkowska K. (2008). *Wolnoczynowa aktywność kulturalna młodzieży akademickiej*. [W:] A. Popławska, L.M. Jakoniuk (red.). *Kultura, młodzież, edukacja*. Białystok.
- Kostrubiec B. (2008). *Czas wolny dzieci w młodszym wieku szkolnym. Kontekst społeczno-kulturowy korzystania z mediów*. [W:] W. Muszyński (red.). „Cudne manowce?”. *Kultura czasu wolnego we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Krawczak E. (2009). *Medialne formy spędzania czasu wolnego*. [W:] W. Muszyński (red.). „Małe tęsknoty?”. *Style życia w czasie wolnym we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Krzyżanowska Ł. (2012). *Życie bez pracy – o niespodziewanych kosztach przejścia na emeryturę*. [W:] T. Maślanka, K. Strzykowski (red.). *Między rutyną a refleksyjnością. Praktyki kulturowe i strategie życia codziennego*. Warszawa.
- Marek L. (2012). *Od próżnowania do rozwoju osobowego*. Toruń.
- Migdał K. (2011). *Psychologia czasu wolnego*. Warszawa.
- Mokras-Grabowska J. (2015). *Czas wolny w dobie postmodernizmu*, „Folia Turistica” nr 34, http://www.folia-turistica.pl/attachments/article/402/FT_34_2015.pdf, dostęp: 11.01.2018.
- Mroczkowska D. (2014). *Czas wolny jako kategoria społecznie i kulturowo zmienna. Przeobrażenia w czasowej organizacji oraz doświadczaniu czasu wolnego*. [W:] W. Muszyński (red.). „Czas ukoj nas?”. *Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Narkiewicz-Niedbalec E. (2011). *Budżet czasu studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego a.d. 2011*. [W:] E. Narkiewicz-Niedbalec, M. Zielińska (red.). *Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością a obowiązkami. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego*. Toruń.

- Nowak J. (2009). *Pozaszkolne zajęcia plastyczne jako forma organizacji czasu wolnego dzieci w wieku wczesnoszkolnym*. [W:] W. Muszyński (red.). „Nowy wspaniały świat?”. *Moda, konsumpcja i rywka jako nowe style życia*. Toruń.
- O'Connor J., Seymour J. (1996). *NLP. Wprowadzenie do programowania neurolingwistycznego*, przeł. B. Mizia, Poznań.
- Orłowska M. (2007a). *Problemy czasu wolnego w pedagogice społecznej*. [W:] S. Kawula (red.). *Pedagogika społeczna. Dokonania – aktualność – perspektywy*. Toruń.
- Orłowska M. (2007b). *Przymus bezczynności. Studium pedagogiczno-społeczne czasu wolnego bezrobotnych*. Warszawa.
- Orłowska M., Błęszyński J.J. (2016). *Czas wolny jako środowisko życia. Perspektywa pedagogiczna*. Warszawa.
- Pęczak M. (2010). *Co robimy „po godzinach”*. [W:] W.J. Burszta, M. Duchowski, B. Fatyga, A. Hupa, P. Majewski, J. Nowiński, M. Pęczak, E.A. Sekuła, T. Szlendak (red.). *Kultura miejska w Polsce z perspektywy interdyscyplinarnych badań jakościowych*. Warszawa.
- Przybysz-Zaremba M. (2008). *Aktywne formy czasu wolnego studentów*. [W:] W. Muszyński (red.). „Cudne manowce?”. *Kultura czasu wolnego we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Seul-Michałowska S. (2008). *Wolny (?) czas nastolatka w Sieci*. [W:] W. Muszyński, M. Sokołowski (red.). *Homo creator czy homo ludens? Twórcy – internauci – podróżnicy*. Toruń.
- Słupska K. (2015). *Uczestnictwo w kulturze współczesnej młodzieży. Młody człowiek jako odbiorca i twórca treści (widz i kreator)*. [W:] K. Segiet (red.). *Młodzież w dobie przemian społeczno-kulturowych*. Poznań.
- Słupska K. (2016). *Aktywność społeczna i kulturalna młodzieży w środowisku – o potrzebie działań animacyjnych na rzecz młodego pokolenia*. „Pedagogika Społeczna” nr 2 (60).
- Sobol-Kwapińska M. (2007). *Żyć chwilą? Postawy wobec czasu a poczucie szczęścia*. Lublin.
- Szafranec K. (2011). *Młodzi 2011*. Kancelaria Prezesa Rady Ministrów. Warszawa.
- Szafrańska E., Napierała T. (2007). *Kina i teatry jako element oferty kulturalnej a zagospodarowanie czasu wolnego*. „Turyzm” 17/ 1–2, http://dspace.uni.lodz.pl:8080/xmlui/bitstream/handle/11089/1344/2007_napierala_szafranska.pdf?sequence=1&isAllowed=y, dostęp: 12.01.2018.
- Szlendak T. (2009). *Co się dzieje z czasem wolnym? Od codziennego znoju i odpoczynku do codzienności, w której czas eksplodował*. [W:] M. Bogunia-Borowska (red.). *Barwy codzienności. Analiza socjologiczna*. Warszawa.
- Tomaszewska D. (2014). *Przystankersi – nowe zjawisko kulturowe w obszarze czasu wolnego młodzieży*. [W:] W. Muszyński (red.). „Czas ukoj nas?”. *Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Torre R.R. (2007). *Time's social metaphors: An empirical research*. „Time&Society” vol. 16, 2/3.
- Truskowska-Wojtkowiak M. (2012). *Fenomen czasu wolnego*. Gdańsk.
- Trzop B., Szaban D. (2011). *Na wsi po szkole. Czas wolny młodzieży gimnazjalnej z terenów wiejskich województwa lubuskiego*. [W:] E. Narkiewicz-Niedbałec, M. Zielińska (red.). *Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością a obowiązkami. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego*. Toruń.
- Urbanek J. (2002). *Uczestnictwo młodzieży akademickiej w kulturze*. Kraków.
- Walczak M. (1994). *Wychowanie do wolnego czasu*. Zielona Góra.
- Walentyłowicz-Moryl K. (2011). *Co po szkole? Udział młodzieży w zajęciach dodatkowych*. [W:] E. Narkiewicz-Niedbałec, M. Zielińska (red.). *Młodzież w czasie wolnym. Między przyjemnością*

- a obowiązkami. Z prac Sekcji Socjologii Młodzieży i Edukacji Polskiego Towarzystwa Socjologicznego. Toruń.
- Woszczyk P. (2009). *Style życia ludzi starych, czyli co robić z czasem wolnym na emeryturze*. [W:] W. Muszyński (red.). „Małe tęsknoty?”. *Style życia w czasie wolnym we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Zagórny Z. (2011). *Dynamika czasu wolnego*. [W:] L. Sadownicova (red.). *Współczesny człowiek: czas pracy, czas wolny*. Opole.
- Zaniewska K.A. (2012). *Kultura czasu wolnego młodzieży akademickiej średniego miasta*, „Colloquium Wydziału Nauk Humanistycznych i Społecznych AMW” nr 3.
- Zawadzka A., Ferencz K. (1998). *Społeczne aspekty wypoczynku młodych kobiet*. Wrocław.
- Zasacka Z. (2014). *Zagubieni w lekturze – czas wykorzystany czy stracony*. [W:] W. Muszyński (red.). „Czas ukoj nas?”. *Jakość życia i czas wolny we współczesnym społeczeństwie*. Toruń.
- Zimbardo P.G. (2001). *New national priorities require balanced time perspective*. Internet.
- Zimbardo P.G. (2004). *Psychologia i życie*. Warszawa.

