

Wolność korzystania z lasu, jego miejsce w życiu i wolnym czasie młodzieży akademickiej z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

Freedom from using the forest, its place in the life and leisure time of students of Pope John Paul II State School of Higher Education in Biala Podlaska

Dominik Dąbrowski, Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych, Zakład Turystyki i Rekreacji

Łukasz Jan Zbucki, Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, Wydział Nauk Ekonomicznych i Technicznych, Zakład Zarządzania

Typ artykułu: oryginalny artykuł naukowy.

Źródło finansowania badań i artykułu: środki własne Autorów.

Cytowanie: Dąbrowski D., Zbucki Ł.J., (2018) *Wolność korzystania z lasu, jego miejsce w życiu i wolnym czasie młodzieży akademickiej z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej* „Rynek-Społeczeństwo-Kultura” nr specjalny (31)/2018, s. 68-72, https://kwartalnikrsk.pl/Artykuly/RSK-Specjalny-2018/RSK-Specjalny-2018-Dabrowski_Zbucki-Wolnosc-korzystania-z-lasu-wolny-czas-mlodziezy-akademickiej.pdf

STRESZCZENIE

Czas pozostający człowiekowi do dyspozycji po wypełnieniu przez niego podstawowych czynności życia codziennego, wykorzystywany jest zwykle do odpoczynku i regeneracji organizmu, ale i do własnego rozwoju. Właściwa organizacja, jak i treści wypełniające ten czas, wpływają na jakość życia każdego człowieka. W pracy wskazano rolę lasu zarówno w życiu, jak i wolnym czasie młodzieży akademickiej z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej. Zwrócono uwagę na potrzebę spędzania czasu przez młodzież w lesie, a także na dostrzegane korzyści oraz walory. Oceniono również formy, w jakich młodzież najczęściej i najchętniej uczestniczy w wolnym czasie na terenach leśnych. Badania przeprowadzono w 2013 roku, wykorzystując metodę sondażu diagnostycznego przy zastosowaniu kwestionariusza ankiety. Próbę badawczą stanowiło 400 studentów z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej.

Słowa kluczowe: czas wolny, las, młodzież.

The time left at man's disposal after having completed by them basic everyday activities, is usually used for rest and regeneration of the organism, as well as for their own growth. Therefore, proper organization and content of the leisure time, have an impact on the quality of life of every human being. In the presented paper the authors have pointed at the role of forest both in the life and leisure time of students of Pope John Paul II State School of Higher Education in Biala Podlaska, Poland. The attention has also been drawn to the need for spending the free time by the youth and its visible benefits and values. The authors have also assessed the forms the students most often and readily participate in when spending leisure time in forest. The study was conducted in 2013, using the diagnostic survey method and applying the questionnaire form. The study was carried out on a group of 400 students of Pope John Paul II School of Higher Education in Biala Podlaska, Poland.

Keywords: free time, forest, university students.

ABSTRACT

Wstęp

Jednym z elementów składowych przestrzeni turystyczno-rekreacyjnej z uwagi na szereg jego korzystnych właściwości wpływających na zdrowie i dobre samopoczucie fizyczne i psychiczne człowieka jest las. Posiada on też zdolność tłumienia hałasu oraz redukcji prędkości wiatru. Estetyczne walory lasów, to przede wszystkim bogactwo gatunkowe, różnorodność roślin, zmienność sezonowa, zróżnicowanie drzewostanów, a także występowanie na tych obszarach bagien, zbiorników wodnych, łąk, torfowisk oraz polan. Miejsca atrakcyjne dźwiękowo pod względem odgłosów natury są preferowane jako miejsca wypoczynku, regeneracji fizycznych i psychicznych sił człowieka, przez co stają się obszarami intensywnej presji turystycznej (Bernat 2011). Las jest atrakcyjnym miejscem do wypoczynku, wynika to z faktu, iż jest on ogólnie dostępny oraz nie wymaga uiszczania zapłaty za przebywanie w nim, z wyjątkiem niektórych parków narodowych oraz rezerwatów. Według Bombol (2008), czas wolny jest zjawiskiem wielowymiarowym, spełniającym się w sferach: biologicznej, psychicznej, społecznej i ekonomicznej jednostki. Jest to czas będący przeciwieństwem czasu pracy. Specyfiką czasu wolnego jest brak obciążenia rygorami wykonalności oraz wolność wyboru człowieka co do czynności, które będzie w nim wykonywał. Czas wolny sprzyja, a zarazem towarzyszy, procesom rozwoju zarówno jednostki, jak i społeczeństwa, a także procesom rozwoju gospodarczego. Najczęściej wraz z pojęciem czasu wolnego przewijają się terminy rekreacja. Rekreacja jest powiązana z pobudkami wewnętrznymi jednostki, nakierowanymi bardziej na osiągnięcie przez

nią satysfakcji z podejmowanych zachowań rekreacyjnych niż na otrzymanie za to jakiegokolwiek nagrody zewnętrznej (Heywood 2002; Palisano i inni 2011). Jednym z rodzajów aktywności turystycznej jest turystyka leśna określana mianem sylwaturystyki (Kozioł, Muszyński 2009). Spośród wielu definicji tego rodzaju turystyki zlokalizowanej na obszarach leśnych, na szczególną uwagę zasługują dwa podejścia. Jest to rodzaj podróżowania po obszarach zalesionych w celach krajoznawczych lub spędzanie wolnego czasu w lesie w formie czynnego wypoczynku (Głowacki 2006). Natomiast Laurów (2006) twierdzi, że sylwaturystyka jest odmianą turystyki wiejskiej, która rozwija się na terenie gospodarstwa leśnego. Sylwaturystyka niesie za sobą wiele atrakcji, do których m.in. zalicza się szereg urozmaiconych usług wypoczynkowo-rekreacyjnych oraz powszechnie świadczoną wieloaspektową edukację społeczeństwa. Poprzez turystykę możemy wzmacniać i regenerować siły fizyczne i psychiczne, a także kształtować swoją osobowość (Kozioł, Muszyński 2009). Aktywność fizyczna pod postacią rekreacji ruchowej, realizowana systematycznie pozwala na zachowanie i regenerację sił zarówno fizycznych, jak i psychicznych. Tymczasem statystyki wskazują niewielki odsetek Polaków uczestniczących w rekreacji systematycznie. Jeżeli dodamy niewłaściwe nawyki w odżywianiu i higienie pracy, wypoczynku, to otrzymamy kilka zmiennych wyznaczających słabą kondycję współczesnego Polaka (Fąk, Opoka 1995). Opierając się przede wszystkim na motorycznej aktywności człowieka, rekreacyjne formy wypoczynku posiadają jednocześnie kapitalne znaczenie biologiczne, którego częstokroć pozbawione są inne kulturowe formy spędzania wolnego czasu (Siviński 1996). Zdrowotne właściwości ekosystemów

leśnych wpływają na rozwój turystyki i rekreacji, przede wszystkim na terenach, które powszechnie uznane są za tereny uzdrowiskowe. Ponadto lasy uczestniczą w procesie oczyszczania powietrza z metali ciężkich i pyłów oraz tłumienia hałasu, przez co wpływają korzystnie na mikroklimat obszarów zurbanizowanych (Milewski 2012). Lasy pełnią wiele funkcji, autorzy dopatrują się ponad stu funkcji, przy czym najczęściej wyróżnia się trzy: funkcję gospodarczą, ochronną oraz społeczną. Pojęcie funkcji rozumiane jest jako wszelkie korzyści, które ludzie mogą czerpać z lasu. Ranga funkcji zatem wynika z zapotrzebowania płynącego ze strony społeczeństwa (Mandziuk, Janeczko 2009). Według Janeczko (2011), turystyka i rekreacja na terenach leśnych, biorąc pod uwagę konieczność ochrony środowiska, a także potrzebę realizacji przez las celów produkcyjnych, nie może rozwijać się w sposób dynamiczny, zaś jednym ze skutecznych sposobów uregulowania rozwoju turystyki i rekreacji na obszarach leśnych jest odpowiednie ich zagospodarowanie. Las jest tym miejscem, które tworzy doskonałe warunki naturalnego współdziałania z człowiekiem w całym jego istnieniu od dawnych czasów, do chwili terażniejszej. Znaczenie tego środowiska podkreślają prowadzone badania w różnych dziedzinach nauki, a także rozwijająca się moda na bycie aktywnym także w wolnym czasie. Przejawem tej mody stają się częste widoki ludzi w różnym wieku, spacerujących lub poruszających się rowerem, konno po wyznaczonych ścieżkach na terenach leśnych w ciągu całego roku, również w pewnej odległości od miejsca zamieszkania. To doskonałe miejsce, by odnaleźć spokój i odpoczynek od codziennych spraw i myśli. To także okazja przeżycia przygody, wchodząc w pewien klimat oraz w bliskość z żyjącą tam dziką zwierzyną i różnymi ptactwem. Mamy nadzieję, iż dzięki tej pracy, zachęcimy czytelnika do bliższego poznawania lasu. Celem prezentowanej pracy jest wskazanie roli lasu w życiu i wolnym czasie młodzieży akademickiej. Badania przeprowadzono w 2013 roku wśród 400 studentów z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej. Wśród nich było 237 kobiet oraz 163 mężczyzn. Średnia wieku ogółu respondentów to 21,7 lat. W badaniu wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego, a materiał badawczy zebrano przy zastosowaniu kwestionariusza ankiety. Analiza statystyczna prezentuje wyniki w oparciu o procentowy rozkład liczebności, natomiast współzależność pomiędzy zmiennymi badano testem niezależności Chi-kwadrat, zaś istotność różnic określono przy poziomie $p < 0,05$. W pracy zwrócono uwagę na potrzebę spędzania czasu przez młodzież na terenach leśnych, a także znaczenie lasu w ich życiu oraz dostrzegane korzyści i walory. Wskazano też formy, w jakich młodzież najczęściej i najchętniej uczestniczy w wolnym czasie na terenie lasu.

Analiza wyników badań

Czas wolny, czyli czas pozostający człowiekowi do dyspozycji po wypełnieniu przez niego podstawowych czynności życia codziennego, jest czasem koniecznym do odpoczynku i regeneracji organizmu, ale również do rozwoju osobistego. Zatem właściwa organizacja, jak i treści wypełniające ten czas, wpływają na jakość życia człowieka. Z badań wynika, iż większość respondentów (66,8%) deklaruowało potrzebę realizacji swojego czasu wolnego na terenach leśnych (tabela 1). Młodzież oceniła rolę lasu w ich życiu jako przeciętną (42,5%) oraz w dalszej kolejności jako ważną (35,5%). Z własnych obserwacji i doświadczeń wynika, że mało miejsca poświęca się w procesie edukacji na wprowadzenie człowieka w środowisko natury, gdzie może

on czerpać korzyści do harmonijnego życia w zgodzie z samym sobą i innymi. Gdyby młodzież poznała bliżej oddziaływanie środowiska, chętniej by powracała do tego otoczenia i z pewnością wskazywałaby na wyższą rolę lasu w swoim życiu (tabela 2). Przebywanie człowieka w środowisku leśnym związane jest z korzyściami, jakie może on osiągnąć. Poniższa analiza związana będzie z ukazaniem różnic i podobieństw wśród odczuwanych korzyści przez osoby różniące się płcią, miejscem zamieszkania, również w ujęciu ilości czasu przeznaczanego na czas wolny spędzany w lesie. Młodzież akademicka wśród całej gamy korzyści wynikających z przebywania w lesie (tabela 3), wskazywała przede wszystkim na: regenerację fizyczną i psychiczną (57,3%), potrzebę wewnętrznego wyciszenia (39,3%), odpoczynek (38,5%), jak i był to wymiar materialny, związany z pozyskiwaniem np. grzybów, czy też innych dobrodziejstw lasu (30%). Co piąty respondent wskazał na poprawę nastroju (21,8%) i możliwość rozładowania stresu (21,5%).

Tabela 1. Odczuwanie potrzeby realizowania czasu wolnego w lesie

Potrzeba realizowania czasu wolnego w lesie	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Tak	267	66,8
2. Nie	133	33,2

Źródło: badania własne.

Tabela 2. Rola lasu w życiu respondentów

Rola lasu	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Bardzo ważna	56	14,0
2. Ważna	142	35,5
3. Przeciętna	170	42,5
4. Nie ma znaczenia	32	8,0

Źródło: badania własne.

Tabela 3. Korzyści wynikające z przeżywania czasu wolnego w lesie

Korzyści	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Regeneracja fizyczna i psychiczna (relaks)	229	57,3
2. Poznawcze i edukacyjne	23	5,8
3. Wymiar materialny (np. na grzyby)	120	30,0
4. Wyciszenie	157	39,3
5. Odpoczynek	154	38,5
6. Poprawa nastroju	87	21,8
7. Rozładowanie stresu	86	21,5
8. Wysiłek fizyczny	59	14,8
9. Poszukiwanie atrakcji	33	8,3
10. Doskonalenie sztuki przetrwania (<i>survival</i>)	24	6,0
11. Rozrywka	47	11,8
12. Możliwość obcowania z ludźmi	39	9,8
13. Brak korzyści	10	2,5

Źródło: badania własne.

Rozpatrując dostrzegane korzyści przez respondentów z uwzględnieniem ich płci (tabela 4), stwierdzono największe zróżnicowanie w korzyściach w większym nasileniu u kobiet: związane z relaksem, elementami poznawczymi, edukacyjnymi i poprawą nastroju. Wśród mężczyzn przeważał: wysiłek fizyczny i poszukiwanie atrakcji. W obu przypadkach zróżnicowanie odpowiedzi było na poziomie istotnym statystycznie ($p < 0,05$). Mieszkańcy obszarów wiejskich częściej wskazywali na korzyść związaną z regeneracją fizyczną i psychiczną oraz potrzebą wyciszenia, natomiast respondenci pochodzący z miast częściej wśród korzyści wskazywali na rozrywkę i możliwości obcowania w tym środowisku z innymi ludźmi. Również w obu przypadkach różnice były istotne statystycznie ($p < 0,05$). Z badań wynika, iż osoby przebywające w lesie do dwóch godzin (tabela 6), najczęściej wskazywały możliwość wyciszenia (71,9%) i regeneracji fizycznej i psychicznej (65,1%) oraz poszukiwania atrakcji związanych zapewne z ciekawością (69,7%). Także

w tej grupie wskazywano na niedostrzeganie żadnych korzyści. Osoby deklarujące przebywanie w lesie od 3 do 4 godzin w tygodniu, wskazywały korzyści związane z możliwością spotkań z ludźmi (25,6%), poprawą nastroju (25,3%), uczestnictwem w wysiłku fizycznym (23,7%). Grupa przebywająca w lesie powyżej 5 godzin w tygodniu wskazywała na korzyści związane z poszukiwaniem atrakcji (69,7%), rozrywką (40,4%), możliwością obcowania z ludźmi (38,5%). Zróżnicowanie odpowiedzi z uwzględnieniem ilości czasu spędzanego w środowisku leśnym, stwierdzono w korzyściach związanych z wyciszeniem, rozrywką, możliwością obcowania z ludźmi, relaksem, a także brakiem dostrzeganych korzyści. W podanych obszarach różnice były istotne statystycznie ($p < 0,05$). Środowisko leśne oddziałuje na człowieka w różny sposób. Dostrzegać można negatywne działania np. strach przed dzikością zwierząt lub lęk przed kleszczami. Większość elementów wywiera jednak pozytywny wpływ na człowieka (tabela 7). Badani przeżywający wolny czas w lesie najczęściej zwracali uwagę na walory krajobrazowe (42%), zapachowe (38,5%), jak i, w mniejszym stopniu, na walory dźwiękowe (23,5%). Analiza w oparciu o płeć respondentów (tabela 8), poza walorami krajobrazowymi na korzyść kobiet, jak i w braku dostrzegania walorów w przeważającej mierze u mężczyzn, nie wykazywała zróżnicowania istotnego statystycznie ($p < 0,05$). Miejsce zamieszkania respondentów (tabela 9), różnicuje dostrzeganie walorów lasu. Mieszkańcy obszarów wiejskich częściej dostrzegają elementy zapachowe lasu ($p < 0,05$). W Mieszkańcy miast częściej nie zwracali uwagi na żadne walory (16,7%) niż mieszkańcy wsi (10,4%).

Tabela 4. Korzyści wynikające z przeżywania czasu wolnego w lesie a płeć respondentów (K=kobiety, M=mężczyźni)

Korzyści	płeć		Chi ²	p
	K	M		
1. Regeneracja fizyczna i psychiczna (relaks)	62,9	49,1	7,503	0,006
2. Poznawcze i edukacyjne	8,0	2,5	5,515	0,019
3. Wymiar materialny (np. na grzyby)	31,6	27,6	0,749	0,386
4. Wyciszenie	42,6	34,4	2,763	0,096
5. Odpoczynek	41,8	33,7	2,629	0,105
6. Poprawa nastroju	25,3	16,6	4,346	0,037
7. Rozładowanie stresu	21,5	21,5	0,000	0,991
8. Wysięk fizyczny	10,1	21,5	9,887	0,002
9. Poszukiwanie atrakcji	5,5	12,3	5,873	0,015
10. Doskonalenie sztuki przetrwania (survival)	4,6	8,0	1,903	0,167
11. Rozrywka	10,5	13,5	0,809	0,368
12. Możliwość obcowania z ludźmi	8,0	12,3	1,985	0,159
13. Brak korzyści	2,1	3,1	0,363	0,546

Źródło: badania własne.

Tabela 5. Korzyści wynikające z przeżywania czasu wolnego w lesie a miejsce zamieszkania (M=miasto, W=wieś)

Korzyści	miejsce zamieszkania		Chi ²	p
	M	W		
1. Regeneracja fizyczna i psychiczna (relaks)	52,1	65,2	6,780	0,009
2. Poznawcze i edukacyjne	7,3	3,7	2,428	0,129
3. Wymiar materialny (np. na grzyby)	26,9	34,8	2,809	0,094
4. Wyciszenie	33,3	47,6	8,189	0,004
5. Odpoczynek	41,4	34,1	2,175	0,140
6. Poprawa nastroju	18,4	26,2	3,502	0,061
7. Rozładowanie stresu	22,2	20,1	0,253	0,615
8. Wysięk fizyczny	15,8	12,8	0,700	0,402
9. Poszukiwanie atrakcji	9,4	6,7	0,921	0,337
10. Doskonalenie sztuki przetrwania (survival)	5,6	6,7	0,226	0,635
11. Rozrywka	14,5	7,3	4,907	0,027
12. Możliwość obcowania z ludźmi	13,7	4,3	9,653	0,002
13. Brak korzyści	3,8	0,6	4,123	0,042

Źródło: badania własne.

Tabela 6. Korzyści wynikające z przeżywania czasu wolnego w lesie a ilość spędzanego czasu

Korzyści	ilość czasu			Chi ²	p
	< 2h	3-4h	> 5h		
1. Regeneracja fizyczna i psychiczna (relaks)	65,1	15,7	19,2	7,066	0,029
2. Poznawcze i edukacyjne	60,9	17,4	21,7	0,072	0,964
3. Wymiar materialny (np. na grzyby)	63,3	17,5	19,2	0,927	0,629
4. Wyciszenie	71,9	16,6	11,5	18,346	0,000
5. Odpoczynek	56,5	21,4	22,1	1,135	0,567
6. Poprawa nastroju	57,5	25,3	17,2	2,665	0,264
7. Rozładowanie stresu	60,5	19,8	19,8	0,064	0,968
8. Wysięk fizyczny	50,8	23,7	25,4	2,281	0,319
9. Poszukiwanie atrakcji	69,7	9,1	69,7	2,598	0,273
10. Doskonalenie sztuki przetrwania (survival)	66,7	12,5	20,8	0,846	0,655
11. Rozrywka	38,3	21,3	40,4	14,124	0,001
12. Możliwość obcowania z ludźmi	35,9	25,6	38,5	11,483	0,003
13. Brak korzyści	100,0	0,0	0,0	6,909	0,032

Źródło: badania własne.

Tabela 7. Dostrzegane walory w środowisku leśnym

Walory	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Dźwiękowe	94	23,5
2. Zapachowe	154	38,5
3. Krajobrazowe	168	42,0
4. Kolorystyczne	42	10,5
5. Flora	52	13,0
6. Fauna	31	7,8
7. Nie zwracam uwagi na żadne walory	56	14,0

Źródło: badania własne.

Tabela 8. Dostrzegane walory w środowisku leśnym a płeć respondentów (K=kobiety, M=mężczyźni)

Walory	płeć		Chi ²	p
	K	M		
1. Dźwiękowe	24,5	22,1	0,306	0,580
2. Zapachowe	40,1	36,2	0,617	0,432
3. Krajobrazowe	46,4	35,6	4,651	0,031
4. Kolorystyczne	11,8	8,6	1,069	0,301
5. Flora	14,3	11,0	0,932	0,334
6. Fauna	7,2	8,6	0,271	0,607
7. Nie zwracam uwagi na żadne walory	7,2	23,9	22,514	0,000

Źródło: badania własne.

Tabela 9. Dostrzegane walory w środowisku leśnym a miejsce zamieszkania respondentów (M=miasto, W=wieś)

Walory	miejsce zamieszkania		Chi ²	p
	M	W		
1. Dźwiękowe	20,9	26,8	1,867	0,172
2. Zapachowe	34,2	43,9	3,854	0,049
3. Krajobrazowe	41,4	42,7	0,059	0,807
4. Kolorystyczne	10,3	10,9	0,053	0,818
5. Flora	13,2	12,8	0,017	0,897
6. Fauna	8,1	7,3	0,086	0,769
7. Nie zwracam uwagi na żadne walory	16,7	10,4	3,166	0,075

Źródło: badania własne.

Grupa młodzieży przebywająca w lesie do dwóch godzin zwracała uwagę na walory kolorystyczne i dźwiękowe oraz zapachowe i krajobrazowe (tabela 10). W pozostałych grupach wyraźnie zmniejszyło się nasilenie odpowiedzi dotyczące wskazanych walorów. Osoby deklarujące przebywanie w lesie od trzech do czterech godzin w tygodniu, zwracały najczęściej uwagę na faunę i florę. W grupie osób spędzających powyżej pięciu godzin w ciągu tygodnia, wskazywano na florę i walory krajobrazowe. Także w tej grupie osoby najczęściej nie zwracały uwagi na żadne walory. Największe zróżnicowanie odpowiedzi pomiędzy grupami dotyczyło walorów dźwię-

kowych oraz zapachowych, a także wśród osób nie zwracających uwagi na żadne walory – różnice były istotne statystycznie ($p < 0,05$). Najczęściej wybierane przez respondentów w wolnym czasie formy rekreacyjne (tabela 11) to marsze i spacer (52%) i jazda rowerem (48,8%), czyli formy najbardziej powszechne i najprostsze, niewymagające większego zaangażowania organizacyjnego. Sporym zainteresowaniem cieszyło się zbieractwo (43,3%). Co piąty uczestnik deklarował wykorzystywanie terenów leśnych do biegania, co może świadczyć o przyjaznym środowisku do uprawiania systematycznej aktywności na wyższym poziomie, jak i panującej modzie na bieganie w naturalnych warunkach „Bieganie po naturze”.

Tabela 10. Dostrzegane walory w środowisku leśnym a ilość czasu spędzonego w lesie

Walory	ilość czasu			Chi ²	p
	< 2h	3-4h	> 5h		
1. Dźwiękowe	69,2	20,2	10,6	7,903	0,019
2. Zapachowe	64,9	21,4	13,6	7,711	0,021
3. Krajobrazowe	62,5	17,3	20,2	1,147	0,563
4. Kolorystyczne	73,8	16,7	9,5	4,596	0,100
5. Flora	48,1	30,8	21,2	5,260	0,072
6. Fauna	58,1	32,3	9,7	4,806	0,090
7. Nie zwracam uwagi na żadne walory	37,5	21,4	41,1	12,731	0,002

Źródło: badania własne.

Tabela 11. Formy rekreacyjne realizowane w czasie wolnym

Formy rekreacyjne	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Marsze i spacer	208	52,0
2. Bieganie	80	20,0
3. Jazda rowerem	195	48,8
4. Jeździectwo	17	4,3
5. Zbieractwo (grzyby, runo leśne itp.)	173	43,3
6. Spotkania towarzyskie	102	25,5
7. Wycieczki	90	22,5
8. Łowiectwo	20	5,0
9. Obserwacje	60	15,0
10. Gry terenowe	41	10,3

Źródło: badania własne.

Tabela 12. Ocena działań rozpowszechniających turystykę i rekreację na terenach leśnych

Działania	rozkład odpowiedzi	
	n	%
1. Poprawa zagospodarowania turystycznego w lesie	115	28,8
2. Organizacja cyklicznych imprez w lasach	88	22,0
3. Działania promocyjne w szkołach	82	20,5
4. Prowadzenie kampanii promocyjnej „Przyjazny Las”, „Czysty Las” itp.	58	14,5
5. Organizacja obozów lub szkół przetrwania – <i>Survivalu</i> , przygody w lesie	141	35,3

Źródło: badania własne.

W niewielkim stopniu młodzież deklarowała również uczestnictwo w łowiectwie (5%), jak też w formach jeździeckich (4,3%), co związane jest z koniecznością odpowiedniego przygotowania i ponoszenia dodatkowych kosztów. Działania mające istotny wpływ na rozpowszechnianie aktywności turystycznej i rekreacyjnej na terenach leśnych w opinii młodzieży (tabela 12) powinny być zwrócone na organizację obozów lub tzw. szkół przetrwania nawiązujących do przeżywania przygody w środowisku często bliskim od miejsca zamieszkania, choć jak się okazuje mało znanym (35,3%). W dalszej kolejności zwrócono uwagę na poprawę zagospodarowania turystycznego w lesie (28,8%). Prowadzenie kampanii promocyjnych

zdzaniem respondentów, jest działaniem, które w mniejszym stopniu może zachęcać do organizacji czasu wolnego społeczeństwa w tym terenie (14,5%).

Podsumowanie

Młodzież akademicka z Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej deklarowała w dużej mierze potrzebę realizowania czasu wolnego na terenach leśnych, choć jak się okazało, las pełni w ich życiu przeciętną, jak też dla wielu, ważną rolę. Respondenci z całej gamy korzyści wynikających z przebywania w lesie wskazywali przede wszystkim: regenerację fizyczną i psychiczną, potrzebę wewnętrznego wyciszenia, odpoczynek, jak również był to wymiar materialny, związany z pozyskiwaniem np. grzybów, czy też innych dobrodziejstw lasu. Wskazywano także na poprawę nastroju i możliwość rozładowania stresu. U kobiet korzyści te związane były częściej z relaksem, elementami poznawczymi i edukacyjnymi oraz poprawą nastroju. Wśród mężczyzn przeważał: wysiłek fizyczny, jak również poszukiwanie atrakcji. Mieszkańcy obszarów wiejskich częściej wskazywali na korzyść związaną z regeneracją fizyczną i psychiczną oraz potrzebą wyciszenia, natomiast respondenci pochodzący z miast częściej wśród korzyści wskazywali na rozrywkę i możliwości obcowania w tym środowisku z innymi ludźmi. Estetyczne walory lasów, to przede wszystkim bogactwo gatunkowe, różnorodność roślin, zmienność sezonowa, zróżnicowanie drzewostanów, a także występowanie na tych obszarach bagien, zbiorników wodnych, łąk, torfowisk oraz polan (Bernat 2011). Respondenci realizujący wolny czas w lesie, najczęściej zwracali uwagę na walory krajobrazowe, zapachowe, jak również, w mniejszym stopniu, na walory dźwiękowe. Stwierdzono także, iż miejsce zamieszkania respondentów, różnicuje dostrzeganie walorów lasu. Mieszkańcy obszarów wiejskich częściej dostrzegają elementy zapachowe lasu. W mniejszym stopniu zróżnicowanie to dotyczy walorów dźwiękowych i zapachowych. Zauważyć można również, iż mieszkańcy miast wykazywali mniejszą wrażliwość na walory niż mieszkańcy wsi. Jak podkreślają autorzy, uczestnictwo w działalności rekreacyjnej pomaga w rozwoju umiejętności i jest połączone z szeregiem korzyści zdrowotnych, takich jak poprawa funkcjonowania układu krążenia i niwelowanie otyłości (Beauvais 2001; Waters i inni 2002). Dla osób mieszkających w środowiskach wysokiego ryzyka tj. zwiększonego poziomu ubóstwa, uczestnictwo w zorganizowanej działalności rekreacyjnej wykazało zmniejszenie problemów emocjonalnych (Law i inni 2006). To również efekty w komunikowaniu oraz rozwój umiejętności funkcjonowania w społeczności, w której żyją (Larson, Verma 1999; King i inni 2003). Badania opinii społecznej dotyczące preferowanych form rekreacji w lasach wskazują również ich ulubione miejsca wypoczynku, rodzaje lasów, jak również pożądane sposoby zagospodarowania rekreacyjnego obszarów leśnych. Z badań wynika, iż większość ruchu turystycznego skoncentrowana jest nad jeziorami i rzekami. Penetracja lasu i wybór miejsca wypoczynku wewnątrz lasu uzależnione są od położenia lasu w stosunku do miejsca zamieszkania oraz preferowanego przez respondentów typu wypoczynku. Wybór miejsc wypoczynku determinuje możliwość realizacji różnych form rekreacji (Janeczko 2002). Jak wykazały nasze badania, najczęściej wybierane przez respondentów formy rekreacyjne realizowane w wolnym czasie to marsze

i spaceru oraz jazda rowerem, czyli formy najbardziej powszechne i najprostsze, niewymagające większego zaangażowania organizacyjnego. Sporym zainteresowaniem cieszyło się zbieractwo. Co piąty uczestnik deklarował wykorzystywanie terenów leśnych do biegania, co może świadczyć o przyjaznym środowisku do uprawiania systematycznej aktywności. W niewielkim stopniu młodzież deklarowała również uczestnictwo w łowiectwie, jak też formach jeździeckich. Stwierdzono jednocześnie, iż działania rozpowszechniające aktywność turystyczną i rekreacyjną na terenach leśnych w opinii młodzieży powinny być zwrócone na organizację obozów lub tzw. szkół przetrwania nawiązujących do przeżywania przygody. W dalszej kolejności młodzież dostrzega potrzebę poprawy zagospodarowania turystycznego w lesie, co może również przyczynić się do zachęcenia w podejmowaniu aktywności. Prowadzenie kampanii promocyjnych zdaniem respondentów jest działaniem, które w mniejszym stopniu może zachęcać do organizacji czasu wolnego społeczeństwa w tym terenie.

Bibliografia:

1. Beauvais C., (2001) *Literature review on learning through recreation*. Ottawa: Canadian Policy Research Networks.
2. Bernat S., (2011) *Atrakcyjność dźwiękowa polskich parków narodowych* [w:] Turystyka w lasach i na obszarach przyrodniczo cennych, Rogów Studia i Materiały CEPL, R.13. Zeszyt 3(28).
3. Bombol M., (2008) *Czas wolny jako kategoria diagnostyczna procesów rozwoju społeczno – gospodarczego*, Warszawa: Monografie i Opracowania 555, Szkoła Główna Handlowa.
4. Fąk T., Opoka D., (1995) *Aspekty zdrowotne rekreacji ruchowej w opinii studentów AWF we Wrocławiu* [w:] Styl życia a zdrowie. Dylematy teorii i praktyki, Czapllicki Z., Muzyka W., (red.), Olsztyn: PTP.
5. Głowacki S., (2006) *Znaczenie gospodarcze i rekreacyjne dolnych warstw lasu*, „Leśne Prace badawcze” nr 3, s. 99-114.
6. Heywood J.L., (2002) *The cognitive and emotional components of behavior norms in outdoor recreation*, „Leisure Science” nr 24(3-4), s. 272.
7. Janeczko E., (2002) *Środowiskowe i społeczne uwarunkowania rekreacyjnej funkcji lasów Mazowieckiego Parku Krajobrazowego*, Warszawa: praca doktorska SGGW.
8. Janeczko E., (2011) *Zagospodarowanie turystyczno-rekreacyjne Lasów Państwowych w Polsce – stan obecny i perspektywy* [w:] Turystyka i rekreacja na obszarach niezurbanizowanych – wybrane zagadnienia, Kiryjiow J., (red.), Warszawa: Wydawnictwo SGGW.
9. King G., Law M., King S., Rosenbaum P., Kertoy MK., Young NL., (2003) *A conceptual model of the factors affecting the recreation and leisure participation of children with disabilities*, „Phys Occup Ther Pediatr” nr 23, s. 63-90.
10. Koziół L., Muszyński Z., (2009) *Atrakcyjność rewirów leśnych jako obszarów recepcji turystycznej*, Tarnów: Zeszyty Naukowe MWSE, nr 2(13).
11. Larson RW., Verma S., (1999) *How children and adolescents spend time across the world: work, play, and developmental opportunities*, „Psychol Bull” nr 125, s. 701-736.
12. Laurów Z., (2006) *Niewykorzystanie walorów turystycznych polskich lasów* [w:] Rola turystyki, rekreacji i zabawy w edukacji leśnej społeczeństwa, Rogów: Studia i Materiały CEPL, R. 8, nr 3(13), s. 121-129.
13. Law M., Petrenchik T., Ziviani J., King J., (2006) *Participation of children in school and community* [w:] Children: understanding children's occupations and enabling participation, Rodgers S., Ziviani J., (eds.), London: Blackwell Science, s. 67-90.

14. Mandziuk A., Janeczko K., (2009) *Turystyczne i Rekreacyjne funkcje lasu w aspekcie marketingowym* [w:] Turystyka w Lasach i na obszarach przyrodniczo cennych, Rogów: Studia i Materiały CEPL, R.11. z 4(23).
15. Milewski W., (2012) *Lasy w Polsce*, Wydawnictwo Centrum Informacyjne Lasów Państwowych [w:] www.lasy.gov.pl/dokumenty/materiały_promocyjne/lasy-w-polsce-2012/view [15.03.2014].
16. Palisano R.J., Chiarello L.A., Orlin M., (2011) *Determinants of intensity of participation in leisure and recreational activities by children with cerebral palsy*, „Dev Med Child Neurol” nr 53, s. 142-149, doi:10.1111/j.1469-8749.2010.03819.x.
17. Siwiński W., (1996) *Czas wolny i jego problematyka społeczno-wychowawcza w pozaszkolnej kulturze fizycznej i turystyce* [w:] Sport, rekreacja ruchowa, turystyka, Siwiński W., (red.), Poznań: PDW ŁAWICA.
18. Waters E., Goldfeld S., Hopkins S., (2002) *Indicators for child health, development and wellbeing*, Melbourne: Center for Community Child Health, Royal Children's Hospital.

O Autorach

dr Dominik Dąbrowski

Doktor nauk o kulturze fizycznej. Od początku kariery zawodowej (2002) związany z Państwową Szkołą Wyższą im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej na kierunku Turystyki i Rekreacji. Zainteresowania naukowe to turystyka kwalifikowana, turystyka wybranych grup społecznych, jak również w ostatnim czasie – turystyka na obszarach wiejskich i leśnych. Uczestnik kilku projektów badawczych o zasięgu ogólnopolskim i regionalnym. Autor przeszło 80 publikacji naukowych. Uczestnik licznych konferencji naukowych krajowych i zagranicznych.

dr Łukasz Jan Zbucki

Doktor nauk o Ziemi, uczestnik grantów krajowych i zagranicznych. Badania prowadził m.in. na Białorusi, Ukrainie i w Szwecji. Autor około 50 publikacji naukowych. Obecnie zatrudniony na wydziale Nauk Ekonomicznych i Technicznych w Państwowej Szkole Zawodowej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej. Do zainteresowań badawczych należy oddziaływanie środowiska na gospodarkę człowieka, geografia, zmiany środowiska przyrodniczego wywołane działalnością człowieka.