

# PULS

GAZETA STUDENTÓW

NR 209-06-2020

**POGROMCA  
JADOWITEJ  
IGNORANCJI  
WYWIAD Z  
DAWIDEM CIEMIĘGĄ**

**SKANDAL NA  
ŚUM - WYWIAD  
Z ŚUMEMES**

**CZY DASZ SIĘ  
OSZUKAĆ?  
WYŁAP FAKE  
NEWSA!**



# **Kurs elektrostymulacji punktów motorycznych człowieka**

**dr Richard Hazel (USA)**

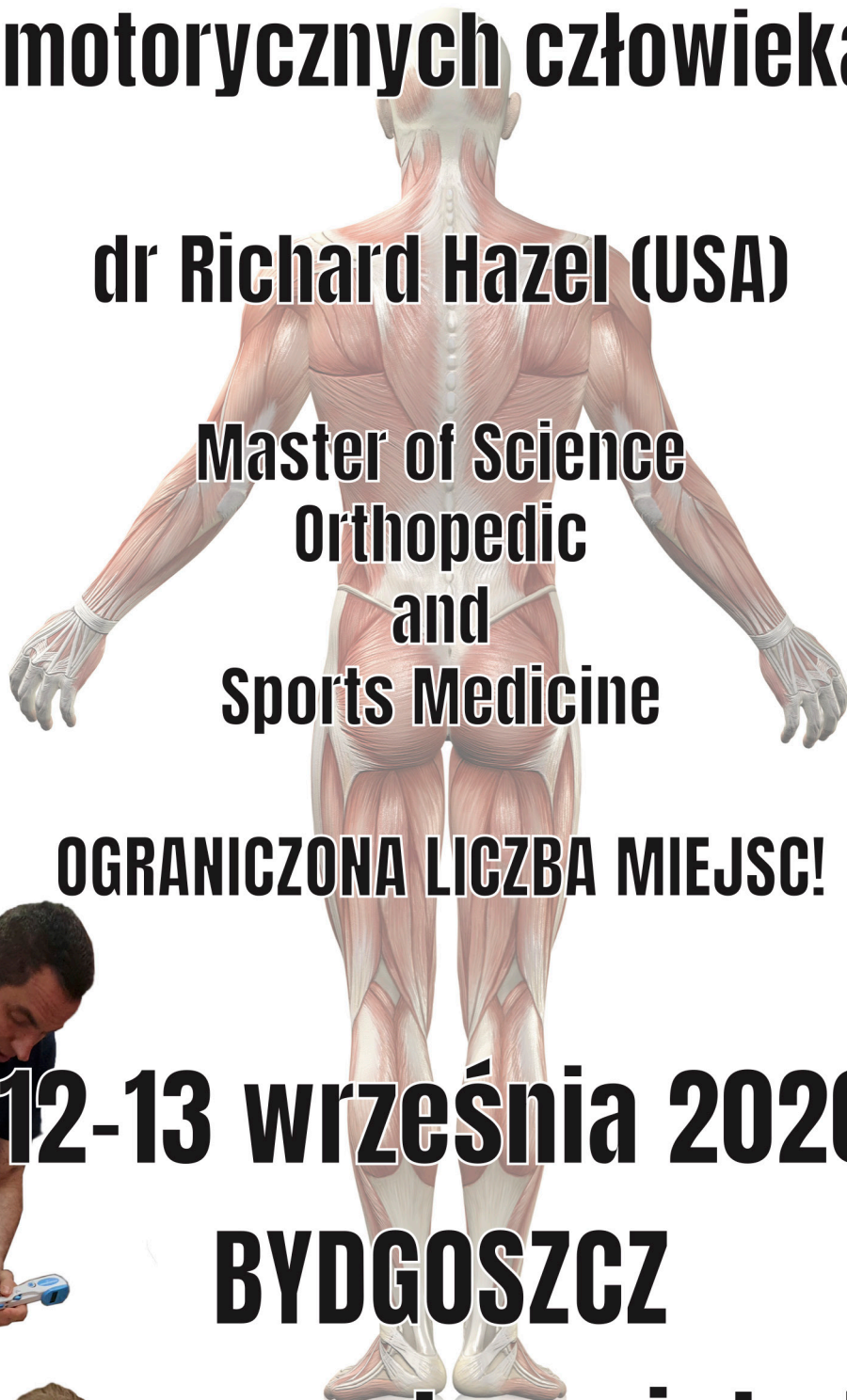
**Master of Science  
Orthopedic  
and  
Sports Medicine**

**OGRANICZONA LICZBA MIEJSC!**

**12-13 września 2020**

**BYDGOSZCZ**

**[www.motorpoint.pl](http://www.motorpoint.pl)**



# PULSUM

GAZETA STUDENTÓW

NR 209 • 06-2020



MATEUSZ SZULCA  
EX – REDAKTOR  
NACZELNY



PIOTR CHAŁAJ  
REDAKTOR NACZELNY

**Mateusz:** Scena jak na koncercie rockowym. Zagrał znany zespół, z kilkoma szlagierami z poprzedniego dziesięciolecia, na swoim ostatnim gigu. Uśmiechy, trochę oklasków, trochę objętości, bo to modne zobaczyć ich choć jeden raz. Przed nimi występował support, młode wilki, utalentowane jak cholera i głodne sukcesu, z otwartymi głowami i nowymi patentami. I kiedy starsi kierują się już za kulisy, dociera do nich, że to nie oni byli gwiazdami tego występu. Scena jak z Redakcji „PULSUM”.

Chciałbym podziękować wszystkim, którzy pracowali ze mną przez te 3 ostatnie lata. Zbudowaliśmy solidny zespół, były kryzysy i sukcesy, z tych pierwszych możemy się już śmiać, z tych drugich – zaczynamy korzystać. W tym numerze, po raz pierwszy, pojawiają się dwa wstępniaki. Uznaliśmy, że to ciekawy i wyjątkowy pomysł, spotkanie nowego ze starym. Ale dalej, o rzeczach wyjątkowych, świeżych, ciekawych i odważnych, opowie Piotrek...

**Piotr:** Młody, utalentowany i głodny wilk. To zdecydowanie jeden z najciekawszych komplementów, jakie zdarzyło mi się usłyszeć.

Kiedy wybierałem się na moje pierwsze spotkanie

**Redaktor naczelny:** Piotr Chałaj (p.chalaj@pulsum.pl)  
**Z-ca redaktora naczelnego:** Aleksandra Cichowicz (a.cichowicz@pulsum.pl)  
**Z-ca redaktora naczelnego:** Tamara Dunajewska (t.dunajewska@pulsum.pl)  
**Redaktor techniczny:** Paulina Chmiela (p.chmiela@pulsum.pl)  
**Marketing:** Kamila Jaz (k.jaz@pulsum.pl)  
**Skład:** Katarzyna Oziewicz, Wiktoria Trzebiatowska, Patrycja Walczak  
**Okładka:** Aleksandra Grzeškowiak  
**Strona internetowa:** Piotr Chałaj  
**Korekta:** Weronika Frąckowiak, Ilona Lewicz, Gabriela Pasik

**Numer zamknięto:** 29.06.2020

**Nakład:** wydanie internetowe

**Adres redakcji:** DS Eskulap, ul. Przybyszewskiego 39, 60-356 Poznań, tel. (61) 658-44-35

Redakcji, nie sądziłem, że aż tak mi się tu spodoba. Miałem tylko jeden cel – zorientować się w organizacjach studenckich, zresztą jak większość pierwszorzeczników. Świetna atmosfera na spotkaniu, możliwość robienia czegoś kreatywnego i przebywanie z ciekawymi ludźmi... Między innymi (a może w szczególności) z Mateuszem, od którego wiele się nauczyłem. Pamiętam jego pierwsze sztandarowe pytanie: *Co chciałbyś robić w Gazecie?* Kompletnie nie wiedziałem, ale już wiem. „Choć pomysły są powszechnym towarem, to wprowadzanie ich w życie nie jest”, jak mówił Dell. Głowa od nich pęka. Wiem, że mogą liczyć na cały zespół ludzi w ich realizowaniu. Wspinała, zmobilizowana ekipa – kilku „głodnych wilków” i trochę więcej „wygłodniałych wilczy”. Kolejne wydania „PULSUM”, akcje charytatywne, imprezy integracyjne czy spotkania Redakcji. Rewolucja cyfrowa przekroczyła nasz próg już dawno. Czas, aby Gazeta i wszystkie nasze działania zaczęły podbijać Uczelnię nie tylko w wersji papierowej. To stojące przede mną wyzwania. Jedno jest pewne. O „PULSUM” zaczyna robić się głośno, a będzie jeszcze głośniej!

## SPIS TREŚCI

- 5 **Czy dasz się oszukać? Wyłap fake newsa!**
- 5 **Nowe rozwiązanie problemu głodu na świecie** *Paulina Chmiela*
- 6 **Ochrona zdrowia na wschodzie i dalekim wschodzie** *Andrzej Bałoniak*
- 7 **Epicentrum** *Andrzej Bałoniak*
- 8 **Pogromca jadowitej ignorancji** *Olga Drzymala*
- 10 **Piaskowe olbrzymy – Mitologia fake newsa** *Olga Drzymala*
- 11 **Psychomanipulacje** *Tatiana Harytonova*
- 13 **Skandal na ŚUM – wywiad z ŚUMemes** *Piotr Chałaj*
- 16 **Interprofesjonalna edukacja, czyli środowiskowa psychoterapia** *Michał Kłos*
- 17 **Widzialna groza** *Andrzej Bałoniak*
- 18 **Zwierzęta Wykluczone** *Weronika Szymonik*
- 19 **Niezwyciężony** *Anna Konopka*
- 20 **Lektura na wakacje** *Aleksandra Głowinkowska*
- 21 **W Zwrotniku** *Kamila Jaz*
- 22 **Muzykoterapia. Muzyka w klimacie hygge** *Jan Kotlarek*
- 23 **Wtapiając się w dźwięk** <sup>(20)</sup> *Franek Maja*
- 24 **Poetyckie potyczki UMP** *Weronika Szymonik, Olga Drzymala, Estera Krzak*
- 26 **Jak wprowadzić zdrowe nawyki?** *Aleksandra Biniaszewska*
- 27 **Studia od kuchni** *Karolina Jankowska*
- 28 **Let's play a game vol.20** *Aleksandra Cichowicz*
- 30 **Jolka** *Aleksandra Cichowicz*
- 32 **Pożegnanie**
- 34 **Suchary**

**Kolegium:** Andrzej Bałoniak, Piotr Chałaj, Paulina Chmiela, Aleksandra Cichowicz, Tamara Dunajewska, Olga Drzymala, Aleksandra Głowinkowska, Aleksandra Grzeškowiak, Tatiana Harytonova, Karolina Jankowska, Kamila Jaz, Ewa Kołodziej, Anna Konopka, Jan Kotlarek, Estera Krzak, Katarzyna Oziewicz, Joanna Nowacka, Weronika Szymonik, Alicja Świata, Patrycja Trębacka, Bartosz Wojtera.

[pulsum.ump.edu.pl](http://pulsum.ump.edu.pl) • [fb.com/PulSUM](https://fb.com/PulSUM) • [teksty@pulsum.pl](mailto:teksty@pulsum.pl)

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji tekstów oraz zmiany ich tytułów. Zgłoszenie tekstu do druku jest jednoznaczne z przekazaniem Redakcji prawa do jego własności.

# W A R I O G R A F

IMIĘ I NAZWISKO: Jakub Lipski  
STOPIEŃ NAUKOWY: lekarz dentyista; w trakcie pisania doktoratu  
STANOWISKO: asystent - nauczyciel akademicki  
STAŻ NA UCZELNI: 3 lata



TRZY SŁOWA, KTÓRE NAJTRAFNIEJ MNIE OPISUJĄ: „ambicja”, „uśmiech”, „współpraca”.

JESTEM MISTRZEM W: grze w FIFĘ na PS.

MAM SŁABOŚĆ DO: białej czekolady.

NIE POTRAFIĘ: jeździć na nartach.

ZAWSZE CHCIAŁEM SIĘ NAUCZYĆ: grać na fortepianie.

CHCIAŁBYM JESZCZE: dalej studiować.)

AUTORYTETEM SĄ DLA MNIE: rodzina i przyjaciele.

KIEDY KŁAMIĘ: unikam takich sytuacji.

SŁOWA, KTÓRYCH NADUŻYWAM: „urwał nać”.

IRYTUJE MNIE: spóźnialstwo.

KIM LUB CZYM CHCIAŁBYM BYĆ, GDYBYM NIE BYŁ TYM, KIM JESTEM: piłkarzem Arsenalu Londyn!

STUDENTOM ZAZDROSZCZĘ: beztroski (zobaczycie co będzie po studiach, serio macie beztroskie życie).

KIEDY STOJĘ W KORKU: myślę jak podbić świat.

ZAWSZE MAM PRZY SOBIE: pendrive.

MOJE ULUBIONE MIEJSCE NA ZIEMI: wieś, lasy, pola, jeziora.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ SIĘ BAWIĘ: chyba do wszystkiego umiem się bawić.

MUZYKA, PRZY KTÓREJ ODPOCZYWAM: filmowa.

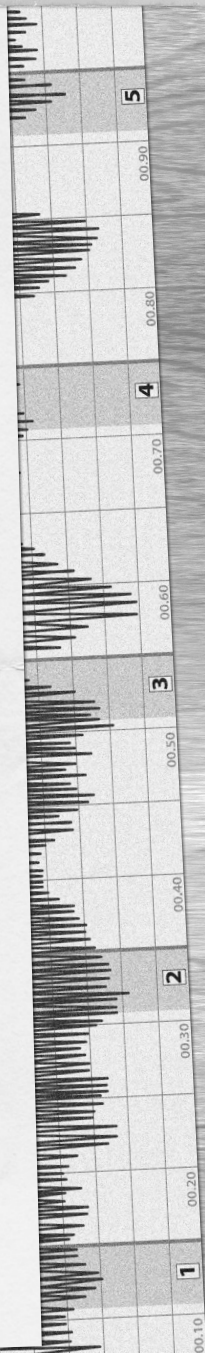
ENERGII DODAJE MI: ucieczka na łono natury i dobrze wykonywana przeze mnie praca.

MOJA RADA DLA STUDENTÓW: korzystajcie z życia, ile wlezie!

NETFLIX, HBO CZY TELEWIZJA: Netflix i Szkło Kontaktowe.

ANDROID CZY IPHONE: iPhone.

ULUBIONE HASŁO, KTÓRE CZĘSTO WYPOWIADAM: „ważne, że jesteście zdrowi!”.



# Czy dasz się oszukać? Wyłap fake newsa!

PAULINA  
CHMIELA



Kiedyś ceniono ludzi, którzy cechowali się niezwykłą pamięcią i szybkim łączeniem faktów. Obecnie, gdy źródła wiedzy aż zalewają nas natłokiem wiadomości, najcenniejszą umiejętnością wydaje się zdolność przesiewania prawdziwych informacji. Media nastawione na sensację, starając się skusić czytelników niesamowitymi historiami, coraz częściej sięgają po manipulację faktami, a ich chęć bycia najszybszym w dobie internetu sprawia, że nie rzadko publikują niesprawdzone, i jak się później okazuje, fałszywe informacje. Może się wydawać, że szczególnie w medycznym środowisku takie zagrożenie nie jest realne, że otoczeni suchymi faktami z łatwością taką manipulację wyłapiemy. Choć może nie jest to takie proste?

## Instrukcja obsługi:

Poniżej prezentujemy trzy artykuły. Dwa z nich zawierają jedynie prawdziwe treści, trzeci jest natomiast nieco podkoloryzowany i zawiera kilka fałszywych informacji. Oczywiście nie jest podane, który z nich jest tą niespełniającą standardów naszej gazety, kaczką dziennikarską. Informację tę znajdziecie na ostatniej stronie gazety, ale może spróbujecie odgadnąć sami?

# Nowe rozwiązanie problemu głodu na świecie

PAULINA  
CHMIELA



ARTYKUŁ NALEŻY DO SERII „CZY DASZ SIĘ OSZUKAĆ – WYŁAP FAKE NEWSA”. JEDEN Z TRZECH ARTYKUŁÓW ZAWIERA NIEPRAWDZIWE INFORMACJE.

**Jako ludzkość, nie sprawdzamy się zbyt dobrze w gospodarowaniu swoimi zasobami. 1/3 produkowanego przez nas jedzenia zostaje zmarnowana, a przy tym 10% ludzkości dotyka głód. Wpływ na tą niechlubną statystykę, dotyczącą braku pożywienia, ma wiele czynników. Należą do nich zarówno te rzadko podnoszone kwestie, związane z gospodarką jak np. polityka państw dotkniętych klęską głodu, konflikty zbrojne oraz ograniczenia w handlu zagranicznym poprzez nakładanie na kraj sankcji (które wymierzone przeciwko lokalnym dyktatorom, najbardziej dotyczą zwykłych obywateli) oraz te najbardziej znane - związane z położeniem geograficznym. To właśnie klimat odgrywa kluczową rolę w powstawaniu sporej dysproporcji w rozmieszczeniu produkcji żywności na świecie i niewiele jesteśmy w stanie zrobić, by go zmienić.**

Aczkolwiek kłamstwem byłoby stwierdzenie, że świat nauki ma w tej sprawie związane ręce. Szczególne nadzieje są pokładane w żywności modyfikowanej genetycznie, która byłaby odporna na niesprzyjający klimat panujący w krajach, które najbardziej są dotknięte klęską głodu. Niestety, badania te są drogie, czasochłonne i budzą spore kontrowersje. Naukowcy jednak, są mistrzami w nieszablonowym myśleniu i szukaniu nowych rozwiązań. Skoro głównym problemem nie jest niedostatek żywności, a jego nierównomierne rozmieszczenie, to czemu by nie skupić się na lepszym jego transportowaniu? Żywność, a w szczególności świeże warzywa i owoce

są produktami niezwykle trudnymi w przenoszeniu na większe odległości, ze względu na szybkie trwanie przez nich właściwości fizycznych. Jest wprawdzie wiele sposobów, które próbują tą trudność pokonać, ale większość z nich jest droga i mało praktyczna.

W odpowiedzi na ten problem został opracowany płyn, który wydłuża czas przydatności do spożycia świeżych warzyw i owoców, a większość składników potrzebnych do jego stworzenia każdy może znaleźć... w swojej lodówce! Należy do niej bowiem: białko jaja kurzego, gliceryna, żółtko, kurkumina i nanokryształki celulozy. Żeby zapobiec psuciu się produktów, wystarczy cienka warstwa tej mikstury, o grubości zaledwie 25 mikrometrów. Działanie tego płynu jest niezwykle kompleksowe: powstrzymuje on wyparowywanie wody z produktów, ogranicza wzrost bakterii i oddziaływanie z gazami atmosferycznymi (a więc utlenianie się produktów). Co ważne, powłoka ta jest zdatna do spożycia, więc przetransportowany produkt może być bez obróbki od razu wystawiany na konsumpcję. Mieszanka ta jest rozpuszczalna w wodzie, więc możliwe jest też szybkie i łatwe jej usunięcie z żywności poprzez jedynie przepłukanie w bieżącej wodzie. Mimo przeprowadzenia badań a propos toksyczności tego wynalazku, niestety nie powstały testy, które odnosiłyby się o wpływie tej niezwyklej substancji na smak, zapach albo chociażby konsystencję, co w przypadku żywności ma niebagatelne znaczenie. Pozostaje więc jedynie w sferze rozważań, na ile intencyjne było to zachowanie.

# Ochrona zdrowia na wschodzie i dalekim wschodzie

ANDRZEJ  
BALONIAK



ARTYKUŁ NALEŻY DO SERII „CZY DASZ SIĘ OSZUKAĆ – WYŁAP FAKE NEWSA”. JEDEN Z TRZECH ARTYKUŁÓW ZAWIERA NIEPRAWDZIWE INFORMACJE.

**Temat problemów ochrony zdrowia w Polsce jest tak stary, jak ona sama. Trudności wynikające z niedofinansowania, braków kadrowych, ale także nieprawidłowości na poziomie strukturalnym oraz osobowym, powodują niekończącą się debatę na temat reform, jakich polska medycyna potrzebuje. Leczą, ile tak naprawdę wiedzą Polacy o sytuacji systemów zdrowotnych w innych krajach świata? Czy interesuje ich to, co wykracza poza ich własne podwórko? Najczęściej słyszy się, iż to w Niemczech jest najlepsza i najsolidniejsza służba zdrowia, natomiast nasza przy niej błędnie i wydaje się być jednym, wielkim nieporozumieniem.**

Ile tak naprawdę wiemy o tym, co dzieje się za naszą wschodnią granicą, w świecie, który jest tak blisko, a zarazem wydaje się, jakby był w innej galaktyce? Weźmy na celownik Ukrainę. Służba zdrowia w tym kraju przechodzi w tej chwili wielkie reformy. Od wielu lat problemem była przerażająca korupcja, jaka trawiła tamten system i niestety robi to do dzisiaj. Minister Zdrowia Ukrainy, Ulana Suprun, wpadła na pomysł częściowej prywatyzacji ukraińskiej służby zdrowia. W praktyce środki państwowe mają być kierowane tam, gdzie jest największe zapotrzebowanie. Dodatkowo lekarze mają mieć dodatki za każdego pacjenta, który im podlega. Niestety, w przypadku zabiegów czy usług, które nie cieszą się popularnością, nie są one refundowane i pacjent sam musi za nie zapłacić, co budzi obawę, iż osoby w potrzebie będą umierać, nie otrzymawszy pomocy z powodu braku pieniędzy. Stąd też Minister Ulana jest nazywana „Doktor Śmierć” przez osoby, które popierają stary system. Plan reform, choć może wydawać się dość radykalny, ma na celu wprowadzenie konkurencyjności oraz walkę z korupcją w ukraińskiej ochronie zdrowia. Od 2020 roku ministrem jest Maksym Stepanow, który kontynuuje dzieło poprzedniczki.

Idąc jeszcze dalej na wschód, przenieśmy się do Indii. Tam sytuacja również jest trudna. Oprócz niedofinansowania służby zdrowotnej, lekarze borykają się z agresją i linczami ze strony rodzin pacjentów. Wynika to z faktu, iż ubezpieczenie zdrowotne nie jest powszechne w tym kraju. Niejednokrotnie cała rodzina zadłuża się tylko po to, aby sfinansować pobyt w szpitalu bliskiej osoby. Kiedy ona umiera, krewni zostają nie tylko z potworną pustką po bolesnej stracie, ale także z wielkimi długami. Takie połączenie prowadzi do częstych linczów na lekarzach, które w niektórych przypadkach kończą się nawet śmiercią medyka. Przez to dochodzi do kuriozalnych sytuacji, kiedy specjaliści przyjmują pacjentów w kaskach bądź chodzą na obchody lekarskie z coltem. Pozwolenie na broń jest zresztą wydawane bez większych problemów każdemu medykowi, który czuje się zagrożony. Innym powodem tak wielkiej skali

przemocy w indyjskiej służbie zdrowia, jest dość przerażająca statystyka – lekarz w Indiach ma średnio mniej niż 2 minuty na każdego pacjenta, co w oczywisty sposób prowadzi w krótkim czasie do wypalenia zawodowego i bierności wobec wszechobecnej śmierci. Przekłada się to na sposób, w jaki rodzina informowana jest o śmierci bliskiej osoby – często jest on pozbawiony emocji, co tylko bardziej rozwściecza krewnych. Indyjskie Uniwersytety w odpowiedzi na przemoc wobec medyków, zaczęły nauczać studentów taekwondo, które cieszy się wśród nich dużą popularnością. Inną konsekwencją karuzeli przemocy jest odmowa leczenia osób w ciężkich stanach przez lekarzy. Tacy pacjenci są odsyłani od szpitala do szpitala, aż w końcu umierają gdzieś po drodze, a rodzina nie wie, na kogo skierować swą furję.

Nie tylko Polska ma problemy z ochroną zdrowia. Są kraje, w których sytuacja jest znacznie gorsza, a lekarze są przedmiotem przemocy ze strony zwykłych ludzi, którym chcą pomóc. Nasz system ma wiele wad, aczkolwiek czasem warto skierować wzrok ku krajom, gdzie służba zdrowia jest na znacznie gorszym poziomie i docenić to, co mamy.



ARTYKUŁ NALEŻY DO SERII „CZY DASZ SIĘ OSZUKAĆ – WYŁAP FAKE NEWSA”. JEDEN Z TRZECH ARTYKUŁÓW ZAWIERA NIEPRAWDZIWE INFORMACJE.

**Województwo śląskie wyrasta na lidera, jeżeli chodzi o ilość zakażeń niestawnym koronawirusem. Ofiarami są głównie górnicy, a przyczyną są przede wszystkim ciężkie warunki panujące w kopalniach, gdzie niemożliwym jest zachowanie odpowiednich norm sanitarnych w dobre wszechobecnej pandemii.**

Problem zaczyna się już na samym początku, kiedy górnicy muszą w potwornym ścisiku zjeżdżać windą kilka kilometrów w dół. Podczas jednego rzutu, w zależności od kopalni, może zjechać nawet 300 górników naraz. Jeżeli chociaż jeden z nich jest zarażony, mamy co najmniej kilkadziesiąt nowych przypadków, a więc całą gromadę nowych wektorów, które następnie zarażają swoje rodziny oraz przyjaciół. Logiczną zatem wydawałaby się decyzja o zamknięciu kopalni na początku pandemii, skoro nie ma możliwości zapewnienia bezpieczeństwa epidemiologicznego górnikom. W końcu pozamykano galerie, pływalnie oraz siłownie, gdzie ryzyko zakażenia jest znacznie mniejsze, aniżeli podczas zjazdu do kopalni, czy też samego kopania. Ponadto sami górnicy odmawiają noszenia maseczek podczas pracy, uzasadniając to tym, że już i tak ciężko się im oddycha podczas ciężkiego wysiłku fizycznego, kilka kilometrów pod ziemią. Jak zareagował rząd? Oczywiście nic nie zrobił. Nie jest tajemnicą, iż wszystkie rządy, nieważne czy lewicowe, czy prawicowe, zawsze bały się górników. Nikt nie wpadł na pomysł rozprawienia się z nimi w angielski sposób, tak jak zrobiła to Margaret Thatcher, wolnorynkowiec i zwolenniczka restrukturyzacji spółek państwowych, która bezlitośnie rozprawiła się z liderami związkowymi. Dzięki temu nastąpiło uzdrowienie sytuacji gospodarczej w Wielkiej Brytanii na przełomie lat 1984/85. W Polsce natomiast, każdy poważny protest tej grupy zawodowej kończył się paleniem opon przed sejmem, zamieszkami i groźbą zaatakowania kilofem każdego polityka, który znajdzie się w pobliżu, w wyniku czego nigdy nie nastąpiła zmiana statusu quo. Można powiedzieć, iż jesteśmy zakładnikami górników nie tylko jako państwo, ale także naród. Kopalnie już dawno stały się nierentowne, ponieważ wszystkie złoża węgla możliwe do wydobycia metodą odkrywkową zostały wyczerpane. Roczne straty wynoszą około 1 miliard dolarów. Pozyskiwany węgiel jest bardzo zasiarczony oraz z dużym udziałem rtęci, ołowiu oraz bizmutu, niskokaloryczny i jakościowo znacznie gorszy od chociażby rosyjskiego odpowiednika. Stąd też Polska ogromne ilości czarnego surowca importuje ze wschodu, o czym się oficjalnie nie mówi, a nasze rodzime złoża nie nadają się nawet na eksport. Najlepiej obrazuje to fakt, iż zapasy węgla wciąż rosną, osiągnąwszy w tym roku 30 milionów ton, mimo spadającego wydobywania. Ponadto warto dodać, iż tona węgla w Polsce kosztuje około 90 dolarów,

natomiast w Rosji zaledwie 50. Mimo to, podatnicy dopłacają do górniczych wynagrodzeń i dodatków, które są, można rzec, niemałe, nie zapominając o tzw. trzynastce, czternastce oraz piętnastce. Poprzez preferencyjne traktowanie jednej grupy zawodowej ponad inne, doświadczamy teraz katastrofy epidemiologicznej, gdzie większość zdiagnozowanych przypadków koronawirusa pochodzi z województwa śląskiego. Co gorsze, wielu górników cierpi na pylicę płuc, będącą charakterystyczną chorobą dla tej grupy zawodowej, objawiającą się akumulacją pyłów w miąższu płuc, i w konsekwencji ich włóknieniem. Stąd przechodzą oni zakażenie nowym wirusem znacznie ciężej, a starsi górnicy często łądają pod respiratorem. Rezultatem jest ogromne przeciążenie śląskich szpitali oraz powiatowych stacji sanitarno-epidemiologicznych, a w szerszej perspektywie gigantyczne koszty dla państwa. Wniosek jest jasny, należało pozamykać wszystkie kopalnie na początku rozwoju epidemii w Polsce, bądź też wprowadzić maksymalne restrykcje sanitarne w kopalniach, ignorując protesty górników. Jednakże ustrój demokratyczny, a także kadencyjność wybieranych przez lud rządów, nie pozwala na uprawianie dalekowzrocznej polityki polegającej na podejmowaniu trudnych, niejednokrotnie wzbudzających niezadowolenie społeczne decyzji.

*Informacje o tym, który artykuł jest nieprawdziwy znajdziecie pod rubryką Suchary, a dokładne wyjaśnienie nieprawdziwych informacji zawartych w jednym z artykułów znajdziecie na naszym fanpage'u na Facebooku:*

PULS UM – Gazeta Studentów UMP

		3	6	5	
	5	1		2	
1		2	5	4	6
5			1	3	2
		5		6	4
		4	3		5

# Pogromca jadowitej ignorancji

OLGA  
DRZYMAŁA



Choć żyjemy w dobie powszechnego dostępu do informacji, można zniepokojem zauważyć, że fake newsy i teorie spiskowe rozplenily się na niesamowitą skalę. Nie każdy jednak poprzestaje na obserwacji tego szkodliwego zjawiska. Miałam przyjemność rozmawiać z dr Dawidem Ciemięgą, najpopularniejszym pediatrą z plebiscytu „Hipokrates 2017”, który, oprócz praktyki lekarskiej w szpitalu w Tychach, angażuje się w walkę z tymi, którzy wierą w fake newsy usprawiedliwiając swoje często nieetyczne i niezgodne z prawem postępowanie.

**Olga Drzymała: Niewielu lekarzy prowadzi swoje strony internetowe czy profile na Facebooku. Dlaczego Pan się na to zdecydował? Czy myśli Pan, że więcej osób ze środowiska naukowego mogłoby to robić?**

**Dr Dawid Ciemięga:** Coraz więcej osób ze środowiska to robi. Obserwując niektóre profile, szczególnie na Instagramie, uważam, że lepiej byłoby, gdyby tego nie robili. Ja zdecydowałem się na to, ponieważ wydawało mi się, że mam dużo rzeczy do powiedzenia na różne tematy i chciałem to wyrazić publicznie. Oczywiście są też działania, które pokazują, że np. można wyciągać konsekwencje wobec internetowych bandytów.

**O.D.: Pański styl pisania na profilu na Facebooku niewątpliwie prowokuje. Do myślenia? Do działania?**

**D.C.:** Na samym początku ciągle ktoś próbował mi doradzać, jak mam pisać i co mam robić. To samo jest w chyba każdej publicznej sferze – ludzie robią to, co wypada, tak aby każdemu się podobało, żeby dawać odbiorcą to, co chcą usłyszeć. Ja po prostu piszę w stylu, jaki mam też prywatnie, nie lubię udawać kogoś innego. Wolę mieć mniejsze grono odbiorców, które akceptuje mnie prawdziwego, niż przypodobać się innym, udając kogoś, kim nie jestem. Życie to nie Facebook. To wstanie rano, pójście do pracy, rodzina, znajomi, swoje sprawy. Ja nie muszę udawać, żeby mieć więcej lajków.

**O.D.: Wypowiedział Pan im wojnę. Jakim orężem Pan dysponuje?**

**D.C.:** Myślę, że są to przede wszystkim moi odbiorcy, którzy utożsamiają się z moim poglądem o tym, że świat tonie w głupocie. W jakimś sensie tworzymy społeczność, która się temu stara przeciwstawić.

**O.D.: Czy pandemia coś zmieniła? Wydawałoby się, że antyszczepionkowcy zamilkną, gdy cały świat oczekuje szczepionki, która oddaliłaby ryzyko zakażenia i przywróciła znaną nam rzeczywistość. Niemniej istnieją ludzie, którzy z pełnym przekonaniem piszą o bakterii COVID-19...**

**D.C.:** Niestety, moim zdaniem pandemia zmieniła dużo na gorsze. Widzimy zwiększoną aktywność celebrytów opowiadających teorie spiskowe, udostępniających fake newsy.

Do tego powstało nowe zjawisko osób niewierzących w koronawirusa, które skupia dziesiątki tysięcy wyznawców teorii spiskowych. Mam jednak wątpliwości, czy to przez samą pandemię, bo od dawna powtarzam, że z roku na rok z ludźmi jest coraz gorzej.

**O.D.:** Niedawno napisał Pan, że dr Hubert Czerniak został skazany przez Sąd Lekarski i pozbawiony praw do wykonywania zawodu na dwa lata. Czy to dużo? Dla kogoś, kto postuluje „włączmy myślenie”?

**D.C.:** Uważam, że ktoś propagujący antynaukowe postawy, powinien zostać na stałe pozbawiony PWZ, jak to było z dr Jaśkowskim. Ale rozumiem, że ta kara o wymiarze dwóch lat jest też jakąś formą szansy na poprawę. Choć nie wierzę, że tak będzie.

**O.D.:** W pierwszej chwili mogłoby się wydawać, że starcie lekarza z lekarzem nie sprzyja dobrej opinii o środowisku medycznym. Czy ludzie nie będą mniej ufać lekarzom w ogóle, skoro staje się jasne, że lekarze nie mają do siebie zaufania? Dlaczego tego nie przemilczeć?

**D.C.:** Środowisko lekarskie pełne jest patologii, jak każde inne. Mam tu głównie na myśli zawiść, wyniosłość i złe traktowanie pielęgniarek. Nie jestem zwolennikiem poglądu, z którym spotykam się od studiów, aby lekarzy uznawać za lepszych ludzi od reszty, aby lekarze uznawali sami siebie za elitę. Mobbing, z którym ja się spotykałem w szpitalach, a także liczne donosy rezydentów na mnie oraz innych w ostatnich latach, sprawiły, że o tym środowisku nie mam najlepszego zdania. Dla mnie elita mogą być zwykli ludzie, którzy robią fajne rzeczy i szanują tych, którzy takie rzeczy chcą też robić. Ale jest wielu wspaniałych lekarzy, których uważam za dobrych ludzi, miałem okazje takich poznać.

**O.D.:** Dr Hubert Czerniak, dr n. med. Jerzy Jaśkowski czy dr Judy Mikovits – to wykształceni specjaliści, którzy głoszą swoje poglądy, szkodzą ludziom wierzącym w ich naukowy autorytet. Dlaczego z taką pasją wygłaszają przemówienia o szkodliwości USG czy szczepionkach powodujących autyzm?

**D.C.:** W przypadku osób takich, jak Jaśkowski czy Mikovits mamy prawdopodobnie do czynienia z jakimiś zaburzeniami, bo te osoby opowiadają historie tak absurdalne, że nie można ich uznać za osoby racjonalnie myślące. Podobnie jak profesor Majewska. Jeśli ktoś mówi, że po szczepionkach ludzie stają się cyborgami, to można zadać pytanie, czy taki naukowiec ma jakieś problemy ze zdrowiem psychicznym. Nie potrafię tego inaczej wyjaśnić. Hubert Czerniak wydaje się po prostu być pochłonięty teoriami spiskowymi, ale rozsądny lekarz, czy w ogóle ktoś wykształcony, nie powinien opowiadać na YouTube o chemtrails\*.

**O.D.:** Propagatorzy fake newsów nie zawsze są związani



ze środowiskiem medycznym – to także celebryci. Piosenkarka, trener personalny, mistrz świata w windsurfingu. Deprecjonują specjalistów i są dumni, że do nich się nie zaliczają. Czy uważa Pan, że powinni ponosić odpowiedzialność za rozpowszechnianie teorii spiskowych?

**D.C.:** Uważam, że powinni ponosić odpowiedzialność za publiczne przekazywanie nieprawdziwych informacji, a już na pewno tacy, jak windsurfer, który na wizji oczerniał lekarzy, zarzucając im korupcję czy też celowe działania na szkodę pacjentów.

**O.D.:** Wypowiedzi wyznawców fake newsów są przesycone przekonaniem, że są oni „niezależni” i „uczciwi”. Od czego się uniezależniają, jak manifestują uczciwość?

**D.C.:** Wynika to z przekonania, że każdy kto ma inne zdanie jest częścią systemu i spisku, natomiast oni uważają siebie za tych, którzy stoją po stronie prawdy. Prawda jest taka, że są niezależni jedynie od rozsądku.

**O.D.:** Profesor Krzysztof Simon\*\* rzetelnie i bezkompromisowo wypowiada się na temat obecnej sytuacji w kraju. W otchłani Internetu można znaleźć niemało osób, które nie podważają zdania profesora – bo nie padają żadne argumenty w żadnej dyskusji – ale obrażają go, sięgając po pomówienia, insynuacje, wulgaryzmy i groźby. O czym to według Pana może świadczyć?

**D.C.:** To ciekawe zjawisko, ponieważ dla tych wszystkich fanów teorii spiskowych i antyszczepionkowców, profesor Simon był jeszcze w marcu autorytetem, używali jego wypowiedzi do promowania swoich poglądów. Problem w tym, że nie rozumieli o czym Pan Profesor mówi albo w ogóle nie słuchali go do końca. Kiedy zaczęło do nich docierać, że Profesor Simon nie podważa istnienia pandemii i zagrożenia związanego z COVID-19, stwierdzili, że się sprzedał i zaczęli go masowo oczerniać. Niestety, ale jest to w naszym kraju zjawisko, które istniało od dawna i pewnie będzie istnieć zawsze. Nienawiść i ignorancja jest niestety jakąś częścią naszego społeczeństwa.

**O.D.:** Również w Pana kierunku lecą kule jadu. Ostatnio niejaki Robert Sieroń nawoływał do oczerniania Pana, jako lekarza, w mediach. Czy zdarza się, że ma to jakiś wpływ na Pana pracę z pacjentami?

**D.C.:** Moje grono pacjentów jest stałe i zamknięte, ja sam pracuję coraz mniej w medycynie, z racji mojej działalności przyrodniczej, ale gdybym chciał pozyskiwać nowych pacjentów i świadczyć usługi bardziej komercyjnie, to miałoby to znaczenie. Hejterzy w ostatnim czasie widząc, że nie ulegam, zaczęli skupiać się na atakowaniu mojej rodziny bardziej niż mnie.

**O.D.:** A mimo to nie zwalnia Pan tempa?

**D.C.:** Moje działania przyniosły już pewne realne zmiany, a to, co zacząłem, jest wciąż w toku. Jestem konsekwentny i moje cele realizuję do końca.

**O.D.:** Wojna z fake newsami i towarzysząca jej fala hejtu potrafi podnieść ciśnienie. Czy to muzyka pomaga Panu poradzić sobie z dodatkową porcją stresu?

**D.C.:** Uważam, że każdy lekarz powinien mieć hobby, bo to jest zawód stresujący i bardzo frustrujący, z uwagi na wiele różnych problemów systemowych. Ale dotyczy to każdego –

hobby zawsze pomaga zbilansować emocje.

**O.D.:** Pieniądze, które zbiera Pan na Patronite lub otrzymuje w wyniku wyroków sądowych, często przekazuje Pan na leczenie innych. Co jest powodem takiej decyzji? Czy więcej osób powinno angażować się w pomoc chorym?

**D.C.:** Pieniądze z każdej sprawy o hejt są przeznaczone na cele charytatywne. To jest po prostu fajne, że hejterzy za swoją głupotę finansują pomoc innym. Pieniądze z Patronite ostatnio przekazałem dla mojego czytelnika sparaliżowanego w wyniku choroby neurologicznej. Ja tego nie potrzebowałem, ale Patronite służy głównie do finansowania mojej różnej działalności, do której przez ostatnie lata sporo sam dokładałem. Uważam jednak, że zawsze należy się czymś podzielić.

**O.D.:** Ostatnio jest Pan bardzo zajęty człowiekiem. Dopiero co opublikował Pan Kompendium Antyszczepionkowych Fake Newsów. Co można w nim znaleźć?

**D.C.:** Jest to zbiór naukowych argumentów, które obalają mity antyszczepionkowców oraz inne antynaukowe opinie. Co też ma pomóc innym w zwalczaniu tego typu treści w różnych dyskusjach.

**O.D.:** Píše Pan także i ilustruje książkę o wielorybach. Skąd ten pomysł?

**D.C.:** Wieloryby uważam za jeden z największych fenomenów tej planety, podobnie jak słonie. Z tą różnicą, że z wielorybami regularnie pracuję jako fotograf dzikiej przyrody, więc miałem okazje poznać je osobiście i chcę o tym opowiedzieć. Stąd książka, której istotnym aspektem jest ważna dla mnie kwestia – walki o nadania praw osobom, które nie są ludźmi. Dla niektórych jest to coś dziwnego, ale nie jest to żadna fantastyka, tylko nauka.

**O.D.:** Wieloryby, papugi... to dość egzotyczne tematy na profilu lekarza. Czy działa Pan nie tylko na rzecz ludzi, ale i zwierząt?

**D.C.:** Moje życie było związane z dziką przyrodą na długo przed medycyną, jest to ważna część mojego życia i zawsze będzie pojawiać się w mojej publicznej działalności. Mógłbym przestać być lekarzem, mógłbym przestać zajmować się moim FB, ale nie mógłbym przestać działać na rzecz dzikiej przyrody i obcować z wielorybami.

**O.D.:** Czy chciałby Pan dodać coś na koniec?

**D.C.:** Szukajcie dobrych ludzi i niech Was inspirują, kiedy wszyscy obecnie chcą być lepsi i bogatsi od innych. Szukajcie tych, którzy nie chcą być tylko kolejną cegłą w ścianie. Tego Wam życzę.

**O.D.:** Dziękuję za rozmowę i czas na nią poświęcony.

\*teoria spiskowa zakładająca, że smuga kondensacyjna powstająca za lecącym samolotem jest wytworem mającym utajony cel, wywoływany dystrybucją na wielkich obszarach dużych ilości substancji, które mogą być szkodliwe dla organizmów żywych.

\*\* ordynator 1. Oddziału Chorób Zakaźnych w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym we Wrocławiu oraz konsultant wojewódzki w dziedzinie chorób zakaźnych; wypowiada się nt. przebiegu pandemii w Polsce z perspektywy zaangażowanego osobiście w walkę z koronawirusem

# Piaskowe olbrzymy Mitologia fake newsa

OLGA  
DRZYMAŁA



Oto i on. Na białym koniu, rycerz w lśniącej zbroi. Odważny, bezkompromisowy. Nie zważając na niebezpieczeństwo, szarżuje do walki z olbrzymami. Tak, to Don Kichote. Proszę się z niego nie śmiać. Jego walka z wiatrakami nie idzie na marne – przysparza mu chwały, nie tylko w jego subiektywnym, romantycznym pojmowaniu rzeczywistości. On wyruszył z domu, przekroczył swoje granice komfortu – i chociaż ze starcia z wiatrakami nie wyjdzie zwycięsko, to jego pasja inspiruje od stuleci.

Oto i on. Na swojej stronie internetowej, na kanale na YouTube, na grupie na Facebooku, rycerz w nienagannym garniturze. Arogancki, nieustępliwy – bez względu na okoliczności. Obala mity, tworząc nowe. Tak, to Twórca Fake Newsa. Proszę go nie lekceważyć. On nie tylko walczy z wiatrakami naszych czasów – szczepionkami, 5G, teorią heliocentryczną. On sprawia, że inni ludzie zaczynają w wiatrakach dostrzegać olbrzymy, a kiedy już raz „otworzą im się oczy, na prawdę dotychczas przed nimi zatajoną” – obrzucą oni kamieniami tych, co wciąż wierzą w wiatraki. Kamieniami, szyderstwami, groźbami, pomówieniami.

Być może niektórzy autentycznie wierzą w opowiadane przez siebie teorie spiskowe. Niewykluczone. Trudno mi jednak uwierzyć, że ci, którzy na fake newsach zarabiają niebotyczne pieniądze, chcą dobra ludzi. Nawet jeśli deklarują, że, jako jedyni, potrafią pomóc. Pokazać prawdę. Wyleczyć. To czasami są celebryci, czasami naukowcy, lekarze... Zyskują rozgłos, sławę, poparcie. Popleczników i usługobiorców. Potrafią trafić do ludzi tak, by otworzyli swoje serca i portfele. Pasożytują na ludzkim strachu i braku poczucia własnej wartości.

Jak oni to robią? To proste. Pokazują ludziom lepszą wersję ich samych. Nadają życiu barwy i polotu. To nie chabeta – to twój wierny rumak, Rosynant. To nie wiatraki, mielące mąkę dla dobra wszystkich – to niezrozumiałe olbrzymy, a skoro niezrozumiałe – to potencjalnie niebezpieczne. Niby to samo zrobili z Don Kichotem pieśni rycerskie. Ale Don Kichote przeżywał swoje życie po swojemu, nie narzucał go innym. Skoro wierzył, że jest rycerzem, to nim był – nie musiał szukać potwierdzenia u innych. A zwolennicy fake newsów potrzebują siebie wzajemnie, żeby zaistnieć – przede wszystkim we własnych oczach. Ziemia jest płaska, a ten fakt ukrywają przed światem tajne agencje, które są opłacane przez Big Pharmę, która wmawia nam, że trzeba się szczepić, żeby Bill Gates mógł nas wszystkich zachipować, żeby nas kontrolować poprzez 5G. I nagle płaskoziemiec staje się częścią ogromnej społeczności. Zyskuje tożsamość i potwierdzenie, że inni myślą tak, jak on. A to wszystko bez wyściubienia nosa ze swojej strefy ignorancji i komfortu. Jeżeli to, co niezrozumiałe, jest z definicji złe

– to po co odkrywać, jak to działa?

Niełatwa jest walka z fake newsami. Jak obalić coś, czego nie ma? Przecież nie muszą istnieć naprawdę, by realnie zmieniać rzeczywistość. Niedoprecyzowane – a więc dostosowują się do zmieniających się warunków. Jak piasek mialkie i jak piasek wciskają się wszędzie, w oczy, uszy i zakamarki wyobraźni. Okrywają wiatraki, szczepionki, przemysł farmaceutyczny, odkrycia geograficzne i astronomiczne piaskowym woalem tajemnicy. Formują piaskowe olbrzymy. Często trwają one uparcie, wbrew dowodom na autentyczność powodowanych przez siebie szkód. Ale czasami wystarczy powiew świeżego spojrzenia, by się rozsypały. Może więc warto otworzyć się na nowe i nieznanne. Odważyć się na spotkanie twarzą w twarz ze swoją niewiedzą. Wiem, że nic nie wiem. To takie proste. I takie trudne.

		4				5		
6		1		5		2	8	
	5	7		2				3
		2	9	7			3	1
		3	5	6	2			9
	6	9	4		3	8	2	
4	1	6	8					
				4	7	1		8
		8		9	1	3		

# Psychomanipulacje

TATIANA  
HARYTONOVA



Kiedy zaczynam rozmawiać o manipulacjach ze swoimi znajomymi to słyszę, jak trzeszczy kruchy lód, po którym stąпам. Zadajcie sobie pytanie, jakie emocje budzi w was samo słowo manipulacja? Większość powie, że kojarzy im się z czymś negatywnym. Nie chcemy być manipulowani, nie lubimy ludzi, którzy manipulują innymi. Często zaprzeczamy faktom, które wskazują, że ulegamy manipulacjom, bądź sami manipulujemy innymi.

W rzeczywistości manipulacje istnieją, odkąd istnieli ludzie próbujący wywierać wpływ na innych. Ktoś potrafi lepiej oddziaływać na ludzi, ktoś gorzej. Naiwnym jest przekonanie "że nikt nie jest w stanie mną manipulować" bo bardzo łatwo udowodnić fałszywość tego przekonania. Stwierdzenia o własnej odporności, mają swoje źródło w dobrze poznanym mechanizmie i żeby lepiej to zrozumieć, opowiem Ci, czytelniku, taką historię. Kiedy pytam swoją koleżankę o jej umiejętności w prowadzeniu samochodu, to ocenia siebie powyżej przeciętnej. Dodam tylko, że miała dwa wypadki samochodowe, ale nadal uważa, że jej zdolności jako kierowcy są ponadprzeciętne! Poznań jest dość zanieczyszczonym miastem, ale poznaniacy wierzą w to, że są dużo zdrowsi niż ich sąsiedzi.

Dlaczego tak się dzieje? Odpowiedź jest bardzo prosta. Dlatego, że nasze przekonanie o sobie jest bardzo iluzoryczne. W świetle takich wyników nietrudno zrozumieć, dlaczego większość ludzi myśli, że jest odporna na manipulację.

Manipulacje służą raczej uzyskiwaniu doraźnych korzyści, niż budowaniu trwałych więzów. Na co dzień będziemy unikać ludzi, którzy manipulują nami; piszą tylko wtedy, kiedy czegoś od nas potrzebują, są dla nas mili, bo wiedzą że posiadamy coś co im by się przydało; pojawiają się i znikają z naszego życia po tym, jak coś od nas uzyskają. Z całą pewnością nie zostaną oni naszymi przyjaciółmi, ponieważ stwarzają sytuacje, w których druga osoba czuje się oszukiwana i wykorzystywana. Mało tego, postaramy się taki związek zerwać.

Jeśli jedna osoba może mieć na nas taki wpływ, to wyobraźcie sobie, jak społeczeństwo w świadomy lub nieświadomy sposób potrafi nami manipulować. Nie ma manipulacji, wpływu społecznego bez motywu działania. Każdy manipulator kieruje się możliwościami realizacji własnych celów. Dlatego w tym artykule chciałabym opisać jedną z technik i mechanizmów, dzięki którym manipulatorzy skutecznie wywierają wpływ na innych. Te przemyślenia powstały w świetle ostatnich wydarzeń, na podstawie moich subiektywnych przekonaniach, obserwacji zachowań ludzi i wieloletniego doświadczenia w dziedzinie relacji pomiędzy gatunkami.

Zdaję sobie sprawę, że nie starczy mi ani wiedzy, ani kompetencji, by opisać manipulacje wyższego rzędu, takich jak: propaganda, manipulacja informacją, wywieranie wpływu poprzez grupy i masmedia. Ograniczę się do opisywania techniki, jaką stosują ludzie w stosunku do siebie i mam nadzieję, że demaskowanie posłuży bardziej tym, którzy są obiektem

manipulacji.

## Problematyka dostosowywania się do innych

Czego to nie potrafimy wymyślić, aby nakarmić własnego potwora samooceny? Jak bardzo pomysłowy jest człowiek w swoim dążeniu do podtrzymania i obrony samooceny? Fałszujemy napływające do nas informacje, czasami dążymy prostą drogą do porażki po to tylko, żeby utrzymać przekonanie o własnej wartości. Samoocena może być czymś cenniejszym niż życie.

Ale jak powstaje samoocena? Kształtowanie naszej samooceny zaczyna się jeszcze w dzieciństwie. Na początku jesteśmy absolutnie uzależnieni od naszych rodziców, ale wraz z rozwojem fizjologicznym, rozwija się również nasza samoświadomość, stajemy się zdolni do refleksji. Porównujemy się z osobami z naszego otoczenia. Uczymy się poprzez informacje dostarczane nam od naszych rodziców, o tym, jak być "dobrym chłopcem/dziewczynką". Uczymy się, jak podwyższyć poczucie własnej wartości.

W czasie adolescencji, rolę wzorców oceny przejmuje społeczeństwo i kultura w której się znajdujemy, to ona dostarcza niezliczonej ilości wzorców dla samooceny.

Raz ukształtowana potrzeba samooceny, pozostaje u wszystkich ludzi do końca ich życia, a zatem jesteśmy skazani na udawanie sobie i innym, że jesteśmy czegoś warte. Dlatego nie ma nic dziwnego w tym, że nasza samoocena jest tak podatna na wpływ manipulatorów. W sytuacjach jej obniżenia lub zagrożenia, natychmiast angażują się mechanizmy obronne.

Nieważne, co o sobie myślimy, nasze otoczenie potrafi powiedzieć o nas więcej, niż nam się może wydawać. Jedną z teorii mówi, że człowiek posługuje się świadomie lub nieświadomie sobą, jako wzorem. Chętniej przebywamy w towarzystwie ludzi, którzy mają podobne poglądy, wybieramy sobie za przyjaciół osoby o zbliżonych zainteresowaniach, takie osoby darczymy większą sympatią. Tworzymy stałe związki z ludźmi podobnymi do nas. Otaczamy się ludźmi, którzy mają ogromny wpływ na nasze zachowanie.

Prosty przykład. Czy zwracaliście kiedyś uwagę na pewny podział na podgrupy, w obrębie waszej grupy? Są takie osoby, które nie potrafią odnaleźć się w grupie, bo mają inne zainteresowania, punkt widzenia albo po prostu do niej nie pasują. Te grupy ludzi różnią się od siebie, ale zasady doboru są takie same dla wszystkich. By należeć do grupy trzeba spełniać pewne wymogi, pozwalające na zachowanie przez nią spójności.

To zjawisko nazywane jest konformizmem, a u jego podłoża leży potrzeba akceptacji ze strony innych ludzi, strach przed rolą odszczepieńca. Taką grupą może być: rodzina, koledzy z pracy, przyjaciele. W relacjach z ludźmi z naszego otoczenia często dochodzi konformizmu. Lubimy być akceptowani i bronimy się przed odrzuceniem. Konformizm powoduje, że sta-

jemy się ofiarami podatnymi na manipulacje, choć pozornie wydawać się może, że nie ma ona szans na powodzenie.

Ta tendencja bywa wykorzystywana przez manipulatorów. Szczególnie często stosowana jest w manipulacjach grupami ludzi, w socjomanipulacjach, gdzie ludzie podporządkowują się większości, naśladują innych.

Bywamy czasem nakłaniani do podjęcia decyzji takiej, jak większość, podejmujemy zgodne z nią działania, a następnie włącza się mechanizm, który powoduje, że początkowo wzorowane na innych zachowania uznajemy za własne, wynikające z naszego wyboru.

Ludzka jest skłonność do reagowania w sposób automatyczny, uproszczony i bezrefleksyjny. Człowiek przestaje myśleć logicznie i krytycznie pod wpływem otoczenia. Reagując automatycznie na ważny wyzwalacz, nasz mózg wybiera drogę na skróty, oszczędza czas, energię i zasoby umysłowe, które może wykorzystać do czegoś innego. Niestety ta "ekonomia" naraża nas na kosztowne pomyłki i zwiększa prawdopodo-

bieństwo popełnienia błędu.

Pewne formy psychomanipulacji spotykamy w życiu codziennym, np. w reklamach, kinie, serialach czy w handlu. Są do pewnego stopnia akceptowane przez społeczeństwo. Potrafią one w pewien sposób kontrolować nasze zachowanie, które polega na ustaleniu form codziennej aktywności, wyglądu zewnętrznego – ubioru, uczesania, koloru stroju, odżywiania. Uważam, że każda forma kontroli może w znaczącym stopniu przyczynić się do zmiany tożsamości.

W swoim życiu każdy z nas wywiera wpływ na inne osoby ze swojego otoczenia, ale nie każdy wpływ jest psychomanipulacją. Zachowujemy się konformistycznie, by być akceptowanym przez innych ludzi. Znając mechanizmy manipulacji, możemy być bardziej uwrażliwieni i odporni na jej działanie. Choć stosowanie psychomanipulacji może wydawać się niedopuszczalne pod względem moralno-etycznym, to niektóre jej metody mogą okazać się niezastąpione w sytuacjach, kiedy ktoś będzie próbował nami manipulować.

	4					9		
	7		5			8		
6		5				4		
	1	2	8			3	6	5
4			6	3	1		2	
			2		5	1	8	4
8	9		3		6	2	1	7
5	2	7	9	1		6	4	3
1			4	2			9	8

# Skandal na ŚUM – Wywiad z ŚUMemes

PIOTR  
CHAJAJ



**Ilu Was jest i czym właściwie zajmowała się strona ŚUMemes przed ostatnimi wydarzeniami?**

Jest nas siedmioro. Zajmowaliśmy się rozśmieszaniem szeroko pojętej społeczności studenckiej na ŚUMie, ale bardziej było to w kategoriach groteski, gdyż nie sposób inaczej skomentować niektórych absurdów, z którymi się zmierzaliśmy.

**W waszej grupie adminów są osoby z różnych kierunków, czy tylko z lekarskiego?**

Naprawdę przypadkowo wyszło, że wszyscy jesteśmy tylko z kierunku lekarskiego. Do prowadzenia fanpage ważne jest nie tylko poczucie humoru, ale też znajomość uczelni, a nasz kierunek jest najdłuższy (6 lat studiowania) i jednocześnie najliczniejszy.

**Jak doszło do ujawniania takich patologii? Czy pokrzywdzone dziewczyny same do Was napisały?**

Wrzuciliśmy posta, liczyliśmy na maksymalnie 10-20 historii. Zrobił się z tego viral, szambo wybiło. Dziewczyny napisały same, na fali społecznej złości.

**Jak myślicie, w jaki sposób doszło do tego, że ofiary musiały zwrócić się z takimi problemami do Was? W końcu w żadnym stopniu Wasza poprzednia działalność nie miała tak poważnych założeń... Od czego się zaczęło?**

Tak jak punkt 3. Wydaliliśmy się chyba najbardziej niezależnym ciałem uczelni, które nikogo za nic by nie ukarało.

**Ile do tej pory przyjęliście takich historii?**

Cieężko liczyć, straciliśmy już rachubę. Łącznie z ankietami takich historii będzie ponad 3 tysiące. Ogrom.

**Co będziecie robić z tymi przypadkami? W Waszych komentarzach przewinął się pomysł odnośnie wytoczeniu procesu... Myśleliście o tym?**

Jesteśmy tylko whistleblowerem i platformą swobodnej wymiany myśli i problemów. Jesteśmy w kontakcie z wieloma osobami, ale każdy poszkodowany student dodatkowo powinien we własnym zakresie dochodzić swojego. Jednak dołożyliśmy wszelkich starań, aby zapewnić maksimum wsparcia.

**Czy jest jakaś jedna historia, która Waszym zdaniem jest najbardziej poruszająca?**

Nie ma takiej jednej, chociaż mamy swój, jakkolwiek źle to zabrzmiał, prywatny top. To ok. 10-20 historii przy których zdarzyło nam się nawet rozplakać. Poważnie.

**Czy w jakiś sposób weryfikujecie prawdziwość tych przypadków? Mam tu na myśli te najbardziej odrażające – czyli te związane z molestowaniem.**

Cieężko nam zrobić jakiegokolwiek sito filtrujące prawdę od kłamstwa. Jednak każda z tych historii zasługiwała na publikację. Bez tego byłibyśmy bardzo nie fair wobec osób, które nam powierzyły część swojego życia. Jeśli historie się powtarzają i pa-

dają konkretne nazwiska czy miejsca – nie mamy powodu nie wierzyć.

**Jaka jest Wasza prywatna opinia o ŚUMie? Czy zachęciłibyscie maturzystów do studiowania na tej Uczelni?**

Pytanie na kanwie ostatnich wydarzeń jest bardzo tendencyjne;) Niemniej, największą patologią jaka nas spotkała, był chyba cały 2 rok w Zabrze. Totalny rozgardiasz, zastraszenie, płacz, mobbing, psychotropy, kłótnie, czy myśli samobójcze są na porządku dziennym. Nawet nie jest trudno. Przypomina to obóz pracy z dodatkowym naciskiem położonym na destrukcję psychiczną. Wątpię, żeby była to skoordynowana akcja, ale to nie jest normalne, i to się musi zmienić. Ludzie są cudowni, Śląsk niczym polskie Zagłębie Ruhry, coraz bardziej się rozwija, to już nie jest tylko zapyziałą dziura pomiędzy Wrocławiem, a Krakowem. Ale pamiętajmy, że na uczelni nie idzie się dla przyjaźni, ale żeby zdobyć fach. Wszystko inne to mile przystawki, które nadają kolorytu.

**Jak myślicie, gdzie leży problem całej patologicznej sytuacji Uczelni? Co trzeba zmienić w pierwszej kolejności?**

Moim zdaniem, uczelni zbyt mocno zależy na każdym profesorze. Wiadomo, że każdy profesor jest chlubą dla uniwersytetu. Część z profesorów wyczuła tę słabość i poczuła się bezkarne. Dlatego pomimo zgłaszania wielu spraw w ankietach – de facto nic się nie zmieniło. Dodatkowo niektórzy z Władz Dziekańskich i kierowników katedr znają się z pracy poza uczelnią – w centrach medycznych. Oczywiście nie chcemy nikogo bezpodstawnie oskarżać, ale takich powiązań można wymienić więcej. Cieężko nam zwać cokolwiek na władze centralne w Katowicach – każdy wydział rządzi się własnymi prawami. Ale ktoś na tę patologię na każdym z wydziałów pozwala, i to moralną odpowiedzialnością tych właśnie osób powinno być albo podanie się do dymisji, albo wysprzątanie tej stajni Augiasza. Zaszło to już tak daleko, że bez zmian kadrowych nie widzimy możliwości dokonania zmian na lepsze, na których wszystkim nam zależy.

**Uczelnia informuje, że można zgłaszać pogwałcenia regulaminu w odpowiednie miejsca... Jak to wygląda z perspektywy studenta ŚUMu? Czy takie postępowanie rzeczywiście działa?**

Z tego co się orientuję to odpowiednią instytucją jest bezpośrednio dziekan, bądź samorząd, który obiecuje się tym zając w imieniu studentów. Oprócz tego są anonimowe ankiety, w których studenci opisują i oceniają jak przebiegał dany przedmiot. Tak naprawdę wystarczy odpalić komputer, napisać co nas trapi, i po prostu to wysłać, ale nigdy nic pozytywnego z tego nie wynika. Jeśli chodzi o samorząd, to rzeczywiście przekazują informacje, że są po rozmowie z dziekanem itp.,

ale jasno z tego wynika, że to dziekan dyktuje warunki, a samorząd nie ma nic w tych sprawach do gadania. Oczywiście jest stwierdzenie, że te drogi komunikacyjne nie działają, ale nie z powodu ich konstrukcji, tylko arogancji dziekana.

#### **Czy mobbing na ŚUM dotyczy tylko studentów czy również pracowników uczelni?**

Mobbing na ŚUM dotyczy zarówno studentów, jak i pracowników. Najgorsze jest to, że już docierają do nas informacje od studentów, iż ci prowadzący, których tematy poruszyliśmy się boją – wyraźnie mówią, że nie chcą iść na wojnę z uniwersytetem, chociaż zapewniamy ich, że zorganizujemy im wsparcie prawne i nie zostaną z tym sami. Na razie po wstępnych analizach wynika, że największą bolączką studentów, jeśli chodzi o mobbing, jest katedra dermatologii i ginekologii. **Jak odbierać informację o tym, że pracownicy ŚUM już teraz myślą o „utrudnieniu” Wam sesji? Czy takie sytuacje miały miejsce w przeszłości? Czy takie sztuczne zawyżanie skali trudności nie osłabi chęci do wstawiania „swoich historii”?**

Jest to standardowa zagrywka, bo oni po prostu nic więcej nie mogą, póki nie znają tożsamości studentów. Co więc im pozostaje? Z resztą widać to odzwierciedlenie w statystykach – która katedra ma najgorszą kadre. Uderz w stół, a nożycę się odezwą... Oczywiście jest to standardowa reakcja na krytykę ze strony studentów. Może dlatego fp ŚUMu się chwalił, że nie ma skarg – bo system eliminowania chęci ich składania jest jeszcze lepiej dopracowany. To wszystko co idzie do nas wstawiamy anonimowo, zemsta nie jest skierowana personalnie, tylko do wszystkich, więc efekty też rozłożą się po studentach. Nadal otrzymujemy wiadomości, a my nie zamierzamy zrezygnować. Sądząc po reakcjach to tylko roznieci ogień, bo studenci wierzą w nas, że pomożemy pozbyć się tej patologii.

#### **Jednak w Waszych komentarzach przewijają się parę osób, które bronią odpowiedzialnych za mobbing. Z czego to może wynikać? Może część osób „zbyt drammatyzuje”?**

Tak naprawdę dużo zależy od człowieka. Albo ktoś doświadczył tego bezpośrednio, albo uważa, że to przesadzone historie. Niestety może być też tak, że ktoś w przeszłości doświadczył takiego traktowania (co jest bardzo przykre), przez co się niejako „zahartował” na ludzką krzywdę i dla niego to jest coś normalnego. W naszym świecie, zwykle krzywa Gaussa idealnie obrazuje rozkład nasilenia różnych czynników. Tych skrajnych (broniących w tym wypadku) jest najmniej, ale też najbardziej odbiega od normy – o ile zdefiniujemy tu normę jako odczuwanie ludzkich uczuć wobec traktowania studentów poniżej godności ludzkiej. Jednak nie naszą rolą jest to roztrząsać. Obiecaliśmy być tylko głosem studentów, więc nie do nas te komentarze są kierowane, a do ich autorów. Jednak tych historii jest tyle, że ich głosy nie mają praktycznie znaczenia.

#### **Czy w nadesłanych do Was historiach przewijają się jakieś konkretne katedry, czy to ogólnouczelniany problem?**

Na pewno po historiach można stwierdzić, gdzie sytuacja jest najgorsza.

Już trochę o tym wspomniałem, ale tak wstępnie sprzed paru dni to Top 6 mobbingu wygrywa: dermatologia, ginekologia,

pielęgniarstwo pediatryczne, fizjologia, neonatologia, biochemia, a w molestowaniu przoduje katedra immunologii, chociaż w tym przypadku konkretny człowiek. Na histologii regularnie praktykowane jest łapówkarstwo. Jeden z pracowników udziela korepetycji za niemałe pieniądze, a ich uczestnicy nagle sobie zaczynają radzić z zaliczeniami. Pozostaje jeszcze sprawa jawnego nepotyzmu, którego sam byłem świadkiem. Dużo ludzi przenosi się do Zabrze ze Słowacji, ale tylko Syn jednej z prowadzących bez problemów miał przepisywane przedmioty, które inni musieli nadrabiać w ramach różnych programowych, bo „na jego uczelni program był podobny”. Ponadto w trakcie przenosin ze Słowacji na trzeci rok do nadrobienia są często przedmioty typu biochemia lub immunologia. Przenosiciele robią to na trzecim roku, podczas gdy studenci, którzy są od początku w przypadku niezdania muszą powtarzać cały rok, bo „nie dadzą sobie rady na trzecim roku z tak dużym przedmiotem”. Jesteśmy we współpracy z NZS [Niezależne Zrzeszenie Studentów – przyp. red.] i oni pomagają nam analizować resztę danych.

#### **Czy pojawiły się już głosy ze strony niektórych komentujących sugerujące, że to wina pokrzywdzonych dziewczyn? W końcu alkohol, atmosfera była sprzyjająca...**

Kultura gwałtu – nie będę tego komentować.

#### **Jakie jest stanowisko uczelni? Czy ofiary czują się wysłuchane, czy raczej problemem jest zamiatanie sprawy pod dywan?**

Mamy sprzeczne informacje – przykładowo mamy dowód w postaci wiadomości z 9 czerwca, że uczelnia wie o problemie z wyciekami danych, a 10 czerwca publikuje post, będący oświadczeniem, że nie ma i nie było żadnego problemu, wszystko jest należycie zabezpieczone... Co do reszty, no cóż. Twierdzą, że żadnych skarg nie było. Jestem ciekaw, czy na prośbę ujawnią treści anonimowych ankiet zbieranych co roku od wszystkich studentów. Stawiam dolary przeciw orzechom, że na pewno nie jeden opis mówi o tym co się wyprawia na tych katedrach, nawet z imienia i nazwiska.

#### **Próbowaliście kontaktować się już z mediami i próbować nagłośnić całą sprawę?**

Tak kontaktowaliśmy się z kilkoma mediami. Potem to był efekt kuli śnieżnej i media same zaczęły się do nas zgłaszać. Obecnie wg. statystyk Facebooka posty dotarły do 459 tys. użytkowników, więc bez wątpienia sprawę można nazwać jako nagłośnioną.

#### **Krążą słuchy o planach listu do Ministra Sprawiedliwości (lub Prokuratora Generalnego, który jest tą samą osobą). Czy to prawda?**

Póki co, jeszcze tego nie planowaliśmy. Poza wydaniem krótkiego oświadczenia, w którym ŚUM “nie popiera zachowań nagannych i nieetycznych nauczycieli akademickich” nie było więcej kontaktu, ani żadnej informacji z tej uczelni. Jest możliwe wysłanie takiego listu, ale w tej chwili jest jeszcze zbyt wcześnie.

#### **Jak wygląda proporcja piszących do Was osób jeśli chodzi o prawdziwe konta? Czy większość osób pisze z fake kont?**

W bezpośrednich wiadomościach nieco więcej osób pisze z prawdziwych kont. Niektórzy proszą o skasowanie konwer-

sacji, ale to pojedyncze przypadki. Anonimowość to podstawa, wszyscy jesteśmy w podobnej sytuacji i musimy trzymać się razem. Nie zawiedziemy zaufania naszych kolegów i koleżanek.

#### **Czy kontaktowali się z Wami już przedstawiciele Uczelni?**

Jeszcze nie. Jedyną reakcją uczelni do tej pory było oświadczenie rzeczniczki. Czekamy na dalszy rozwój wypadków w przyszłym tygodniu.

#### **Czy zgłaszają się do Was prawnicy, lekarze lub politycy oferując pomoc?**

Tak, mieliśmy już propozycje dwóch albo trzech interwencji poselskich. Otrzymałiśmy mnóstwo zgłoszeń od prawników, studenci prawa również podsyłają swoje porady. Jeśli chodzi o środowisko medyczne to naszą sprawę szeroko komentuje portal Będąc Młodym Lekarzem. Wsparcia udzielił nam przedstawiciel OZZL Bartosz Fiałek. Piszą do nas też inni lekarze, absolwenci ŚUM-u i nie tylko oferując pomoc i dobre słowo.

#### **W wielu historiach przewija się temat szantażowania studentów. Czy ktoś próbował Was zastraszyć, lub w inny sposób skłonić do zaprzestania publikowania tych historii? (Jeśli tak to czy macie dowody np. screeny itp.?)**

Cały zespół dba o swoją anonimowość, zdajemy sobie sprawę z represji. Wiemy, że jesteśmy poszukiwani przez władze uczelni i wymienionych nauczycieli akademickich. Z tego powodu nie ujawniamy nikomu swojej tożsamości, więc jeszcze nie mieliśmy takiej sytuacji. Dochodzą do nas plotki, informacje z trzeciej ręki o planach uczelni, by stosować odpowiedzialność zbiorową z czym był już kilka lat temu problem na lubującej się w aferach katedrze biochemii w Zabrzcu. Ta sprawa była również opisana w mediach.

#### **Jak statystycznie wygląda liczba zgłaszanych przypadków? Ile z nich dotyczy molestowania, ile z nich to problemy na zajęciach?**

Na podstawie przeprowadzonej ankiety 3/4 respondentów naszej ankiety skarży się na złe traktowanie przez prowadzących i poniżanie przez nich. Blisko połowa była ofiarą mobbingu i celowo miała niezaliczone kolokwium lub egzamin. Molestowanie zgłosiło 6% ankietowanych, a 1/3 miała styczność z dwuznacznymi komentarzami oraz sugestiami. Blisko 20% musiało szukać pomocy psychiatrycznej.

#### **Czy przysiliście inne Uczelnie o ustosunkowanie się do problemu, który Was dotknął? Może stanowcze potępienie takiego postępowania, jakie prezentuje ŚUM, zmusiłby Uczelnie do zmiany swojego postępowania?**

Nie kontaktowaliśmy się z innymi uczelniami. Skupiamy się na kontakcie z mediami, prawnikami i innymi organizacjami, które nas wspierają. Do zmiany postępowania nie jest potrzebna nasza prośba o wsparcie nas i potępienie ŚUMu, ale ogólne zwrócenie uwagi opinii publicznej i rządzących na te problemy oraz wywołanie nacisku, także na drodze prawnej w razie potrzeby.

#### **Czy wiadomo w jakim stopniu za problemy nad poniżaniem studentów byli odpowiedzialni prowadzący (mężczyźni), a w jakim prowadzące (kobiety)?**

Przemoc nie ma płci, także ta psychiczna. Niezależnie przez kogo jest stosowana może doprowadzić do ruiny młodego człowieka. Ogólne proporcje są wyrównane z niewielką przewagą kobiet co wynika z wysokiej feminizacji zawodów medycznych, szczególnie pielęgniarstwa i położnictwa. Na kierunku lekarskim są już bardzo wyrównane.

							1	
					2			3
			4					
						5		
6		1	7					
		4	1					
	5					2		
				8			6	
	3		9	1				

# Interprofesjonalna edukacja, czyli środowiskowa psychoterapia

MICHAŁ  
KŁOS



Środowisko medyczne to specyficzny układ zamknięty tworzący osobny, skoncentrowany na sobie i – co według mnie jest największą wadą – zhierarchizowany światek. Na szczeblach tej skostniałej drabiny bytów siedzą lekarze, pielęgniarki, położne, farmaceuci, analitycy medyczni, fizjoterapeuci, ratownicy i inni przedstawiciele zawodów medycznych. Przywykliśmy do odgrywania ról, które zostały napisane dawno temu, a osoby próbujące buntować się przeciwko status quo – jak to zwykle bywa – spotykają się z dużym oporem. Przeglądając fora internetowe i media społecznościowe trafiam na wiele wątków, w których obrzucamy się nawzajem błotem, unosimy dumą i wykazujemy wybitny brak zaufania do innych zawodów medycznych. To wszystko ma swoje implikacje w rzeczywistości, powodując, że niechętni do współpracy między sobą działamy w trybie zlecenia i wykonywania zadań w pojedynkę. Robimy ni mniej, ni więcej niż to, czego się od nas oczekuje; przeciągamy między sobą niewidzialną linię rywalizacji w konkursie, w którym nawet nie ma nagrody pocieszenia. Nie będę nawet pytać retorycznie, gdzie w tym systemie jest miejsce pacjenta.

Trudno powiedzieć, czy taka sytuacja wynika ze sposobu kreowania polityki zdrowotnej w Polsce, której centralne planowanie i finansowanie zamknęło nas w ciasnych ramach procedur wykonywanych w izolacji od innych pracowników medycznych, czy może nasze uprzedzenia spowodowały, że stworzyliśmy system opieki zdrowotnej opierający się na podążaniu z góry wyznaczonymi i nieprzecinającymi się wzajemnie szlakami. Rewolucja w resorcie zdrowia w najbliższym czasie jest mało prawdopodobna, ale ewolucja sposobu myślenia o współpracy w naszym środowisku jest jak najbardziej możliwa. Uniwersytet Medyczny, jako miejsce kształcenia nowych umysłów, ma szansę być pionierem w tej dziedzinie.

Rozwiązaniem problemu braku efektywnej współpracy między zawodami medycznymi może być zastosowanie metody interprofesjonalnej edukacji (ang. interprofessionaleducation, IPE), której celem jest nauczanie efektywnej komunikacji między studentami poszczególnych kierunków medycznych, wdrożenie zasad pracy zespołowej i zaimplementowanie modelu opieki zdrowotnej skoncentrowanej na pacjencie (ang. patient-centered care)<sup>1</sup>. Autorzy publikacji poświęconych IPE wskazują, że kluczowym elementem tworzącym program dydaktyczny powinno być pozyskiwanie wiedzy o innych profesjach medycznych oraz pomoc w odnalezieniu swojego miejsca w zespole i zrozumienie znaczenia ról innych zawodów medycznych w opiece nad pacjentem.<sup>2</sup> Znajomość za-

kresu kompetencji przedstawicieli innych profesji umożliwia nawiązanie współpracy międzyludzkiej oraz buduje zaufanie do wiedzy i umiejętności pozostałych członków zespołu. Interprofesjonalna edukacja medyczna uczy pozytywnego i pełnego szacunku nastawienia do innych grup zawodowych, a także pokazuje nowy model działania definiującego sukces terapeutyczny jako całościowe zaopiekowanie się chorym. Takie postępowanie nie tylko wpływa na zwiększenie jakości wykonywanej przez nas pracy w przyszłości, ale także na poziomie uczelnianym pomaga kształtować tożsamość studentką i poczucie przynależności do wspólnoty uniwersyteckiej ponad podziałami na kierunki i wydziały<sup>3</sup>.

Zorganizowanie takich zajęć na naszej uczelni nie byłoby czymś zupełnie nowym – obecnie funkcjonują nieliczne fakultety (np. współpraca w interdyscyplinarnym zespole medycznym w warunkach symulacyjnych) i koła naukowe (np. SKN Geriatrii, SKN Edukacji Medycznej) zraszające studentów różnych wydziałów, którzy mają możliwość pracować w interprofesjonalnym zespole. Jednak to wciąż za mało. Być może należałoby rozważyć wprowadzenie do programów nauczania obowiązkowych godzin edukacji interprofesjonalnej w ramach zajęć w Centrum Symulacji już od pierwszych lat studiów<sup>3</sup>.

W idealnym świecie nauka wyniesiona z uczelnianych murów byłaby podstawą do budowania partnerskich relacji w przyszłym życiu zawodowym. Podczas moich praktyk wakacyjnych na oddziale chorób wewnętrznych w Hospital Clinico Universitario San Carlos w Madrycie miałem okazję nie tyle obserwować, co być członkiem tamtejszego zespołu. Mimo, że były wśród nas osoby z różnych grup zawodowych, z różnymi stopniami naukowymi i o innym stażu pracy, to wszyscy byli sobie równi i zwracali się do siebie po imieniu. Podczas obchodu, oprócz pielęgniarki, towarzyszył nam farmaceuta, który analizował kombinacje leków przepisywanych przez lekarzy i sugerował ewentualne modyfikacje. Każdy znał swoją rolę w zespole i kompetencje innych. W Polsce także, coraz częściej, spotyka się przedstawicieli innych zawodów medycznych na szpitalnych oddziałach. Obecność dietetyka czy psychologa, choć wciąż jest rzadkim zjawiskiem, ma szansę stać się standardem w przyszłości.

W literaturze sugeruje się, że dydaktyka oparta na IPE powinna być priorytetowa szczególnie na kierunku pielęgniarskim, jako że pielęgniarki odgrywają szczególną rolę w opiece nad pacjentem i poświęcają mu najwięcej czasu.<sup>1</sup> To one mają odpowiednią wiedzę i umiejętności wykorzystywane do prowadzenia bezpośredniej obserwacji i nadzoru nad pacjentem,



choć, paradoksalnie, ta grupa zawodowa często bywa najbardziej niedoceniana, a ich potencjał niewykorzystany. Biorąc pod uwagę niedobory kadry lekarskiej w kraju, wdrożenie zasad lepszej współpracy interprofesjonalnej umożliwiłoby efektywniejsze wykorzystanie kompetencji pielęgniarek i zapewnienie profesjonalnej opieki nad pacjentem, pomimo luk kadrowych. Niestety takie zmiany musiałyby być poparte centralnie wydanymi rozporządzeniami, które dałyby dyrektorom i ordynatorom narzędzia do wprowadzania reform w kulturze pracy.

Pozostaje mi mieć nadzieję, że takie wartości jak partnerstwo i współpraca staną się kluczowym elementem programów nauczania na uniwersytetach medycznych i zagospodzą w polskich szpitalach na stałe. Jednakże należy sobie zdawać sprawę, że przed nami jeszcze długa droga, a zhierarchizowane struktury mają się bardzo dobrze, szczególnie w klinikach uniwersyteckich. Pamiętajmy jednak, że zmiany należy wpro-

wadzać w pierwszej kolejności na swoim podwórku, a być może już niedługo będziemy tworzyć zgrane zespoły składające się z wielu profesjonalistów, a naszym wspólnym celem będzie dobro pacjenta.

1. Bressler T, Persico L. *Interprofessional education: Partnerships in the educational proc. Nurse Educ Pract.* 2016;16(1):144-147. doi:10.1016/j.nepr.2015.07.004

2. Bridges DR, Davidson RA, Odegard PS, Maki IV, Tomkowiak J. *Interprofessional collaboration: three best practice models of interprofessional education. Med Educ Online.* 2011;16:10.3402/meo.v16i0.6035. Published 2011 Apr 8. doi:10.3402/meo.v16i0.6035

3. Fox L, Onders R, Hermansen-Kobulnicky CJ, et al. *Teaching interprofessional teamwork skills to health professional students: A scoping review. J Interprof Care.* 2018;32(2):127-135. doi:10.1080/13561820.2017.1399868

# Widzialna groza

ANDRZEJ  
BAŁONIAK



Czerwiec. Najśłoneczniejszy miesiąc w roku. Piękna pogoda zachęca do wyjścia na dwór i oddania się leżakowaniu nad jeziorem bądź też w zacisznym ogródku. Wiele osób upatrzuje w słońcu źródła wszelkiego życia na ziemi i mają w tym wiele racji. Bez niego nie byłoby ani nas, ani tych wszystkich wspaniałych roślin, które nas karmią i dają nam tlen. Ponadto, promienie słoneczne stymulują syntezę witaminy D w naszej skórze, a długotrwały ich brak powoduje jej niedobór i w konsekwencji wiele przykrych schorzeń. Jednakże słońce może być również niebezpieczne. Każde lekarstwo w nadmiarze staje się trucizną, a promienie UV bombardujące naszą skórę są istotnym czynnikiem mutagennym, który działając na melanocyty, może prowadzić do ich gwałtownych podziałów, a następnie do powstawania znamion. Należy jednak mieć na uwadze, iż takie znamię jest zazwyczaj niegroźne, a jego transformacja nowotworowa mało prawdopodobna. Niestety, ryzyko zawsze istnieje, a potęguje je nadmierne nasłonecznianie. Niepokój onkologiczny może wzbudzać wszelka nieprawidłowość objawiająca się:

- A – Asymetrią – znamię jest niesymetryczne
- B – Brzegami – granice znamienia są nierówne
- C – Kolorem – zaciemnienia, przejaśnienia, różne odcienie brązu czy też czerwona obwódka
- D – Rozmiarem – wszelkie znamiona większe niż 6 mm, powinny być poddane badaniu
- E – Ewolucją znamienia – czyli wszystkie zachodzące zmiany.

Samo badanie jest szybkie i proste. Dermatolog za pomocą dermatoskopu ogląda znamię w znacznym powiększeniu i dokonuje oceny przez przyzmat powyższych kryteriów. Jednakże w przypadku osób, które posiadają niepokojące zmiany, kluczem jest regularność wizyt. Najwięcej o potencjalnym

powstawaniu nowotworów mówi nam sposób oraz szybkość narastania danego znamienia. Bardziej niebezpieczne jest niewielkie znamię, które błyskawicznie rośnie, niżli większe, niezmiennające swego kształtu od lat. Stąd konieczne jest regularne badanie oraz samoobserwacja! Jeżeli natomiast, mimo profilaktyki, czerniak nas dopadnie, ważne jest stadium, w którym go zastaliśmy. Jeżeli jest on stadium in situ, czyli miejscowym, wystarczy szybkie wycięcie nowotworu z niewielkim marginesem zdrowej tkanki, a wyleczalność w tym wypadku jest na poziomie niemal 100% oraz ryzyko nawrotu jest znacznie mniejsze. Niestety, im bardziej zaawansowane stadium, a więc kiedy czerniak wychodzi poza naskórek i nacieka skórę właściwą, a następnie penetruje w kierunku tkanki podskórnej, rokowanie jest coraz gorsze. W przypadku zajęcia najbliższego węzła chłonnego, czyli węzła wartowniczego, prognoza staje się jeszcze bardziej przygnębiająca, gdyż istnieje duże prawdopodobieństwo odległych przerzutów. Jednak należy sobie uświadomić, że te najbardziej zaawansowane stadia dotyczą osoby, które ignorują całą gamę niepokojących sygnałów, jakie wcześniej wysyła nam organizm. W wielu przypadkach nowotworowo zmienione znamię jest owrzodzone, zacerwienione, swędzi, spełnia kryteria ABCD oraz szybko się powiększa. Kiedy w końcu pojawiają się objawy ogólnoustrojowe, jest już za późno. Stąd też, dzięki regularnej dermatoskopii, zwłaszcza w przypadku posiadania dużej ilości znamion, możemy być pewni, że jeżeli któreś z nich jest w trakcie transformacji, bądź już stało się nowotworem, pozbedziemy się go we wczesnej fazie. Unikniemy tym samym przykrych konsekwencji związanych z wycięciem dużego marginesu skóry razem z węzłem chłonnym oraz długiej, nie zawsze skutecznej, chemo- i radioterapii.

# Zwierzęta Wykluczone

WERONIKA  
SZYMONIK



**Nie każdy pupil ma dobre życie, ale świadomość ludzi w tym kierunku powoli się zwiększa. Coraz więcej właścicieli zapewnia zwierzętom domowym i gospodarskim dostęp do weterynarza i odpowiedniego żywienia.**

**Około połowa Polaków ma pod opieką przedstawiciela braci mniejszej. Jedne źródła podają, że jest to 48%, inne, że 52% – którakolwiek z tych wersji jest poprawna, to stanowi naprawdę dużą część społeczeństwa. Niestety miłość do zwierząt (w niektórych przypadkach i tak wątpliwa) często kończy się na progu domu.**

Przyjrzyjmy się tytułowi artykułu. Czym są zwierzęta wykluczone? Ten termin odnosi się do gatunków, których nie obejmuje Ustawa o ochronie zwierząt. Jest ich więcej niż byśmy się spodziewali – to głównie zwierzęta spotykane przez nas w lasach i na łąkach. Warto zwrócić uwagę na to, jak często mamy z nimi złe skojarzenia. Dobrym przykładem są lisy i kuny, które są nienawidzone m.in. za wykradanie jajek. Nikt mnie nie przekona, że maltretowanie zwierzęcia w odwiecie jest słuszne. Zwracam uwagę na fakt, iż zwierzęta kierują się swoimi instynktami – nie okradają nas złośliwie. Wyżywanie się i męczenie lisa nie przywróci kur do życia, ani nie obroni przed kolejnym takim wydarzeniem. Tym bardziej, że często cierpią niewinne osobniki, które zanadto zbliżyły się do człowieka nie atakując, a jedynie licząc, że ten rzuci mu smakołyki...

Okazuje się, że ta zła sława jest mocno przesadzona. Lisy, kuny i inne drapieżniki postrzegane przez nas za „szkodniki” w głównej mierze żywią się myszami i szczurami. To dla nas ludzi jest ogromny plus. Wiecie, że w miastach przypada średnio nawet 7 szczurów na osobę? Brrrr, ja bym chyba wolała nie wiedzieć... One stanowią zagrożenie dla człowieka. Roznoszą ponad 60 groźnych chorób, którymi dość łatwo się zarazić, ponieważ szczury mieszkają tuż przy nas. Często są to nawet piwnice z naszymi rzeczami. Natomiast co do lisów, to w społeczeństwie występuje silny strach przed chorobami roznoszonymi przez nie. Prawda jest taka, że zakażeń jest zdecydowanie mniej, a co za tym idzie, szansa na załapanie chorób przenoszonych przez te zwierzęta jest nikła (nie wchodzimy w kontakt z lisem i myjemy owoce z lasu to będzie OK). Generalnie, nie widzę powodu do ich atakowania. Wracając do diety leśnych ruzelców, ciekawostka: są one wszystkożerne, uwielbiają szczególnie jagody i borówki. Pożyteczne są również inne gatunki zwierząt, m.in. wilki, wiewiórki, jeże, jerzyki (te ptaki są mistrzami w ratowaniu nas od komarów i much!).

Dzika przyroda nie ma z ludźmi łatwo – wystarczy spojrzeć na dowolną grafikę obrazującą zmiany w zalesieniu Polski na przestrzeni ostatnich lat. Problemem jest nie tylko zmniejszenie powierzchni lasów, ale też „przecinanie” ich autostradami i drogami szybkiego ruchu na mniejsze fragmenty. To uniemożliwia dzikim zwierzętom przemieszczanie się. Co z tego wynika? Często słyszę że nie powinno się pomagać leśnym zwierzętom „bo jakoś sobie bez ludzi natura radziła”.

To prawda, ale obecna ingerencja człowieka w naturę jest tak duża, że to nie tyle fanaberia, co konieczne naprawianie wyrządzonych szkód.

Co my możemy zrobić dla zwierząt wykluczonych? Przede wszystkim, nie krzywdzić ich celowo. Ważne jest zwiększanie świadomości co do wpływu konkretnych działań, takich jak wypalanie traw. Kolejną ważną rzeczą jest zapewnienie odpowiedniej opieki, gdy doprowadzimy niechcący do wypadku. Najlepsze co możemy zrobić, to wezwać fachową pomoc. Są też sytuacje, w których ludzie chcą dobrze, ale skutek jest niestety odwrotny. Mówię tu głównie o zabieraniu młodych zwierząt, które wyglądają na porzucone przez matki. Jednak, w przypadku saren i zajęcy prawda jest nieco inna. Młode są pozbawione zapachu, gdyż są bardzo podatne na ataki drapieżników. Przez to matki większość czasu spędzają oddalone od młodych, żeby nie zostawić swojego zapachu. Stąd moja prośba: nie zabierajmy maluszków z łąk i lasu! Wyjątki od tego są jedynie wtedy, gdy młode jest ranne, lub gdy w pobliżu leży nieżywa matka (zalecam postępowanie jak przy wypadku, w tym telefon do ośrodka rehabilitacji dzikich zwierząt). Co istotne, warto nie dokarmiać zwierząt bez potrzeby. Po pierwsze żeby dzikuski nie traciły instynktu, a po drugie dlatego, że nie wszyscy ludzie mają dobre intencje. Nie oszukujmy się moi drodzy, to się nigdy nie zmieni. Dla wielu zwierząt zbyt duże zaufanie do człowieka kończy się śmiercią.

Ponadto, odnoszę wrażenie, że ludzie często myślą dzikie zwierzęta z naszymi czworonożnymi domownikami. Powyżej napisałam o zabieraniu leśnych maluchów w celu pomocy im. Niestety dość często zdarza się gorsza wersja tej sytuacji. Ludzie zauroczeni małymi puchatymi kuleczkami zabierają je celowo do domu, żeby trzymać je jako pupile kanapowe. Myślę fakty: lis to nie pies, a zając to nie puchaty króliczek, który siedzi potulnie w klatce. Zgadzam się, że małe lisiątko to najśłodsza rzecz jaką w życiu widziałam, ale podkreślam: to dzikie zwierzę. Bardzo dzikie. Za tymi pięknymi oczkami kryje się niezły rozrabiająca, który w poszukiwaniu wolności niszczy wszystko na swojej drodze. Od mebli i dywanów, nawet po wybiegi na podwórku. Ciekawostka nr 2 – lisy nie pachną zbyt ładnie. Co więcej, większość osób nie jest w stanie znieść ich zapachu. Nawet nie wspomnę o tym, jak trudne jest prawidłowe wyżywienie naszego uroczego dzikuska... To temat na osobny artykuł. Tak czy inaczej, ludzie nie wytrzymują z nimi długo. Młode dzikie zwierzę ciągle zmienia właścicieli, przez co zazwyczaj nie czeka go dobry los. W najlepszym wypadku trafi do ośrodka rehabilitacji, gdzie spędzi resztę swoich dni (na wolność nigdy nie trafi, nie potrafi sobie poradzić w naturze). Co w najgorszym, wszyscy wiemy.

Zamiast tego, osobom zauroczonym Wykluczonymi proponuję inne rozwiązania – dużo gatunków możemy na żywo podziwiać w zoo (Stare Zoo na Jeźcach ma liski polarne!). Jeśli to Wam jednak nie wystarczy i jesteście ciekawi jak czę-

---

sto karmi się młode wiewiórki, jak leczy się złamane skrzydło u łabędzia, albo wciąż nie znacie odpowiedzi na pytanie *What does the fox say?* Polecam strony na fb ośrodków rehabilitacji dzikich zwierząt. Do moich ulubionych należą Ośrodek Okresowej Rehabilitacji Zwierząt w Jelonkach i Ośrodek Rehabilitacji Zwierząt Chronionych w Przemyślu. Na ich stronach znajdziemy filmiki i zdjęcia z życia wielu gatunków, nie tylko ssaków. Niektóre wymagają krótkotrwałej pomocy i wracają na wolność, inne obserwujemy przez całe ich życie. Opiekują

się nimi cudowni ludzie, o złotych sercach, i z wielkim poczuciem misji.

Podstawą w zmianie na lepsze jest edukacja. Tylko przez zwiększanie wiedzy pozbedziemy się wstrętnych stereotypów, czy przypadków „pomocy”, która w rzeczywistości okazała się szkodliwa. Dlatego, jeśli zainteresował was ten temat, proszę – zgłębiajcie go. Opowiedzcie też o tym problemie, w formie ciekawostki, znajomym albo rodzinie.

---

# Niezwycięzony

ANNA  
KONOPKA



**Rohan, któremu raketnica wypadła zręki, ani wiedział, kiedy zesunął się po boku maszyny i chwiejnym, przesadnie dużym krokiem, nienaturalnie wyprostowany, zaciskając pięści, by zdusić niezdolne drżenie palców, szedł prosto na dwudziestopiętrowy statek, który stał w powodzi światła, na tle błędnącego nieba, tak majestatyczny w swym nieruchomym ogromie, jakby naprawdę był niezwycięzony.**

Stanisław Lem nie bez powodu jest najczęściej tłumaczonym polskim pisarzem. Uniwersalność jego dzieł sprawia, że są chętnie czytane, nie tylko przez fanów literatury fantastycznej. Dzięki refleksjom naukowo-filozoficznym książki te pozostają aktualne i łatwo możemy znaleźć tam odniesienia do problemów współczesnego społeczeństwa.

„Niezwycięzony” został wydany w 1964 roku w Wydawnictwie MON, w tomie zatytułowanym „Niezwycięzony i inne opowiadania”. W tej powieści Stanisława Lema znajdziemy wszystkie elementy tworzące klasyczną powieść science fiction. Mamy więc zaawansowane technologie, podróże kosmiczne oraz kontakt z obcą cywilizacją. Jak to jednak zazwyczaj dzieje się w książkach tego wybitnego pisarza, przedstawiane wydarzenia są punktem wyjścia dla dywagacji o naturze człowieka oraz jego roli we Wszechświecie.

Bohaterowie powieści są członkami ekipy ratunkowej wysłanymi na planetę Regis III, by wyjaśnić sprawę zaginięcia poprzedniej ekspedycji. Podróżują oni krążownikiem „Niezwycięzony”, statkiem bliźniaczym do tego, z którym kontakt się urwał. Na miejscu drużyna szybko odnajduje poszukiwanego Kondora. Odkrycie to jednak jest zatrważające – nikt z poprzedniej wyprawy nie przeżył. Sam statek zaś nosi ślady

zniszczenia i chaosu we wszystkich pomieszczeniach. Okazuje się również, że na planecie znajdują się tajemnicze ruiny, mogące być miastem obcej cywilizacji bądź też jakąś pozostawioną przez nią technologią. Horpach, dowódca ekspedycji, przyjmuje za cel wyjaśnienie tej zagadki. Nie zmienia on swojego zdania, nawet, gdy jego drużyna zaczyna odnosić straty z powodu niewyjaśnionej utraty pamięci niektórych jej członków.

W powieści wprowadzony zostaje również koncept „martwej ewolucji”, czyli rozwoju maszyn pozostawionych samym sobie. Proces ten doprowadził na planecie Regis III do powstania mikroautomatów, które są w stanie przetrwać dzięki małym wymaganiom oraz prostocie. Jednocześnie, te niepozorne twory zdolne są w do niszczenia wszelkiego życia, co zatrzymuje tamtejszy proces ewolucji.

Lem, w omawianej książce, skupia się na ukazaniu losów ludzi postawionych wobec sił natury oraz technologii, których nie są w stanie przezwyciężyć. Choć jawią się jako zdobywcy, szybko okazuje się, że w rzeczywistości to oni są w prawdziwym niebezpieczeństwie. Rozwój nauki i wytworzenie nowoczesnych maszyn zwiększa możliwości człowieka, jednak nie zawsze zapewnia mu dominację. Pycha, początkowo towarzysząca bohaterom, szybko zamienia się w bezsilność i samotność ludzi, którzy nagle stają się jedynie kruchymi istotami znajdującymi się z dala od domu.

Wysłannicy z Ziemi na kartach powieści muszą zrozumieć, że „nie wszystko i nie wszędzie jest dla nas”, jak stwierdza jeden z bohaterów. Faktyczna sytuacja ekspedycji sztywno kontrastuje z nazwą statku — „Niezwycięzony”, który w rzeczywistości musi zaakceptować swoją małość wobec kosmosu.

# Lektura na wakacje:

## Jurgen Thorwald „Ginekologdy”

ALEKSANDRA  
GŁOWINKOWSKA

Mając w perspektywie dwóch tygodni zakończenie studiów i pracy w „Pulsie” nadszedł czas na napisanie ostatniego słowa. Zdecydowałam, że „kropką nad i” mojej działalności będzie recenzja książki, która w niezwykły sposób przedstawia drogę medycyny, dzięki której my, studentki, lekarki, a przede wszystkim kobiety, możemy uczyć się, rozwijać nasze pasje, żyć niezależnie od mężczyzn oraz, w szczególności, nie być narażonymi na skrajne cierpienie wynikające z biologicznego bycia kobietą.

Książka, która moim zdaniem powinna być obowiązkową lekturą na uczelni medycznej, to „Ginekologdy” Jurgena Thorwalda, autora bardziej znanego, ale w mojej opinii mniej znaczącego, tytułu „Stulecie Chirurgów”. Jest to kawał historii medycyny, zbiór opisujący dzieje lekarzy, pionierów, którzy zmienili losy kobiet.

Podręczniki medyczne wypełnione są wiedzą o najróżniejszych narzędziach, operacjach i sposobach leczenia. Czy uczestnicząc w ćwiczeniach z ginekologii i położnictwa, kiedykolwiek zastanawialiśmy się jaka była droga narzędzi, którymi dysponują lekarze, zabiegów, które znamy? Czy patrząc na kleszcze, wyciągacze próżniowe, rozszerzadła Hegara, recepty na tabletki antykoncepcyjne, obserwując histerektomie, porody naturalne i cięcia cesarskie zastanawiamy się, jak wyglądał świat bez tych dobrodziejstw i jaką rewolucją było wprowadzenie każdego kolejnego rozwiązania? Autor reportażu „Ginekologdy” przedstawia kolejne kamienie milowe i to, jakie znaczenie miały bezpośrednio na życie kobiet.

Historia jako nauka daje nam wiedzę o źródłach i korzeniach tego, co nas otacza, pozwala spojrzeć na życie z szerszej perspektywy. W szkole jest często nie lubiana przez uczniów, a przez część profesorów uważana za naukę ścisłą, ograniczo-

ną do dat i bitew. Dzięki „Ginekologom” mamy szansę poznać fascynującą historię odnoszącą się bezpośrednio do życia ludzi. Można powiedzieć, że dzięki niej dostajemy odpowiedź na pytania: Skąd przychodzimy? Kim jesteśmy? Dokąd zmierzamy?

W swoim niezwykłym dziele Thorwald opisał początki ginekologii. Moment, gdy lekarze zaczęli w jakimkolwiek stopniu zwracać uwagę na problemy i choroby kobiece, które dawniej uważano za naturalne, za część Bożego planu. W przeciwieństwie do innych gałęzi medycyny historia ginekologii rozpoczęła się jedyne dwieście pięćdziesiąt lat temu. Jak opisuje autor, za początek rewolucji można uznać odebranie porodu nie tak, jak to robiono wcześniej — na ślepo, pod pierzyną, lecz w sposób „grzeszny”, pod kontrolą wzroku, obnażając kobiece genitalia. Co szczególnie bulwersujące z naszej współczesnej perspektywy, w tym samym momencie dziejów nikt nie miał problemu z pomocą przy porodach zwierzętom i tym samym łagodzeniu ich cierpienia.

Trudno pomyśleć, że jedna z najważniejszych dziedzin medycyny ma tak krótką historię. Przez setki lat lekarze w swoich zainteresowaniach pomijali problemy kobiece. Damskie podbrzusze uważano za siedzibę zła, a każdy stosunek płciowy — za powtórzenie grzechu pierworodnego. Od III wieku n.e funkcjonował pogląd jednego z Ojców Kościoła Orygenesusa o duszy płodów i grzesznej naturze kobiety. Teolog pouczył, iż w każdym przypadku trudnego porodu można poświęcić matkę, aby dziecko mogło przyjść na świat i zostać ochrzczone. Takie myślenie doprowadziło do tego, że przez stulecia, jeśli poród nie mógł odbyć się samoistnie, kobiety do końca życia cierpiały na wszelkie możliwe powikłania lub, pozostawione samym sobie, w krótkim czasie od urodzenia dziecka umierały z powodu komplikacji okołoporodowych.

Pierwsze „grzeszne” odebranie porodu to dopiero początek. Jurgen Thorwald na kartach tego zbioru historii dokładnie opisuje walkę lekarzy przeciwko szkodliwej ideologii, z powodu której przez setki lat odsuwano kobiece problemy na bok, nie martwiąc się o ich zdrowie i bezpieczeństwo. Przez brak dostępu do antykoncepcji kobiety w Europie większość swojego płodnego życia spędzały w ciąży, żyjąc ze wszystkimi możliwymi powikłaniami i licząc się z tym, że współżycie z mężem jest ich podstawowym obowiązkiem, a każdy kolejny poród może skończyć się śmiercią.

Książka „Ginekologdy” jest szczególnie pouczająca na kilku płaszczyznach. Przede wszystkim, jest to historia medycyny przedstawiona w najciekawszym możliwym wydaniu, pokazująca jak ważne jest rozdzielenie ideologii od nauki. Dzięki niej, jako przyszli lekarze, odkrywamy na nowo jakie znaczenie dla życia ludzi ma medycyna.

---

# W Zwrotniku

KAMILA  
JAZ



*Cały ten dramat współczesnego człowieka, odgrywany poprzez cierpienie, dla mnie nie istnieje i zresztą nigdy nie istniał. Wszystkie moje kalwarie były różoukrzyżowaniami, pseudotragediami, odgrywanymi by podsycić ognie piekielne, aby płonęły jasno dla prawdziwych grzeszników, którym grozi zapomnienie.*  
– Henry Miller

Pisarz udręczony intelektualnym ubóstwem jemu współczesnych, niezrozumiany przez krytyków, odrzucany przez cenzorów. Henry Miller, twórca zaliczany do kontrowersyjnej literatury okresu rewolucji seksualnej lat 60., dla wielu wciąż pozostaje zagadką. Większość czytelników, dzieł Millera nie zna. Ci, którzy o nich słyszeli, kojarzą fragmenty — głównie za sprawą barwnych, erotycznych opisów, których sensualna, fizjologiczna narracja dla wielu okazuje się zbyt szokująca. Miller, odbierany jako pisarz drugorzędowych, kontrowersyjnych powieści, długo pozostawał w cieniu literackiego kręgu. Jego książki objęte były zakazem publikacji w Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych przez blisko 30 lat, do czasu, gdy rewolucja seksualna upomniała się o wyklętego autora. Krytycy wciąż kwestionują wartość literacką jego powieści, wytykając Millerowi mizoginię, obsceniczność i brak koncepcji.

Najbardziej znany cykl Zwrotników, obejmujący „Zwrotnik Raka”, „Czarną Wiosnę” i „Zwrotnik Koziorożca”, wydany w Paryżu na przestrzeni lat 30-50., oparty jest na opisie ekscentrycznego życia autora opisującego swoje zmagania ze współczesnym mu obyczajem, w którym, jako młody pisarz, czuje się coraz bardziej wyobcowany i wyzuty z chęci życia. Przedstawiając gruntowną analizę społeczeństwa, odsłaniając ciemne oblicze „amerykańskiego snu” w czasach Wielkiego Krachu końca lat 20., staje, niczym bierny obserwator życiowych tragedii, wplatając w to studium całą głębię miłosnych uniesień, w których zdaje się szukać ukojenia.

Po przeprowadzce do Paryża, na fali nowego życia, uwikła-

ny w m $\acute{e}$ nage  $\grave{a}$  trois z Anaïs Nin, opisuje barwne życie paryskiej bohemy, stając się nieodłączną częścią grona paryskich literatów. Żyjąc na granicy ubóstwa, dzięki pomocy przyjaciół oddaje się wyłącznie pisaniu historii swojego życia, którego szczegółową analizę odnajdziemy w wydany przez Obelisk Press „Zwrotniku Raka”.

Proza Millera nie jest literaturą łatwą w odbiorze. Dzisiejszego czytelnika nie razi już tak bardzo otwarta seksualność, która w latach 30. okazała się oburzająca dla cenzorów. Jednakże, pomimo że żyjemy obecnie w czasach, w których granice pomiędzy sztuką a obrazą zacierają się, millerowskie opisy dla wielu wciąż są obrazoburcze. Styl Henry'ego Millera pozbawiony zakłamania czy napsuszonej uczuciowości oddaje spostrzeżenia autora kosztem wulgarności tekstu; sugestywne opisy są dla Millera oddaniem autentyczności jego życia, odarte go z cenzury i politycznej poprawności. Język dominujący w prozie to forma żywa i kompletna, świeża i bezpośrednia, uwolniona z krepujących więzów zapatrywań na to jak powinna wyglądać literatura. Dzieła Millera nigdy nie wpisały się w główny nurt zapewniający sławę i uznanie. Zamierzona przez autora widoczna swoboda pozostawia czytelnikowi wolność odbioru, zachęcając do filozoficznych refleksji nad sensem istnienia.

W Polsce prozę Henry'ego Millera wydaje wydawnictwo „Noir sur Blanc”. Tekst ukazał się pod tytułem „W Zwrotniku” w kwartalniku kulturalnym „Nowe Pro Arte” w numerze pierwszym w 2018 roku.

# Muzykoterapia

## Muzyka w klimacie hygge

JAN  
KOTLAREK



**Niejako w tle kryzysu zdrowotnego i gospodarczego byliśmy niedawno świadkami kryzysu polskiego dziennikarstwa muzycznego najwyższej półki, jakie niewątpliwie stanowi radiowa Trójka. Ogromnie przykro jest widzieć, że grono tak utalentowanych, doświadczonych i darzonych estymą redaktorów, po prostu się rozpadło i to z powodów najohydniejszych – politycznych.**

Zarażony fascynacją tych ludzi do muzyki zarówno znanej i lubianej, jak i niszowej i nieodkrytej, wychodzę ze swoją własną propozycją felietonową, w której chciałbym dzielić się spostrzeżeniami na temat nowopowstających płyt oraz tych być może nieco zakurzonych. Dla niektórych może to być okazja do porównania swojej opinii, a dla innych asumpt do zapoznania się z niepoznanymi jeszcze meandrami dźwięków. Serdecznie zapraszam.

Na pierwszy ogień biorę świeżutki jak bryza w Międzyzdrojach album Myopia, czwarty w dorobku Duńskiej artystki Agnes Obel. Koncert promujący tę płytę miał się odbyć w warszawskiej progresji w połowie marca, jednak, z oczywistych przyczyn, został przełożony – niestety na odległą datę: czerwiec, 2021. Słuchając muzyki Agnes Obel, czujemy się trochę jak w duńskiej chatce na szczycie klifu, popijając gorące ka-

kałko i słuchając fal rozbijających się o skały. Nie inaczej jest w przypadku Myopii, choć tym razem piosenkarka serwuje nam zamiennie większe porcje elektroniki, niż miało to miejsce w przypadku wcześniejszej twórczości. Nie każdemu muszę przypaść do gustu wokalizy przepuszczone przez syntezator; moim zdaniem jednak stanowią całkiem interesujący dodatek. Najbardziej atrakcyjne pozostają single promujące album, a więc Broken Sleep i Island of Doom. Tym niemniej, warto słuchać tego wydawnictwa jako całości. Utwory wokalne są przeplatane kompozycjami wyłącznie instrumentalnymi (bardzo ładny Roscian), co wspólnie tworzy ładną spójność. Muzyka ta świetnie nadaje się na wieczory w klimacie osławionego skandynawskiego hygge lub na samochodowe podróże w deszczach, śniegach i wiatrach.

Bonus do płyty stanowi, wydana 12 czerwca, jej wersja instrumentalna, zawierająca pięć utworów, które pierwotnie składały się również z wokalu. To gratka dla śpiewających, którzy chcieliby spróbować swoich sił w coverowaniu tych piosenek lub dla tych, którzy chcą sobie umilić zgłębianie nieprzebranych tajników wiedzy medycznej, a wokale niekoniecznie ułatwiają im koncentrację.

5	4	6	8			9		7
7		8		4			5	
	3	2	7	9		4	8	6
		3	5		7		9	
2			9		3	7	6	1
	1	7	2			5		
4	6	5	3		9		1	2
		1		5	6	3		
3		9	1					5

# Wtapiając się w dźwięk<sup>(20)</sup>

FRANEK  
MAJA



To właśnie ja zawsze wolałam być sama. Zachowawczo trzymać się na uboczu, bez narażania się na ocenianie przez innych. Skupiałam się na swoich wadach, kontemplując swoją beznadzieję i ograniczenia. Przecież w tym okrutnym świecie nikt szczerze nie zainteresowałby się taką bezbarwną osobą. Wierzyłam, że nie mam nic do zaoferowania komukolwiek, a wszyscy traktują mnie jako obiekt kpin i drwin. Nie wiem, czy faktycznie byłam tą inną, dziwną, nieobecną dziewczyną, czy skutecznie sama siebie do tego przekonałam.

Uczucie niezrozumienia i niedopasowania towarzyszyło mi w każdą noc i w każdy dzień. Rezygnacyjnym myśлом zawsze akompaniowała muzyka. Brzmienie dołączających utworów kołysało mnie do snu i budziło każdego poranka. Ciągłe wsłuchiwanie się w teksty pełne smutku, bólu i cierpienia dodatkowo potęgowało mój wewnętrzny płacz. Zawsze sama, zostawiona na pastwę losu i okropieństwa życia. Tak, tak... to właśnie ja zawsze wolałam być sama.

Mój stan jeszcze bardziej pogorszył się w okresie dojrzewania. W drugiej klasie gimnazjum, na lekcji języka niemieckiego, zrozumiałam, że chciałabym jednak wpuścić kogoś do swojego życia. Wtedy pierwszy raz poczułam pożądanie i odkryłam coś, co mnie przeraziło. Zakochałam się w nauczycielce-praktykantce. Myślałam, że jestem wariatką, zdałam sobie sprawę, że w ogóle nie podobają mi się mężczyźni. Był to gwóźdź do mojej trumny, przebijający ostatnie, najcenniejsze pasmo nadziei na bycie normalną osobą.

W dzień moich 18-stych urodzin spakowałam się i wyjechałam z rodzinnej wioski, by zostawić za sobą zniechęconego dzieciństwo i rozpocząć nowe życie. W zupełnie nieznanym, anonimowym otoczeniu wielkiego miasta poczułam ulgę. Mogłam żyć w samotności, bez niewygodnych pytań intruzów próbujących wdrzeć się do mojej osobistej strefy i wystawić ją na pośmiewisko.

Zaskakująco, stopniowo zaczęło docierać do mnie, że niekoniecznie ze mną jest coś nie tak. Dostrzegłam, że inni ludzie również są ograniczeni na przeróżnych płaszczyznach i walczą o społeczne przetrwanie, rozwijając określone cechy charakteru i wykorzystując konkretne zachowania jako miecz i tarczę w bitwach codziennej egzystencji. Okazało się, że tak naprawdę każdy jest taki sam. Owszem, każddziutki jest wyjątkowy, a mimo to – każddziuteńki identyczny.

Niezbyt pogodne te rozmyślenia, lecz okazały się punktem wyjściowym do poradzenia sobie z osobistymi kompleksami i rozbudzenia szczątkowej pewności siebie. Od tego momentu pomiędzy szarych chmur ponurych dni zaczęły wypełzać nieśmiało promienie słońca muskające moją niespokojną duszę. Krok po kroku, coraz bardziej się otwierałam, choć nadal, przez większość czasu, czułam się źle. Po jakimś czasie

nauczyłam się żyć pośród ludzi, zbudowałam kilka znajomości i odważyłam się na związek. Jednak regularnie powracało do mnie paraliżujące uczucie beznadziei i braku chęci życia.

W zeszłym tygodniu wyszłam na spacer, by celebrować swój smutek przy dźwiękach najnowszej płyty Nicka Cave'a w samotności. Eksplorując mroczne zakamarki Grunwaldu, natknęłam się na przełomową myśl...

Ja po prostu lubię być smutna! To moje najnowsze odkrycie. Ponury nastrój sprawia mi prawdziwą przyjemność. Uwielbiam topić się w molowych skalach depresyjnych piosenek, użalając się nad swoimi wadami i nierozwiązywalnymi problemami świata. Dużo łatwiej przyjąć postawę przygnębienia i zwątpienia. Melancholijny charakter chłonie, jak gąbka, wszelkie negatywne emocje, by potem wycisnąć je oczyszczającym strumieniem łez.

A teraz – muszę iść dalej.

*Myslovitz – Myszy i ludzie*



*Spójrz, przeczytaj, odśluchaj. Odśluchaj, przeczytaj, spójrz. Skup się! W każdym utworze znajdziesz swoją własną historię.*

Zapraszam do przeczytania poprzednich artykułów serii w archiwalnych numerach „Pulsu UM” oraz pod adresem wtapiajacsiewdzwiek.blogspot.com.

W obecnym numerze chciałabym dodatkowo zachęcić do zapoznania się z literacką interpretacją utworu Steve'na Wilsona, pt. *The Raven That Refused To Sing* z 1 artykułu Wtapiając się w dźwięk, który znajdziecie w numerze 190.

# Poetyckie potyczki UMP

WERONIKA  
SZYMONIK



OLGA  
DRZYMAŁA



ESTERA  
KRZAK



## *pomarańczowa*

*bawię się pomarańczą  
głupia jak dziecko  
chcę zajrzeć w jej nieistniejące oczy  
szukam pretekstu do marnowania czasu  
gdzieś pośrodku nocy*

*bawię się pomarańczą  
gdy świt zakrada się w mroku  
mieszam materię z nieskończonością  
przekazuję ciepło gładkim połaciom skórki  
by tak jak ja została krwią krążącą*

*bawię się pomarańczą  
i proszę ją o odrzucenie egoizmu  
blagam o podzielenie się jej formą  
kulistą i wielce pozorną  
jęczę za jej otoczką tajemnicy*

*bawię się pomarańczą  
i widzę w niej kolorowego kolibra wśród pustyni  
bo ona się nie boi – zespaja całą ludzkość  
mogła przylecieć z chin albo z brazylii  
tak samo barwna banalna i wonna*

*bawię się pomarańczą  
tańczącą swobodnie w rękach brzdąca i starca  
przekraczającą rasy i narody  
nieskreślającą za żaden rodzaj miłości  
stworzoną przez Boga czystego dobra*

*nie potrafię być pomarańczą  
opatulam się kocem paralizu wolnej woli  
i wykrzykuje jej to szczerze  
jest symetryczna – oprócz oczu nie ma też uszu  
jej nie zaboli*

*już nie bawię się pomarańczą  
jako że prawda jest matką rozstań  
rozcieram poranne mgły  
sunę do kuchni po ostry czerwonny nóż  
i unicestwiam pomarańczę*

*czynię ją sobą  
brzydząc się łatwością tego uczynku  
skreśleniem wszystkich marzeń z płonnej nocy  
więc tworzę szkic do makijażu  
przez moment zwę się pomarańczową królową*

Estera Krzak

*Za marmurową bramą  
Marmurowego anioła spotkałam  
I lży gorzkie  
Też marmurowe dojrzałam*

*Widzę smutek między wami  
Idę w gęsty krzyży las  
I z marmurowymi łzami  
Marmurowy liczę czas*

Weronika Szymonik





---

## *wart czterolistnego zachodu*

*czterolistna koniczyna  
nie pyta skąd przybyłeś dokąd idziesz  
pyta cię o uśmiech  
tłumaczysz się nieudolnie  
ona wie że go zgubiłeś*

*twoje puste oczy błędzą  
szukają dawno obranego kierunku  
ale nie chcą go widzieć  
na twojej drodze deptane są  
czterolistne koniczyny*

*więc idziesz gdzieś indziej  
przekraczasz znane i nieznanne progi  
może tam gdzie cię dotąd niezbyt było  
czeka na ciebie inny ty  
pełen twojego uśmiechu*

*Olga Drzymala*



# Jak wprowadzić zdrowe nawyki?

ALEKSANDRA  
BINIASZEWSKA



Wprowadzenie nowego nawyku, bądź zastąpienie starego, złego przyzwyczajenia na inne, jest dość trudne. Nasz mózg nie raz sabotuje nasze działania i chęci, bo jest z natury leniwy. Jednak, jeśli chcemy zacząć się ruszać czy prowadzić zdrowy styl życia, to musimy coś zmienić. BEZ ZMIANY NIE MA ZMIANY. Jeśli chcemy schudnąć to musimy podjąć pewne kroki, które nam w tym pomogą, tak samo wygląda to w przypadku przytycia czy polepszenia stanu swojego zdrowia.

Często początek roku wiąże się z licznymi postanowieniami, niestety zazwyczaj, a raczej prawie nigdy, nie udaje się nam w nich wytrwać. Dlaczego? Odpowiedź to tak naprawdę – “to zależy”. Każdy z nas jest inny i każdy z nas ma inne zasoby energetyczne na dany moment w życiu. Jeśli chcemy wprowadzić gruntowne zmiany w naszym życiu, gdy nie mamy na nic czasu i ciągle żyjemy w biegu, to prawdopodobieństwo tego, że nam się uda wprowadzić zmiany – jest bardzo niskie. Często wprowadzamy też wiele zmian na raz, bo czujemy w sobie moc sprawczą i pod przypiływem impulsu chcemy: robić treningi 5 razy w tygodniu, jeść tylko zdrowe produkty, robić 10 tysięcy kroków dziennie i wypijać 3 litry wody dziennie. Niestety, nie tędy droga.

Wprowadzanie nowych nawyków jest trudne i dość długo-trwałe. Nie wystarczy, że przez tydzień czy dwa będziemy chodzić na siłownię, żeby się do niej tak przyzwyczaić i wykonywać te czynności bez względu na to czy nam się chce, czy nie. Jeśli naszym celem jest redukcja masy ciała, to zastanówmy się od czego możemy zacząć. Ustalmy sobie małe kroczki, które będziemy robić, dzięki temu efekt przyjdzie poniekąd sam. Fakt faktem, będzie trwało to dłużej niż bycie na diecie 1000 kcal przez 3 miesiące. Jednak ta zmiana będzie trwała i prawdopodobieństwo powstania efektu jojo jest znikome.

Dobra, to teraz od początku. Krok po kroku, co należy zrobić, by zbudować trwałe nawyki. Ustalamy cel np. trening 4 razy w tygodniu. Jednak my już jesteśmy mądrzejsi i wiemy, że jeśli zaczniemy od dzisiaj ćwiczyć 4 razy w tygodniu, a wcześniej tego nie robiliśmy, to prawdopodobnie szybko zrezygnujemy. Dlatego naszym celem są 4 treningi w tygodniu, a teraz zakładamy plan minimum – to co musimy zrobić, aby przybliżyć się do mojego głównego celu, ale bez dużego nakładu energii. Czyli, jeśli w obecnej sytuacji i etapie naszego życia wiemy, że na pewno znajdziemy czas, żeby poćwiczyć/ wyjść na spacer/pobiegać dwa razy w tygodniu – to jest to to, co jesteśmy w stanie zrobić bez dużego poświęcenia. Jeśli uda nam się zrobić trening 4 razy w tygodniu to genialnie, jednak nie karzemy siebie, gdy wykonamy go tylko 2 razy. Zmniejszona ilość treningów także doprowadzi nas do celu. Realizujemy tak długo nasze minimum, aż przyjdzie czas w naszym życiu,

że stwierdzimy – “w sumie jestem w stanie robić trening 3/4 raz w tygodniu” – i to robimy. Nasz plan powinien brać pod uwagę życie, np. bycie zmęczonym, jakąś nagłą sytuację, przez którą nie będziemy w stanie zrealizować naszych głównych postanowień.

Gdy już zaczyna nam wychodzić i gdy ten ruch czy inny nawyk już z nami jest, po prostu robimy go, bez względu na to czy nam się chce, czy nie, to możemy zacząć wprowadzać nowe nawyki. Trwałe wprowadzenie dobrego nawyku jest ciężkie i nie należy się poddawać, gdy z jakiegoś powodu nie zrealizujemy planu minimum. Trzeba po prostu przyznać się przed sobą samym i iść dalej, bez obwiniania się, i niepotrzebnego karania. Czasami życie wywróci nam się do góry nogami i uniemożliwi nam realizację naszych celów, dlatego ważne jest, żeby założyć sobie realny plan minimum. Jeśli nie udaje nam się zrealizować nawet planu minimum – oznacza to, że za wysoko postawiliśmy sobie poprzeczkę i trzeba trochę zejść z ambicji, przeprowadzić szczerą rozmowę z samym sobą i iść w stronę zdrowszego życia małymi kroczkami.

						1	
				2			3
			4				
						5	
6		1	7				
		4	1				
	5					2	
				8			6
	3		9	1			

# Studia od kuchni

KAROLINA  
JANKOWSKA



Powoli wszyscy staramy się wrócić do normalności, dodatkowo kończąc ten ciężki i zupełnie inny rok akademicki. Część z nas już w ogóle żegna się z uczelnią, a część będzie czekała na nowy, lepszy początek. Mimo wszystko teraz czeka nas radosny czas wakacji i odpoczynku od nauki. Trzeba wrócić do normalności i zacząć cieszyć się z tego, co mamy.

Na dzisiaj przygotowałam wam letnie, przyjemne przepisy, które są mi bliskie. Na długie wieczory z przyjaciółmi, rodziną czy samym sobą. Liczę więc, że będziecie z nich tak samo zadowoleni, jak ja. Na ten moment się już z wami żegnam. Może kiedyś się spotkamy i będziemy mogli porozmawiać o gotowaniu i nie tylko. Powodzenia i trzymajcie się!

## Lemoniada

### Składniki:

Pęczek mięty około 30-40 gałązek

- 2 szklanki cukru
- Sok z 1 cytryny
- 2 litry wody

### Przygotowanie:

- Gałązki mięty płuczemy
- Gotujemy wodę, po zagotowaniu skręcamy gaz
- Do wody dodajemy sok z cytryny i cukier – mieszamy do rozpuszczenia cukru
- Do otrzymanego syropu dodajemy miętę, przykrywamy garnek i zostawiamy na 24 godziny
- Po tym czasie wyjmujemy miętę
- Syrop przelewamy do słoików i możemy je pasteryzować przez 5 minut

Z tego możemy zrobić sobie pyszną lemoniadę. Wystarczy że nalejemy trochę syropu do szklanki (wedle uznania), dodamy wodę i kostki lodu. Mamy pyszny napój na ciepłe dni.

## Konfitura

### Składniki:

0,5 kg rabarbaru

- 1 cytryna
- 150 g malin
- 10 g imbiru
- 300 g cukru
- 150 ml wody
- 2 łyżeczki pektyny

### Przygotowanie:

Cytrynę obieramy, kroimy skórkę na drobne kawałeczki

- Kroimy rabarbar
- Rozdrabniamy imbir
- Pokrojone składniki wrzucamy do garnka i zalewamy wodą – gotujemy i mieszamy
- Wyciskamy sok z cytryny

- Dodajemy sok do konfitury oraz pektynę i gotujemy chwilę
- Przelewamy do słoików
- Dodatkowo do smaku można dodać goździki.
- 

## Jablecznik

Co czujecie, kiedy idziecie do babci na święta? Ja czuję pyszny jablecznik. Najlepszy na świecie. Nic mu się nie oprze!

### Składniki:

20 dag masła

- 20 dag cukru
- 40 dag mąki
- 2 jajka
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 cukier waniliowy lub 1 łyżka cukru własnej roboty
- 3 łyżeczki bułki tartej
- mus jabłkowy 1 lub 2 słoiki (najlepiej zrobić samemu przed pieczeniem)
- **Wykonanie:**

Jajka ubijany z cukrem

- Masło siekamy z mąką
- Łączymy razem ww składniki i ugniatamy ciasto
- Odkładamy ciasto na godzinę do lodówki
- Formę smarujemy masłem i sypimy bułką tartą
- Ciasto dzielimy na 2 części. Pierwsza część wykładamy na blachę i zapiekamy w piekarniku na jasny kolor
- Wykładamy jabłka na ciasto, robimy wzór jaki chcemy z reszty ciasta i wpadamy do piekarnika
- Pieczemy w 180 stopniach
- 1 część 15 minut
- 2 część 40 minut
- 

## Zupa krem z pesto i groszku

### Składniki:

750 ml wody

- 375 g groszku
- 2 dymki
- Pół łyżeczki soli
- Pół łyżeczki soku z cytryny
- 4 łyżeczki pesto
- **Wykonanie:**

Zagotować wodę

- Do garnka wrzucić groszek, sól, dymkę i sok – gotujemy około 10 minut
- Po tym czasie dodajemy pesto i miksujemy
-

# Let's play a game vol.20

ALEKSANDRA  
CICHOWICZ



Zasady gry są naprawdę proste: najpierw musicie odpowiedzieć na podane pytania dotyczące artykułów umieszczonych w tym numerze. Odpowiedzi znajdziecie w tekstach i będą to zwykle pojedyncze słowa (chyba że podano inaczej), które następnie należy skreślić w wykreślance; dla urozmaicenia w diagramie umieszczono również nadprogramowe wyrazy. Na koniec zostało oczywiście hasło – utworzą je litery, które znajdują się po prawej stronie lub nad pierwszą literą każdego skreślonego wyrazu. Proponuję przy tym, byście najpierw znaleźli wszystkie wyrazy, a dopiero potem litery. Hasło musicie odczytać tak jak w zwykłej wykreślance – litery są „czytane w kolejności występowania rzędami” (cytat prosto z Wikipedii; zbierajcie litery od lewej do prawej, z góry do dołu – począwszy od tej, która jest najwyżej i najbardziej po lewej stronie). Ruszcie zatem swoje synapsy i do dzieła!

## Do wygrania w tym numerze:

– Stetoskop

## A oto pytania:

1. Kto pyta o uśmiech?
2. Jak nazywa się doktor śmierć?
3. Co powinien mieć każdy lekarz?
4. W jakim klubie miał się odbyć koncert Agnes Obel w Polsce?
5. Jak nazywa się dowódca ekipy ratunkowej wysłanej na planetę Regis III?
6. Jakie zwierzęta są mistrzami w ratowaniu nas od komarów i much?
7. Czego uczą się studenci na uniwersytecie medycznym w Indiach?
8. Jak się nazywa najczęściej tłumaczony polski autor? (**dwa** słowa, umieszczone **osobno**)
9. Czego nie mają małe zające?

Musicie zatem znaleźć **dziesięć** wyrazów – **trzy** z nich poziomo, **pięć** pionowo i **dwa** na skos, część z nich wspak. Powodzenia!

Odgadnięte hasło, wraz ze swoim imieniem, nazwiskiem i kierunkiem studiów, prosimy przesyłać na adres [jolka@pulsum.pl](mailto:jolka@pulsum.pl) z dopiskiem „Let's play a game” do **25.07.2020**. Termin może zawsze ulec zmianie, dlatego śledźcie uważnie nasz profil na Facebooku! Wszelkie uwagi również mile widziane.

Za prawidłowe rozwiązanie Jolki  
z numeru 208 „Pulsu UM” nagrody otrzymują:

**Weronika Szkudlarek**

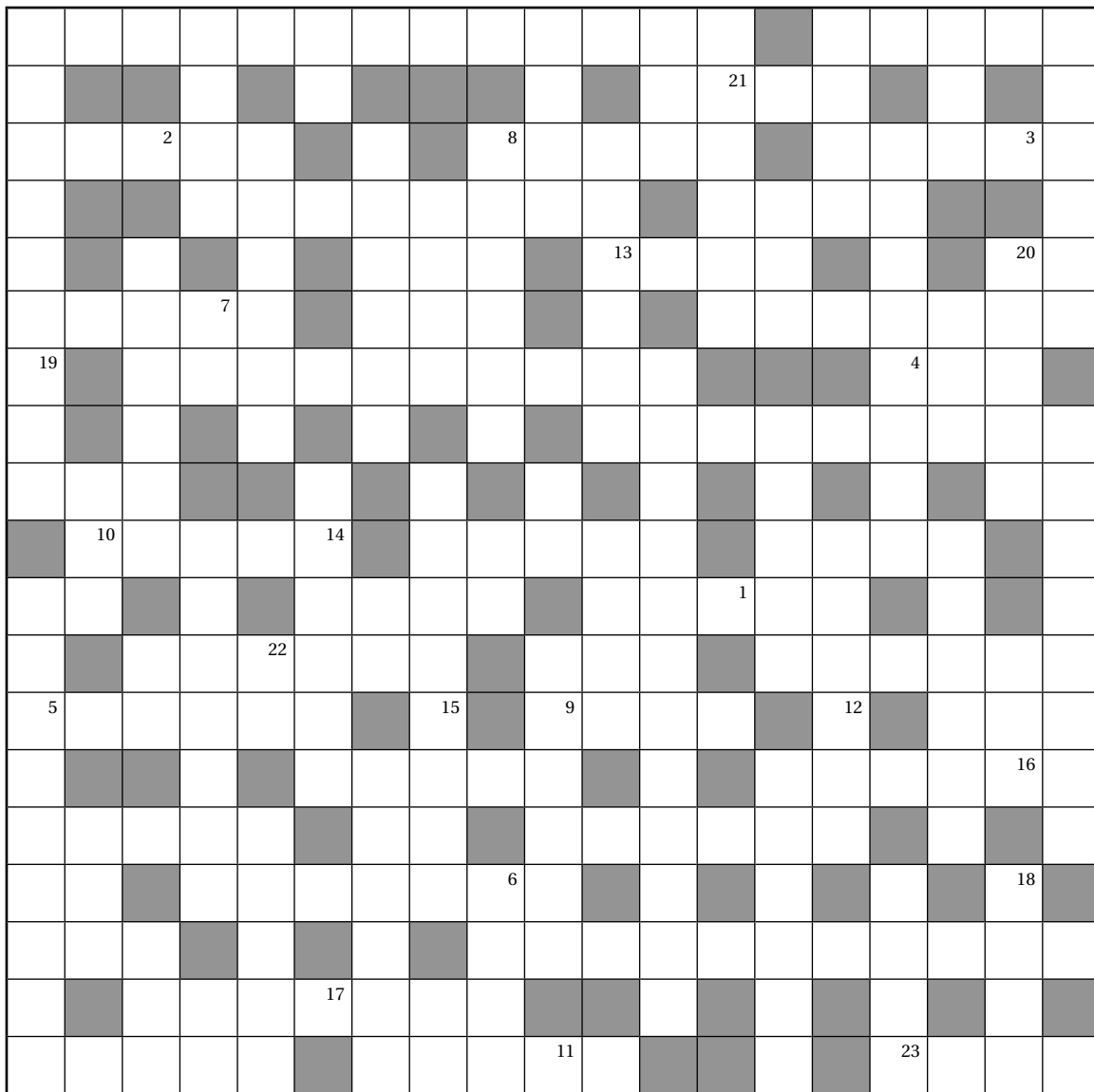
Za prawidłowe rozwiązanie „Let's play a game”  
z numeru 208 „Pulsu UM” nagrody otrzymują:

**Katarzyna Ulas**

*Zwycięzcy zostaną poinformowani o wygranej również mailowo, nagrodą jest stetoskop.*

W B I I K Z G A N A L U L A W N H J A O  
Y I K Ż Ć E G R O M A X C H M C W E H H  
S Z W D E F Q I R E E J B K X D Ó R H S  
P C Ó O O J I W D K L T S B Z Ś B Z J S  
I B Ł M D A Ę D E S E E Q E Ł A Ę Y Ó T  
A Ł O D N N C Ż R A Ę Z M K R Ś Z K V A  
Ń B H Ł O H M U F N H N D F A G N I A N  
S R C O W O L M R D M F I A Ę R O A U I  
K F U K K B I A S E U Ć P Z I C A R I S  
I U M E E B J H Ń R G A I Ó D N H T P Ł  
W Q M V A Y C J R S W C A Ń Z O E N E A  
Z N Y O T U A N Y Z C W E I Z D R I W W  
A A S R A C T Ś A Q M I C Ś R E I S P Z  
P P Z K K P Y M F S K G T K Ś P Ż N A T  
A B K I Ż I D R F E Ć A N Y Z C I N O K  
C Ę A A L D E K A D A C W B Ń G K D K C  
H Ż B N H H M A K A P I T O L B A U Ę F  
U Y A H C A P R O H E C Ż V X A Z M P K

# Jolka

 ALEKSANDRA  
CICHOWICZ


1	2	3	4		5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
				16	17	18		19	20	21	22	23			

**Nagrody:**

1. Stetoskop

Prawidłowe odpowiedzi, podpisane imieniem i nazwiskiem oraz kierunkiem studiów, przesyłajcie na adres: [jolka@pulsum.pl](mailto:jolka@pulsum.pl) do **25.07.2020 r.** Będzie nam również bardzo miło, jeżeli zgodzicie się na zdjęcie przy odbiorze nagrody.

## Poziomo

- dwa pieniądze według św. Marka
- największy producent oprogramowania graficznego
- pierwiastek nazwany od planety, na której żyjemy (symbol)
- zawiera planety, gwiazdy i całe galaktyki
- zguba Rolanda
- srebrna moneta czarodziejów
- np. Orła Białego
- francuski noblista, który odkrył kryptandy (nazwisko)
- np. pralka, suszarka, zmywarka, kuchenka
- kulki ciasta nadziewane najczęściej owocami lub mięsem
- komórki, fizjologicznie: magazyn witamin, patologicznie: synteza włókien kolagenowych
- zmiana na giełdzie, o której marzą maklerzy
- jej przedstawiciele to m.in.: Ava, Chappie czy Manfred
- oscarowy odtwórca roli Freddiego Mercury'ego (imię)
- meksykański trójkąt
- część wypłaconych pieniędzy
- asymetryczny czworokąt, który nie jest trapezem
- nazwa sklepu początkowo z książkami i płytami, obecnie kupisz tam wszystko
- Chłopiec, który Przeżył (nazwisko)
- związek, w którym z grupy karboksylowej usuwamy hydroksylową, zastępując ją grupą aminową
- bawarska marka samochodów
- Cherilyn Sarkisian
- jasnoczerwony włoski aperitif
- substancja, której pochodnymi są morfina i heroina
- policja w Polsce w 1985 roku (skrót)
- połączenie bez kabli
- samiec owcy
- angielski sonar
- wachlarz japoński
- dziewczynka, która weszła do jamy potwora zabijającego wzrokiem
- zabrał ser krukowi
- boska posłanka
- znajdziesz pod wątrową lub w szafie
- powieść Waltera Scotta, zwiększyła zainteresowanie średnio-wieczem
- łączy Winstona Churchilla z Fidelem Castro
- w podziemiach zamku
- inaczej nokaut
- rasa małych psów, nazwana po wyspie
- w rywalizacji o to miasto wygrała gałąź oliwna
- opisał podróż przez Piekło, Czyściec i Raj
- rozbieżny lub zbieżny
- łacińskie pozdrowienie
- chińskie Las Vegas

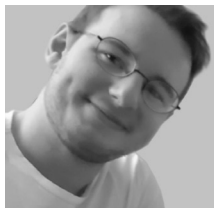
## Pionowo

- grecki bóg snu
- rasa psów (historycznie) wykorzystywana do walk z bykami
- rzadko na pustyni
- Mężczyzna imieniem...
- osoba, która zasłużenie odeszła z rynku pracy
- kobiety ładujące materiały wybuchowe do łusek pocisków
- kroczy przed upadkiem
- obszar ziemi zaoranej przez zaprzęg wołów jednego dnia
- ostry mgły
- komputer nazwany po ulubionym owocu jego twórcy
- jego ilość jest istotna przy zakupie biżuterii (skrót)
- buntownik bez powodu (nazwisko aktora)
- kg · m<sup>2</sup> · s<sup>-3</sup>
- nie powinien być łączony z przyjemnością
- podstawowa jednostka masy (skrót)
- na swoim najniższym (niezerowym) stopniu utlenienia bezbarwny lekko różowy, na najwyższym fioletowy (symbol)
- tlenek tego pierwiastka uchodzi za najlepszą imitację diamentu (symbol)
- rogate albo Wilkowyje
- francuski pisarz, który zapoczątkował realizm (nazwisko)
- jedyna tytanida na Olimpije
- wielka bestia przypominająca słonia w Biblii
- stosowany do peklowania czerwonego mięsa
- miał siedem koników
- system błon w niemal wszystkich komórkach, dzielący je na różne przedziały (skrót)
- zapisuje fale mózgowe (skrót)
- znajdziesz u kobiety lub rycerza
- inaczej duet
- dziedzina nauki, może też być między ludźmi
- festiwale na cześć boga wina
- przedstawiciel grupy stanowiącej 90% wszystkich zwierząt
- polska piosenkarka, po ponad połowy wielu na scenie (imię)
- monogram imienia Jezusa
- np. odporny na stonkę ziemniak lub pszenica o większej zawartości glutenu (skrót)
- islandzka bogini wiązu
- według Lewisa akceptor pary elektronowej
- chowany w rękawie
- miasto świętej Teresy
- trwała 8 lat, potem 6, a teraz znowu 8 (skrót)
- efekt, który możesz doświadczyć przy mijającej Cię karetce
- wiekowa liczba
- opowieść życia
- najstarsza era Ziemi, bez życia
- o wschodzie słońca, podczas adwentu
- za żebro otrzymał żonę
- biały proszek dla dzieci
- napisał książkę-zmorę wielu maturzystów, której akcja rozgrywa się w Warszawie (nazwisko)

# Pożegnania redaktorów kończących studia



Z głębokim żalem zawiadamiamy, że wraz z końcem bieżącego roku akademickiego, z szeregów naszej redakcji, odeszło wielu wspaniałych członków. W celu uhonorowania ich zasług, postanowiliśmy w tym numerze poświęcić im tę wyjątkową rubrykę.



MATEUSZ  
SZULCA

REDAKTOR NACZELNY

FILIP  
ZERBST

ZASTĘPCA  
REDAKTORA NACZELNEGO  
REDAKTOR TECHNICZNY



JOANNA NOWACKA



KAROLINA MRÓZ



ALICJA ŚWITAŁA



ADRIANNA BATURO







---

MIKOŁAJ DYRDA



PAULINA WÓJCIK



JOANNA THEDA



JACEK WĄTOREK



*Dziękujemy Wam za wspaniałą pracę i wielkie  
zaangażowanie...*

*Wierzymy, że dalej będziecie działać z taką pasją, jak*

*w „Pulsie UM”*

*Pogrążona w smutku,*

*Redakcja.*



# Suchary

**Uwaga! Poniżej znajdują się żarty. Jeśli jest to dla Ciebie istotny problem odpuść dalsze czytanie. Dystans jest mocno wskazany.**

Stoi pijany Polak na warcie, podchodzi do niego

Niemiec i mówi:

– Guten Morgen.

– Butem w mordę? – pyta Polak, zdejmując buta i uderza

Niemca w mordę. Niemiec wstaje i wykrzykuje:

– Was ist das?!

Na to Polak:

– Jeszcze raz?

Mama pyta się Jasia:

– Jasiu dlaczego płaczesz?

– Bo śniło mi się że szkoła się paliła.

– Nie płacz to tylko sen!

– Właśnie dlatego płaczę.

Teściowa rozmawia z zięciem:

– Skoro tak mnie nienawidzisz,

to dlaczego masz moje zdjęcie na kominku?

– Żeby dzieci nie zbliżały się do ognia.

Co robi skejter w toalecie?

– Szaleje na desce.

– Tato, a kto to jest alkoholik?

– Widzisz synu te cztery brzozy? Alkoholik widzi osiem.

– Tato, ale tam są dwie...

Przychodzi Jaś do ojca i mówi:

– Tato, ja ożenię się z moją babcią.

– Synu, nie możesz ożenić się z moją matką.

– A Ty z moją to mogłeś?

Ojciec mówi do maturzysty:

– Zamiast się uczyć, za laskami się uganiasz.

– To nie tak, tato...

– Nie przerywaj! Kto w końcu jest ojcem, ja czy ty?

– Obaj tato, obaj.

Czym różni się ksiądz od policjanta?

Ksiądz mówi:

– „Pan z Wami”.

A Policjant:

– „Pan z nami”.

Jak nazywa się człowiek, który liże parę wodną?

– Paralizator.

Jasiu wieczorem biegnie do taty i mówi:

– Tato, tato dom nam się pali!

– Synku uciekaj szybko z domu, tylko cicho,

żebyś matki nie obudził.

Co robi blondynka w lesie z grzebieniem w ręku?

– Przeczesuje teren.

Na czym jeździ papier toaletowy?

– Na rolkach.

Blondynka rozpoczęła prace jako szkolny psycholog.

Zaraz pierwszego dnia zauważyła chłopca,

który nie biegał po boisku

razem z innymi chłopcami tylko stał samotnie.

Podeszła do niego i pyta:

– Dobrze się czujesz?

– Dobrze.

– To dlaczego nie biegasz razem z innymi chłopcami?

– Bo jestem bramkarzem.

Co robi blondynka pod drzewem?

– Czeka na autograf Kory.

Jak nazywa się miasto, które żegna się z ryżem?

– Paryż.

Po co blondynce linijka w łóżku?

– Żeby mogła zmierzyć jak długo spała.

Co robi blondynka z gwoździem w uchu?

– Słucha metalu.

Przychodzi do fotografa zebra z pingwinem zrobić sobie zdjęcie.

– Kolorowe, czy czarno-białe? – pyta fotograf przybyłą parę.

– A chcesz oberwać?

**W tym numerze mogliście przeczytać trzy artykuły z serii**

*„Czy dasz się oszukać? Wylap fake newsa!”.*

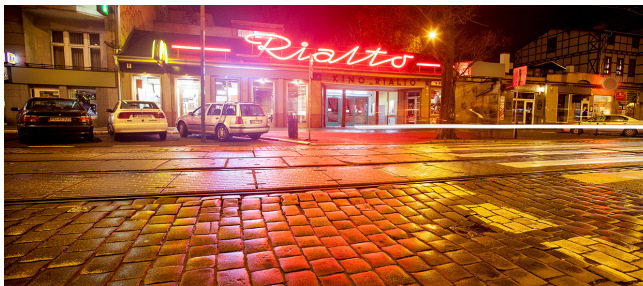
**Artykułem zawierającym nieprawdziwe informacje jest**

*„Epicentrum”.*

**Szczegółowe wyjaśnienie fałszywych informacji, które się w nim pojawiły, znajdziecie na Facebooku „PULS UM – Gazeta Studentów UMP” w poście z dnia 13 lipca 2020.**

# KINO RIALTO – 80 LAT TRADYCJI

Rialto to kino studyjne działające nieprzerwanie od ponad 80-ciu lat, należące do programu unijnego Europa Cinemas i polskiej Sieci Kin Studyjnych i Lokalnych. Dewizą jest hasło: „Kino-Art-House-Jeżyce” rozumiane, jako potrzeba pokazywania dobrych filmów i organizowania imprez związanych z szeroko rozumianą kulturą, przy jednoczesnym podkreśleniu lokalności związanej z modną dzielnicą Poznania – Jeżycami. W Rialto można zobaczyć głównie ciekawe premierowe produkcje polskie i europejskie, natomiast kino znane jest także z organizacji różnego rodzaju cykli filmowych, m.in “Wielcy malarze”, “Poniedziałki z klasyką”, “Rialtoświat - najlepsze dokumenty ever”, DKF “Absolwent” oraz jednorazowych eventów np. pokazy shortów, filmów górskich i snowboardowych, retransmisje koncertów i oper. Za swoją działalność było czterokrotnie nominowane do Nagrody Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej (otrzymało ją ostatecznie w 2015), zostało także wyróżnione medalem „Świadek Historii” przyznawanym przez IPN za zasługi w upowszechnianiu wiedzy o najnowszej historii Polski.



Neon kina czytelnicy „Głosu Wielkopolskiego” uznali za najbardziej kultowy neon Poznania.

W marcu 2020 roku, jak wszystkie kina zostało zamknięte na czas pandemii. W tym czasie wspólnie z 40 innymi kinami stworzyło największą na świecie platformę filmów studyjnych [mojeekino.pl](http://mojeekino.pl), gdzie udostępniane są nie tylko wyselekcjonowane filmy studyjne i artystyczne, ale również są organizowane festiwale filmowe, pokazy przedpremierowe i specjalne, spotkania z gośćmi, a wkrótce także warsztaty filmowe i pokazy edukacyjne. Ponowne otwarcie Rialto stacjonarnie nastąpi na początku lipca 2020 i od tego czasu zaprasza wszystkich na seanse naprawdę interesujących filmów.





[sklepdialekarza.com](http://sklepdialekarza.com)

UWAGA NOWY ADRES

JUNIKOWSKA 64 Poznań - 600m od ul.Grunwaldzkiej  
(łatwy dojazd MPK - przystanek Grotkowska)



tel.: 61 670 31 96 lub 61 810 75 01 fax: 61 624 26 95

[sklepdialekarza.com/dlastudentow](http://sklepdialekarza.com/dlastudentow)

we speak english

