



Wszystko dla fabuły

**czyli dlaczego młodzi chcą żyć w sposób,
o którym dobrze się opowiada?**



NATALIA BILSKA

Account Manager
Cut The Mustard



NATALIA BŁACHOWSKA

Strategy Planner
VML



E01S01

Witam w moim życiu = filmie



LUCAS LEE

@lucasleev2 · 2,23 tys. subskrybentów · 2 filmy

Welcome to my life: a TV show filled with new characters, plotlines, and seasons. Weekly ...**więcej**

tiktok.com/@lucasleev i jeszcze 1 link

Subskrybuj

“Welcome to my life: a TV show filled with new characters, plotlines, and seasons. Weekly lifestyle, travel, and fun with friends vlogs. Thanks for tuning in.”



życie jak film

- ✦ main character energy
- ✦ character development
- ✦ plot twist ✦
- ✦ side character / NPC (Non-Playable Character) ✦

Presja przeżywania

Życie to film, o którym musi dobrze się opowiadać.

bierno obserwowanie	→	"main character energy"
proza codzienności	→	"romantyzowanie życia"
przewidywalne życie	→	"robienie rzeczy dla fabuły"



Jak się żyje “dla fabuły”?

To podejście, w którym życie jest traktowane jako **narracja**, a wybory opierają się na potencjale do tworzenia „ciekawych historii”.

~7000

liczba TikToków wykorzystujących hashtagi związane z fabułą z ostatnich 3 lat w PL

~133M

liczba wyświetleń TikToków wykorzystujących hashtagi związane z fabułą z ostatnich 3 lat w PL



Źródło: TikTok Creative Center, Trends Analysis, Hashtags Overview [dane na dzień 26.03.2025]

Co robimy dla fabuły?

1. Spełniamy szalone marzenia albo oddajemy się przyjemnościom, bez potrzeby tłumaczenia się z tego



POLECIAŁAM SAMA DLA FABUŁY NA WAKACJE XD

455K views • 6 months ago



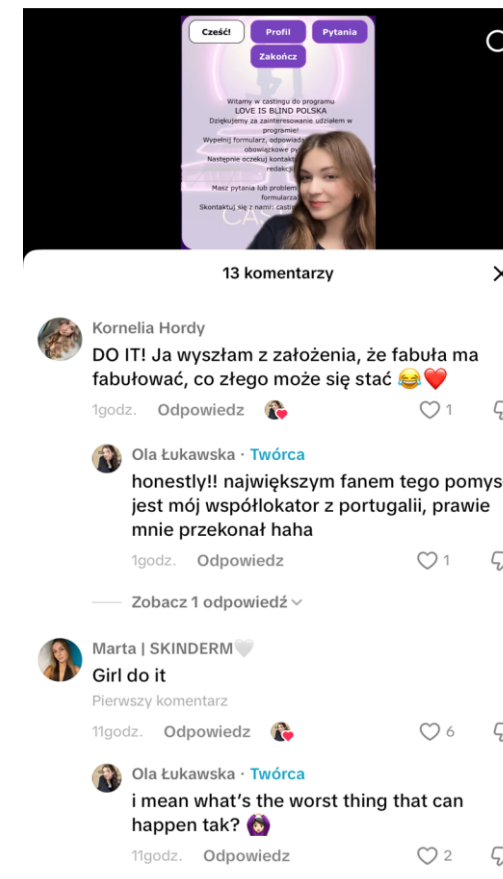
Fausti ✓

Współpraca > faustyna@fedand.co.

4K

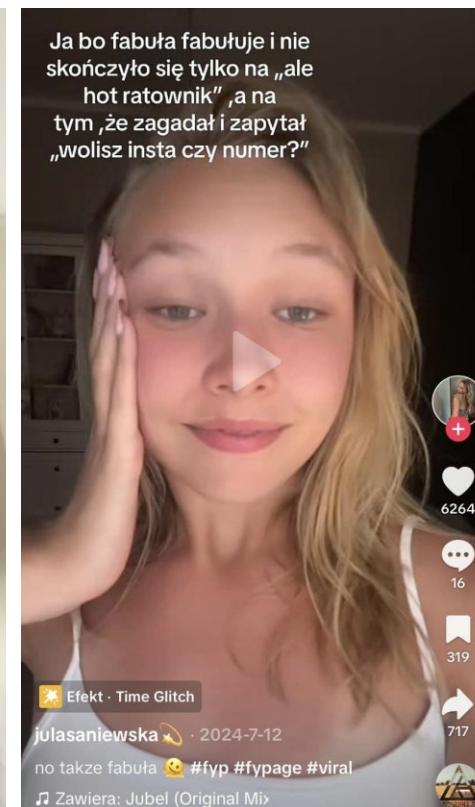
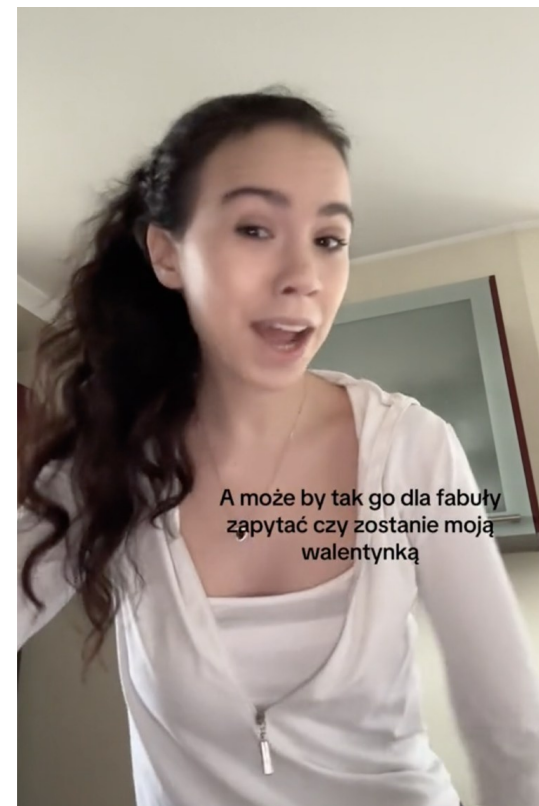
Co robimy dla fabuły?

2. Urozmaicamy sobie życie, bez konkretnego celu, dla zabawy



Co robimy dla fabuły?

- 3.** Przekraczamy granice strachu, szukając motywacji do działania – fabuła staje się wyzwoleniem i ucieczką od narzuconych ról, takich jak "grzeczna dziewczyna"



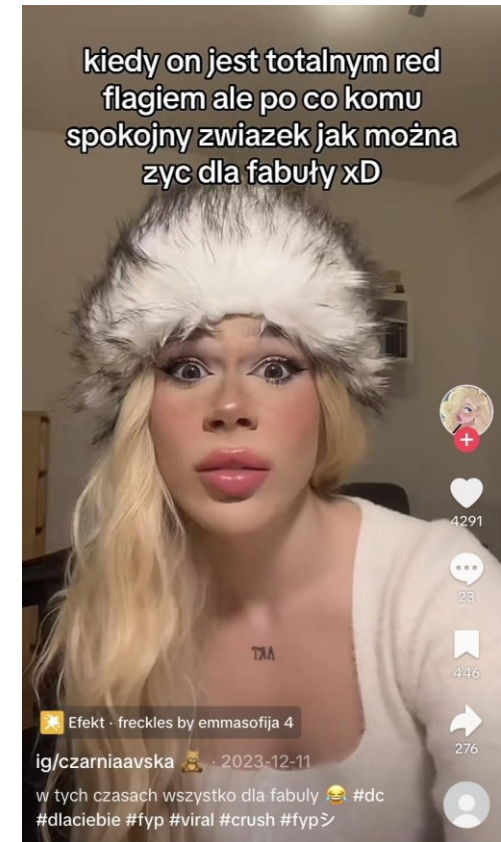
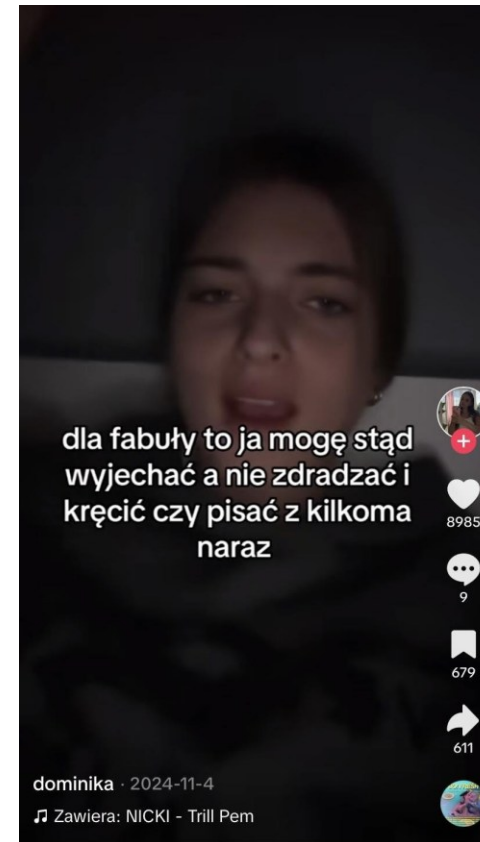
Co robimy dla fabuły?

- 4.** Podejmujemy nierozsądne, nieprzemyślane decyzje, choć wiemy, że mogą nas zranić



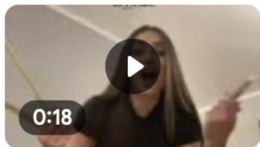
Co robimy dla fabuły?

- 5.** Ale też robimy rzeczy społecznie nieakceptowalne – usprawiedliwiamy je oraz zmiękczamy “fabułowym” filtrem



A co fabuła robi z nami?

Skoro życie sprowadza się do presji przeżywania, to kiedy **“fabuła nie fabuluje”**, to i **“życie nie życiuje”**.



Fabuła fabuluje 🤔 #fyp #viral #dc #fabuła

TikTok · kasperkvictoriasnails
1 gru 2023

“Życie nie życiuje, fabuła nie fabuluje” to ironiczny sposób na wyrażanie niezadowolenia z braku działania czegoś, co powinno działać.

Źródło: Obserwatorium Języka i Kultury Młodzieży

Pamiętacie starszą siostrę fabuły?



YOLO

Będzie co będzie!

Gloryfikacja
hiperspontaniczności, czerpania
z życia i cieszenia się chwilą.

DLA FABUŁY

Będzie jak w filmie!

Gloryfikacja jakości
i intensywności przeżyć,
nie zważając na konsekwencje,
a na to, czy dobrze wyglądają
w historii.

Więc co wzmacnia to obecnie w młodych?

Pokolenie storytellingu

We wszechobecnej kulturze narracji mamy wrażenie, że wszyscy żyją ciekawiej niż my sami.

73% Zetek uważa, że za dużo czasu spędza w telefonie.

Ekonomia doświadczeń

Doświadczenia ważą więcej niż dobra materialne – po Covidzie chcemy odbić stracony czas.

Dla **77% Zetek** rozrywka staje się głównym źródłem wydatków.

Kontekst gospodarczy

Nie stać nas na większe inwestycje, dlatego urozmaicam sobie życie małymi przyjemnościami.

Dla **35% młodych** zakup mieszkania jest celem nieosiągalnym.

Źródła: Uniwersytet SWPS x They.pl, ""Gen Z o sobie i otaczającym ich świecie: Insights o generacji bez generalizacji", 2024
"Badanie świadomości emerytalnej i postaw polaków do 30 roku życia – edycja 2024", na zlecenie Izby Gospodarczej Towarzystw Emerytalnych



Fabula = schronienie

Fabula staje się też pewnego rodzaju schronieniem przed multipotencjonalnością.

Robię coś dla fabuły i zrzucam z siebie presję dokonywania "właściwych" wyborów.

Paraliż decyzyjny

Pokolenie Z ma większe problemy z podejmowaniem decyzji i pewnością siebie niż jakiegokolwiek inne pokolenie.

62%

**Zetek czuje się źle
przygotowana do
podejmowania decyzji**

42%

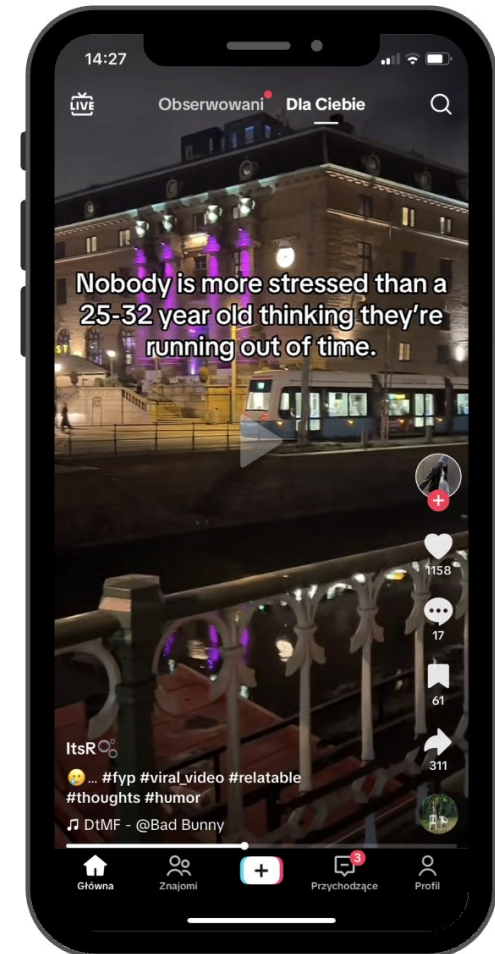
Boomers

49%

Gen X

57%

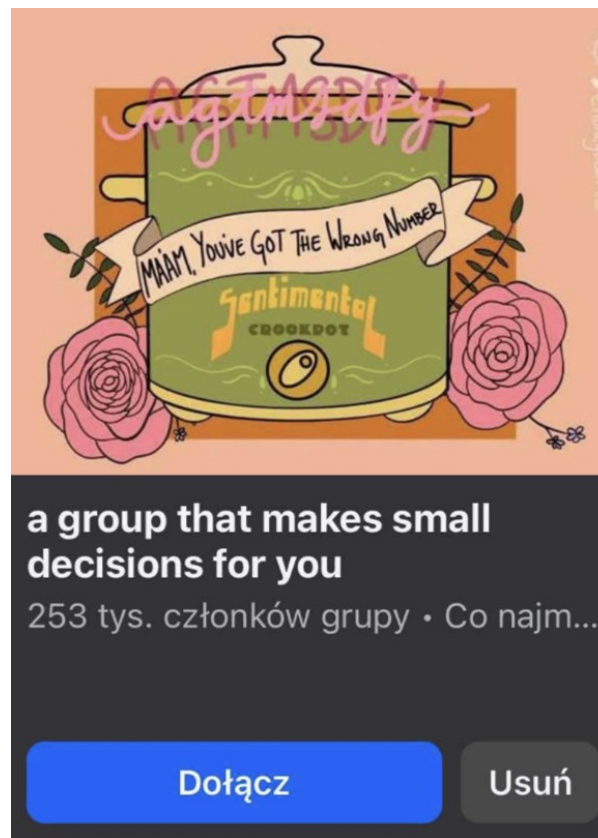
Millenialsi



Źródło: HSBC, "Seizing Uncertainty", 2024

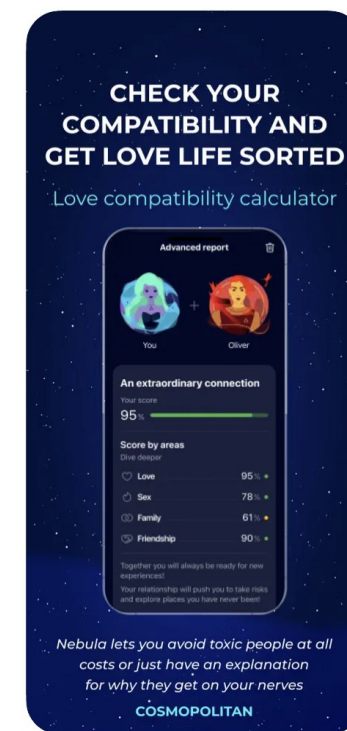
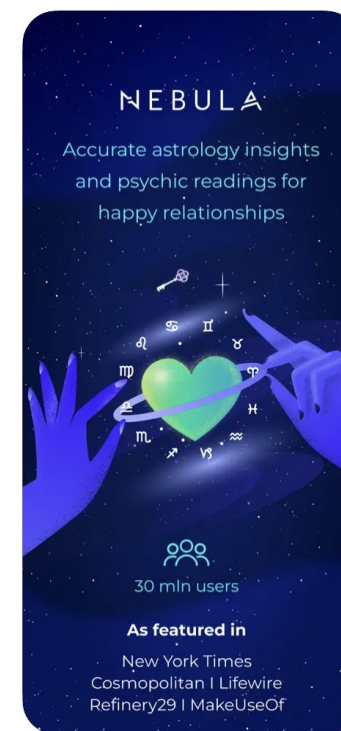
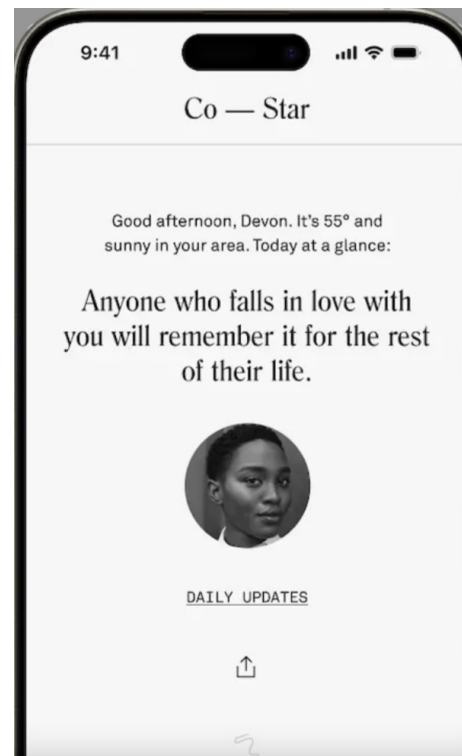
Inne wspomagacze?

1. **Grupy na fejsie i przedmioty**, które pomagają nam z podjęciem **codziennych, drobnych decyzji**



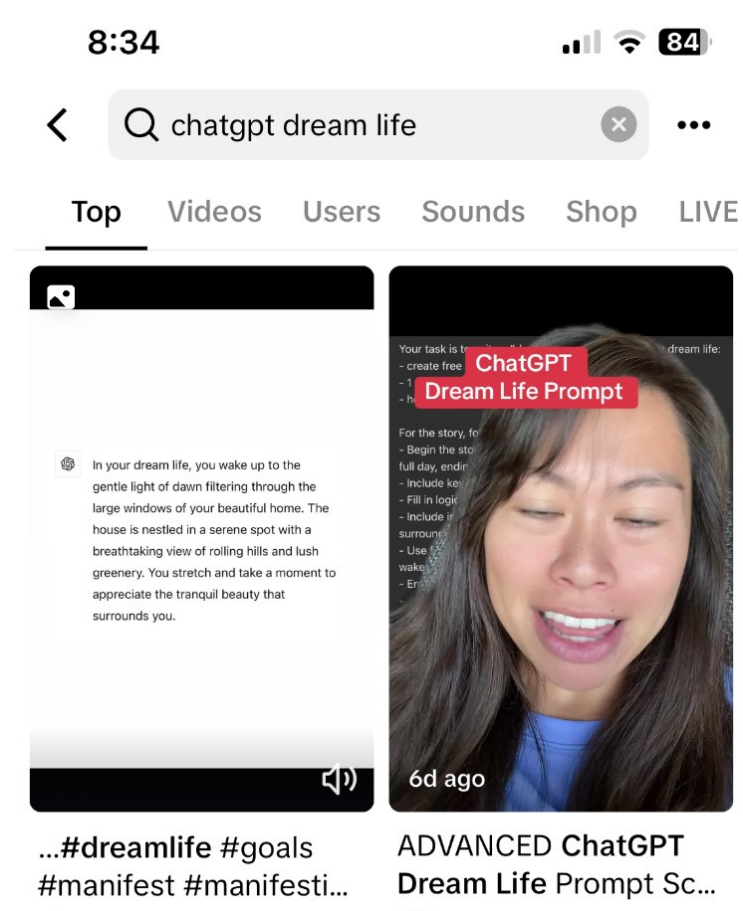
Inne wspomagacze?

2. Aplikacje i astrologia, które na bazie naszego znaku zodiaku pomagają podjąć **poważne życiowe decyzje**



Inne wspomagacze?

3. Albo **Chat GPT**, który odpowiednio spromptowany, na podstawie naszych sociali układa nam **plan na udane życie**



Jak fabułować komunikację (i życie też)?



Uszanuj

Młodzi radzą sobie z trudną rzeczywistością, tworząc 'fabułę' swojego życia. Marki, które to uszanują i wykażą empatię, będą zdolne do autentyczności w ich oczach.



Nadążaj

Życie dla fabuły to nie trend, to długotrwałe zjawisko. Nie "badaj internetu" i nie rób "social listeningu" – uczestnicz i wgryź się w social media, by zrozumieć i poczuć.



Spróbuj

W czasach przesytu informacjami, liczą się emocje. Odważ się fabułować tak, by stworzyć realne przeżycia, które będą dla młodych interesującym doświadczeniem.



Upraszczej

Młodzi to najbardziej świadome reklam pokolenie – tam gdzie możesz, upraszczaj. Nie wszystko musi być kwieciste i niesamowite. Zamiast tego lepiej, by było autentyczne i szczere.



Dziękujemy!



NATALIA BILSKA

Account Manager
Cut The Mustard



NATALIA BŁACHOWSKA

Strategy Planner
VML