

Janiak Katarzyna, Zdziarski Krzysztof. Toxic masculinity and mental condition of young men in Poland aged 18-30. *Journal of Education, Health and Sport*. 2022;12(5):42-62. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.12775/JEHS.2022.12.05.003>  
<https://apcz.umk.pl/JEHS/article/view/JEHS.2022.12.05.003>  
<https://zenodo.org/record/6461254>

The journal has had 40 points in Ministry of Education and Science of Poland parametric evaluation. Annex to the announcement of the Minister of Education and Science of December 21, 2021. No. 32343.  
Has a Journal's Unique Identifier: 201159. Scientific disciplines assigned: Physical Culture Sciences (Field of Medical sciences and health sciences); Health Sciences (Field of Medical Sciences and Health Sciences).

Punkty Ministerialne z 2019 - aktualny rok 40 punktów. Załącznik do komunikatu Ministra Edukacji i Nauki z dnia 21 grudnia 2021 r. Lp. 32343. Posiada Unikatowy Identyfikator Czasopisma: 201159.  
Przypisane dyscypliny naukowe: Nauki o kulturze fizycznej (Dziedzina nauk medycznych i nauk o zdrowiu); Nauki o zdrowiu (Dziedzina nauk medycznych i nauk o zdrowiu).

© The Authors 2022;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Nicolaus Copernicus University in Torun, Poland  
Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author (s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non commercial license Share alike. (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.

Received: 30.03.2022. Revised: 31.03.2022. Accepted: 14.04.2022.

## **Toxic masculinity and mental condition of young men in Poland aged 18-30**

**Katarzyna Janiak**, Student Research Group at the Subdepartment of Social Medicine and Public Health, Department of Social Medicine, Pomeranian Medical University in Szczecin, 70-204 Poland; [60876@student.pum.edu.pl](mailto:60876@student.pum.edu.pl), ORCID: 0000-0001-5282-7788

**Krzysztof Zdziarski**, PhD, Subdepartment of Social Medicine and Public Health, Department of Social Medicine, Pomeranian Medical University in Szczecin, 70-204 Szczecin, Poland; [krzysztof.zdziarski@pum.edu.pl](mailto:krzysztof.zdziarski@pum.edu.pl), ORCID: 0000-0001-5766-026X

**Keywords:** toxic masculinity, health psychology, men's health

**Słowa kluczowe:** toksyczna męskość, psychologia zdrowia, zdrowie mężczyzn

### **Abstract**

The article presents conformity to toxic masculinity in the perspective of mental condition of young men in Poland aged 18-30. The first part introduced the concept of toxic masculinity and its implications on men's mental condition and general social functioning. The conformity to toxic masculinity has been investigated by using self-

constructed questionnaire and mental condition has been tested by using DASS-21 questionnaire. The study has been conducted on group of 127 men living in Poland and the data was collected by using online methods. Research results shows very little, statistically insignificant relationship between conformity to toxic masculinity and mental condition of young men, however some differences have been observed in terms of place of living and sexual orientation when it comes to level of conformity to toxic masculinity and level of mental condition.

### **Abstrakt**

Artykuł przedstawia konformizm wobec toksycznej męskości w perspektywie kondycji psychicznej młodych mężczyzn w Polsce, w wieku od 18 do 30 lat. Pierwsza część dotyczy samego pojęcia toksycznej męskości, jej związku z kondycją psychiczną mężczyzn i ich ogólnego funkcjonowania społecznego. Konformizm wobec toksycznej męskości został przebadany za pomocą samodzielnie utworzonej ankiety, a kondycja psychiczna przy użyciu kwestionariusza DASS-21. Badanie zostało przeprowadzone na grupie 127 mężczyzn mieszkających w Polsce a dane zostały zebrane przy użyciu metod online. Badanie wykazało bardzo niewielki, nieistotny statystycznie związek między toksyczną męskością a kondycją psychiczną młodych mężczyzn, jednakże zaobserwowano różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości oraz kondycji psychicznej młodych mężczyzn, w tym istotną statystycznie różnicę w kondycji psychicznej w zależności od orientacji seksualnej.

### **Wstęp**

Męskość tradycyjna jest pojęciem stosowanym w dyskursie akademickim i społecznym w odniesieniu do stereotypowego, a więc bardzo wąskiego ujęcia męskości, wedle której męskości przypisuje się takie cechy, jak bycie samodzielnym, zawsze zaradnym, poświęcenie się pracy, doskonalenie się w sporcie, bycie żywicielem rodziny, dominacja, siła, tłumienie emocji, samodzielne radzenie sobie z problemami, przywództwo i odporność psychiczna [1].

Pogłębione studia nad męskością, jako osobnej dyscypliny naukowej rozpoczęły się już w latach 70. ubiegłego wieku. Stanowią wyraz refleksji nad płcią społeczno-

kulturową, zwaną *gender*. Początkowo pojawiło się wiele głosów sprzeciwu, jakoby dyscyplina ta była zbędna, gdyż cały dotychczasowy dorobek naukowy, zwłaszcza w dziedzinach społecznych, był właściwie skupiony na mężczyznach. To oni stanowili główny punkt odniesienia w przypadku większości badań psychologicznych, ale jak słusznie podkreślają to twórcy studiów nad męskością, grupa ta była i wciąż bywa bardzo generalizowana, sprowadzając mężczyznę do jednolitej kategorii, zwanej zgodnie z typologią zaproponowaną przez Reawyn Connell, *męskością hegemoniczną*.

Według Connell nie istnieje jeden model męskości oparty na szeregu elementów je konstytuujących. Badaczka proponuje wielość konstruktów zwanego *męskością*, zależną od kontekstu historycznego, geograficznego, kulturowego, czy społecznego. Connell mówi o „wielości męskości” w ramach której można wyróżnić trzy rodzaje męskości będące w pewnej relacji w stosunku do siebie. Pierwsza z nich, to *męskość hegemoniczna*, będąca niejako punktem wyjścia do niniejszego badania. Stanowi ona kulturowo dominujący ideał męskości na który składa się autorytet, władza, siła fizyczna, heteroseksualność i dobrze płatna praca. Jako przykład tego typu męskości autorka proponuje przedstawiciela grupy WASP (*White Anglo-Saxon Protestants*). Autorka wskazuje na ten typ, jako społecznie idealny, ale również taki, któremu większość mężczyzn nie jest w stanie sprostać, ale na skutek presji społecznej stale do niego aspiruje. W ramach przytoczonej definicji ujawnia się kolejna kategoria męskości, zwana *męskością współuczestniczącą*. To grupa mężczyzn, którzy nie są w stanie przyswoić wszystkich wcześniej wymienionych atrybutów męskości hegemonicznej, ale jednocześnie akceptują je, jako męskie. Ostatnim typem męskości jest *męskość podporządkowana*, która to obejmuje wszystkich mężczyzn, którzy nie potrafią, nie chcą lub nie mogą sprostać wymaganiom, które stawia im *męskość hegemoniczna*. Tym samym *męskość podporządkowana* zdaje się być charakterystyczna dla wszystkich mężczyzn, którzy z jakiegoś powodu odbiegają od ideału męskości np. ze względu na orientację seksualną inną niż heteroseksualna [2].

Wyżej wymienione cechy zdają się być szczególnie propagowane i nagradzane w społeczeństwach patriarchalnych, które promują wyżej wymienione zachowania, czy cechy i w prosty sposób wiążą je z męskością i *byciem męskim* [1]. W tym ujęciu

męskość jest zestawem konkretnych cech, których posiadanie lub nie ma decydować o byciu męskim.

W 2018 roku Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne opublikowało poradnik dedykowany udzielania pomocy psychologicznej mężczyznom i chłopcom. Specjaliści zwrócili uwagę, że uwzględnienie kontekstu płci i ról związanych z płcią znacząco zwiększa efektywność udzielanej pomocy [3]. Zwrócono uwagę na wpływ tradycyjnie pojętej męskości, zbieżnej z typologią Connell, jako nie tylko czynnika ryzyka rozwoju zaburzeń w zakresie zdrowia psychicznego ale też jednej z głównych przyczyn odwlekania sięgania po pomoc przez grupę mężczyzn. Tradycyjna męskość i związane z nią cechy zostały oficjalnie uznane, za mogące być szkodliwe, w kontekście zdrowia psychicznego dla chłopców i mężczyzn, a grupę mężczyzn wskazano na tę, która wymaga szczególnych oddziaływań terapeutycznych [4].

Chłopaki i mężczyźni płaczą, doświadczają trudnych emocji i zdają się, że cierpią bardziej niż nam by się mogło wydawać. Statystyki wskazują, że takie zaburzenia psychiczne, jak depresja czy zaburzenia lękowe częściej diagnozuje się wśród kobiet, ale pojawiają się głosy mówiące o tym, że wyższa liczba rozpoznań wśród płci żeńskiej może być związana z tym, że mężczyźni po prostu rzadziej niż kobiety sięgają po pomoc specjalistyczną, a jeśli już sięgają, to w momencie bardzo krytycznym [5]. Specjaliści zastanawiają się nad przyczynami tych istotnych różnic i zwrócili uwagę na to jak przymus bycia zawsze zaradnym, samowystarczalnym, odpornym psychicznie, co składa się na konstrukt tradycyjnie pojmowanej męskości, może mieć związek z trudnościami w zakresie zdrowia psychicznego z jakimi mierzą się mężczyźni i mieć na ich zdrowie toksyczny wpływ [6, 7].

Wysoki poziom konformizmu wobec tradycyjnej męskości przy jednoczesnym nieosiąganiu jego założeń zdaje się być związany z obniżoną samoocena [8], trudnościami w relacjach interpersonalnych i zwiększonym poziomem stresu [9].

Specjaliści w zakresie zdrowia psychicznego alarmują, gdyż tłumienie w sobie emocji, czy poleganie wyłącznie na sobie, a więc cechy, które *tradycyjna męskość* szczególnie promuje, w sposób istotny i dodatni zdaje się korelować z problemami psychicznymi, takimi jak depresja, zaburzenia lękowe, czy nadużywanie substancji psychoaktywnych [10, 11]. Owszem, wśród rozpoznań depresji dominują kobiety,

natomiast przebieg tej choroby wśród mężczyzn zdaje się być dużo poważniejszy i dużo częściej kończy się samobójstwem. W roku 2020, w Polsce, na 12013 osób, które popełniły samobójstwo 8796 stanowili mężczyźni [12]. Wyższy odsetek popełnianych samobójstw w Polsce, przez mężczyzn niż kobiet obserwuje się przynajmniej od roku 2017. Wśród młodych mężczyzn obserwuje się ogólnie zwiększone ryzyko wyrządzenia i doświadczania krzywdy [13].

Średnia długość życia mężczyzn w Polsce w 2020 r. wyniosła 72,6 roku, natomiast kobiet 80,7 roku [12]. Ta znacząca różnica ma zapewne wiele przyczyn. Rodzi się pytanie na ile wynika ona i może być wyjaśniana w kategoriach biologicznych, a na ile w kategoriach społeczno-kulturowych, w tym socjalizacji, czy kulturowo konstruowanych wzorców męskości, które są często nieosiągalne dla większości mężczyzn. Wśród najczęściej podejmowanych tematów dotyczących męskiego zdrowia pojawiają się takie zagadnienia, jak odporność psychiczna, czy zwiększona podatność mężczyzn na popadanie w nałogi [13]. Te problemy w zakresie zdrowia psychicznego stają się specyficzne właśnie dla grupy mężczyzn.

Dotychczasowe wyniki badań wskazują, że internalizacja wyżej wymienionych cech, tradycyjnie postrzeganych, jako męskich może mieć negatywne skutki dla zdrowia psychicznego mężczyzn. To między innymi obniżona samoocena, trudności w nawiązywaniu relacji interpersonalnych [14], czy tendencje do stosowania przemocy fizycznej, jako sposobu na rozwiązywanie konfliktów [15]. Patrycja Włodek w artykule *Hipermęskość: skala kryzysu* dostrzega, że szczególnie w amerykańskiej kulturze audiowizualnej „zależność przemocy i męskości była przyjmowana jako oczywista i niekwestionowana”, podkreślając, iż „zarówno funduje wyobrażenie o »prawdziwej« męskości, jak i leży u podstaw jej kryzysu” [16].

Zaobserwowano również, że im większe poczucie konfliktu wewnętrznego, wynikającego z poczucia bycia niewystarczająco męskim, odbiegającym od ogólnie przyjętego kanonu (w ujęciu męskości tradycyjnej), tym wyższy poziom lęku przed intymnością i trudności w zakresie rozpoznawania emocji własnych i innych. Tymczasem prawidłowe rozpoznawanie i radzenie sobie z emocjami zdaje się być jedną z głównych zmiennych warunkujących dobrostan psychiczny [14].

Oprócz tego mówi się o procesie socjalizacji, który płci męskiej od początku zdaje się w pewien sposób narzucać realizowanie swoje roli płciowej w określony sposób, co obserwujemy np. w przekazach kultury [17]. Chłopcy i mężczyźni przedstawiani są, jako niezłomni, niepokonani i zawsze gotowi do pokonywania trudności w samodzielny sposób.

Z drugiej strony autorzy odnajdują związki między konformizmem wobec norm męskości a podejmowaniem pewnych zachowań prozdrowotnych [18].

W opozycji do męskości w jej tradycyjnym i, jak się okazuje toksycznym ujęciu, podejmuje się próbę redefinicji pojęcia męskości. *Pozytywna męskość* rozumiana jest, jako zestaw cech, których wzmacnianie prowadzi do zdrowej ekspresji męskości. Wskazuje się na takie zagadnienia, jak wzmacnianie relacji, motywacji i autentyczności, które miałyby być wyrazem tzw. *zdrowej męskości* [19]. Ten konstrukt zdaje się być niejako przeciwwagą dla szkodliwego, jak się okazuje wzorca męskości tradycyjnej. Zakłada też on tzw. *wielość męskości*, podkreślając, że reprezentacja cech męskich jest zależna od kontekstu kulturowego, geograficznego, socjoekonomicznego itp.

### **Cel badań**

Celem głównym podjętych badań było sprawdzenie związku między poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości a kondycją psychiczną młodych mężczyzn w Polsce

w przedziale wiekowym 18 – 30 lat. W świetle problemu głównego postawiono cele szczegółowe, które zawierają się w pytaniach:

1. W jakim stopniu zachodzi związek między konformizmem wobec toksycznej męskości a kondycją psychiczną w grupie młodych mężczyzn?
2. W jakim stopniu młodzi mężczyźni przejawiają obniżoną kondycję psychiczną, w tym podwyższony poziom stresu, niepokoju i depresji?
3. W jakim stopniu poziom konformizmu wobec toksycznej męskości zależy od orientacji seksualnej?
4. W jakim stopniu poziom konformizmu wobec toksycznej męskości zależy od miejsca zamieszkania?

Biorąc pod uwagę powyższe pytania badawcze postawiono następujące hipotezy:

1. Istnieje związek między konformizmem wobec toksycznej męskości a kondycją psychiczną w grupie młodych mężczyzn.
2. Młodzi mężczyźni przejawiają obniżoną kondycję psychiczną w tym podwyższony poziom stresu, niepokoju i depresji.
3. Poziom konformizmu wobec toksycznej męskości jest zależny od orientacji seksualnej.
4. Poziom konformizmu wobec toksycznej męskości jest zależny od miejsca zamieszkania

### **Materiały i metody**

W celu zbadania konformizmu wobec toksycznej męskości posłużono się samodzielnie skonstruowaną ankietą. Ankieta składająca się z 17 stwierdzeń została opracowana w oparciu o literaturę przedmiotu nawiązując do cech, które zdają się składać na konstrukt toksycznej męskości, tzn. odpowiednio duża siła fizyczna, nieuleganie i nieokazywanie uczuć, heteroseksualność, samodzielność w działaniu itp.. Przykładowe twierdzenia brzmiały: *Mężczyzna nie powinien odczuwać słabości; Im mężczyzna jest silniejszy, tym należy mu się więcej szacunku; Mężczyzna powinien sam rozwiązywać swoje problemy*. Uczestnicy badań odpowiadali na pytania dotyczące toksycznej męskości według 5 stopniowej skali.

W celu określenia kondycji psychicznej badanych posłużono się Skalą Depresji, Lęku oraz Stresu DASS-21. Skala ta została opracowana przez Lovibonda i Lovibonda w 1995 r. [20] i składa się z 21 pozycji, które stanowią miarę 3 czynników: depresji, lęku, stresu. Narzędzie powstało w oparciu, że lęk oraz stres emocjonalny działają jako dwie oddzielne dziedziny. Skala stresu dotyczy napięcia, drażliwości oraz podenerwowania. Z kolei skala depresji odnosi się do odczuwania utraty własnej wartości, motywacji i zainteresowania. Skala lęku stanowi ogólne autonomiczne pobudzenie oraz odczuwanie niepokoju. Respondenci odpowiadali na pytania dotyczące kondycji psychicznej według 4 stopniowej skali.

Badanie przeprowadzono na przełomie stycznia i lutego 2022 r. Dane zostały zebrane za pomocą ankiety internetowej. Link do ankiety został rozpowszechniony w

mediach społecznościowych (Facebook). Udział w badaniu był dobrowolny i anonimowy. Badani w każdej chwili mogli się wycofać z badania. Pierwsza część ankiety obejmowała pytania z zakresu danych demograficznych, w tym płci, wieku, daty urodzenia, miejsca zamieszkania, wykształcenia, stanu cywilnego a także orientacji seksualnej. Badanie zostało przeprowadzone w grupie 305 osób w przedziale wiekowym 18 – 30 lat. W tym 166 kobiet, 127 mężczyzn i 12 osób płci innej. Po wstępnej analizie zebranych danych i zgodnie z celem badania, czyli analizą związku między toksyczną męskością a kondycją psychiczną młodych mężczyzn analizie statystycznej poddano tylko odpowiedzi 127 mężczyzn. Średni wiek osób w grupie badanej wyniósł 23 lata, przy  $SD = 3,2$ .

Oprócz wyżej wymienionych narzędzi zadano również pytanie o korzystanie z pomocy specjalistycznej w zakresie zdrowia psychicznego.

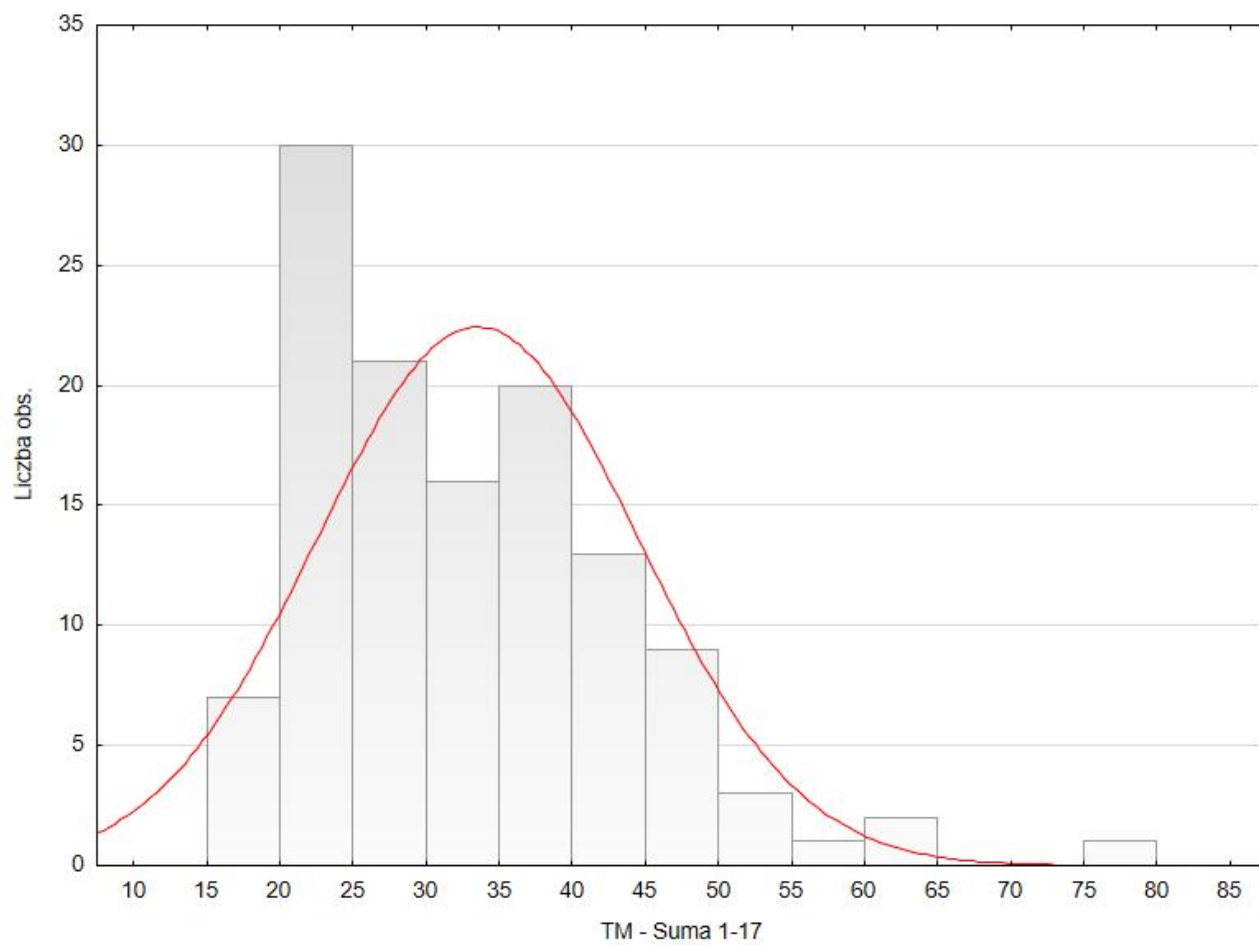
Uzyskane wyniki badań poddano analizie statystycznej za pomocą programu Microsoft Excel oraz Statistica.

### **Wyniki**

Średnia arytmetyczna wyników uzyskanych w ankiecie dotyczącej konformizmu wobec toksycznej męskości w (TM - Suma 1-17) w całej badanej próbie wyniósł 33 pkt. na 85 pkt możliwych, przy  $SD = 11$ , co przedstawia wykres 1.

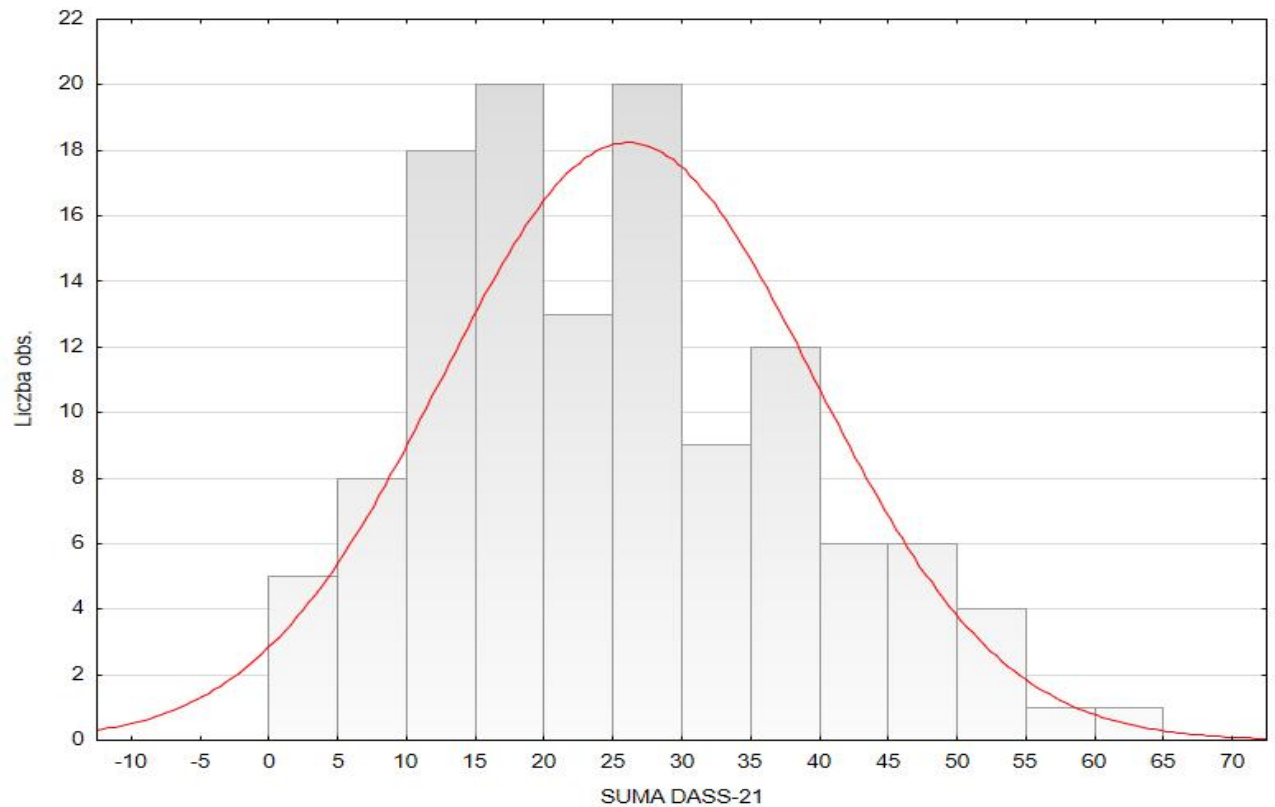


**Wykres 1. Konformizm wobec toksycznej męskości**



Średni wynik w całej grupie badanej DASS-21 wyniósł 26 pkt. na 63 pkt. możliwych, przy  $SD = 13$ , co przedstawia wykres 2.

Wykres 2. Suma DASS-21

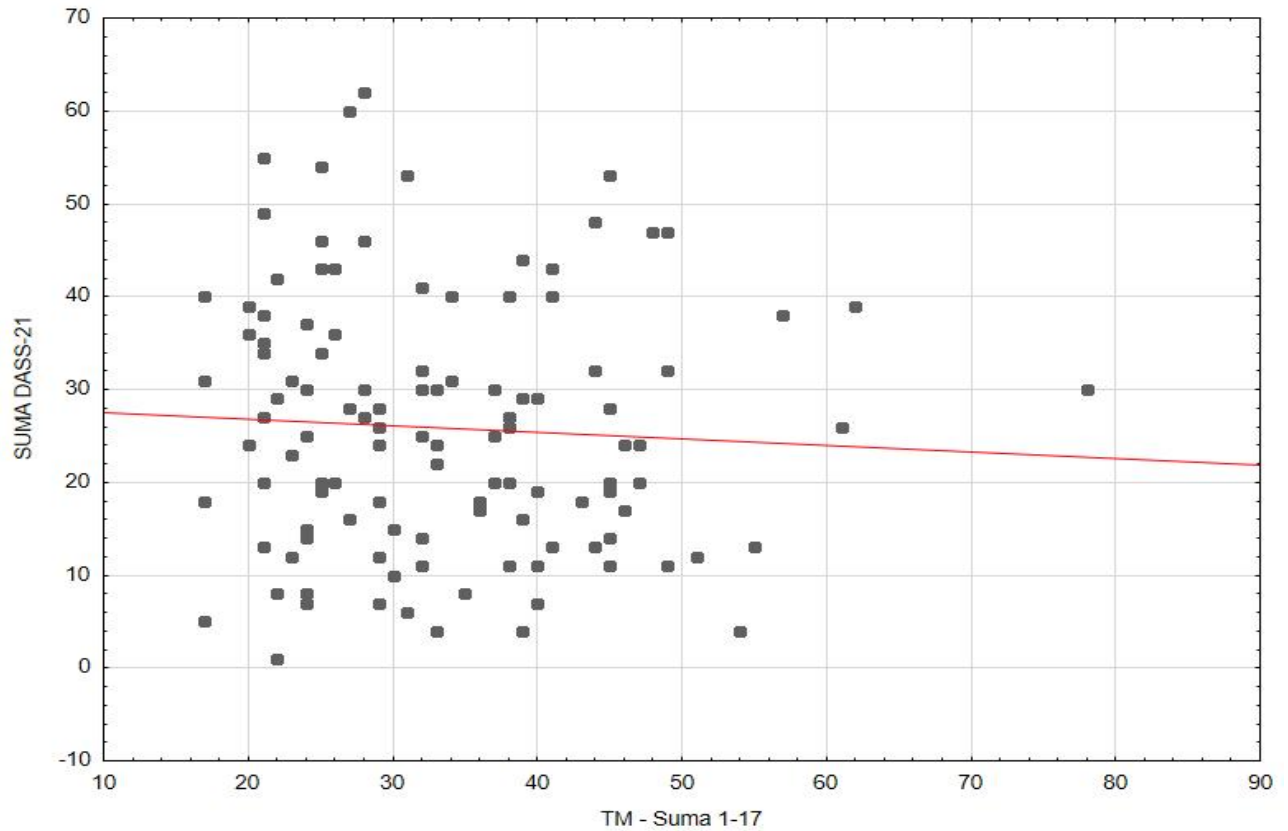


Pierwsze pytanie badawcze dotyczyło związku między toksyczną męskością a kondycją psychiczną młodych mężczyzn. Do zbadania korelacji wykorzystano analizę korelacji rang Spearmana. Współczynnik korelacji między powyższymi zmiennymi wyniósł  $-0,05$  ( $p > ,05$ ), co wskazuje na bardzo słaby związek między wspomnianymi zmiennymi. Korelacja ta jest ujemna. Wraz ze wzrostem konformizmu wobec toksycznej męskości zaobserwowano nieznaczne obniżenie kondycji psychicznej respondentów. Biorąc pod uwagę wartość współczynnika  $p$  nie można uzyskanego wyniku uogólniać na populację.

Tabela 1. Korelacje N=123 (Braki danych usuwano przypadkami)

Zmienna	Średnia	SD	SUMA - DASS-21	TM – Suma - 1-17
SUMA DASS-21	33,4	10,9	1	-0,06
TM – Suma - 1-17	26	13,5	-0,06	1

Wykres 3. Wykres rozrzutu sumy DASS-21 względem toksycznej męskości



Zbadano różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości i wynikach w kwestionariuszu DASS-21 w zależności od poszczególnych parametrów, w tym miejsca zamieszkania oraz orientacji seksualnej. W tym celu zastosowano test U Manna-Whitneya. Dane przedstawiono w poniższych tabelach i wykresie.

Tabela 2. Testy t; Grupująca: Miejsce zamieszkania (Magisterka) - Grupa 1: Miasto do 150 tys. mieszkańców; Grupa 2 Miasto powyżej 150 tys. mieszkańców

Zmienna	Średnia Miasto powyżej 150 tys. mieszkańców	t	df	p	SD Miasto od 150 tys. mieszkańców	SD Miasto powyżej 150 tys. mieszkańców	iloraz wariacje F	p wariacje
TM (SUMA 1-17)	35	1,14	121	0,3	11	11	1,05	0,9

**Tabela 3. Test U Manna-Whitneya (z poprawką na ciągłość) względem zmiennej: Miejsce zamieszkania. Zaznaczone wyniki są istotne z  $p < ,05000$**

Zmienna	Średnia Miasto powyżej 150 tys. mieszkań ów	t	df	p	SD Miasto od 150 tys. mieszkań ów	SD Miasto powyżej 150 tys. mieszkań ów	iloraz wariacje	F wariacje	p wariacje
<b>SUMA DASS-21</b>	24,45	2,1	121	0,03	14,6	13	1,3		0,3

Badani różnili się nieznacznie poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości (Suma 1-17) i wynikami w kwestionariuszu DASS-21. Zaobserwowano istotne statystycznie, nieznaczne różnice w odpowiedziach badanych w zależności od miejsca zamieszkania.

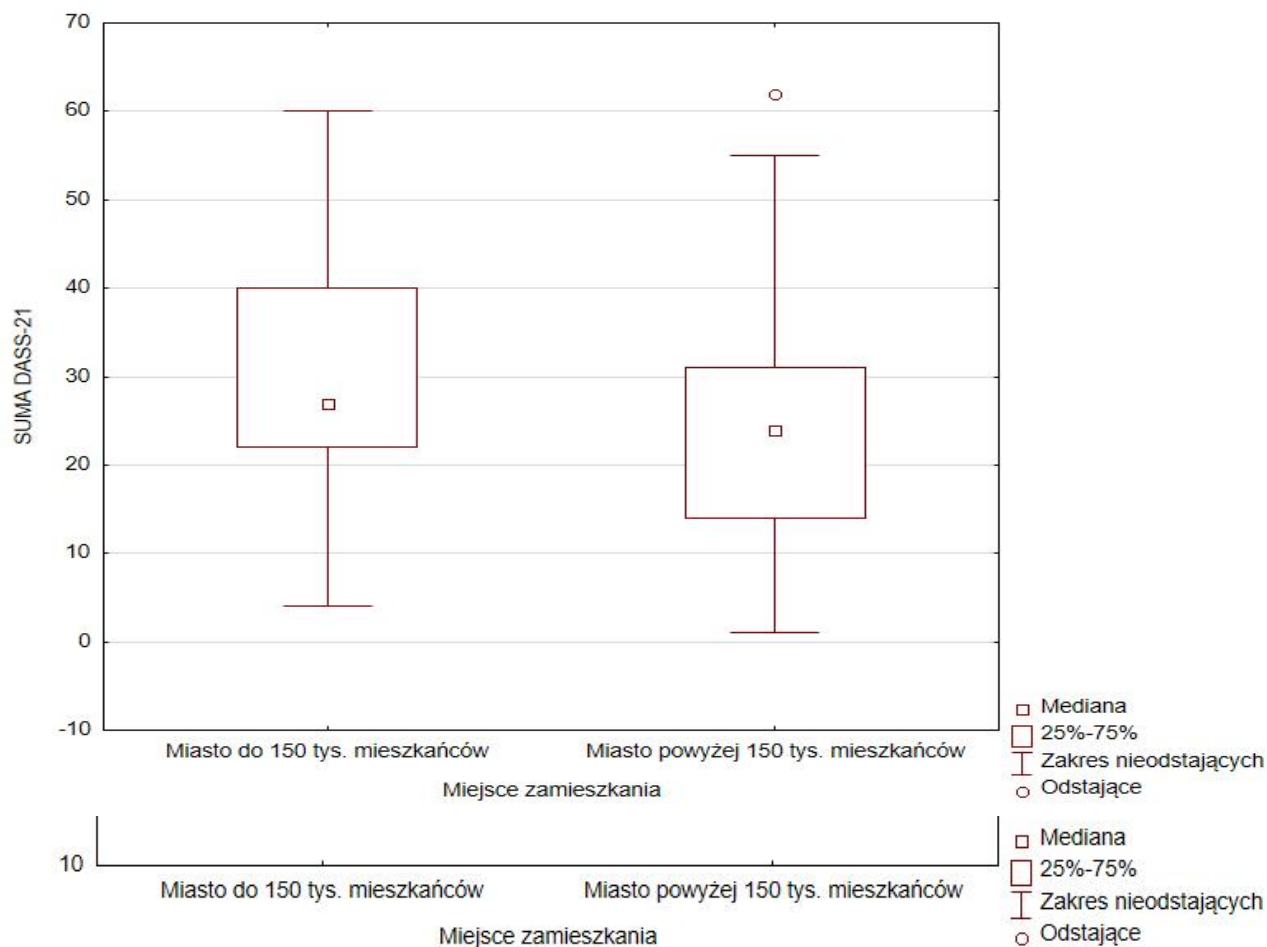
**Tabela 4. Różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości względem miejsca zamieszkania**

Zmienna	U	Z	p
Suma 1-17	1139	1,5	0,1

**Tabela 5. Różnice w DASS-21 względem miejsca zamieszkania**

Zmienna	U	Z	p
DASS-21	1073	1,9	0,05

Wykres 2. Suma 1-17 w zależności od miejsca zamieszkania



Wykres 3. DASS-21 w zależności od miejsca zamieszkania

Zaobserwowano również nieznaczne różnice w udzielanych odpowiedziach przez badanych w zależności od orientacji seksualnej badanych. Badani różnili się nieznacznie poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości (Suma 1-17) i wynikami w kwestionariuszu DASS-21.

Tabela 6. Różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości względem orientacji seksualnej

Zmienna	Średnia orientacja nieheteronormatywna	Średnia orientacja heteronormatywna	t	df	p	SD Miasto od 150 tys. mieszkańców	SD Miasto powyżej 150 tys. mieszkańców	iloraz F wariacje	p wariacje
TM (SUMA 1-17)	26,6	37	-5,5	121	0	7,1	11	2,4	0

Tabela 7. Różnice w DASS-21 względem orientacji seksualnej

Zmienna	Średnia orientacja nieheteronormatywna	Średnia orientacja heteronormatywna	t	df	p	SD orientacja nieheteronormatywna	SD orientacja heteronormatywna	iloraz wariacje	F wariacje	p wariacje
SUMA DASS-21	29	24	1,7	121	0,09	13,8	13,1	1,11	0,7	

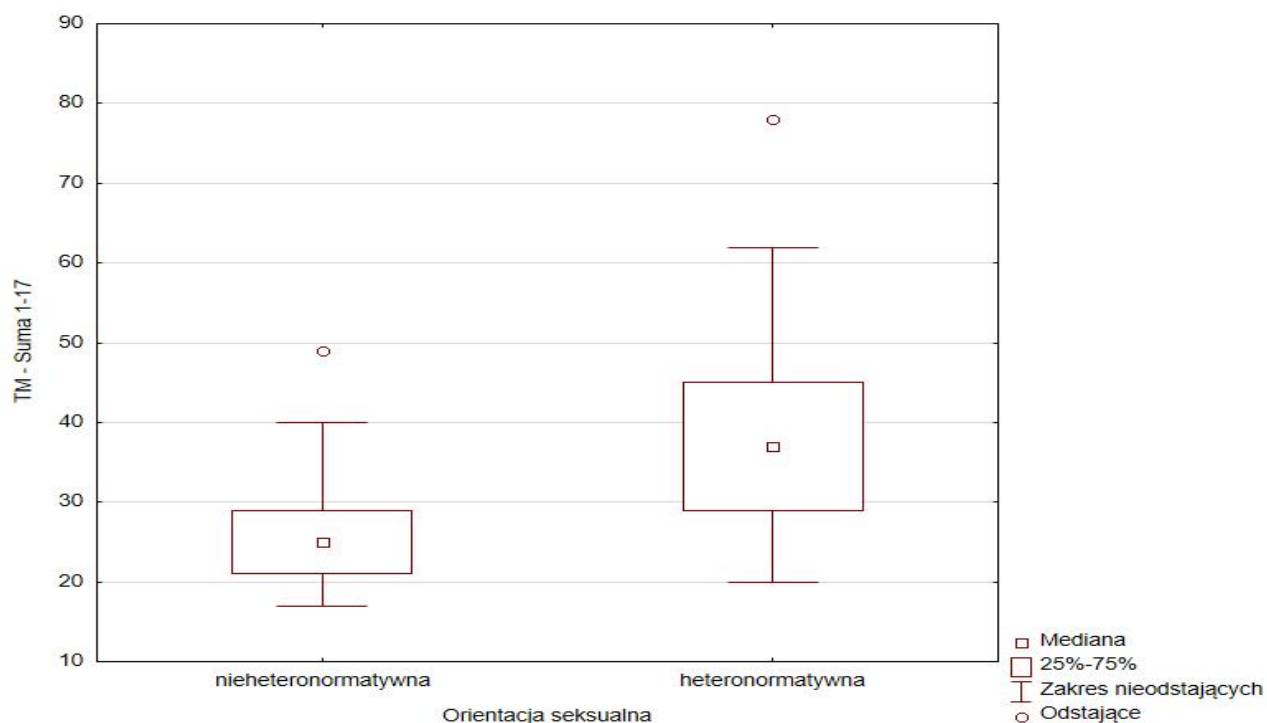
Tabela 8. Różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości względem orientacji seksualnej

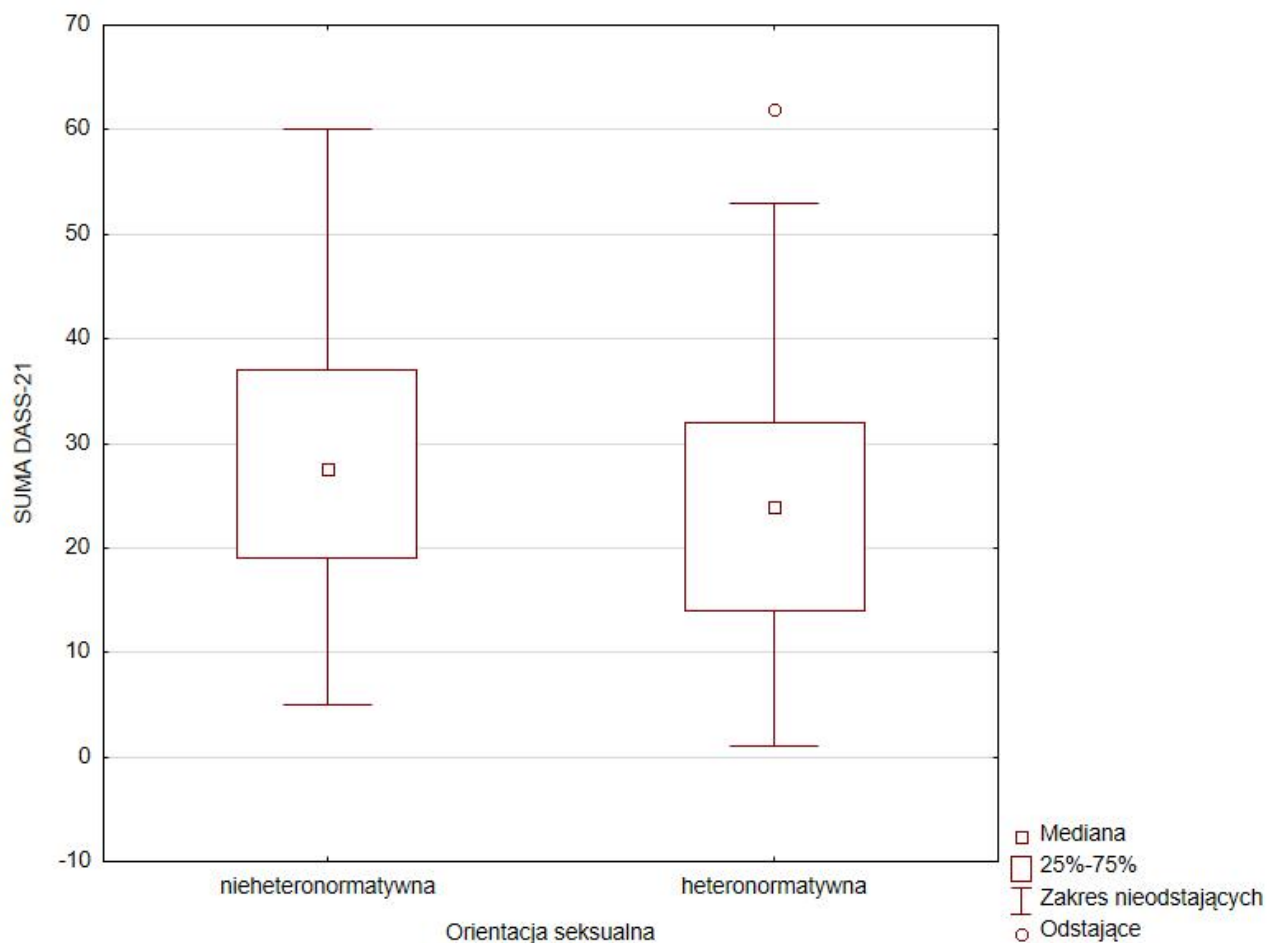
Zmienna	U	Z	p
Suma 1-17	1139	1,5	0,13

Tabela 9. Różnice w DASS-21 względem orientacji seksualnej

Zmienna	U	Z	p
Suma 1-17	1377	1,7	0,08

Wykres 6. Różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej męskości (Suma 1-17) względem orientacji seksualnej





Wykres 7. Różnice w DASS-21 względem orientacji seksualnej

Jeśli chodzi o korzystanie z profesjonalnej pomocy w zakresie zdrowia psychicznego, to na 127 osoby badane, 64 osoby badane deklarowały korzystanie z takiej formy pomocy i częściej były to osoby zamieszkujące miejscowości powyżej 150 tys. mieszkańców.

## Dyskusja

Uzyskane wyniki wskazują na bardzo niewielki związek między toksyczną męskością a kondycją psychiczną badanych. Należy wskazać iż z powodu braku polskojęzycznej wersji narzędzia służącego do pomiaru konformizmu wobec toksycznej męskości, podjęto próbę skonstruowania ankiety, która miała całościowo uwzględnić

poszczególne czynniki takie jak dominacja, siła fizyczna czy samodzielne radzenie sobie w trudnych sytuacjach, o których to autorzy wielokrotnie wspominają, jako związanych ze zwiększonym ryzykiem obniżenia kondycji psychicznej, ale badają je wyodrębniając je, jako element konstrukt zwanego toksyczną męskością [21]. Tzn. analizują związek między jednym czynnikiem np. dominacją a kondycją psychiczną. W tym wypadku narzędzie nie zostało poddane procesowi standaryzacji, co mogło zakłócić proces badawczy. Autorzy wskazują na związki między konkretnymi cechami, takimi jak potrzeba niezależności, która może prowadzić do np. nieszukania albo odrzucania oferowanej pomocy mężczyznom w zakresie zdrowia psychicznego [22]. Obserwuje się również związek między internalizacją cech męskich (wcześniej przytoczonych, jako toksycznych) a nadużywaniem substancji psychoaktywnych [6].

Uzyskane wyniki z pierwszej ankiety mogą wskazywać na niski poziom konformizmu wśród badanych wobec przekonań składających się na toksyczną męskość. Większość badanych zdaje się wykazywać niezgodę wobec takich twierdzeń, jak *Mężczyzna sam powinien rozwiązywać swoje problemy, czy Chłopaki nie powinni płakać*, co może wskazywać na pewien postępujący proces normalizacji przeżywania, czy radzenia sobie z trudnościami, które to zdają się być niezależne od płci, a pręcej od specyficznych właściwości jednostki. Ta jednorodność grupy badanej z jednej strony, jak wyżej wspomniano jest cenna, z drugiej mogła znacząco wpłynąć na uzyskane wyniki.

Z drugiej strony najczęstszą odpowiedzią na pytanie dotyczące możliwości doświadczenia gwałtu przez mężczyznę była odpowiedź „nie mam zdania” lub „raczej się zgadzam”. To warto podkreślić, gdyż jakakolwiek przemoc seksualna może dotyczyć zarówno kobiet jak i mężczyzn, tymczasem odpowiedzi badanych wskazują, że raczej nie, stąd potrzeba edukacji w tym zakresie zdaje się być niezwykle konieczna. Ponadto badani zdają się zgodni co do konieczności samodzielnego rozwiązywania problemów przez mężczyzn. To przeświadczenie, owszem jest adaptacyjne z punktu widzenia poczucia kompetencji i skuteczności, ale z drugiej strony może w pewien sposób ograniczać mężczyzn przed sięganiem po pomoc również specjalistów, np. w zakresie zdrowia psychicznego. Promowanie i normalizacja korzystania z pomocy specjalistycznej, niezależnie od płci zdaje się być kolejnym wnioskiem wartym rozważenia.



Uzyskane wyniki można potraktować, jako wyniki sondażowe, co nie oznacza, że nie mają one wartości naukowej. Być może konkretne wnioski można łatwiej byłoby wysunąć po zastosowaniu narzędzia standaryzowanego, które mogło by zwiększyć rzetelność uzyskanych danych, co stanowi istotną perspektywę do dalszych badań. Jak wyżej wspomniano w celu badania poziomu konformizmu wobec toksycznej męskości posłużono się samodzielnie skonstruowaną ankietą w oparciu o literaturę przedmiotu, zarówno tę polskojęzyczną, jak i anglojęzyczną, natomiast można się spodziewać, że użycie narzędzia standaryzowanego miało by większą wartość naukową. Interesującą propozycję kwestionariusza badającego normy i konformizm wobec męskości stanowi narzędzie autorstwa McDermotta, Levanta i Hammera [23]. Narzędzie to cechują się wysokim poziomem rzetelności i stanowi niejako standardowe narzędzie do pomiaru nasilenia norm męskości na świecie [24]. Zaadaptowanie narzędzia do warunków polskich zdaje się być niezwykle istotne w kontekście kontynuowania badań w podjętym zakresie tematycznym.

Ponadto zaobserwowano nieznaczące różnice w poziomie konformizmu wobec toksycznej w zależności od miejsca zamieszkania oraz orientacji seksualnej. Badani o orientacji innej niż heteroseksualna wykazują się znacząco niższym poziomem konformizmu wobec twierdzeń dotyczących toksycznej męskości niż badani o orientacji heteroseksualnej. Poprzednie badania Budga, Orovicza, Owena i Sherryego również wskazywały na pewne różnice w zależności od orientacji seksualnej, natomiast wyniki bardziej skłaniały ku wnioskowi dotyczącym osobistych przekonań bardziej niż orientacji seksualnej, jako tych, które determinowały stopień konformizmu wobec toksycznej męskości [25].

Jeśli chodzi o miejsce zamieszkania, to badani z obszarów wielkomiejskich wykazywali się niższym poziomem konformizmu wobec cech toksycznej męskości niż mieszkańcy mniejszych miejscowości. Być może jest to kwestia dostępu do wiedzy. Sam konstrukt toksycznej męskości jest pojęciem dość nowym, niejako dopiero poznawanym w środowisku akademickim, które jest zlokalizowane właśnie w większych miastach. Być może warto byłoby uwzględnić, więcej osób spoza obszarów wielkomiejskich, gdyż zauważono różnice w odpowiedziach badanych w zależności od miejsca zamieszkania.

Większa heterogeniczność grupy badanej umożliwiłaby uzyskanie szerszego oglądu na badany temat.

Przede wszystkim jednak zaobserwowano niepokojąco wysoki wynik wskazujący o znacząco obniżonej kondycji psychicznej młodych mężczyzn. Średni wynik uzyskany w skali DASS-21 wyniósł 26,5 pkt. na 36 możliwych, co świadczy o wysokim poziomie stresu, niepokoju i depresji wśród młodych mężczyzn, co jednocześnie może wskazywać na potrzebę pomocy tej grupie. Wyniki badań dotyczące oddziaływań terapeutycznych kierowanych specjalnie do grupy mężczyzn są na to dowodem [26]. Grupa mężczyzn, jako jednorodna grupa wymaga zindywidualizowanego podejścia (również na poziomie jednostki) ale uwzględnienie cech toksycznej męskości, które mogłyby być w sposób dezadaptacyjny zinternalizowane przez jednostkę, może stanowić pewne odniesienie dotyczące kierunku pomocy, której ta jednostka potrzebuje, o czym piszą m.in Gerdes i Levant oraz Gove [6, 27]. Ponadto badania własne wykazały, że większość respondentów korzysta z pomocy specjalistycznej w zakresie zdrowia psychicznego. Zaobserwowano jednak, że są to głównie osoby zamieszkujące większe miejscowości. Może to wynikać z większej dostępności stacjonarnej specjalistów właśnie w obszarach miejskich. Szansą dla osób, które nie mają bezpośredniego dostępu do specjalistów mogą być zdalne formy pomocy, które w sposób znaczący i szczególnie rozwinęły się podczas pandemii, a ich skuteczność zdaje się być podobnie wysoka, jak w przypadku pomocy w formie stacjonarnej. Zdaje się również, że jest grupa osób, dla których forma zdalna może być nawet bardziej komfortowa.

## **Wnioski**

Na podstawie uzyskanych danych z badań własnych można wysunąć następujące wnioski.

1. Istnieje bardzo niewielki związek pomiędzy poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości a kondycją psychiczną młodych mężczyzn
2. Młodzi mężczyźni przejawiają obniżoną kondycję psychiczną a jednocześnie podwyższony poziom stresu, niepokoju i depresji.
3. Respondenci różnią się poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości w zależności od orientacji seksualnej.

4. Uczestnicy badań różnią się poziomem konformizmu wobec toksycznej męskości w zależności od miejsca zamieszkania.

## Bibliografia

1. Ford, C. (n.d.). Boys Will Be Boys: Power, Patriarchy and Toxic Masculinity. Retrieved February 2, 2022, from [https://books.google.pl/books?hl=pl&lr=&id=rB-9DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT9&dq=toxic+masculinity+and+patriarchy&ots=V4\\_Jw3\\_9PD&sig=aAylAipguTKOefqkTI3eDglArMg&redir\\_esc=y#v=onepage&q=toxic+masculinity+and+patriarchy&f=false](https://books.google.pl/books?hl=pl&lr=&id=rB-9DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT9&dq=toxic+masculinity+and+patriarchy&ots=V4_Jw3_9PD&sig=aAylAipguTKOefqkTI3eDglArMg&redir_esc=y#v=onepage&q=toxic+masculinity+and+patriarchy&f=false)
2. Connell, R. W. (2020). The Science of Masculinity. *Masculinities*, 3–44. <https://doi.org/10.4324/9781003116479-2/SCIENCE-MASCULINITY-CONNELL>
3. Rogers, A. A., DeLay, D., & Martin, C. L. (2017). Traditional Masculinity During the Middle School Transition: Associations with Depressive Symptoms and Academic Engagement. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 709–724. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0545-8>
4. Rivera, A., & Scholar, J. (2020). Traditional Masculinity: A Review of Toxicity Rooted in Social Norms and Gender Socialization. *ANS. Advances in Nursing Science*, 43(1), E1–E10. <https://doi.org/10.1097/ANS.0000000000000284>
5. Monika Frąckowiak-Sochańska. (2011). Zdrowie psychiczne kobiet i mężczyzn. Płeć społeczno-kulturowa a kategorie “zdrowia psychicznego” i “chorób psychicznych.” *Nowiny Lekarskie*, 394–406.
6. Gerdes, Z. T., & Levant, R. F. (2018a). Complex Relationships Among Masculine Norms and Health/Well-Being Outcomes: Correlation Patterns of the Conformity to Masculine Norms Inventory Subscales. *American Journal of Men's Health*, 12(2), 229–240. <https://doi.org/10.1177/1557988317745910>
7. Teede, H. J., Misso, M. L., Costello, M. F., Dokras, A., Laven, J., Moran, L., ... Yildiz, B. O. (2018). Recommendations from the international evidence-based guideline for the assessment and management of polycystic ovary syndrome. *Fertility and Sterility*, 110(3), 364–379. <https://doi.org/10.1016/j.fertnstert.2018.05.004>
8. Cournoyer, R. J., & Mahalik, J. R. (1995). Cross-Sectional Study of Gender Role Conflict Examining College-Aged and Middle-Aged Men. *Journal of Counseling Psychology*, 42(1), 11–19. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.1.11>

9. Sharpe, M. J., & Heppner, P. P. (1991). Gender Role, Gender-Role Conflict, and Psychological Well-Being in Men. *Journal of Counseling Psychology*, 38(3), 323–330. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.3.323>
10. Citation Wong, Y. J., Ho, M.-H. R., Wang, S.-Y., & Miller, I. S. K. (2016). Meta-Analyses of the Relationship Between Conformity to Masculine Norms and Mental Health-Related Outcomes. *Journal of Counseling Psychology*. <https://doi.org/10.1037/cou0000176>
11. Labouliere, C. D., Kleinman, M., Gould, M. S., Wasserman, D., Carli, V., & Hadlaczky, G. (2015). When Self-Reliance Is Not Safe: Associations between Reduced Help-Seeking and Subsequent Mental Health Symptoms in Suicidal Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2015, Vol. 12, Pages 3741-3755, 12(4), 3741–3755. <https://doi.org/10.3390/IJERPH120403741>
12. Główny Urząd Statystyczny / Obszary tematyczne / Ludność / Trwanie życia / Trwanie życia w 2020 roku. (n.d.). Retrieved February 7, 2022, from <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-2020-roku,2,15.html>
13. Ravn, S. (2017). “I Would Never Start a Fight but...”: Young Masculinities, Perceptions of Violence, and Symbolic Boundary Work in Focus Groups. *https://Doi.Org/10.1177/1097184X17696194*, 21(2), 291–309. <https://doi.org/10.1177/1097184X17696194>
14. Fischer, A. R., & Good, G. E. (1997). Men and psychotherapy: An investigation of alexithymia, intimacy, and masculine gender roles. *Psychotherapy*, 34(2), 160–170. <https://doi.org/10.1037/H0087646>
15. Franchina, J. J., Eisler, R. M., & Moore, T. M. (2001). Masculine Gender Role Stress and Intimate Abuse: Effects of Masculine Gender Relevance of Dating Situations and Female Threat on Men’s Attributions and Affective Responses. *Psychology of Men and Masculinity*, 2(1), 34–41. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.2.1.34>
16. Włodek, P. (2020). Hipermęskość: skala kryzysu. *Ekrany*, 34–38.
17. Branney, P., & White, A. (2008). Big boys don’t cry: depression and men. *Advances in Psychiatric Treatment*, 14(4), 256–262. <https://doi.org/10.1192/APT.BP.106.003467>
18. Rochelle, T. L. (2019). Cross-cultural differences in the relationship between conformity to masculine norms and health behaviour among men in Hong Kong.

- British Journal of Health Psychology*, 24(1), 159–174.  
<https://doi.org/10.1111/BJHP.12345>
19. Wilson, M., Gwyther, K., Swann, R., Casey, K., Featherston, R., Oliffe, J. L., ... Rice, S. M. (2021). Operationalizing positive masculinity: a theoretical synthesis and school-based framework to engage boys and young men. *Health Promotion International*. <https://doi.org/10.1093/HEAPRO/DAAB031>
  20. Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
  21. Wong, Y. J., Ho, M. H. R., Wang, S. Y., & Miller, I. S. K. (2017). Meta-analyses of the relationship between conformity to masculine norms and mental health-related outcomes. *Journal of Counseling Psychology*, 64(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/COU0000176>
  22. Murphy, G. E. (1998). Why women are less likely than men to commit suicide. *Comprehensive Psychiatry*, 39(4), 165–175. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(98\)90057-8](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(98)90057-8)
  23. McDermott, R. C., Levant, R. F., Hammer, J. H., Borgogna, N. C., & McKelvey, D. K. (2018). Development and Validation of a Five-Item Male Role Norms Inventory Using Bifactor Modeling. *Psychology of Men and Masculinity*. <https://doi.org/10.1037/MEN0000178>
  24. Gerdes, Z. T., Alto, K. M., Jadaszewski, S., D’Auria, F., & Levant, R. F. (2018). A content analysis of research on masculinity ideologies using all forms of the Male Role Norms Inventory (MRNI). *Psychology of Men and Masculinity*, 19(4), 584–599. <https://doi.org/10.1037/MEN0000134>
  25. Budge, S. L., Orovecz, J. J., Owen, J. J., & Sherry, A. R. (2016). The relationship between conformity to gender norms, sexual orientation, and gender identity for sexual minorities. <https://doi.org/10.1080/09515070.2016.1214558>, 31(1), 79–97. <https://doi.org/10.1080/09515070.2016.1214558>
  26. Towarzystwo Interwencji Kryzysowej. (2006). *Mężczyźni na rzecz zmiany*. (Anna Lipowska-Teutsch, Ed.). Kraków: Wydawnictwo D•B. Retrieved from [www.bridge.ids.ac.uk](http://www.bridge.ids.ac.uk)
  27. Gove, W. R. (1984). Gender differences in mental and physical illness: the effects of fixed roles and nurturant roles. *Social Science & Medicine (1982)*, 19(2), 77–84. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(84\)90273-9](https://doi.org/10.1016/0277-9536(84)90273-9)