

Gimnazija Vič

DRUŽBENA KONSTRUKCIJA PODOBE IDEALNEGA TELESA

Seminarska naloga pri predmetu Sociologija

Tara Ferbežar Felgner, Petra Franko, Ana Jazbinšek, Monika Petrovčič,
Vesna Pirc Jevšenak in Mark Modic

Mentor: dr. Matjaž Poljanšek

Ljubljana, 2016

IZVLEČEK

Ljudje se že vso človeško zgodovino ukvarjajo s svojo podobo. Podoba idealnega telesa se je skozi čas sicer spreminjala, vendar so se glavne značilnosti obdržale. Vzroki za nastanek lepotnega ideala so psihično, evolucijsko in zgodovinsko pogojeni. Ker to spada k temi idealnega telesa se govorimo tudi o samopodobi in sredstvih za doseganje idealnega telesa. Vedno bolj na našo predstavo telesnih idealov vplivajo mediji s svojimi nemogočimi oglasnimi telesnimi podobami in s tem oblikujejo težko dosegljivo idealno podoba v današnjem času. Ljudje se različno odzovejo na te zunanje pritiske in nekateri, ki so zanje močno dovzetni lahko razvijejo različne prehranske motnje. Te postajajo vedno večji problem današnje družbe. Nekateri pa za doseganje idealne podobe posegajo po različnih dietah, telesni aktivnosti in lepotnih operacijah.

Za potrditev določenih hipotez smo opravili tudi anketo. V njej smo obdelali teme samopodobe, sredstva za doseganje telesnega ideala, pritiske družine, medijev in vrstnikov ter razširjenost prehranskih motenj. Rezultati so prikazani z grafi in tabelami.

KLJUČNE BESEDE

idealna podoba telesa, samopodoba, medijska predstava telesa, sredstva za doseganje idealnega telesa

Kazalo vsebine

UVOD.....	4
HIPOTEZE	4
METODE DELA	4
IDEAL TELESA DANAŠNJEGA ČASA	6
KAJ JE LEPOTA	6
RAZVITE KULTURE	6
IDEAL ŽENSKÉ IN MOŠKEGA	7
OBRAZ	7
OBRAZNA PORASČENOST	7
LASJE	8
TELESNE ZNAČILNOSTI	8
TELESNA PORASČENOST	9
OKRAŠEVANJE TELESA	9
MODA	10
TETOVIRANJE IN PREBADANJE	10
NERAZVITE KULTURE	11
LEPOTA V MANJ RAZVITIH SODOBNIH DRUŽBAH	11
TELESNA SAMOPODOBA	15
NEGATIVNA TELESNA SAMOPODOBA	16
ZGODOVINA TELESNEGA IDEALA	17
PRAZGODOVINA IN STARE CIVILIZACIJE	17
SREDNJI VEK	18
15. DO 18. STOLETJE	18
19. DO 21. STOLETJE	19
VPLIVI NA KONSTRUKCIJO IDEALNEGA TELESA	22
VPLIV MEDIJEV NA KONSTRUKCIJO IDEALNEGA TELESA	22
MODA.....	24
VPLIV DRUŽINE, PRIJATELJEV IN VRSTNIKOV.....	24
OTROCI IN LEPOTNÍ IDEALI.....	25
NAČINI ZA DOSEGANJE IDEALNEGA VIDEZA	26
DIETE	26
PREHRANSKE MOTNJE	27
LEPOTNA KIRURGIJA	28
TELESNA VADBA	29
EMPIRIČNI DEL	31
ANALIZA IN INTERPRETACIJA	31
ZAKLJUČEK	42
VIRI	43
VIRI SLIK	44
PRILOGE	45
VPRAŠALNIK	45

UVOD

V seminarski nalogi obravnavamo družbeno konstrukcijo podobe idealnega telesa. Predstava o idealnem telesu moškega in ženske se skozi zgodovino spreminja, pogojena je tudi prostorsko, kulturno oz. družbeno, vendar pa imajo različne družbe vsaj v grobem univerzalno predstavo o lepoti. Na konstrukcijo podobe idealnega telesa imajo velik vpliv mediji. Posredujejo nam informacije o tem, kakšno je lepo telo, in o tem, kako želeni videz dosežemo. Obkroženi smo s slikami vitkih manekenk in mišičastih moških ter z oglasi, ki obveščajo o dietah, telesnih vadbah, zdravilih, sredstvih za pomlajevanje. V zadnjem času je v zahodnem svetu razmah doživela lepotna kirurgija, s katero je vsaka telesna nepravilnost postala popravljiva. Nuja, da dosežemo telesne ideale, lahko privede do prevelike obremenjenosti z videzom, nizke samopodobe, motenj hranjenja in zdravstvenih težav.

Seminarska naloga je razdeljena na pet poglavij: v prvem predstavljamo ideal telesa današnjega časa, sledi poglavje o telesni samopodobi, tretje poglavje prikaže razvoj idealov skozi zgodovino, sledita poglavji o vplivih na družbeno konstrukcijo podobe idealnega telesa in o tem, kaj smo ljudje pripravljeni storiti za doseganje telesnega ideala.

V empiričnem delu seminarske naloge ugotavljamo, katere telesne značilnosti so s strani večine označene kot lepe. Zanima nas, kako mediji, vrstniki in družina vplivajo na podobo idealnega telesa žensk in moških. Zanima nas, ali ženske in moški čutijo pritisk glede videza s strani okolice, ali so zadovoljni s svojim videzom, kaj naredijo in kaj so pripravljeni narediti za to, da bi dosegli želeni videz, ali se jim zdi videz pomembnejši od zdravja.

HIPOTEZE

1. Predvidevamo, da je večini žensk všeč vitko žensko telo. Predvidevamo, da je večini moških všeč mišičasto moško telo.
2. Predvidevamo, da večina mlade populacije s strani okolja čuti pritisk glede svojega videza.
3. Predvidevamo, da je večini žensk in moških zdravje pomembnejše od videza.
4. Predvidevamo, da je več moških kot žensk zadovoljnih s svojim videzom.
5. Predvidevamo, da ženske za doseganje želenega videza izberejo drugačne načine/sredstva kot moški.
6. Predvidevamo, da je v tehnološko razvitejših sodobnih družbah vitkost žensk in mišičnost moških bolj pomembna kot v tehnološko slabše razvitih sodobnih družbah. Predvidevamo, da je v manj razvitih družbah pomembnejša funkcionalnost telesa, torej sposobnost moškega, da opravlja težko fizično delo, in sposobnost ženske, da rojeva.
7. Predvidevamo, da imajo na podobo ideala telesa največji vpliv mediji, nato vrstniki in na koncu družina.

METODE DELA

V seminarski nalogi Družbena konstrukcija podobe idealnega telesa se ukvarjamo s predstavo o idealnem telesu, njenim razvojem skozi različna zgodovinska obdobja, vplivih nanjo. Obravnavamo tudi telesno samopodobo in sredstva, po katerih so ženske in moški pripravljeni poseči, da bi dosegli telesni ideal. Ker nas zanima, kako posamezniki vrednotijo svoje telo, kakšne telesne značilnosti se jim zdijo lepe, kako pomemben je zanje videz, kaj so za videz pripravljeni storiti, ali se jim zdi, da okolica pritiska nanje glede njihovega videza, smo se odločili, da bomo za pridobivanje empiričnih podatkov

uporabili metodo spraševanja – anketo. Izvedli smo jo 18. decembra 2015 na Gimnaziji Vič v enem oddelku vsakega letnika. Sodelovale so dijakinje in dijaki med 14. in 19. letom starosti. Anketirali smo 107 dijakinj in dijakov, dijakinj je bilo 61, dijakov pa 46.

IDEAL TELESA DANAŠNJEGA ČASA

KAJ JE LEPOTA

Ali je lepota mnenje gledalca ali lastnost gledanega? S tem vprašanjem se filozofi, in tudi ljudje na splošno, ukvarjajo že od nekdaj. V pojmu lepote se spajata biološka funkcionalnost telesa in družbeno določeni ideali. Prva je posledica evolucije. Osnovne telesne značilnosti, ki veljajo za lepe, naj bi pričale o preživetveni in reprodukcijski sposobnosti (Kuhar, 2004:14). V različnih kulturah kriterij lepote večinoma vodi do vprašanja »Kako zdravo izgleda ta oseba?«. Čista koža in močno vitko telo nakazujejo zdravstveno stabilnost telesa in ga s tem naredita privlačnejšega. Obstajajo pa tudi odstopanja, kot na primer dejstvo, da ljudi privlačijo simetrične telesne značilnosti, kar nima nobene veze z zdravjem.

Lepotni standardi za moškega in žensko se razlikujejo, kar je posledica delitve dela v preteklosti. Univerzalno lepe značilnosti za žensko so izrazite oči, gladka in čista koža, majhna čeljust, čvrste prsi in boki, telesna simetrija ter razmerje med pasom in boki okoli 0,7. Vsi ti znaki govorijo o mladosti, zdravju in visoki stopnji estrogena. Univerzalna moška lepota pa se izraža z visokim, mišičastim in mladostnim telesom, močno čeljustjo in čelom ter telesno simetrijo. Te lastnosti dokazujejo visoko stopnjo testosterona (Kuhar, 2004). Pomembni faktorji pri privlačnosti telesa so tudi vzravnana drža, nasmejan obraz in čistoča telesa (Siegfried). Vse te značilnosti so biološko pogojene, lepoto pa sestavljajo tudi družbeno določeni ideali. Idealna oblika telesa je posredovana preko kulture. Izgled telesa mora slediti obstoječim normam, s tem pa odseva družbo, ki ga obdaja. Družbeno določeni ideali so pogosto v popolnem protislovju s tem, kar je za telo zdravo in naravno. Primer tega je trend izjemno suhega ženskega telesa, ki je zajel zahodni svet. Tako suho telo nima bioloških prednosti pred normalnim, a je kljub temu bolj zaželeno. Za doseganje idealnih teles pa je potrebno veliko časa, energije in denarja. Zakaj potem toliko ljudi vложи vse to za to, za golo preživetje nerelevantno, lastnost? Za to je krivo delovanje družbe. Telo nakazuje status, bogastvo, moč, samonadzor, zdravje in zmožnost nekega človeka. Privlačen videz med drugim tudi obljublja dobro počutje, samozavest in visoko samopodobo. Ves denar, ki ga ljudje zapravljajo za izboljšanje svojega videza pa se steka v dietno, kozmetično in športno industrijo, ki v želji po večjem zaslužku še podpihuje nezadovoljstvo z naravnim telesom.

RAZVITE KULTURE

Z razvitimi kulturami poimenujemo moderne, tehnološko razvite kulture, z nerazvitimi kulturami pa poimenujemo predmoderne, tradicionalne, tehnološko nerazvite oz. slabše razvite kulture. V nadaljevanju bomo uporabljali izraza razvite in nerazvite kulture.

V današnjem času je telo predmet zanimanja tako strokovnjakov kot laikov. Južnič pravi, da človeško telo ni le biološka danost, pač pa tudi socialni konstrukt, ki se za lastno dobrobit mora prilagajati družbenim predstavam zaželenega telesnega videza (1998: 7–8). Ta je v družbi postal označevalec vrednosti, telo pa je postalo ključen dejavnik oblikovanja posameznikove identitete. Še vedno je medij samopredstavljanja in samopromocije, v primeru odstopanja od standardov sprejemljivosti pa tudi mesto stigmatizacije (Kuhar, 2004: 11).

Ideali lepote so neprestano spreminjajoči se konstrukt kulture, religije, vizualne privlačnosti, genetskega materiala, trženja in socioloških pojavov. V preteklosti, a tudi danes, so tisti, katerih videz ni ustrezal trenutnim normam, ki so jih običajno oblikovali ljudje na oblasti, trpeli posledice diskriminacije.

V vsakem zgodovinskem obdobju so lepoto in ideale telesnih oblik pojmovali drugače, z minevanjem časa in spreminjanjem idealov pa je mogoče opaziti, da se zahtevnost realizacije le-teh v zahodnih kulturah iz obdobja v obdobje stopnjuje. Kuharjeva ugotavlja, da k ustvarjanju družbenega pritiska, katerega cilj je samokritika vsakega posameznika in posledično prilagajanje njihovih teles na trenutni lepotni standard, najbolj pripomorejo mediji (2004: 41).

V nerazvitih področjih sveta ima telo še vedno funkcijo stroja za delo in reprodukcijo, medtem ko na Zahodu primerjamo svoja telesa z idealnimi, katerih je v oglaševanju in množični ter potrošniški kulturi vedno več (Kuhar, 2004: 12).

IDEAL ŽENSKE IN MOŠKEGA

Žensko telo je v sodobnih kulturah bolj kot telo moškega podvrženo ocenjevanju in dovzetno za psihični pritisk družbe in v njej prisotne ideologije. Bordojeva piše, da je moškim mnogo bolj pomembno, da je njihova partnerica vitka, te pa so običajno dovzetnejše za to, da se same sebi zdijo predebele (2007: 204). Zato je pri ženskah in dekletih bolj verjetno, da se bodo posluževale diet, neprimernega ravnanja z odvajali ter kompulzivne vadbe in so bolj ranljive za prehranske motnje kot moški.

Z zgodovinskega vidika je disciplina in normalizacija ženskega telesa izjemno obstojna in fleksibilna strategija družbenega nadzora. V današnjem času se je težko izogniti spoznanju, da sodobna obsedenost z videzom, ki še vedno močneje vpliva na ženske kot na moške, celo v naši narcisistični in vizualno orientirani kulturi deluje kot fenomen, ki zagotavlja prihodnost obstoječe ureditve spolov in jo varuje pred poskusi sprememb ali prenosa odnosov moči (Bordo, 2007: 166).

OBRAZ

Ena izmed najpomembnejših lastnosti človeka v povezavi z njegovim videzom so njegove obrazne značilnosti. Obraz vsake osebe je edinstven, enkratni, kljub temu pa se neprestano spreminja v skladu z občutki, ki jih oseba doživlja. Z obraza je z večjo ali manjšo gotovostjo mogoče razbrati starost, spol, rasno pripadnost, razpoloženje in čustva ter do neke mere tudi značaj osebe. Je medij verbalne komunikacije in pomemben medij neverbalne komunikacije ter glavni dejavnik pri dojemanju posameznikove lepote. Obraz simbolizira osebo. Bolj kot s katerikoli drugim delom telesa se z njim med seboj identificiramo kot *jaz* in *ti* (Synnott, 1993: 73).

Po današnjih lepotnih merilih ima ženska z zaželenimi obraznimi potezami in značilnostmi majhno brado, občutljivo čeljust, polne ustnice, visoke ličnice ter velike izrazite oči, ki so precej narazen – te lastnosti pričajo o mladosti, zdravju in visoki stopnji estrogena. Med privlačne obrazne značilnosti moških pa štejemo robustne in poudarjene poteze, kot sta dominanten obraz in brada pravokotne oblike, globoke oči in goste obrvi, kot lepi pa sta pojmovani tudi močna čeljust in čelo; te značilnosti kažejo na visoko raven testosterona. Omenjeni elementi privlačnosti se pojavljajo v večini družb in umetnostnih upodobitev, skozi čas in glede na kulturo se spreminjajo le estetska merila glede posameznih delov telesa, oblik in velikosti (Kuhar, 2004: 14).

OBRAZNA PORASČENOST

Med oblike obrazne porasčenosti štejemo brado, brke, zalizce, obrvi in trepalnice, poleg tega pa tudi dlake v nosu in ušesih, ki jih oba spola minimizirata. S fiziološkega vidika, moška brada ločuje spola v

okviru obrazne poraščenosti. Velikokrat je poudarjena pri mladih moških, katerim predstavlja simbol moškosti in odraslosti. Ženske, ravno obratno, pa se poslužujejo raznih oblik odstranjevanja »nezaželenih obraznih dlak«, kot jih poimenuje oglaševalska industrija. Večina moških, še posebej konvencionalni moški – poslovneži, odvetniki, zdravniki, bankirji in ostali, si odstranjuje dlake na obrazu. Videz je pri delu z ljudmi in javnostjo pomemben, zato jih podjetja zavračajo (Kanter v Synnott, 1993: 121).

LASJE

Lasje nosijo pomemben simbol individualne in skupinske identitete. Lasje, njihovo dožemanje in odnos do njih se med spoloma znatno razlikujejo. Pri ženskah postanejo pomemben del njihovega videza in se z njimi identificirajo, pri moških pa je spolna identiteta pogosto povezana z dlakami na obrazu in prsih kot simboloma moškosti.

Pri spreminjanju videza las družbene norme narekujejo različna vedenja ženskam in moškim. Najbolj očitna razlika med lasmi obeh spolov je, tradicionalno, da moški težijo h krajšim in manj oblikovanim lasem kot ženske (Synnott, 1993: 106). Dolgi lasje so v naši družbi dolga stoletja veljali kot seks simbol in znak, po katerem razlikujemo med spoloma. Privlačnost dolgih las sega daleč v zahodno mitologijo, do zgodb o Mariji Magdaleni, Motovilki, Lorelei in Lady Godiva.

Lasje obeh spolov se razlikujejo tudi v obliki oz. stilu. Lahko so skodrani ali ravni, speti ali razpuščeni, prepleteni ali povezani; obstaja tudi vrsta raznih dodatkov in okraskov, ki služijo olepševanju. Kljub raznovrstim stilom in številnim možnostim ženske bolj težijo k uporabi različnih stilov in jih pogosteje zamenjajo kot moški. Norme za moške navadno poudarjajo enoličnost in skupinsko identiteto. Synnott pravi, da je sprememba bistvo modne in konvencionalne ženskosti; monotonost, stabilnost in enoličnost pa je mogoče pričakovati od moških (Synnott, 1993: 107). Tradicionalne norme za nasprotna spola so, vsaj v okviru dolžine in oblike las, nasprotne.

Barva las je pomembna. Najbolj priljubljeni stereotipi o plavalaskah temeljijo na tem, da so neumne in se veliko zabavajo. Ta stereotip morda res ni resničen, kljub temu pa si ženske pogosteje barvajo lase na blond kakor na katerokoli drugo barvo. Razširjeno je prepričanje, da je blond predvsem barva za ženske, medtem ko so lasje moških prvobitno temnih barv. Svetli in temni lasje so kontrastni, socialno nasprotni in simbolično ekvivalentni barvama, značilnima za spola – modri in rožnati. Sivi lasje so pogosto prvi znak umrljivosti, zato se jih odstrani; ko se jih pojavi več, lahko oseba pomisli na barvanje. Na moškem so sivi lasje znak spoštovanja, pri ženskah se jih dojemata kot znak starosti (Synnott, 1993: 109). Tako je barva las tesno povezana ne le s konceptom ženskosti in lepote, temveč tudi z znamenji minljivosti v družbi, ki je usmerjena v mladost.

TELESNE ZNAČILNOSTI

Ena izmed glavnih lepotnih zahtev Zahoda, katere razmah je mogoče opaziti tekom zadnjega stoletja, je vitkost. Njena sprejetost v družbi in s tem pomembnost vsak dan naraščata, ko to vrednoto ponotranja vse več žensk. Mediji industrializiranih držav vztrajno spodbujajo ženske k oblikovanju telesne postave, čeprav je to v nasprotju z naravnimi nagnjenji njihovih teles po pridobitvi določene količine telesne maščobe.

Z vse bolj intenzivnim uveljavljanjem vitkosti v današnji družbi se je s časom vse težje približati ideji popolnega telesa. Zaželeno žensko postavo že nekaj desetletij postaja vse bolj vitka, situacija v realnem

svetu pa je vse slabša, saj medicinska statistika beleži, da postajata v zahodnem svetu v povprečju tako moška kot ženska populacija vse težji (Kuhar, 2004: 41). S tem, ko je vitko telo predstavljeno kot idealna oblika postave in ključ do zdravja in sreče, je vsakdo, ki standardu ne ustreza, podvržen depresiji, nizki samozavesti in splošnemu nezadovoljstvu nad lastnim telesom.

Kot lepotni ideal danes velja vitka ženska s čvrstim telesom krivulj peščene ure, oblikovanim z vadbo, z bujnim oprsjem, zagorelo poltjo in brez znakov staranja, ugotavlja Kuharjeva (2004: 41). Ker narava večine žensk ni obdarila s temi atributi, se poslužujejo številnih telesnih disciplin, kot so diete, telesna vadba in lepotna kirurgija, da bi dosegle normative potrošniške družbe. Suhljat videz je vse bolj cenjen, na debelost pa se gleda kot na nezaželeno. Pri reklamiranju izdelkov, naj bo to kozmetika, oblačila, avtomobili, čistila ali tehnika, največkrat opazimo zapeljive ženske podobe, ki velikokrat nimajo povezave z izdelkom.

Moški je ženskim očem bolj privlačen, če je visok in mišičast, če ima mladosten videz, je krepak in simetričnih oblik, njegovo telo mora biti vitko in športno. Idealna so široka ramena, mišičasto oprsje in biceps ter majhna zadnjica. Čeprav ima le malo moških tak genetski in hormonski ustroj, ki je potreben za realizacijo idealizirane mišičavosti, je vitki in mišičasti ideal ne glede na to moškim bolj dosegljiv kot ženskam njihov ideal vitkosti, saj bolj upošteva biološko osnovo (Kuhar, 2004: 43).

TELESNA PORAŠČENOST

Oba spola imata zaradi delovanja različnih hormonov različne vzorce porazdeljenosti dlak po telesu, še posebej na obrazu in prsih. Te majhne fiziološke razlike postanejo veliki socialni razločevalni znaki, ko nasprotna spola simbolično maksimizirata razlike med seboj. Moški tradicionalno minimizirajo količino las in dlak na obrazu – brijejo si brado in v primerjavi z ženskami skrbijo za kratke lase, si jih ne oblikujejo in ne barvajo; zato maksimizirajo dlake po telesu, piše Synnott (1993: 112–113). Dlake na prsih so pogosto znak moštosti in seks simbol. Ženske maksimizirajo svoje lase, a minimizirajo dlake po telesu. Pogosto odstranjujejo dlake na nogah in pod pazduho ter krajšajo sramne dlake.

OKRAŠEVANJE TELESA

Okraševanje telesa je del človekove narave. Od tehnološko najbolj nerazvitih do najbolj naprednih družb, od sto tisoč let nazaj do današnjega dne, je bil videz človeka vedno tako biološki kot kulturni konstrukt. Namen okraševanja telesa je bil najverjetneje ta, da so bile take spremembe telesa neprecenljivo sredstvo izražanja, poleg tega pa so pričale o prehodih med življenjskimi obdobji ter so bile posledica verskih prepričanj in lepotnih idealov.

V nerazvitih kulturah je bilo neoblikovano in neizdelano telo nepopolno, nedokončano in celo grdo. Telo so nato polepšali ne z zakrivanjem, pač pa z oblikovanjem in okraševanjem »naravnega« telesa. Metode, ki so jih pri tem uporabljali, so segale od začasnih poslikav do trajnih transformacij teles. Moderna kultura se prav tako oddaljuje od imitacije in upodobitve narave ter od ideala »naravnega« telesa. Primitivne kulture povezujejo »nenaravno« telo z družbeno strukturo in prehodi iz prejšnjih življenjskih obdobj v naslednja, v sodobni kulturi pa, ravno nasprotno, okraševanje telesa – oblačenje, uporaba ličil in obdajanje telesa z repertoarjem kratkotrajnih znamenj – deluje kot način izražanja »svobodnega« posameznika.

MODA

Moda ni le produkt sodobne družbe, je tudi del sistema ustvarjanja le-te. Ustroj mode razširja jezik znamenj, s katerimi obdajamo svoja telesa, v neskončnost, po drugi strani pa ustvarja novo vrsto začasno restriktivnih pravil: kar je danes moderno, je jutri že iz mode. Moda pomeni proizvodnjo spreminjajočih se sistemov znamenj in tako proizvodnjo sprememb znotraj sistema znamenj – kot pravi Baudrillardova, tvori »estetiko ponavljanja« (1993: 88). To spremeni materialne reči v indikatorje, ki kažejo drug na drugega in tako zabrišejo in nazadnje izbrišejo razliko med funkcijo in stilom – med npr. oblačili, namenjeni športni dejavnosti in »športnimi oblačili«.

TETOVIRANJE IN PREBADANJE

Dokazi o tetoviranju in podobnih praksah segajo v prve izmed človeških družb. Egipčanske mumije iz obdobja Srednjega kraljestva so razkrile obsežno kulturo okraševanja telesa. Po njihovem verovanju so neodtujljive tetovaže tega življenja lahko zamenjali za duhovne privilegije v naslednjem. Namen tetovaž v teh tradicionalnih kulturah je bil, da lastnikom zagotavljajo zdravje in jih varujejo pred zlim (Turner, 2000: 39).

Spremembe v naravi in namenu tetovaž kažejo na spremembe narave in namena družbenega življenja. Danes zanimanje za tetovaže ni več omejeno le na delavski razred, mladostniške kulture ali kriminalske skupnosti, kot je bilo v prejšnjih obdobjih zahodne industrializacije, saj so kot estetska pridobitev v družbi vedno bolj priljubljene. Turner pravi, da so postale stalen vidik potrošniške kulture, znotraj katere dodajajo kulturni kapital na površje telesa (2000: 40).

Prebadanje je še ena izmed danes priljubljenih oblik okraševanja oz. spreminjanja telesa. Tudi zgodovina te sega več tisoč let v preteklost. Tekom 16. stoletja so prakso prebadanja nosu prenesli z Bližnjega vzhoda v Indijo, od tam pa je prek hipijevske kulture prišla v ZDA. Praksi prebadanja jezika in ustnice izvirata iz obdobja Aztekov, posluževali so se jih iz verskih razlogov. V številnih nerazvitih družbah so prebadali ušesa, da bi odgnali zle duhove.

Sodobno tetoviranje in prebadanje sta prikaz »telesa kot projekta« kot praksi, namenjeni konstrukciji koherentnega občutka lastne identitete, saj, ugotavlja Sweetman, se številni pripadniki teh praks poslužujejo le-teh kot oblike »ustvarjanja sebe« (2000: 71). Zanje naj bi trajnost tetovaž pomenila dobro ustreznost za gradnjo konsistentne osebne zgodbe. Postmoderne prakse, ki vključujejo tetoviranje in nekatere oblike prebadanja, se od drugih načinov oblikovanja identitete razlikujejo v tem, da predstavljajo možnost obuditve občutka sebstva skozi trajnost na ta način pridobljenega telesnega okrasja.

NERAZVITE KULTURE

LEPOTA V MANJ RAZVITIH SODOBNIH DRUŽBAH

Tukaj imamo v mislih tehnološko zaostala plemena v Afriki, Aziji in Južni Ameriki. Tam se je čas v nekaterih pogledih ustavil in ljudje še vedno živijo po pradednih načinih življenja. Tako so to predvsem patriarhalne družbe, kjer oče oziroma starši odločajo o usodi otrok. Kot v prvih družbah je tudi tukaj pomembna reprodukcijska vloga ženske in zaščitniška vloga moškega. Poleg tega pa so različna plemena razvila svoje načine okraševanja oziroma oblikovanja telesa, s katerimi dokazujejo status in bogastvo.

Tajska: obroči, nošeni okoli vratu

Ženske tajskega plemena Pleme Padaung, okoli vratu, nog in rok nosijo debele obroče. Nekoč so bili obroči zlati, danes pa so bakreni.

Ta, že stoletja stara tradicija, naj bi se razvila zaradi zaščite pred ugrizi živali, najpogosteje tigrov, ki so ženske pogosto napadli med delom na polju. Manj privlačna je razlaga, da je bilo to sredstvo za kaznovanje žensk. Moški so svoje žene za nezvestobo kaznovali z odstranitvijo vratnih obročev. Ženskin vrat je bil prešibek, da bi nosil težo glave in ženska je bila povsem nebogljenka.

Postopek se začne že v starosti okoli pet let. Deklici pripravijo posebno slovesnost in ji nadenejo prve obroče. Količino obročev čez čas povečujejo in ženska ima v vrhuncu svoje lepote okoli vratu od 22 do 27 obročev, ki tehtajo tudi do 15kg. S tem so včasih kazali status, lepoto in moč posameznika, danes pa na žalost ta običaj služi predvsem turizmu. Že pred stoletji so ga namreč začeli opuščati, saj se je ženskam zdel nepotreben in sporen, v zadnjem času pa je ponovno zaživel kot turistična zanimivost tega dela sveta. Negativna posledica tega običaja je močno oslavljen vrat žensk (Dike, 2014).



Slika 1: Tajka z obroči okoli vratu, zapestij in gležnjev (Korzhev, 2013)

Mavretanija, Afrika: leblouh

Prisilno prenašanje deklet ali leblouh izvira iz 11. stoletja. Z debelostjo ženske se kaže njen status in bogastvo. Deklice so pri petih letih poslane na »redilne farme« kjer so primorane vsak dan, poleg zaužitja ogromno mastne hrane, spiti še okoli 20 litrov mastnega kameljega mleka. V primeru, da dekle bruha, jo prisilijo zaužiti lastno bruhanje in jo fizično kaznujejo tako, da dele telesa, npr. prste, stiskajo med dve palici in to povzroča bolečine. Dekleta redijo vse do poroke, do približno petnajstega leta. Leblouh je močno nezdrav zamlada dekleta, saj zaužijejo tudi do osemkrat več kalorij kot je priporočljivo, prav tako pa jim je prepovedano športno udejstvovanje.

V zadnjih letih se leblouh večinoma opušča, opravljajo ga le še v podeželskih in manj razvitih delih Mavretanije.

Afrika, Južna Amerika: ploščice v ustnicah

Etiopska plemena Mursi in Suri imajo v navadi, da ženski v starosti okoli 15 let izderejo spodnje sprednje zobe in zarežejo v ustnico, da naredijo prostor za ploščico. Čez čas vstavljajo vedno večje glinene ploščice. S tem zaznamujejo prehod v ženskost, prav tako pa status in bogastvo. Danes se dekleta sama odločajo za ta lepotni poseg.

Podoben običaj, le brez izdiranja zob, imajo nekatera amazonska plemena v Južni Ameriki, s to razliko, da ploščice nosijo moški govorniki ali poglavarji.

Ta običaj se večinoma opušča, le v Afriki je še vedno popularen, saj pripomore k večjemu turizmu (Ford, 2009).



Slika 2: Etiopsko plemensko dekle (Groom, 2014)

Afrika, Azija, Južna Amerika: raztegnjene ušesne mečice

Tako moški kakor ženske si v nekaterih plemenih, že od mladih let raztegujejo ušesne mečice. Za raztegovanje uporabljajo kamne, les idr. S časom se ušesna mečica vedno bolj raztegne. Starejši pripadniki plemena imajo bolj raztegnjene mečice in zato te nakazujejo modrost in starost. Ta lepotni trend se je zasidral tudi v modernem svetu, kjer si ljudje z vedno večjimi uhani prav tako raztegujejo ušesne mečice (Dike, 2014).

Nova Zelandija, Filipini: poslikava ali tetoviranje telesa

Novozelandsko pleme Maorov status in telesno privlačnost povečuje s tetoviranjem obraza in ostalih delov telesa. Za moške je značilna poslikava obraza, ritnic in stegen, ženske pa si obarvajo ustnice in lica. Poslikava je stalna, večinoma v temnih barvah in se nekoliko razlikuje od sodobnega tetoviranja v razvitih družbah. Namesto, da kožo predirajo z iglo, Maori s posebno napravo imenovano uhi v kožo izrezljajo drobne zareze. Koža je na mestu tatuja zato polna brazd in ni gladka kot pri sodobnem tetoviranju.

Podobno tradicijo imajo tudi filipinski domorodci. Zanje imajo poslikave poseben pomen, saj motivi predstavljajo duhove narave in naravnih pojavov, zato so motivi geometrični vzorci, ali pa podobe vzete iz narave.

Ker je ta primitivna oblika tetoviranja zelo boleča, se vedno manj mladih ljudi odloča zanjo, še vedno pa obstajajo starejši mojstri, ki jo ohranjajo pri življenju (Dike, 2014).

Srednja Amerika, Afrika, Bali, Avstralija: brušenje zob

V nekaterih kulturah so si ljudje v prehodu v odraslost sprednje zobe zbrusili v ostre konice. To naj bi jih približalo živalim, dokazovalo njihov višji status, v nekaterih kulturah pa so bili zobje celo povezani z jezo in zato jih je bilo potrebno preoblikovati. V Indoneziji si ženske zbrusijo zobe v prehodu v puberteto, da bi postale privlačnejše nasprotnemu spolu in si tako zagotovile boljšo poroko (Bryant).



Slika 3: Filipinsko dekle z obrušenimi zobmi (Ligaya, 2012)

Indija: nosni čepki

Ta telesni trend presenetljivo e služi polepšanju ženske, ravno nasprotno, nosni čepki naredijo osebo gršo. Ženske iz plemena Apatani so bile nekoč znane kot najlepše na tem območju, zato so jih sosednja plemena pogosto ugrabljala. Da bi zaščitilo svoje ženske si je pleme omislilo novo tradicijo. Po navadi si ženske poleg nosnih čepkov horizontalno po čelu narišejo še tatuje. Običaj z leti iz logičnih razlogov zamira, zato lahko to telesno okrasje vidimo le še na starih plemenskih ženskah.

Kljub temu, da se nam nekateri izmed teh običajev zdijo barbarski, nerazumljivi in močno škodljivi zdravju, ne smemo pozabiti, da se tudi razvite sodobne družbe poslužujejo zelo ekstremnih metod za doseganje lepote. Ali je hitro rejenje žensk hujše od hitrega hujšanja? Kaj pa vratni obroči in botoksni vsadki? Poleg tega se v tehnološko manj razvitih sodobnih družbah manjkrat pojavljajo prehranske motnje, zato še enkrat premislimo, predem označimo njihove lepotne ideale za absolutno napačne. Res pa je, da je večina plemenskih lepotnih posegov opravljenih zelo primitivno, brez anestezije, v nedezinfekciranem okolju.

Plemensko preoblikovanje telesa se močno razlikuje od našega oziroma tistega, ki je značilen za razviti svet. Nerazvite kulture telesni okras pogosto povezujejo z naravo in duhovi narave, z njim pa tudi predstavljajo svoj status v družbi.

TELESNA SAMOPODOBA

Telesna samopodoba je psihološki pojem, katerega pomen se razlikuje od enega razlagalca do drugega. Thompson v Kuhar (2004, 84) pravi, da je to naša notranja opredelitev zunanjega videza oziroma prepričanje o našem zunanjem videzu, medtem ko Schilder v Godec (2009) trdi, da je ta slika lastnega telesa, ki jo oblikujemo v mislih in je tudi odsev naših želja, ter interakcij z drugimi. Samopodobo ustvarjajo različne ocene lastne vrednosti, pri čemer nekatere s telesom niso povezane. Predstava o lastnem telesu oziroma telesna samopodoba je glavni del samopodobe in je povezan s spoštovanjem, ter ocenjevanjem samega sebe (Tomori v Barukčić, 2010).

Ocena lastne vrednosti oziroma notranji pogled, je povezan z občutji in mislimi, ki vplivajo na naše ravnanje v določenih situacijah. Občutja, ki tako izvirajo iz samopodobe so lahko pozitivna in ustvarjajo pozitivno samopodobo posameznika, ali negativna, in ta lahko vodijo celo v depresijo (Kuhar v Godec, 2009).

Kakšno samopodobo razvijemo je bolj kot od subjektivne presoje, odvisno od socialnega okolja v katerem živimo in se gibljemo. Posameznik sam zaznava kulturne standarde družbe v kateri je, in presoja v kolikšni meri se ujema s temi standardi (Kuhar v Godec, 2009), ter si želi zadovoljiti le-te. Pri tem smo različno uspešni, saj je dojemanje standardov povezano z našo samopodobo in tako jih vsak od nas doživlja drugače (Barukčić, 2010).

Telesna samopodoba ni nekaj, kar bi ves čas ostajalo enako, ampak se spreminja in je dovzetna za spremembe. Slednje so posledica novih socialnih izkušenj in informacij, ki vplivajo na naše mišljenje in občutke (Godec, 2009). Razvija se postopoma in na podlagi samoopazovanja, ter primerjanja (Dolenc, 2010).

Najbolj je prisotna v našem življenju v času pubertete, saj takrat postanemo občutljivi na spremembe, ki se začnejo dogajati z našim telesom in dovzetni za informacije iz okolja glede lastnega telesa. V tem času si tudi skladno s tem izoblikujemo odnos do lastnega telesa (Požun, 2009).

Že pred otrokovim desetim letom starosti telesna samopodoba predstavlja enega pomembnih pogojev duševnega zdravja, je Stein zapisal v Požun (2009). Da je zmožnost gibanja pomemben del otrokove smopotrditve, sta v Požun (2009) trdila tudi Tancig in Žmuc-Tomori. Dodala sta tudi, da to zaznavanje uspešnosti na športnem oziroma gibalnem področju tudi kasneje vpliva na samopodobo posameznika in uravnava njegovo ravnanje.

Franzoi in Shields v Požun (2009) sta zapisala, da samopodobo deklet sestavljajo predvsem telesna oziroma seksualna atraktivnost, deli telesa možni izboljšanja s kozmetiko in vajo (večinoma so povezani s težo), mišice in koordinacija. Za fante pa sta zapisala, da njihovo samopodobo sestavljajo predvsem telesna atraktivnost, pri čemer so najbolj izraziti predeli nos, usta, ušesa in spolni organi, telesna moč in fizične možnosti.

Samopodobo merimo na več načinov, vendar pa se najpogosteje uporabljajo vprašalniki, intervjuji in fokusne skupine. Večinoma določajo dva vidika telesne samopodobe, to pa sta zaznavni in subjektivni del. Točnost zaznavanja lastne predstave meri zaznavni del, medtem ko s subjektivni delom ugotavljajo stališče posameznika do telesnega videza (Godec, 2009). Kuharjeva (2004) pravi, da je najboljši način merjenja telesne samopodobe model s stopnjami motenosti, posameznike razvrščajo v stopnje

od nične motenosti do ekstremne. »Ljudje se večinoma uvrščajo v sredino lestvice, saj občutijo rahlo do zmerno zaskrbljenost ali nezadovoljstvo«, pravi Kuharjeva (2004) in dodaja, da je na ekstremni stopnji tega merjenja, telesna samopodoba tako motena, da škodi poklicnemu delu in socialnemu udejstvovanju posameznika.

Pogosto se zgodi tudi, da posameznik kaže drugačno samopodobo kot jo v resnici doživlja. Požun (2009) je tako zapisala: »Za navidezno samozavestjo in suverenostjo se pogosto skriva krhka, ranljiva samopodoba.« Pazljivi moramo biti, da ločujemo med navidezno pozitivno samopodobo in resnično, saj le na ta način lahko pomagamo osebi v stiski.

Dodati pa je potrebno tudi, da zadovoljstvo z videzom ni vedno povezano z objektivno estetiko, saj je svojim videzom lahko povsem zadovoljen tudi ne nujno privlačen človek (Tomorjeva v Godec, 2009). Samopodoba je tako več kot le zrcalna slika zunanje podobe in zato ni nujno v skladu z našo dejansko telesno strukturo (Požun, 2009).

NEGATIVNA TELESNA SAMOPODOBA

Cash v Godec (2009) opredeljuje negativno samopodobo kot nezadovoljstvo s posameznimi deli telesa. Nezadovoljstvo s telesom je definirano kot negativne misli in občutja v povezavi s telesom posameznika (Cash in Pruzinsky v Požun, 2009).

O negativni samopodobi je Youngs v Požun (2009) zapisal naslednje: »Če človek nima osnovnega samospoštovanja, ne čuti, da je vreden ljubezni, sreče, če se boji lastnih želja ali potreb, je njegova samopodoba nizka ne glede na druge njegove morebitne pozitivne lastnosti.«

Prevelika zaskrbljenost nad telesnim videzom lahko posameznika privede do psihične stiske in močno vpliva na kvaliteto življenja (Godec, 2009). Ločimo tri vrste oziroma stopnje negativne samopodobe in sicer subjektivno vrednotenje, afektivno doživljanje in vedenjsko motnjo. Afektivno motnjo predstavljata vznemirjenost in anksioznost zaradi lastnega videza, subjektivno vrednotenje pa se nanaša na zmotno zaznavane svojega telesa. Vedenjska motnja se odraža v neresničnih pričakovanjih glede določene značilnosti zunanje podobe (Kuhar in Costinova v Godec, 2009).

Kot posebno stopnjo negativne telesne samopodobe uvrščamo motnjo telesne dismorfije, ki jo povežemo s poslabšanjem posameznikove zmožnosti za učinkovito delovanje. Pri tej motnji je zaskrbljenost z videzom ekstremna, posameznik pa omalovažujoče gleda na lastno pomanjkljivost (Phillips v Kuhar, 2009).

Da pride pri posamezniku do negativne samopodobe, Porter v Požun (2009) trdi, da so pomembni predvsem trije vzroki. To so: posameznikovo pomankanje spretnosti, napačno samozaznavanje, in previsoko postavljeni cilji. Vse to lahko privede do tega, da je posameznik brezbrizen, pogosto slabe volje in neodločen, pogosto pa ga preganjajo tudi razni strahovi. Take ljudi je pogosto potrebno spodbujati, nad različne načine pa tudi iščejo pozornost (Juriševič in Popič v Požun, 2009).

Dodati je treba tudi, da lahko manjše stopnje negativne telesne samopodobe peljejo v domnevno koristno in zdravo prehranjevanje, ter telesno vadbo. Pri tem je potrebno biti pazljiv, saj so meje med stopnjami pogosto zabrisane in težko določljive (Kuhar, 2009).

ZGODOVINA TELESNEGA IDEALA

Podoba idealnega telesa se je skozi zgodovino pogosto spreminjala in se nagibala od ene skrajnosti k drugi, vendar pa je osnovno pojmovanje lepote ostalo nespremenjeno. Lepo je tisto, kar je nežno, čutno, opazovalca pritegne in nanj naredi prijeten vtis. Pri ljudeh je med lepo šteta čista, lepa koža (kar izvira iz težnje po čistosti, higieni), nežne in mile obrazne poteze, nasmeh, lepe oči, omikanost, prijaznost. Vendar pa je za idealno podobo potrebno še veliko drugih podrobnosti. Ker se v projektni nalogi predvsem osredotočamo na zahodne civilizacije, bo tudi v tem poglavju poudarek na le-teh.

PRAZGODOVINA IN STARE CIVILIZACIJE

Skozi večino človeške zgodovine so za lepa veljala zaobljena in bohotna ženska telesa ter atletska, mišičasta moška telesa. Pri ženskah je tak tip telesa izražal plodnost in izobilje, kar je bilo glede na žensko vlogo v družbi najnujnejše – da lahko rodi in nato skrbi za otroka. Družbena vloga moškega pa je bilo najprej lovljenje hrane za ženske in otroke, kar se je kasneje preneslo v drugačno obliko skrbi za družino – moški so zaposleni in so skrbniki družine.

Ideal ženske podobe se največkrat označi z imenom Venera. Prvi tak primer sega že v starejšo kameno dobo, natančneje 30.000 let pred našim štetjem. Že takrat je obstajalo idealno telo, vendar iz drugačnih razlogov kot danes, zato je tudi občutno drugačno. Tako imenovana Willendorfska Venera predstavlja absolutno nasprotje današnjemu idealu lepote. Njene obilne prsi, trebuh, stegna in zadnjica so izraz izobilja, plodnosti in preskrbljenosti s hrano. Podobno tudi upodobitve moških iz tega obdobja v glavnem prikazujejo mišičaste in še vedno rahlo obilne moške, kar tako kot pri ženskah pomeni preskrbljenost (Kuhar, 2004: 30).

Skoraj trideset tisočletij kasneje, v starem Egiptu, je nastal doprsni kip Tutankamonove matere Nefretete, ki se ji pripisuje status najlepše ženske v starem veku (že njeno ime samo pomeni »Lepota, ki prihaja«). Kot pravo nasprotje Willendorfske Venere je najbolj znana po vitkem obrazu in vratu, predstavlja vitkost in elegantnost (Kuhar, 2004: 30). Prav tako se od Willendorfske Venere razlikuje v podrobnostih na obrazu. Kjer Venera sploh nima izklesanega obraza, je pri Nefretete poudarek na obraznih potezah in je celo naličena. Tukaj se dobro vidi sprememba telesnega ideala z razvojem družbe. V času starega Egipta so bili (vsaj višji sloji) s hrano dobro preskrbljeni, zato obilnost ni bila več ideal, ampak sta jo zamenjali eleganca in vitkost. Podobno spremembo lahko opazimo tudi od srednjega veka do moderne dobe, ko je ideal spet vitkost.

Ideal telesa v antični Grčiji se vidi v številnih kipih, ki so v glavnem nastali v Klasičnem obdobju. Po večini so to moški akti, vendar je tudi veliko upodobitev ženskega telesa, ki pa je po navadi prekrito z draperijo. Iz tega sklepamo, da je bil poudarek idealnega telesa na moških. Pri kipih, kot je Metalec diska, vidimo, da je poudarek na atletske, mišičastem telesu, na gibčnosti, lepi drži, samoobvladanoosti. Ker so se stari Grki ravnali po pravilu zlate sredine, pa idealne podobe ni predstavljalo le lepo telo, temveč tudi dobre značajske vrline. Zanje je bila lepota »idealna lastnost, znak harmonije« (Kuhar, 2004: 37). Pomembna je bila simetrija, zlati rez, ravnotežje (grški umetniki so imeli celo oblikovan načrt natančne anatomije popolnega ženskega telesa). Hkrati pa so verjeli, da lepota telesa izraža božansko lepoto – lepoto duše. Pri moških naj bi tako lepo in mišičasto telo izražalo neodvisnost, samonadzor, moralno moč, neustrašnost – možatost (to so značilnosti herojev) (Kuhar, 2004: 37).

Podobno kot v antični Grčiji tudi umetnost Rimskega cesarstva povečuje vitko in mišičasto telo vojaka in zaničuje debelost. Ker pa so Rimljani ljubili gostije in pojedine, so hrano bljuvali, da se ne bi zredili (tako bulimično vedenje je bilo družbeno sprejemljivo). V nasprotju z Grki pa so se Rimljani bolj zanimali tudi za obrazne poteze, saj naj bi bil obraz zrcalo značaja (duše). To se vidi pri rimljan-skih kipih, ki imajo dodelane tudi obraze (Kuhar, 2004: 37–38).

SREDNJI VEK

V srednjem veku je lepotni ideal poudarjal razlike med družbenimi razredi. Zaradi slabe higiene v tem obdobju je bila najlepša čista koža. Nepravilnosti so kazale na nečistočo in s tem na nizek družbeni status. Prav tako je bila pomembna polt. Višji sloji so se od kmetov, ki so po cele dneve delali na soncu, ločevali po blede koži. Zato so jo pogosto, vsaj v poznem srednjem veku, poudarjali s pudranjem (tako ženske kot moški). Prav zaradi asociacije na nečistočo, ki je spremljala kožne nepravilnosti, se je v srednjem veku razširilo prepričanje, da je vse, kar je lepo dobro, in vse, kar je grdo slabo. Tako so stare ženske, ker so imele gube, veljale za grde, slabe in nevarne. Nasprotno pa je za stare moške veljalo, da so bolj častitljivi in izkušeni. Podobno se kaže pri vitezi, ki so pogosto imeli brazgotine na obrazih, vendar zaradi tega niso veljali za grde, temveč še toliko lepše, ker je bil to dokaz njihovega poguma. Tako se dobro kaže takratna vloga žensk in moških v družbi – vrednost ženske je bila neposredno povezana z njeno lepoto, vrednost moškega pa z moralnostjo značaja (Cabré, 2014: 122–124).

Ker je bil srednjeveški lepotni ideal povezan z razkazovanjem visokega družbenega statusa posameznikov, je bil ta ideal za ženske in moške dokaj podoben. Lepa je bila bela polt, svetli lasje, mehka koža brez nepravilnosti, visoko ukrivljene obrvi, ponekod celo visoko čelo, velike in okrogle oči, raven, majhen nos, polne, rdeče ustnice, lep vrat. Sicer je za lepo veljalo bolj sloko telo (vsaj pri mladih), ampak je bilo – zaradi nakazovanja na visok status – lepo tudi obilnejše telo. Ženske naj bi imele majhne, okrogle prsi in čim manj poraščeno telo (to so dosegle z depilacijo), kar je nakazovalo njihovo ženstvenost, moški pa so si kot nasprotje puščali brade, ki so bile znak njihove možatosti (Cabré, 2014: 126–127). Zanimivo pa je, da so od poznega srednjega veka do 19. stoletja telesa mladih moških veljala za zapeljiva in erotična. Sploh v 14. stoletju je poudarjanje delov telesa, povezanih s seksualnostjo, doseglo prvi vrhunec s kratkimi jaknami, razgaljenimi nogami ter oblikami genitalij, ki so bile vidne skozi oprijete hlače. Taka oblačila so od mladih moških tudi zahtevala atletsko postavo (široka ramena, ozki boki, vitke, a mišičaste noge), ki so jo lahko dosegli le z aktivno vadbo, kot je na primer jahanje, česar si nizki sloji niso mogli privoščiti (Kuhar, 2004: 38).

V času gotike pa so bili pri ženskah lepi zaobljeni trebui, ki so dajali videz nosečnosti. To naj bi nakazovalo na plodnost, ki je bila po izbruhu kuge v poznem srednjem veku velikega pomena. Prav tako, kot že od antike dalje, so bile lepe majhne prsi. Ta ideal se izvrstno kaže tudi na sliki Huga van der Goea, *Padec Adama* (Kuhar, 2004: 31).

15. DO 18. STOLETJE

V času renesanse v 15. in 16. stoletju so se umetniki zgledovali po antiki, zato je v ospredje spet prišla simetrija, harmonija in proporci, hkrati pa se je ohranil ideal čistosti, elegancije in gracioznosti iz poznega srednjega veka. Ideal za moške je zopet postal mišičasto atletsko telo (postava heroja), ženske pa so bile le nežnejše različice moških. Imele so manjšo glavo in bolj zaokrožene, mehke roke, noge in telo, drugače pa so bili proporci pri njih enaki kot pri moških. Splošen ideal je bilo mlado, vitko telo s

svetlo poltjo in lasmi (temno polt so povezovali s hudičem, deformacijo in suženjstvom). Zanimiv pa je citat Leonarda da Vincija: »lepota obraznih značilnosti je lahko pri več osebah enaka, a nikoli v isti obliki; njene oblike so tako raznolike kot število ljudi, katerim le-te pripadajo« (v Rogers, 2014: 129), ki kaže zelo napredno razmišljanje. Čeprav je Leonardo avtor znanega Vitruvijskega človeka, kjer so jasno izraženi proporci popolnega telesa, zagovarja idejo, da se lepota (obraza) sicer razlikuje od človeka do človeka, vendar so vsi ljudje lepi (Rogers, 2014: 126–127).

V 17. stoletju se značilnosti baroka kažejo tudi na idealu telesa. Idealno moško telo postane obilnejše, obleke pa so zelo pompozne. Idealno žensko telo je zopet bolj zajetno, z okroglim trebuhom. Ta ideal se odlično vidi na Rubensovih *Treh gracijah*. Lepe so še vedno majhne in čvrste prsi, veliko oprsje naj bi imele le grde, stare ženske – čarovnice. Proti koncu 17. stoletja pa se to spremeni. Idealne postanejo večje, bolj okrogle prsi, ozek pas in zajetni boki ter zadnjica. Kot pravi Kuhar (2004: 31), sta »prsi in zadnjica postali in ostali bolj erotični kot trebuh«. Ta ideal se je prenesel na začetek 18. stoletja, ko je postal idealen »osji« pas, ali t. i. oblika peščene ure. S tem je damski videz postal eleganten in mil. Do konca 18. stoletja so bili v uporabi že stezniki, krinoline in podložki pod pasom, ki so skrbeli za privzdignjeno oprsje, ozek pas in obilne boke ter zadnjico (Kuhar, 2004: 31).

Do okoli 18. stoletja so človeško telo dojemali kot spolno neopredeljeno in splošno. Moško telo je bilo norma, izvirno, žensko telo pa je bilo le drugače urejeno (tudi spolni organi naj bi bili isti, le znotraj telesa). Z 18. stoletjem pa je razvoj znanosti pokazal biološke razlike med spoloma. Proti koncu 18. stoletja se je pojavila tudi predstava o seksualnosti kot edninskem in temeljnem človekovem atributu. S tem se je poudarjanje razlik med spoloma povečalo, posledično pa tudi neenakost med spoloma. Žensko telo, tako kot um, naj ne bi bilo dovolj močno, da bi le-ta skrbela in se odločala sama zase. (Laquer v Shilling, 2003: 38) To idejo so z idealizacijo osjega pasu in uvedbo steznikov le še utrdili in se je tako še dolgo obdržala.

19. DO 21. STOLETJE

Skozi 1. polovico 19. stoletja so lepotni ideali ostali več ali manj enaki idealu, 18. stoletja. Idealno žensko telo je bilo še vedno v obliki peščene ure, za kar so skrbeli stezniki. Tudi obilnejša postava je bila še vedno lepa, saj je izražala bogastvo in visok družbeni status, tiste s suho postavbo pa so dojemali kot »dihajoče okostnjake«. S pojavom (erotične) fotografije in popularnosti gledališča v 2. polovici 19. stoletja, se je razširila priljubljenost obilnejših postav, z igralkami kot je Lillian Russell na čelu. »Na višku modnosti zajetne postave v 80. letih 19. stoletja so se mlade ženske obremenjevale s problemom, da so presuhe« (Kuhar, 2004: 32). S koncem 19. stoletja in širjenjem znanja in izobraženosti (v višjih slojih) so se ljudje zopet bliže spoznali z antično umetnostjo. To je prineslo pojav nove oblike idealnega telesa in spremembe v negi telesa. V univerzah (ki so jih večinoma obiskovali le moški) so po antičnem zgledu uvedli športne dejavnosti. Samo študiranje naj ne bi zagotovilo zadostne kultiviranosti in naj samo po sebi ne bi bilo zelo relevantno za življenje, zato naj bi študenti to kultiviranost dosegli s športom in športno kulturo, kot v antični Grčiji. To je privedlo do idealiziranja bolj atletske moške postave, hkrati pa tudi do bolj zdrave in normalne (včasih celo bolj atletske) idealne ženske podobe. Tako se je na prelomu iz 19. v 20. stoletje začel boj proti debelosti (Hau, 2014: 149–157).

Hkrati pa se je z afero okoli Dreyfusa leta 1894 še povečal pomen močnatosti, ki se je ohranil in celo stopnjeval skozi celo 20. stoletje in je v veliki meri prisoten še danes. Alfred Dreyfus je bil Jud, ki so ga obtožili prodaje francoskih vojaških skrivnosti Nemcem. Škandal, ki se je okoli tega razvil, je okrepil in prenovil stereotipe glede judovske pomanjkljive močnatosti. Začelo se je širiti prepričanje, da Judje

niso zvesti Franciji, hkrati pa, da niso dovolj pogumni in močni za vojake. Tako so se moški začeli truditi biti še bolj možati, da bi se bolj razlikovali od Judov (Hau, 2014: 158).

Če se je v antiki verjelo, da se lepota osebnosti posledično izraža v fizični lepoti človeka, se je na prelomu iz 19. v 20. stoletje izoblikovalo prepričanje, da fizična lepota in lepo telo izboljšata osebnost (lepim ljudem pripišemo dobre karakteristike na podlagi videza). Za uspešnost v poslovnem in osebnem življenju je postal videz izjemnega pomena, zato se je tudi povečala uporaba ličil, število lepotnih operacij ipd.

Na začetku 20. stoletja je dojemanje lepote zaznamoval pojav t. i. Gibsonovega dekleta, ki je predstavljalo ameriški ideal pred prvo svetovno vojno. Gibsonovo dekle je za časnik *Life* narisal Charles D. Gibson, eden prvih popularnih ameriških ilustratorjev (Mazur v Kuhar, 2004: 33). Ta ideal je združil nekatere značilnosti idealov iz prejšnjega stoletja z nekaterimi novimi značilnostmi. Gibsonovo dekle je bilo vitko (a ne krhko), z obilnim oprsjem in boki. Visok videz je doseglo z visokimi petami in spenjanjem las na vrhu glave. Predstavljala naj bi videz atletske ženske, moškemu enakovredne ravno toliko, da je lahko vstopila na trg delovne sile.

V povojnem obdobju je Gibsonovo dekle zamenjalo »nedoraslo« (angl. flapper) dekle s ploskim oprsjem. Z modo, v kateri se je pas premaknil občutno nižje, je bil ozek pas skoraj neizbežen. Tako se je fokus premaknil z oprsja in bokov na noge, ki so jih razkrivala kratka krila. Da bi dosegle ta videz, so si številne ženske povezovale prsi, da bi sploščile svojo postavo (s tem razlogom je bil izumljen modrček). V tem obdobju je prvič prišlo do epidemije motenj hranjenja (Kuhar, 2004: 33). V 20. letih je bil pri videzu moškega poudarek na elegantnih oblačilih, v filmih in na fotografijah se je le redko pojavilo razgaljeno moško oprsje. Če se že je, pa ta moški ni imel zelo izrazitih mišic.

S krajšanjem ženskih kril pa se je pojavil pritisk na ženske, da morajo imeti noge gladke. Ameriške tovarne pripomočkov za depilacijo pa so napadle tudi dlake pod pazduho. V dvajsetih letih se je tako začelo neutrudno odstranjevanje dlak (Kuhar, 2004: 34).

S povojno depresijo se je obdobje idealne podobe nedoraslega dekleta končalo. Zopet se je uveljavila idealizacija velikega oprsja in ozkega pasu. Pojav Hollywooda pa je ženskam prinesel še dodaten pritisk s popolnimi igralkami, ki so od 30. dalje postavljale lepotne standarde. V tridesetih sta bili to prsati igralki Jean Harlow, Mae West in druge.

V štiridesetih, še bolj pa v petdesetih letih, se je s holivudskimi moškimi idoli pojavil kult mišičastega moškega. S pojavom mišičastih igralcev, kot sta Kirk Douglas in James Dean, se je med moškimi razširil t. i. bodybuilding.

V petdesetih sta filmska in modna industrija promovirali globoke dekolteje, ozke pasove in široke boke. Fokus se je z nog premaknil nazaj na oprsje. V tem obdobju je na platno stopila Marilyn Monroe in skupaj z Jane Mansfield postala lepotna kraljica platna, v Evropi pa je bila to Sophia Loren. Poleg telesa v obliki peščene ure pa je takrat za idealno telo veljalo tudi bolj vitko, manj prsato telo (Audrey Hepburn in Grace Kelly).

V šestdesetih se je pojavila popularnost mini kril, kasneje pa kavbojk, s tem pa se je pozornost zopet premaknila na spodnji del telesa. Hkrati se je tudi večala popularnost francoskega bikinija, zato se je

na ženske povečal družbeni pritisk po bolj suhem telesu. S tem se je pojavila potreba po dietah. Tako se je sredi šestdesetih na modni sceni pojavila Leslie Hornby Armstrong, z vzdevkom »Twiggy« (suhica). Njene fotografije so bile predstavljene na straneh uglednih revij (npr. Vogue), leta 1966 pa je bila imenovana za model leta. Postala je vzornica generacije žensk, ki jim je sporočala, da je z vitkostjo mogoče doseči svobodo, eleganco, uspeh. Tako je ideal postala vitkost. Mnogi povezujejo prevlado Twiggy na modni sceni z znatnim naraščanjem motenj hranjenja, do katerega je prišlo v tistem obdobju. Od tega obdobja dalje pa se tudi beleži nenehno naraščanje števila deklet in mladih žensk z anoreksijo (Kuhar, 2004: 35).

S povečanjem popularnosti stripov med mladimi (predvsem fanti) se je mišičasti ideal še dodatno razširil, saj te zgodbe najprej vsadijo željo po tem, da bi bil superman, nato pa reklame obljubijo, da lahko to uresničijo. Dodatno se je kult mišičnosti še povečal s pojavom igralcev kot je Arnold Schwarzenegger in akcijskih figuric kot je G. I. Joe (Forth, 2014: 136–139).

V poznih 70. in v 80. se je pojavila še »manija« fitnesa za ženske. Ženski ideal je postala vitka, čvrsta in prožna postava (Jane Fonda). V tem obdobju se je veliko žensk začelo ukvarjati z bodybuildingom. V 90. pa je zaradi ponovnega pojava vitkih modelov prišlo do idealizacije t. i. »heroinske elegance«. Modne hiše so najemale zelo suhe modele in jim nadevale črni make-up za oči, modro črtalo za ustnice – videz stereotipnih uporabnikov heroína. Ta trend pa je takratni ameriški predsednik Bill Clinton prepovedal, ko je ena izmed manekenk umrla zaradi heroína (Kuhar, 2004: 35–36).

Ranljiv videz modelov se je ohranil še danes, vendar pa so kot najbolj zaželene ženske 21. stoletja najpogostejše omenjane igralke z vitko postavbo in oblinami, s čimer še vedno ohranjajo težko dosegljive standarde.

VPLIVI NA KONSTRUKCIJO IDEALNEGA TELESA

VPLIV MEDIJEV NA KONSTRUKCIJO IDEALNEGA TELESA

Vsem je dobro znano, da se je skozi čas zanimanje za telo spreminjalo. Dejstvo, da ima v današnjih modernih družbah velik pomen izgled, postava ali na splošno rečeno lepota, nam prav tako ni tuje. Se pa uporabniki množičnih medijev velikokrat ne zavedamo, da so lepota in vsi ideali, ki smo jim priča praktično na vsakem koraku, tržno in potrošniško usmerjeni. Množični mediji kot so radio, televizija, tiskani mediji in internet nam približujejo svet, hkrati pa nam podajajo svoje mnenje in nam ga včasih celo vsiljujejo na naši podzavestni ravni (Mahne, 2005: 29–30). Tako je tudi v svetu mode in lepote. Množični mediji širijo idealizirane podobe ljudi, s tem pa podpihujejo vitek tip telesa, ki ga označujejo kot idealnega. Poleg tega pa velikokrat prav ta ideal prinaša milijonski zaslužek komercialnim medijem. Na vsakem koraku lahko tako zasledimo najrazličnejše oblike oglaševanja in nasvetov v boju proti debelosti. Zaradi zaslužka pa gre marsikdaj le za širjenje lažnih ali spornih informacij, ki imajo lahko velik vpliv na posameznika. Potrditev, da so mediji »oblikovalci idealov«, lahko vidimo iz enotnega splošnega standarda lepote in mode. Splošno rečeno idealno žensko telo predstavlja vitkost, moško pa mišičnost. Marsikateremu posamezniku so to standardi, katerim sledi, da bi ugajal sebi kot tudi družbi, v kateri živi.

Videz in oblika telesa imata skozi celotno zgodovino velik pomen, le da se ideali le teh dveh spreminjajo. Sta namreč primarni izraz posameznikove identitete, nekakšno »nastopajoče sebstvo« (Featherstone v Kuhar, 2004: 62) in igrata pomembno vlogo v človekovem življenju. Od njiju je velikokrat odvisno, koliko prijateljev ima oseba, kakšno samopodobo ima, kako uspešna je pri svoji karieri oziroma kako srečna je. Vse od 20. let 20. stoletja ima Hollywood veliko vlogo pri ustvarjanju telesnih idealov. Kozmetična, modna in oglaševalska industrija idealizirane podobe podpirajo, saj si želijo čim večji dobiček. Ker gre za nekakšen začaran krog, kjer posameznik kljub uporabi najrazličnejših zdravil in metod ne more doseči ideala, jim je to vsekakor zagotovljeno. Mediji pa pod vplivom tovrstne industrije ljudem predstavljajo, kakšni naj si želijo postati.

»Telo, ki je vidno, simbolizira lastnikov status in njegovo vrednost.« (Kuhar, 2004: 62). Vrednosti telesa so mladost, zdravje, čilost in lepota, ki ima v različnih kulturah drugačen pomen. Telo se samoizraža oziroma samopredstavlja in je poleg sredstva užitka tudi izjemno tržno blago. Potrošniška družba in industrija sta ustvarila idealne podobe telesa, ki so večvredna in edina sprejemljiva. Posledica tega je, da ljudje vedno več časa in pozornosti posvečamo telesu. To pa edino zato, da bi izpolnili zahteve družbe po lepoti in idealih. V svetu prevladujejo dominantne norme videza, ki jih predstavlja ameriški ideal lepote. Za največ vredno tako velja vitko in zdravo telo belca. Ker posameznik lepote ideale, ki mu jih predstavlja družba ponotranji, se velikokrat zgodi, da ima oseba težave s telesno samopodobo, v kolikor ne dosega željenih telesnih standardov.

Oglaševanje in marketing imata kritičen odnos do telesa, ki je poblagovljeno, zato marsikdaj prihaja do negotovosti in nezadovoljstva predvsem med ženskami, čeprav je vedno več tega tudi med moškimi. V 70. letih se je postopoma ustvarjal lepotni mit. Gre za ideologijo, ki je izpodrinila, da naj bi bila glavna vloga ženske biti žena in mati. S tem so želeli zagotoviti, da bi zaposlene ženske kupile prav toliko kot so pred tem, ko v službo še niso smele hoditi in so imele cel dan čas za nakupovanje. Ker so kriteriji idealnega zelo visoki, jih malokdo doseže, s tem pa se poveča delež nezadovoljnih, ki kupijo več izdelkov, kar je seveda v interesu industrije.

Podobe idealnih teles, ki so največkrat nerealne, najdemo povsod: na televiziji, v filmih, časopisih in

revijah, kjer je vedno več strani posvečenih lepotnim temam. Velikokrat lahko bralec revij naleti na protislovja. Tako se na primer le nekaj strani naprej od receptov pojavijo nasveti za hujšanje ali pa je poleg oglasa s sladkarijami tudi oglas za opremo za vadbo.

Veliko žensk je obremenjenih s svojim videzom, kar je v veliki meri posledica idealiziranega ženskega telesa, ki se pojavlja v medijih in v najrazličnejših oglasih. Mediji tako predstavljajo zaželeno podobo ženske in s tem spodbujajo k uporabi sredstev za lepšanje in hujšanje. Lahko bi rekli, da mediji narokujejo definicijo, kakšna naj bo ženska, da bo lepa, uspešna, srečna in vredna ljubezni. Moramo pa vedeti, da niso le ženske tiste, nad katere pritiskajo mediji s svojimi ideali. Vse več moških je namreč nezadovoljnih s svojim videzom, zato jih tudi vedno več troši za dosego idealne postave. Razlika med realno in medijsko podobo telesa je zelo velika in zaradi primerjav lahko pride do občutka manjvrednosti, manj privlačnosti ali celo do zelo velikega nezadovoljstva. Posledice družbenih pritiskov na posameznika pa so vidni v slabi telesni samopodobi.

Velik pomen pri ustvarjanju odnosa do svojega telesa ima tudi vzor medijskih likov. Mladostniki so največkrat izpostavljeni telesnim idealom, ki jih imajo njihovi vzorniki in idoli. Zaradi telesne podobe lahko pride do neugodnega počutja, izgube samozavesti ali celo do depresije, ki lahko vodi v motnje hranjenja. Mladostniki se morajo tako naučiti kritično presoati in prepoznavati medijske pritiske. Ko se posameznik nauči kritično ocenjevati in presoati, si velikokrat ne izbira več vzorov pri medijskih likih. Takrat postanejo pomembnejši prijatelji in družina.

Velikokrat se je pojavilo vprašanje, zakaj na primer modna industrija ne začne oglaševati realne podobe telesa. Odgovor je preprost. Če bi oglaševalci začeli videz telesa prikazovati stvarno, potem posameznik ne bi občutil pritiska in s tem tudi ne bi imel potrebe po nakupu izdelkov »za lepo telo«. Posameznik bi se najverjetneje počutil zadovoljeno, saj bi njegovo telo ustrezalo medijskemu modelu. Vendar pa v interesu oglaševalcev ni zadovoljstvo, temveč dobiček (Kuhar, 2004).

Kulturni in družbeni dejavniki vplivajo na naše predstave o idealnem telesu, o pomenu lepote, ki je le slika iluzije. Množične medije lahko poimenujemo tudi kot »novo vejo oblasti«, saj nam približujejo svet in nam podajajo mnenje. Vsi pa smo le pasivno občinstvo, ki »vsrkavamo« mnenja in ideje zaželenega. Mediji so pravi naslov za oblikovanje telesne podobe. Na odrasle najbolj vplivajo modne revije, oglasi. Mladi pa najbolj sledijo družabnim omrežjem, preko katerih si oblikujejo iluzijo idealnega telesa. (Družbeni mediji lahko negativno vplivajo na telesno podobo mladostnikov, 2015). V današnjem času je vedno več oglaševanja in s tem so povezane tudi želje po idealnem telesu, kakršen je predstavljen v oglasih (Mahne, 2005: 29–34).

Telo je pomembno predvsem zato, ker predstavlja našo zunanjo podobo in s tem povezan vtis, ki ga naredimo na druge ljudi. Fizični izgled telesa namreč kaže značilnosti naše identitete in družbenega sloja, kateremu pripadamo. Slednji pa je pomemben za navezovanje stikov, prijateljstvo, iskanje ljubezni in službe ter stopnje priljubljenosti v družbi (Počkar, 2011: 15–16).

Ženske so velikokrat omenjene kot »lepši spol«, s tem pa lahko povezujemo večji pritisk, ki ga doživljajo zaradi svoje telesne podobe v primerjavi z moškimi (Marovt, 2008: 28–29).

Na našo telesno samopodobo, ki predstavlja, kako močni so pritiski zunanjih dejavnikov na našo postavo, poleg množičnih medijev vplivajo tudi moda, družina in prijatelji oziroma vrstniki. Intenziv-

nost teh faktorjev se seveda skozi različne faze socializacije spreminjajo. Dejstvo pa je, da tako moda kot tudi družina in prijatelji predstavljajo značilnosti družbe, kateri pripadajo. Družba se nenehno spreminja in ustvarja nove ideale, katere potem preko množičnih medijev ponotranjimo in na podlagi katerih si ustvarimo mnenje o tem, kaj je lepo.

MODA

Moda je pomemben faktor, ki vpliva na družbo, preko katerega množični mediji posredujejo svoj lepotni ideal. Nova oblačila in trende vedno predstavljajo modeli z idealno postavbo in videzom na sploh. Želja po tem, da bi nosili nek kos modnega oblačila tako še poveča željo po oblikovanju idealnega telesa. Moda narekuje stil oblačenja in je v veliki meri omejena le na vitka telesa tako žensk kot tudi moških. Ker se modni ideali nenehno spreminjajo, mora tudi posameznik v skladu s temi skrbeti za svoje telo in ga oblikovati. Vse več je modnih smernic, ki v ospredje postavljajo zelo razgaljena oblačila. Tako ljudje, ki so močnejše postave oziroma niso zadovoljni s svojo telesno samopodobo, takšnih oblačil preprosto ne morejo nositi, ker se v njih ne počutijo dobro. Velikokrat se v posamezniku vzbudi občutek manjvrednosti, s katerim je povezana izguba samozavesti in seveda se pojavi želja po preoblikovanju telesa. Nekateri se v obupu odločijo za operacijo, spet drugi pa se raje omejujejo pri hrani. Tako lahko množični mediji s svojo predstavo ideala in modo, ki je povezana z njim, postanejo vzrok za hude motnje hranjenja. Poleg tega pa je izbira modnih kosov večjih števil veliko manjša.

VPLIV DRUŽINE, PRIJATELJEV IN VRSTNIKOV

Na oblikovanje posameznikovega življenja v veliki meri vpliva tudi družina. Ta daje otroku prve napotke o negi in odnosu do telesa ter o njegovi pomembnosti v družbi. Družina je tudi prva, ki postavi vrednostna merila telesa, na podlagi katerih potem otrok oziroma mladostnik oblikuje svojo identiteto in samopodobo. Velikokrat otroci svoje starše posnemajo. Tako ima na primer hčer, katere mater je nezadovoljna s podobo svojega telesa, izpušča obroke in se vsak dan tehta ali pa se preprosto veliko ukvarja s svojim telesom, veliko možnosti, da razvije negativno telesno samopodobo. Prav slednja pa je lahko tudi posledica kritik družinskih članov ne glede na starost posameznika. Družinski člani si velikokrat zaradi sorodstvenih vezi dovolijo bolj kritično ocenjevati in primerjati telesno podobo in lepoto. Po navadi so pri tem najbolj kruti bratje in sestre. Seveda pa je potrebno poudariti, da vpliv družine v večini primerov ne predstavlja tako velikega pritiska kot denimo mediji. Veliko pa je odvisno tudi od samih razmer, ki vladajo v družini. Če je zgled staršev dober, se v veliki meri oblikuje pozitivna telesna samopodoba njihovih otrok in obratno. Na telo mladostnika tako vplivajo tudi starši, katerih naloga je, da telo povezujejo z zdravjem in svojemu otroku pomagajo, da se nauči ločiti med realnostjo in fantazijo (Godec, 2009: 31–33).

Velik pritisk na konstrukcijo svojega telesa lahko posameznik občuti tudi s strani prijateljev in vrstnikov. Prijatelji lahko vzpodbudijo pozitivno telesno samopodobo v posamezniku, vendar gre na žalost največkrat za ravno obratno situacijo. Opazke, kritike in pripombe ali celo draženja vrstnikov lahko za vedno zaznamujejo mladostnika, ki si ne le oblikuje negativne telesne samopodobe, temveč lahko celo izgubi samozavest in postane depresiven. Velikokrat pa so med mladimi prisotne tudi medsebojne primerjave lepote teles. Mišljenje, da sam nisi tako lep kot drugi lahko prav tako privede do depresivnega občutka žalosti. Pomen družine kot tudi prijateljev postaja s starostjo vedno večji (Verdnik, Vrečko in Marcen, 2009: 23–24).

Pritiski iz vseh strani našega družbenega okolja so zelo veliki in velikokrat potekajo na nezavedni ravni, vendar pa nas lahko njihove posledice zaznamujejo za vse življenje.

OTROCI IN LEPOTNI IDEALI

Že v primarni fazi socializacije otroci preko opazovanja in posnemanja spoznavajo značilnosti lepega. Deklice se rade igrajo s punčkami Barbie, jim urejajo pričesko in izbirajo modna oblačila, ki so največkrat v roza barvi. Fantje pa v svojem prostem času radi z lutkami močnih in pogumnih super junakov rešujejo svet. Seveda so takšne lutke kot je na primer Spiderman zelo mišičaste. Tako se preko oglaševanja in samih risank otroci srečajo z lepotnimi ideali kot sta vitkost in mišičnost. V pravljicah in risankah je telesna lepota lika največkrat povezana s prijaznostjo, srčnostjo in dobroto, zato se že pri otrocih vzbudi želja po doseganju idealov.

Lutka Barbie in risani junaki:

Lutka Barbie je produkt modne industrije in predstavlja standardizacijo ženske fizične lepote. Lahko bi rekli, da v popolnosti dosega merila idealnega v današnjem svetu, čeprav so razmerja njenega telesa povsem neskladna. Mnogi zato lutki zaradi njene nerealnosti nasprotujejo. Lutka predstavlja lastnosti, ki so za žensko zaželene. To so vitka postava, dolge noge, raven trebuh, ozek in visok pas, ozki boki, meča in gležnji, bolj poudarjena pa so le zadnjica in prsi. Seveda je tudi njen obraz brez gubic in ostalih napak, njene ustnice so poudarjene, nasmeh je bel, koža pa gladka, sijoča in napeta (Zupan, 2008: 19–24). Risani junak Spiderman predstavlja vzor marsikateremu otroku. Fantje se navdušujejo predvsem nad močjo in Spiderman ter njemu podobni idealizirani liki predstavljajo moško telo z veliko mišicami v povezavi z dobrimi človeškimi lastnostmi. Prav to pa še poveča število fantov, ki mu želijo biti podobni. S tem, ko otroci preko igre spoznavajo idealne podobe odraslih oseb, je meja med otroštvom oziroma mladostjo in odraslostjo vedno bolj zabrisana. Otroci si zaradi lepote in dobrih lastnosti želijo postati podobni Barbie oziroma Spidermanu. Želja po idealnem telesu iz otroštva je lahko pri posameznikih tako močna, da se nadaljuje tudi ko odrastejo.

NAČINI ZA DOSEGANJE IDEALNEGA VIDEZA

V tem poglavju seminarske naloge Družbena konstrukcija podobe idealnega telesa obravnavamo najpogostejše načine, s katerimi posamezniki dosegajo želeni telesni videz. Poglavje je tako razdeljeno na tri podpoglavja - Diete, Lepotna kirurgija in Telesna vadba.

DIETE

Dieta ni pojav modernega obdobja, torej 20. in 21. stoletja. Beseda izvira iz grške besede »diaita«, ki pomeni način življenja (Turner v Kuhar, 2004: 106). V preteklosti so bile diete del posta – verniki so se hrani odrekli, da bi se približali bogu, z zmožnostjo daljši čas ostati brez hrane so dokazovali moč svoje volje, odločnost, čistost duha. Postenje je bilo kolektivna dejavnost. Danes v tehnološko razvitejših družbah z dietami razumemo predvsem tehnike oblikovanja telesa: večinoma gre za zavestno omejitev vnosa kalorij, da bi zmanjšali telesno težo. V mnogih tehnološko manj razvitih družbah pa se dieta še vedno enači s postenjem oz. religioznim ritualom (Counihan in Hepworth v Kuhar, 2004: 108).

Pojav diete kot shujševalne kure je posledica želje po lepoti, vitkosti (Pečarič, 2011: 22). Za različne diete se odločajo predvsem ženske, zanje diete predstavljajo življenjski slog, saj je v sodobnem razvitem svetu vitkost ideal ženskosti. Na zunanjo podobo ženske se gleda kot na odraz njenega značaja, vitkost kaže njeno odločnost, samodisciplino in močan značaj. Debelost se, nasprotno, v tehnološko razvitejših družbah pogosto enači s šibkostjo volje in z neobvladovanjem lastnega življenja. To velja tako za ženske kot moške.

Že v preteklosti so se ženske prehranjevale drugače kot moški: jedle so manj in slabše (Wolf v Kuhar, 2004: 106). Moški so bili tisti, ki so finančno preskrbovali družino, hodili na delo, zato je bil njihov obrok največji in najbolj hranljiv.

Moške revije danes oglašujejo diete z nizko vsebnostjo maščob (Grogan v Jančičjevič, 2005: 65), vendar moški redkeje hujšajo kot ženske, ker s hujšanjem ne dosežejo moškega lepotnega ideala, namreč mišičnosti, poleg tega pa sta pri moških dobro počutje in videz bolj pomembna kot vitkost (Jančičjevič, 2005: 65).

Posamezniki pogosto zgolj premišlujejo o dietah in hrani, preštevajo kalorije, preventivno pazijo, kaj in koliko bodo pojedli. Nemalokrat se odločajo za kratkoročne (nekajtedenske) diete z uporabo raznih pripomočkov za izgubo teže ali nizkokaloričnih nadomestkov za obroke; take diete ponovijo večkrat letno. Prav tako posegajo po bolj ekstremnih načinih za izgubo teže, to je hitrih dietah. Primeri takšnih praks so kajenje, uživanje odvajal, prehranskih nadomestkov, različnih tablet, bruhanje itd.

O učinkovitosti diet ni soglasja. Po uspešni dieti lahko začne teža celo naraščati (Grogan v Kuhar, 2004: 107), saj človekovo telo dieto razume kot stradanje in ob ponovnem večjem vnosu hrane začne kopičiti maščobe za morebitno obdobje pomanjkanja. Diete in nihanje teže so po mnenju nekaterih strokovnjakov celo nevarnejše kot prekomerna telesna teža (Stinson v Kuhar, 2004: 107).

Prav tako imajo diete lahko negativne posledice na posameznikovo samopodobo. Neuspešna dieta lahko pri osebi izzove samoočitanje in občutke slabe vesti. Z dieto se povezuje močna volja, odločnost in obvladovanje svojega življenja; posamezniki lahko svoj neuspeh pri izgubljanju telesne teže enačijo z nesposobnostjo, lenobo, kar pri nekaterih privede do še večjih frustracij (Kuhar, 2004: 107).

Razlogi, zaradi katerih se posamezniki odločijo za dieto, so različni. Pri mladih ženskah jih gre iskati predvsem v negativni samooceni in želji, da bi ugajale vrstnikom (Ogle idr. v Kuhar, 2004: 108). Odrasle ženske se za diete odločijo pretežno zaradi sprememb po nosečnosti oz. rojstvu otroka, iz strahu pred staranjem, zaradi prihajajočih ritualnih (obletnica, poroka idr.) in socialnih (počitnice idr.) dogodkov.

Velik vpliv na odločitev za dieto ima danes tudi naraščajoče zavedanje o pomenu ohranjanja zdravja (Stinson v Kuhar, 2004: 108). Obkroženi smo z novimi in novimi informacijami o tem, kaj je zdravo in kaj ne, poudarja se pomen dobrega počutja in dolgega življenja, ki ga lahko dosežemo z zdravim življenjskim slogom, torej z zdravo prehrano in telesno aktivnostjo. Prizadevanje po zdravem prehranjevanju pa lahko privede tudi do obsedenosti. Posamezniki mislijo samo še na zdravo hrano, načrtujejo, katero hrano bodo kupili in kako jo bodo pripravili. V knjigi *Health Food Junkies* avtor Steven Bratman govori o novi bolezni, t. i. *orthorexii nerviosi*: »bolniki« si prizadevajo uživati čim bolj zdravo, kvalitetno hrano. Za to je potrebna močna volja in samodisciplina, posamezniki se pogosto obsojajo ali kaznujejo, če pojedjo hrano, ki naj bi se ji odrekli.

Ljudje se že kot otroci – torej v začetnih fazah socializacije – seznanimo z družbenim odnosom do hrane, in ta odnos je ambivalenten: hrana se ponuja, hkrati pa se opozarja, koliko se je sme pojesti (Zaviršek v Medved, 2006: 34). Prav tako množični mediji posredujejo zelo protislovne oglase za hrano: na eni strani se oglašuje omejevanje hrane, na drugi pa uživanje v njej (Kuhar, 2004: 109). Poleg tega smo v zvezi s trendom vitkosti priča paradoksoma: prvi je, da hkrati s stopnjevano željo po vitkosti debelost narašča, drugi pa, da kljub obilni preskrbi s hrano veliko ljudi strada (Bosnić, 2008: 26).

PREHRANSKE MOTNJE

Obsedenost s hrano lahko pripelje do prehranskih motenj. Motnje hranjenja so v psihiatriji prepoznane kot specifične bolezni oz. stanja (Kuhar, 2004: 120), omenjata se predvsem anoreksija in bulimija. Za anoreksijo je značilno, da oseba noče ohraniti normalne telesne teže, strah jo je pred debelostjo ali pridobivanjem telesne teže, moteno zaznava težo in obliko telesa, pri ženskah pa je posledica lahko tudi izostajanje menstrualnih ciklov. Bulimija pa pomeni prenajedanje, nato pa bruhanje, pretirana telesna vadba ali uporaba odvajal (Kuhar 2004: 120). Anoreksija in bulimija se pojavljata predvsem med mladostnicami in mladimi odraslimi ženskami, za to boleznijo pa oboleva tudi čedalje več moških (Frost in Eliot v Kuhar, 2004: 121) – največkrat gre za športnike.

Beseda anoreksija je bila prvič uporabljena v Franciji, Angliji in ZDA na koncu 19. stol., pogosteje se je začela uporabljati po 2. svetovni vojni, po letu 1970 pa je postala tudi predmet strokovnih obravnav (Bosnić, 2008: 27). Anoreksija je posledica poudarjanja vitkosti. Anoreksični posamezniki stradajo, ker želijo zadostiti idealu vitkosti. Dejavnikov, ki vplivajo na razvoj anoreksije, je več, npr. družbeni pritiski oz. poudarjanje vitkosti v množičnih medijih, v družini, med vrstniki, telesna samopodoba, različni travmatični dogodki in izkušnje, osebne krize (Kuhar, 2004: 121–122). Po mnenju nekaterih (npr. Kuhar, 2004: 122) gre pri anoreksiji za način soočanja z življenjskimi problemi: posamezniki si poskušajo pridobiti pozornost svojega okolja, uveljaviti individualnost, izraziti strah pred odrasčanjem. Motnje hranjenja so lahko način iskanja identitete in avtonomije (Medved, 2006: 34), pri mladostnikih obeh spolov odziv na prezahtevne starše, nekateri pa pojav anoreksije pri mladostnicah razlagajo kot neodobravanje materinega telesa ali prenos vzorcev matere na hčer (Bosnić, 2008: 27). Pri ženskah je anoreksija lahko tudi odpor in hkrati prizadevanje, da bi zadostile pričakovani ženski vlogi, poleg tega pa posameznici daje občutek, da ima nadzor nad svojim telesom in posledično

svojim življenjem (Kuhar, 2004: 122). Prav zaradi tega se anoreksija »pogosto povezuje s posebnimi osebnostnimi značilnostmi, kot je npr. perfekcionizem« (Kuhar, 2004: 122).

Kuhar (2004: 122) poroča o raziskavah, ki pričajo o genetski osnovi anoreksije. Avtorica navaja tudi raziskave, ki anoreksijo pojasnjujejo z medkulturnostjo: posamezniki se tako spopadajo s tranzicijskim procesom, ločitvijo od bližnjih, tako poskušajo uskladiti različne kulturne in generacijske svetove itd.

LEPOTNA KIRURGIJA

Lepotna oz. estetska kirurgija je medicinska disciplina, ki omogoča preoblikovanje telesa po zgledu idealiziranih podob (Medved, 2006: 26). Lepotna kirurgija je sestavni del plastične kirurgije (Bosnić, 2008: 23). Pojem plastična kirurgija izhaja iz grške besede »plastikos«, ki pomeni oblikovati oz. ulivati (Zivlakovič, 2009: 21). Leta 1798 je izraz plastična kirurgija prvi uporabil Pierre J. Desault. Z njim je želel poimenovati posege, ki popravljajo deformacije in funkcionalne pomanjkljivosti telesa (Gilman v Zivlakovič, 2009: 21). Pojem lepotna kirurgija se prvič pojavi v renesansi, na prehodu iz 19. v 20. stol. pa lepотно zamenja izraz estetska kirurgija (Zivlakovič, 2009: 21, 22). Znotraj plastične poleg estetske poznamo tudi rekonstruktivno kirurgijo. Estetska in rekonstruktivna kirurgija se ločita predvsem v tem, da rekonstruktivna popravlja pomanjkljivosti in defekte, povezane z zdravjem, izboljšanja učinkovitosti, uporabnosti določenih delov telesa, estetska kirurgija pa so posegi, ki niso nujni. V estetski kirurgiji poznamo kirurške in nekirurške oz. minimalno invazivne lepotne posege (Zivlakovič, 2009: 22).

Prva lepotna operacija, operacija nosu, je bila leta 1000 p. n. š. izvedena v Indiji. V Evropi se je estetska kirurgija pojavila kasneje (Kuhar, 2004: 114). Prvi pacienti so bili moški (Holliday in Sanchez v Zivlakovič, 2009: 23), večinoma delavci, ki so se poškodovali pri delu, in ranjeni vojaki (Kuhar, 2004: 115). Liposukcija (izsesavanje maščobnega tkiva) in operacija zgornjih vek sta se pojavili že v antični Grčiji. Tovrstne lepotne posege so si lahko privoščili zgolj premožni moški, ki so želeli zadostiti takratnemu lepotnemu idealu (Zivlakovič, 2009: 23). V 16. stol. so bili na primer oboleli za sifilisom močno družbeno stigmatizirani, zato so z operacijo nosu zakrili sledi bolezni. V 19. stol., po vrnitvi vojakov, ki so se kot ranjenci vračali iz Krimske vojne, je estetska kirurgija postala priznana medicinska disciplina (Davis v Zivlakovič, 2009: 23).

Na razvoj estetske kirurgije v 20. stol. so vplivali potrošništvo, ki telo pojmuje kot blago, ki ga lahko oblikujemo in nadgrajujemo (Kuhar, 2004: 115), tehnološki napredek ter nova znanja s področja medicine (Zivlakovič, 2009: 24). Kljub dejstvu, da so lepotni posegi pogosto tvegani, boleči in celo nevarni (Kuhar, 2004: 115), je v zadnjih letih povpraševanje po lepotnih operacijah čedalje večje, prav tako se povečuje tudi pozitiven odnos do njih. Razloge za to gre iskati v normalizaciji lepotnih posegov, ki je posledica medijskega predstavljanja estetskih posegov kot sprejemljivih in neproblematičnih, ter povečanega obsega in pogostosti pojavljanja te tematike v medijih (Brooks v Zivlakovič, 2009: 25, Kuhar, 2004: 114). Drugi razlogi so še ekonomske razmere (Kuhar, 2004: 114), tehnološki napredek (Bosnić, 2008: 24), pa tudi težnja po zadovoljstvu s svojim telesom in krepitev samozavesti (Kuhar, 2004: 114). Eden najpogostejših razlogov za lepotni poseg je posameznikovo zavedanje svojih pomanjkljivosti, primerjava lastnega videza z videzom drugih, kar lahko vodi v preobremenjenost z videzom, samokritičnost, depresivnost, občutek manjvrednosti (Davis v Kuhar, 2004: 116).

Med osebami, ki se odločajo za lepotni poseg, je približno 90 % žensk in le 10 % moških (Bosnić, 2008: 23) – za razliko od prvih estetskih posegov (gl. zgoraj). Pri moških so najpogostejši posegi lepotne operacije obraza in presajanje las (Kuhar, 2004: 113), ženske pa se večinoma odločajo za operacije

bokov, stegen, dojk in tudi obraza – tu sta pogosta posega vbrizgavanje botoksa in lifting (Medved, 2006: 27). Viri poročajo, da je večina posameznikov zadovoljna z rezultatom lepotnih operacij, tudi če te niso bile popolnoma uspešne (Pruzinsky in Edgerton v Kuhar, 2004: 117).

Danes množični mediji posredujejo najrazličnejše informacije, prihaja do medkulturnih stikov, hkrati pa do velikega posploševanja, spajanja kultur v eno kulturo in s tem do enoznačnega dojemanja lepote. Tako na primer želijo Kitajci postati bolj podobni Evropejcem: ker so nekoliko nižje rasti, se odločajo za precej drastične lepotne posege, in sicer podaljševanja telesa z lomljenjem kosti (Medved, 2006: 27).

TELESNA VADBA

V preteklosti so se s športom ukvarjali zgolj moški. V stari Grčiji (in kasneje Rimu) so moški s telesno vadbo dosegali mišičnost. Vadili so v telovadnicah, goli (gymnos v grščini pomeni nag); od tod izvira tudi ime za telovadnico, v angleščini »gymnasium« (Kuhar, 2004: 109). Krščanski moški »so morali razvijati svoje mišice in svoj um. S krepitvijo mišic so častili kreatorja, boga.« (Kuhar, 2004: 110)

Z ženskami pa je bilo drugače. Jančičević (2005: 46–51) poroča, da je renesansa izpostavila ideal nediszipliniranega, obilnega ženskega telesa. V 16. stol. so verjeli, da lahko telesna vadba žensko spremeni v moškega. Do 19. stol. je prevladovalo mnenje, da je ženska zmožna le lažjih, gospodinjskih opravil in skrbi za otroke, zato bi izdatnejša telesna aktivnost lahko škodovala zdravju otrok, ki jih je rojevala. V viktorijanski dobi je bila ženska v podrejenem položaju, temu primerno se je pričakovalo, da bo nežna, rahločutna, ustrezljiva. Skladen z naštetimi karakteristikami je bil tudi ideal ženskega telesa – krhko telo, potrebno moške zaščite. Kot lep se je uveljavil t. i. model peščene ure, zato so si ženske pas prevezovale s korzeti. Moški ideal pa je, na drugi strani, vključeval moč, oblastnost, požrtvovalnost, patriotizem, vojaško vzgojo. Močno mišičasto telo se je ujemalo s zaželenimi lastnostmi moških. Tako je bilo žensko telo, ki ni bilo skladno s pričakovanji družbe, lahko pojmovano kot nemoralno, grešno in je pričalo o izprijenosti. V 19. in 20. stol. se je v družbi uveljavil kapitalistični način življenja. Moško telo je bilo oblikovano z delom, bilo je mišičasto, učinkovito; ženske so skrbele za dom, njihovo telo funkcionalno ni bilo spremenjeno, spremenjen je bil samo njegov videz, estetiko telesa so namreč ženske dosegale z odrekanjem hrani in ličenjem. Ideal ženskega telesa so bile zaobljene linije, »rodovitno« telo. Med prvo in drugo svetovno vojno se je za ženske uveljavil ideal deškega telesa, v 2. polovici 20. stol. pa je telo postalo merilo estetske popolnosti: za ženske se je uveljavil ideal vitkosti, pri moških pa predvsem atleticizem in fizična moč.

V srednjem veku je zdravo telo pričalo o vernikovi moralnosti. Ker je bila čistost duha pomembna vrednota, je kot lepo veljalo le zdravo telo. V današnjem času se je spet uveljavil – in še potenciral – antični ideal »zdravega duha v zdravem telesu«. V 90. letih prejšnjega stoletja je pri nas zdravo telo postalo celo simbol produktivnosti in uspešnosti. Debelost se je začela enačiti z lenobo, nedisciplino, neuspehom (Medved, 2006: 30).

Telesna aktivnost pomeni hkrati sprostitev in samonadzor. V grobem lahko motivacijo za telesno vadbo ločimo na zunanjo – za posameznika je pomemben predvsem telesni videz – in notranjo – za posameznika je pomembno predvsem zdravo telo. Raziskave (Cash v Kuhar, 2004: 110) so ugotovile štiri osnovne vrste motivacije za telesno vadbo.

To so:

- želja po privlačnosti in zmanjšanju telesne teže,
- izboljšanje fizične pripravljenosti in zdravja,
- izboljšanje razpoloženja in obvladovanje stresa, druženje in zabava.

Moški so telesno aktivni predvsem zato, da bi izboljšali postavo, ženske pa z vadbo nadzorujejo svojo telesno težo (Kuhar, 2004: 110). Kuhar (2004: 110–111) poroča o raziskavah, ki so pokazale, da telesna vadba dejansko pozitivno vpliva na posameznika: zmanjšuje stres, zvišuje raven čustvenega in telesnega zdravja. Vendar to velja predvsem za ljudi, ki niso resnično debeli. Debele pri tem, da bi se lotili telesne vadbe, ovirajo predsodki v zvezi z rekreacijo debelih ljudi (Grogan v Kuhar, 2004: 110). Povedati pa je treba, da telesna vadba lahko vodi tudi k povečanemu nezadovoljstvu – posameznikova pričakovanja so morda nerealna, primerja se z drugimi, z vadbo postane obsedenost ipd. (Grogan v Kuhar, 2004: 110–111).

Oblikovanje telesa pa vpliva tudi na odnose med spoloma in prenaša stereotipe o moških in ženskih vlogah. Množični mediji oglašujejo ženske in moške športe; za ženske predvsem vodeno skupinsko vadbo, kot je npr. aerobika, pilates ipd, za moške pa predvsem vadbo v fitnesu (bodybuilding). Prav tako smo spolnim razlikam priča v idealih za ženske in moške: moški mišičnost lahko dosežejo z rekreacijo, pri ženskah pa se vitkost lahko doseže tudi pasivno, z različnimi dietami, prehranskimi dopolnili, nadomestki in zdravili (povzeto po Janićijević, 2005: 51).

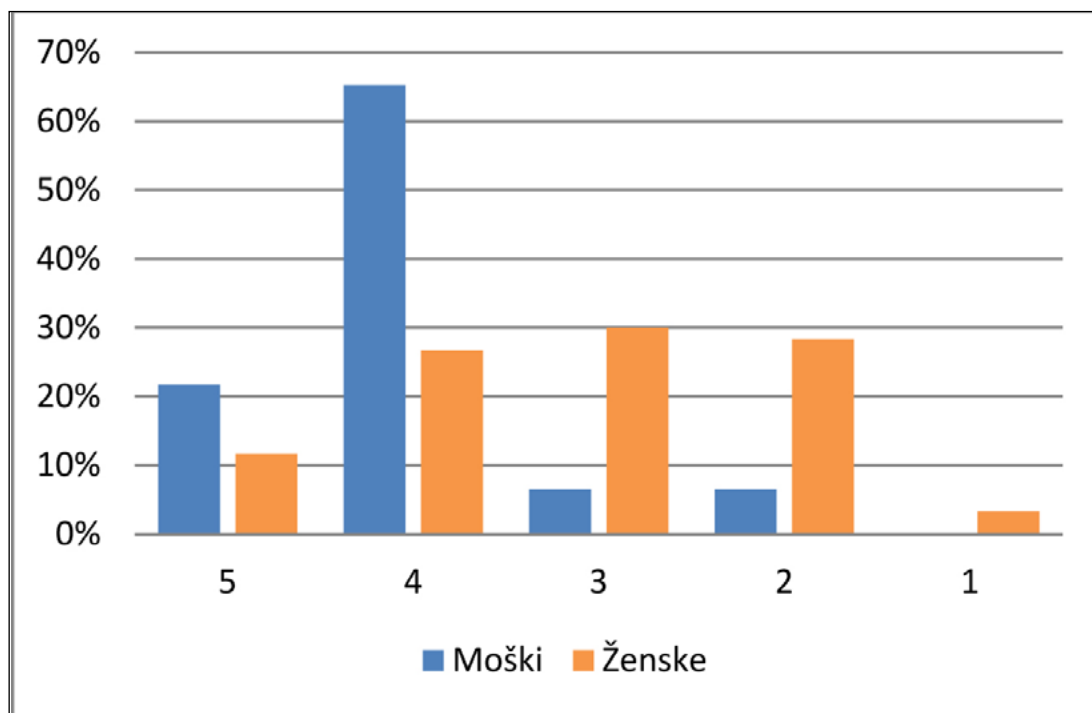
EMPIRIČNI DEL

Anketo smo izvedli 18. decembra 2015 na Gimnaziji Vič. Anketirali smo 107 dijakinj in dijakov, dijakinj je bilo 61, dijakov pa 46, starih od 14 do 19 let. Ko smo vprašalnike pregledovali, smo ugotovili, da nekateri anketiranci niso odgovorili na vsa vprašanja, nekateri vprašanj niso razumeli, drugače pa pri anketiranju ni bilo težav.

ANALIZA IN INTERPRETACIJA

1. vprašanje

S svojim videzom sem zadovoljen/a.

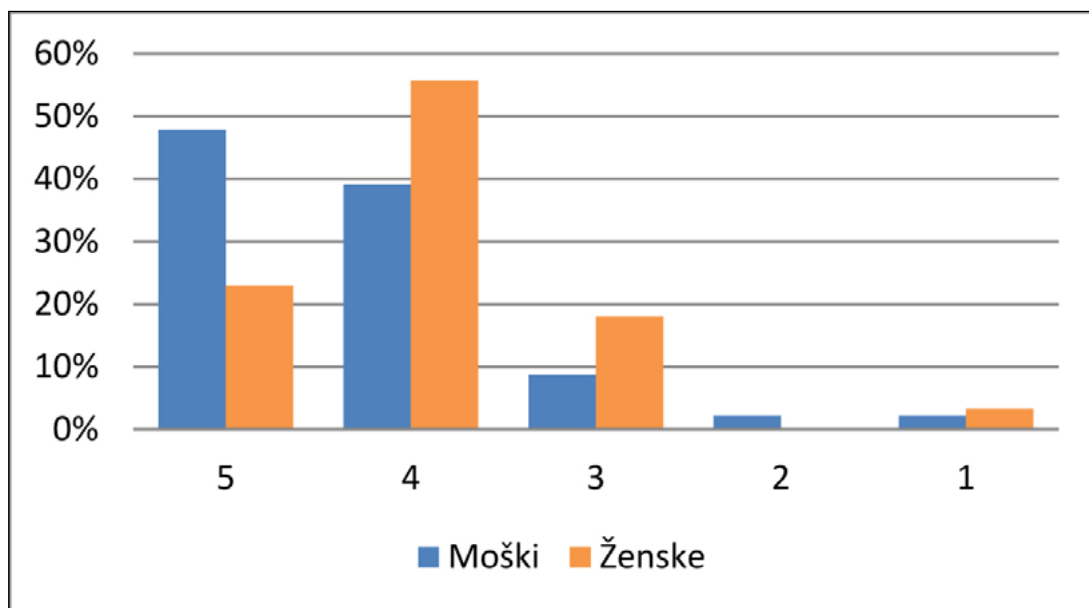


Graf 1: Izbrani odgovori na prvo vprašanje

Na 1. vprašanje je odgovorilo 60 dijakinj in 46 dijakov. Iz grafa je razvidno, da se 11,67% dijakinj in 21,74% dijakov povsem strinja z dano trditvijo. Skoraj dve tretjini (65,22%) vprašanih dijakov je odgovorilo, da se s trditvijo strinja in to možnost je izbralo tudi 26,67% dijakinj. Glede zadovoljstva s svojim videzom se tretjina (30%) dijakinj in tudi 6,52% dijakov ne more opredeliti, medtem ko se s trditvijo ne strinja 28,33% dijakinj in 6,52% dijakov. Noben dijak in 3,33% dijakinj se s trditvijo sploh ne strinja in s svojim videzom ni zadovoljen/a. Iz odgovorov lahko sklepamo, da so v povprečju dijaki bolj zadovoljni s svojim videzom, kot pa dijakinje, saj je skoraj dve tretjini dijakov napisalo, da se s trditvijo strinja, torej so s svojim videzom zadovoljni. Diakinje so po drugi strani v večji meri (skoraj tretjina) odgovarjale, da se ne morejo odločiti, medtem ko je tako odgovorilo le nekaj odstotkov dijakov. S tem smo potrdili svojo hipotezo, da je več moških kot žensk zadovoljnih s svojim videzom.

2.vprašanje

Zdravje je zame pomembnejše kot videz.

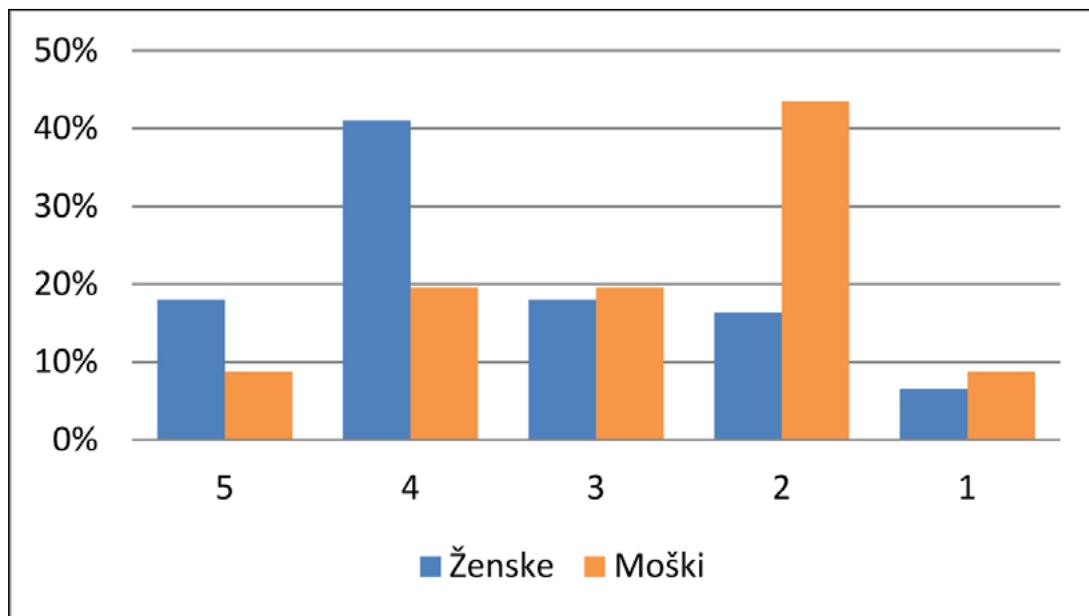


Graf 2: Izbrani odgovori na prvo vprašanje

Iz grafa lahko razberemo, da je večini, tako pri moških kot pri ženskah, zdravje pomembnejše kot videz. Kljub temu se 2% moških in 3% žensk sploh ne strinja z dano trditvijo. Več je tudi moških, ki se s trditvijo popolnoma strinjajo, saj jih je kar 48%, medtem ko je žensk, ki se popolnoma strinjajo s tem, da je zdravje pomembnejše od videza, le 23%. Zato pa je nekoliko milejše strinjanje izrazilo veliko več žensk kot moških. Drugih je bilo 39%, medtem ko je možnost 'se strinjam' izbrala več kot polovica žensk. Tako se je naša hipoteza, da je večini žensk in moških zdravje pomembnejše od videza, potrdila.

3. vprašanje

Glede svojega videza čutim pritisk medijev.

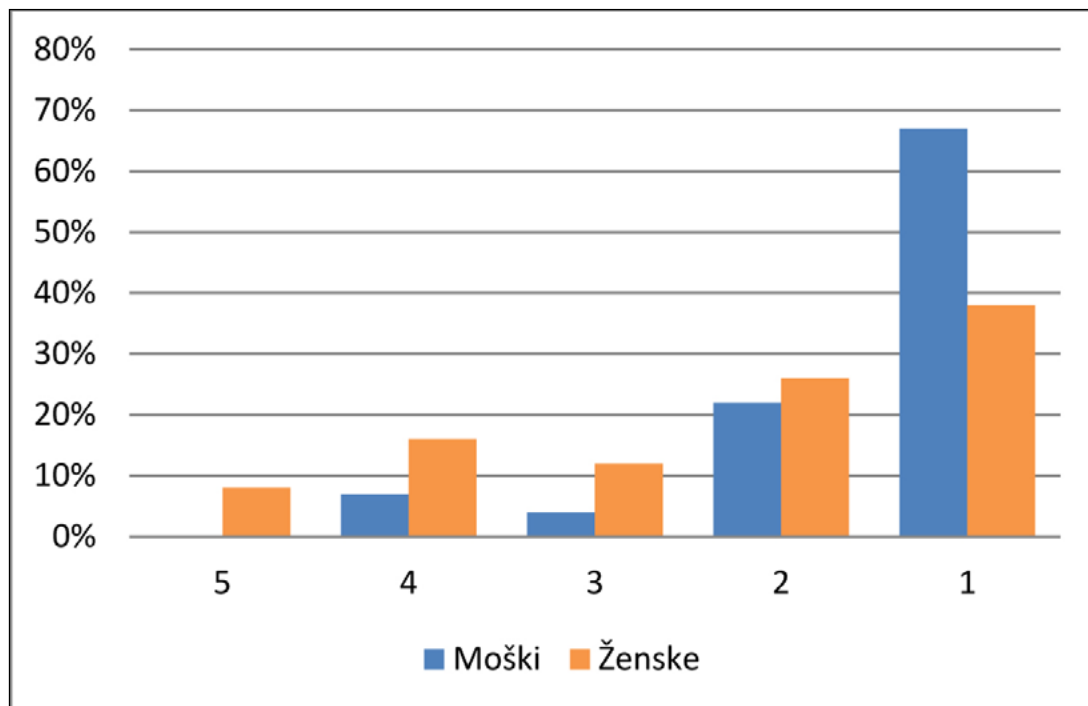


Graf 3: Izbrani odgovori na tretje vprašanje

Iz grafa je razvidno, da je vpliv medijev na ženske stare med 15 in 18 let precej velik. Skoraj 41% (4) anketirank se strinja s trditvijo, da glede svojega videza čutijo pritisk medijev. Z dano trditvijo pa se povsem strinja dobrih 18% (5), z njo pa se ne strinja oziroma sploh ne strinja 23% (2 in 1) anketiranih dijakinj. Intenzivnost vplivanja medijev na moške je glede na rezultate, dobljene iz ankete dosti manjša kot na ženske. Večina anketiranih dijakov, natančneje dobrih 43% (2), starih med 15 in 18 let se s trditvijo, da mediji povzročajo pritisk na telesni videz, ne strinjajo. S trditvijo pa se je strinjalo le slabih 9% (5) anketiranih dijakov. Naša hipoteza, da večina mladostnikov čuti pritisk glede videza, se je tako potrdila.

4. vprašanje

Glede svojega videza čutim pritisk družine.

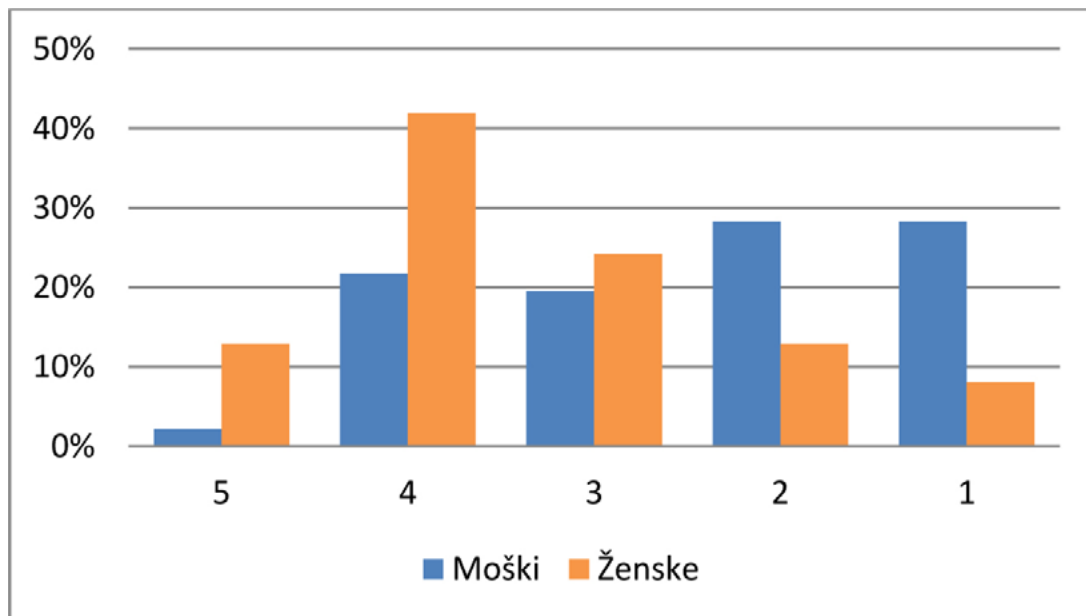


Graf 4: Izbrani odgovori na četrto vprašanje

Na četrto vprašanje je odgovorilo 61 dijakinj in 46 dijakov. Kot kaže graf, se 8,2 % dijakinj in nobeden od dijakov s to trditvijo popolnoma strinja, strinja pa se 16,4 % dijakinj in 6,5 % dijakov. Na drugi strani pa podatki kažejo, da se več kot tretjina (37,7 %) dijakinj in dobri dve tretjini (67,4 %) dijakov s trditvijo sploh ne strinja. Dobra četrtnina (26,2 %) dijakinj in dobra petina (21,7 %) dijakov se s trditvijo strinja, manjši odstotek obojih (11,5 % dijakinj in 4,3 % dijakov) pa se ni moglo opredeliti. Iz odgovorov lahko sklepamo, da je za razliko od dijakov pri dijakinjah družina razmeroma pomemben dejavnik pri tem, kako sprejemajo svoje telo, saj jih približno četrtnina čuti določen pritisk, takih dijakov pa je le nekaj odstotkov.

5. vprašanje

Glede svojega videza čutim pritisk vrstnikov.



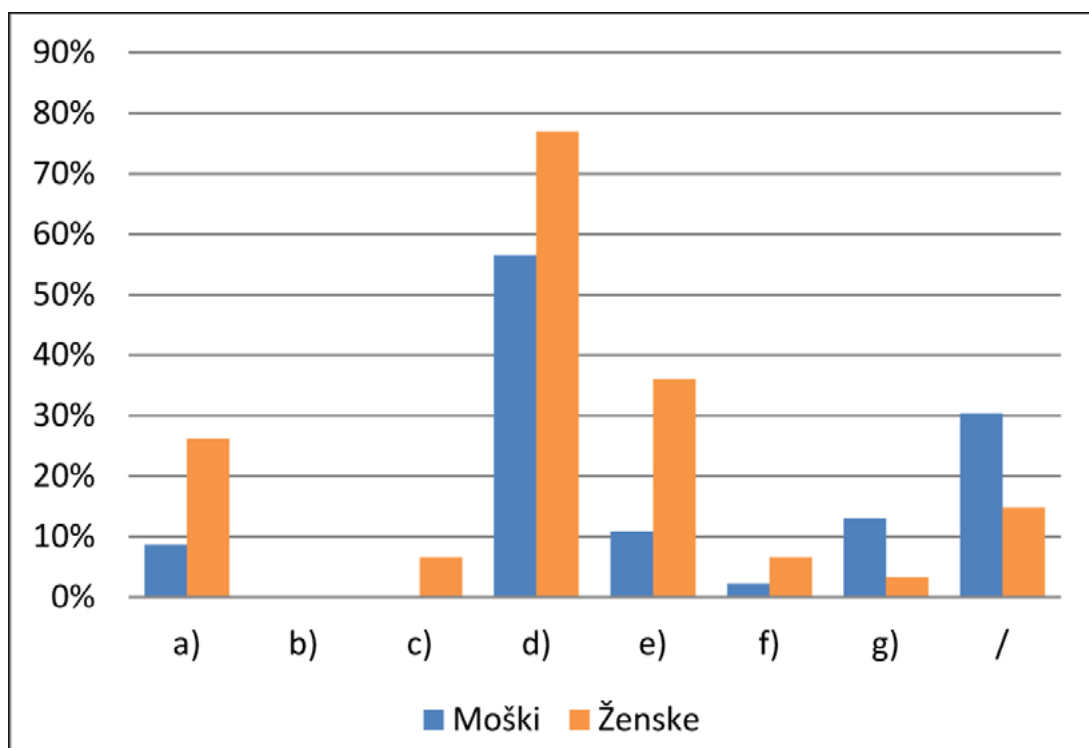
Graf 5: Izbrani odgovori na peto vprašanje

Iz rezultatov ankete je razvidno, da dijakinje čutijo večji pritisk s strani vrstnikov, kot dijaki. 42 % dijakinj se s trditvijo strinja, povsem pa se z njo strinja kar 13 % dijakinj. Le 8 % dijakinj pa je obkrožilo, da se s trditvijo sploh ne strinja. Večina dijakov, to je slabih 56 %, se ne strinja, oz. se sploh ne strinja s trditvijo. Z njo pa se strinja, oz. povsem strinja, le 24 % anketiranih dijakov. Naša hipoteza, da večina mladostnikov čuti pritisk glede videza, se je tako potrdila.

6. vprašanje

Za lepši videz

- a) sem se odločil/a za dieto.
- b) sem se odločil/a za lepotno operacijo.
- c) sem se odločil/a za prehranske dodatke in druge pripravke (npr. odvajala).
- d) sem se odločil/a za telesno aktivnost.
- e) sem se omejeval/a pri hrani, izpustil/a kakšen obrok.
- f) sem stradal/a.
- g) sem se odločil/a za drugo (napiši, za kaj): _____ .



Graf 6: Izbrani odgovori na šesto vprašanje

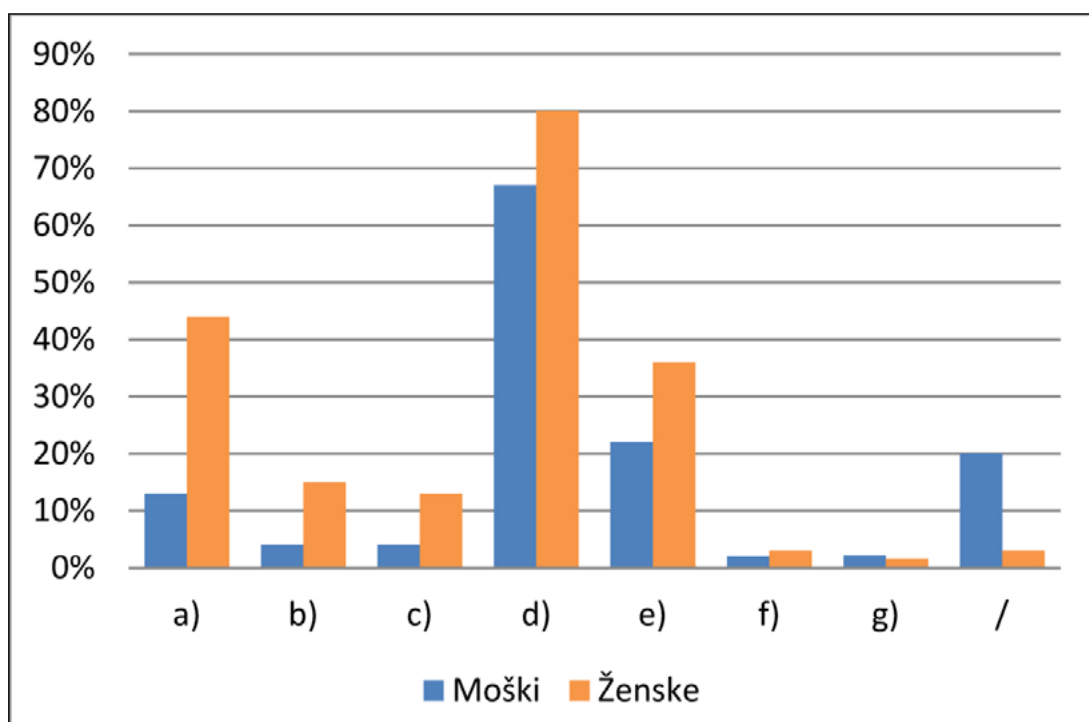
Na šesto vprašanje je odgovorilo 61 dijakinj in 46 dijakov. Anketirani so imeli možnost izbire več odgovorov, lahko pa niso izbrali nobenega. Rezultati vprašanja, s katerim smo želeli ugotoviti, kaj vse so za lepši videz v preteklosti že storili anketiranci in kako daleč so pri tem šli, so pokazali, da se je največ tako dijakov kot dijakinj odločilo za telesno aktivnost. Dejstvo, da je bil drugi najpogostejši izid pri dijakih, ki ga je izbrala slaba tretjina (30,4 %), ta, da niso obkrožili nobenega odgovora, kaže na razmeroma visoko splošno zadovoljstvo s telesom in precej višje od zadovoljstva dijakinj, od katerih se jih za noben način oblikovanja telesa v preteklosti ni odločilo le 14,8 % – približno dvakrat manj kot dijakov. Drugi najpogostejši odgovor pri dijakinjah, ki ga je izbrala dobra tretjina (36,1 %), je pokazal na precejšnje omejevanje pri hrani oz. izpuščanje obrokov. Ta odgovor je izbralo občutno manj dijakov, le dobra desetina (10,9 %). Dieta in stradanje sta bila pri dijakinjah pogostejši izbiri kot pri dijakih (za dieto se je odločilo 26,2 % dijakinj in 8,7 % dijakov, za stradanje pa 6,6 % dijakinj in 2,2 % dijakov), iz česar sklepamo, da so dijakinje v okviru izogibanja hrani pripravljene iti dlje. Za prehranske dodatke in druge pripravke se je odločil majhen delež dijakinj (6,6 %) in nihče izmed dijakov, prav tako se nihče izmed anketirancev obeh spolov ni odločil za lepotno operacijo. Za druge načine doseganja zelenega videza se je odločila dobra desetina dijakov (13,0 %) in zanemarljivo majhen delež dijakinj (3,3 %) – ti so npr. navedli, da so povečali vnos hrane in si zagotovili več spanja. Rezultati kažejo, da so

se dijaki in dijakinje povečini odločali za enaka sredstva doseganja želene podobe, a v različnih merah: za diete, omejevanje pri hrani in stradanje se je odločilo trikrat več dijakinj kot dijakov, obratno, trikrat več dijakov kot dijakinj pa se je odločilo za druga sredstva. Najbolj priljubljena pri obeh spolih je bila telesna aktivnost, dvakrat večji delež dijakov kot dijakinj pa se v preteklosti ni poslužilo nobenega načina oblikovanja telesa. Iz dobljenih odgovorov smo posredno tudi pri tem vprašanju lahko potrdili svojo hipotezo, ki pravi, da je več moških kot žensk zadovoljnih s svojim videzom.

7. vprašanje

Za lepši videz

- a) bi se odločil/a za dieto.
- b) bi se odločil/a za lepotno operacijo.
- c) bi se odločil/a za prehranske dodatke in druge pripravke (npr. odvajala).
- d) bi se odločil/a za telesno aktivnost.
- e) bi bil/a pripravljen/a omejevati se pri hrani, izpustiti kakšen obrok.
- f) bi bil/a pripravljen/a stradati.
- g) bi se odločil/a za drugo (napiši, za kaj): _____.



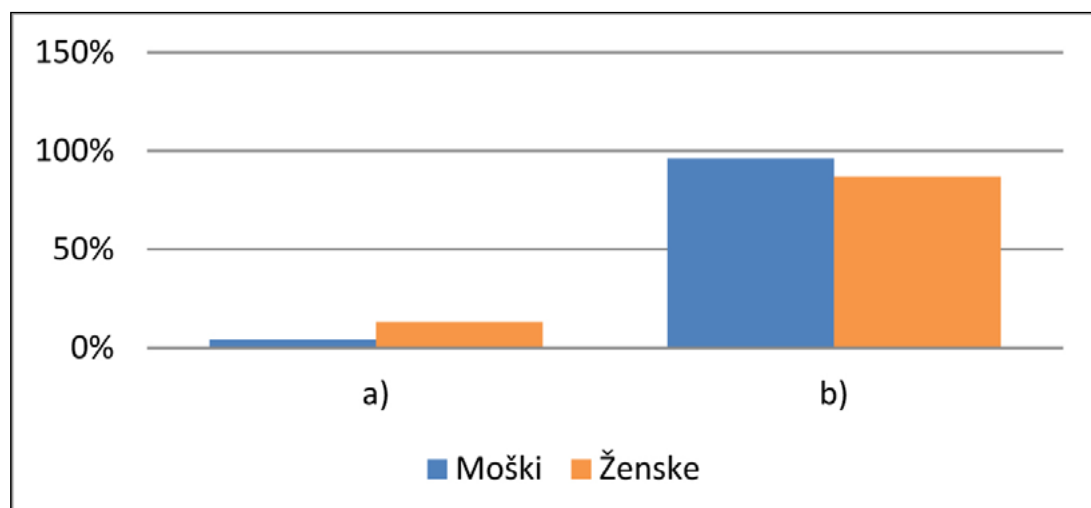
Graf 7: Izbrani odgovori na sedmo vprašanje

Na sedmo vprašanje je odgovorilo 61 dijakinj in 45 dijakov. Tu so anketirani lahko označili več odgovorov ali pa nobenega. Iz grafa je razvidno, da bi se največji delež dijakinj (80,3 %) in dijakov (66,7 %) za lepši videz odločilo za telesno aktivnost – telesna aktivnost je med dijakinjami in dijaki očitno najbolj priljubljen način za doseganje zelenega videza. Precej visok odstotek dijakinj (44,3 %) bi se za lepši videz odločilo za dieto. Dijakov, ki bi se odločili za dieto, je le dobra desetina (13,3 %) – občutno manj kot dijakinj. Tudi omejevati se pri hrani, izpustiti kakšen obrok bi bilo pripravljenih več dijakinj (36,1 %) kot dijakov (22,2 %). Zanimiv je podatek, da veliko več dijakov (20 %) kot dijakinj (3,3 %) ni obkrožilo nobenega odgovora. Iz tega lahko sklepamo, da se več dijakov kot dijakinj očitno ni identificiralo s tem vprašanjem, torej so fantje na splošno verjetno bolj zadovoljni s svojim videzom kot dekleta. Za lepotne operacije in prehranske dodatke oz. druge pripravke bi se odločilo več dijakinj

(za lepotne operacije 14,8 %, za prehranske dodatke pa 13,1 %) kot dijakov (za lepotne operacije in za prehranske dodatke 4,4 %). Iz teh odgovorov je razvidno, da so se dijakinje v večji meri pripravljene odločiti za precej radikalne posege. Odstotek dijakinj (3,3 %), ki bi bile za lepši videz pripravljene stradati, je višji kot pri dijakih (2,2 %), vendar sta oba odstotka zelo nizka. Prav tako je odstotek dijakinj (1,6 %) in dijakov (2,2 %), ki bi za lepši videz izbrali druge načine, zanemarljivo majhen. Med navedenimi odgovori so bili npr. prerazporeditev obrokov, več spanja, večji vnos hrane. Naša hipoteza, da so se ženske pripravljene odločiti za drugačne načine za doseganje želenega videza kot moški, se je delno potrdila. Presenetilo nas je, da bi se več dijakinj kot dijakov odločilo za telesno aktivnost. Dijakinje in dijaki se za lepši videz v večji meri odločajo za enake načine. Dekleta so v povprečju manj zadovoljna s svojim videzom, zato bi se prej odločile za kakršnokoli sredstvo za doseganje lepšega videza. Fantov, ki bi se odločili za kakršnokoli sredstvo, je na splošno manj.

8. vprašanje

Ali si kdaj imel/a motnje hranjenja?



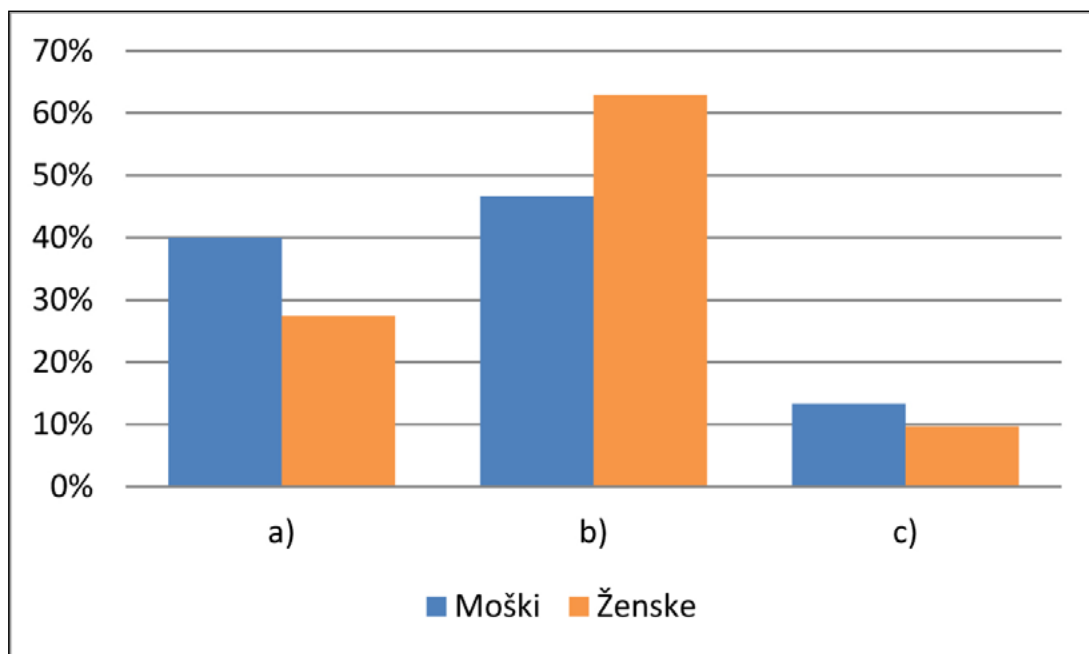
Graf 8: Izbrani odgovori na sedmo vprašanje

Diagram nam nakaže, da se večina populacije, tako ženske kot moške, na srečo ne spopada z motnjami hranjenja. Moških, ki tega problema nimajo, je 96%, žensk pa nekoliko manj, in sicer 87%. vseeno pa je nekoliko zaskrbljujoče dejstvo, da se 13% žensk spopada z motnjami hranjenja. Pri moških je ta številka nekoliko nižja in sicer 4%.

9. vprašanje

Ali poznaš koga, ki je imel oz. ima težave z motnjami hranjenja?

- a) Ne.
- b) Poznam eno ali dve taki osebi.
- c) Poznam tri ali več takih oseb.

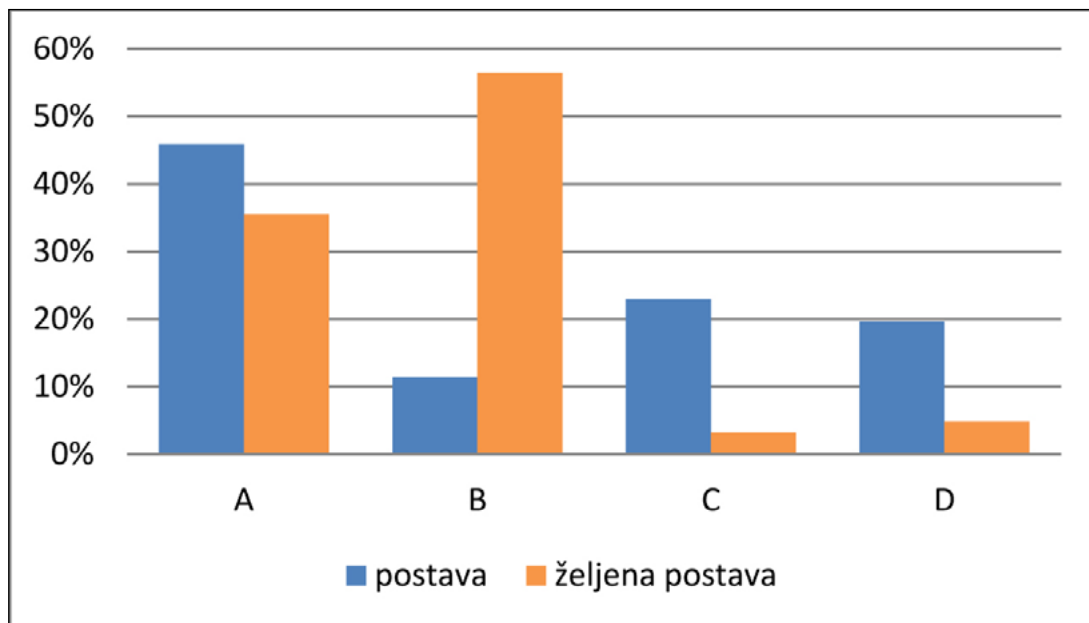


Graf 9: Izbrani odgovori na deveto vprašanje

Večina anketiranih (56 %) pozna eno ali dve osebi z izkušnjo z motnjami hranjenja, 33 % ne pozna nobene, 11 % anketiranih pa pozna tri ali več takih oseb. Večina moških dijakov, to je 47 %, pozna eno ali dve taki osebi (b)), kar 40 % dijakov pa ne pozna nobene take osebe (a)). Pri dijakinjah pa je odgovor b) obkrožilo kar 63 %, a) pa le 27 %, kar je v primerjavi z moškimi občutno nižji odstotek. Tako lahko iz ankete vidimo ne samo, da so motnje hranjenja med dijaki dokaj razširjene (večina dijakov pozna vsaj eno osebo, ki se (oz. se je) spopada z motnjami hranjenja), temveč tudi, da se ženske bolj zavedajo težav, s katerimi se spopadajo njihovi bližnji.

10. vprašanje

Kako vidiš svoje telo in kakšna bi rada bila?

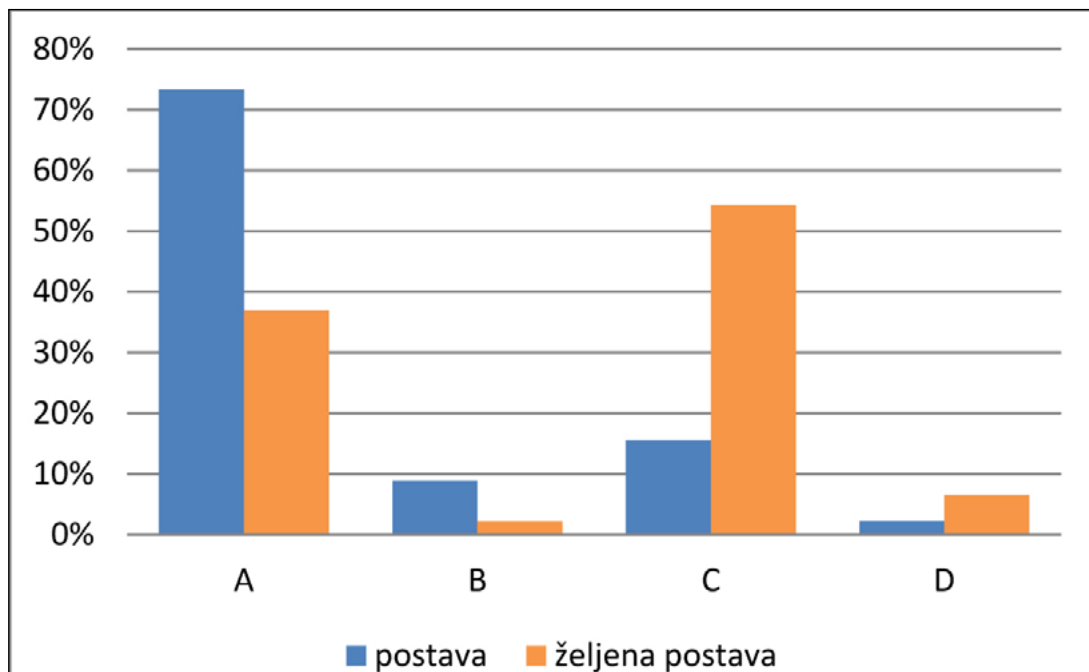


Graf 10: Izbrani odgovori na deseto vprašanje

Slabih 46% (A) anketirank vidi svoje telo vitko, brez poudarjenih bokov in prsi. Večina anketiranih dijakinj, in sicer dobrih 56% (B), bi želela imeti vitko telo z ozkim pasom, poudarjenimi boki in prsmi. S svojo postavo je zadovoljnih 39,3 % anketirank. Naša hipoteza, da je večini žensk všeč vitko žensko telo, se je tako potrdila.

11. vprašanje

Kako vidiš svoje telo in kakšen bi rad bil?



Graf: Izbrani odgovori na 11. vprašanje

Na 11. vprašanje je odgovorilo 46 dijakov in ker je bilo sestavljeno samo za moške, dijakinje nanj niso odgovarjale. Skoraj tri četrtine dijakov svojo postavo vidi kot možnost A, tako postavo pa si želi 36,96% dijakov. Manj kot desetina (8,89%) dijakov svojo postavo vidi kot možnost B, vendar sta s tako postavo zadovoljna le 2,17% dijakov. Kot možnost C se vidi 15,56% dijakov, tako postavo pa si jih želi večina (54,35%). Najmanj (2,22%) dijakov vidi sebe kot možnost D in tako postavo si želi 6,52% dijakov. Iz rezultatov je razvidno, da si večina dijakov želi bolj mišičasto postavo (možnost C), vendar ne pretirano (možnost D). Pokazalo se je tudi, da je 28 dijakov s svojo postavo zadovoljnih (na obe vprašanji so odgovorili enako), kar je 60,87%, več kot polovica, kar kaže na to, da so dijaki po večini s svojo postavo zadovoljni. Naša hipoteza, da je večini moških všeč mišičasto moško telo, se je tako potrdila.

ZAKLJUČEK

V prvem poglavju smo spoznali, da se v pojmu lepote spajata biološka funkcionalnost telesa in družbeno določeni ideali. Evolucija in kultura tako oblikujeta ideale telesa. Ti so v sodobnosti postali konstrukt ne le kulture in s to povezane religije ter vizualne privlačnosti na podlagi genetskega materiala, pač pa je telo postalo tudi predmet trženja. Ideali se razlikujejo po spolu, to pa je posledica delitve dela v prazgodovini oz. pomenu in namembnosti telesa obeh spolov. Za oba obstajajo splošno lepe značilnosti, ki jih upoštevajo tako v bolj kot v manj razvitih družbah ter umetnostnih upodobitvah. V zahodnih kulturah pripomorejo k ustvarjanju družbenega pritiska mediji – ti povzročijo prilagajanje posameznikov na trenutni lepotni standard, ki ga je vse težje doseči. V manj razvitih kulturah lepotne krasitve pogosto nakazujejo na bogastvo in status človeka.

V drugem delu projektne naloge smo govorili o telesni samopodobi. To je ocena lastne vrednosti, ki lahko privede do negativnih ali pozitivnih čustev do samega sebe in okolice. Najbolj je prisotna v času pubertete in med pubertetniki smo tudi izvedli anketo, v kateri smo potrdili hipotezo, da je več moških kot žensk s svojim videzom zadovoljnih.

Lepotni ideal se je, kot smo opisali v tretjem poglavju seminarske naloge, skozi zgodovino pogosto spreminjal. Pod vplivom številnih dejavnikov se je spreminjal od starogrškega atletskega ideala do baročnega zajetnejšega ideala. V 20. stoletju pa je idealno moško telo zopet postalo atletskega, žensko pa nežno in gracilno. Lepo telo, kot ga poznamo danes, čez kakšno stoletje najverjetneje ne bo več predstavljalo lepotnega ideala, ampak bo na njegovem mestu čisto nova podoba telesa.

Skozi četrti del naloge smo množične medije spoznali kot del našega vsakdana. Preko njihovega širjenja idealiziranih podob ljudi podpihujejo vitek tip telesa, ki ga označujejo za idealnega. Ljudje zato vedno več časa in pozornosti posvečamo telesu. Eden glavnih vzrokov za to je, da bi izpolnili zahteve družbe po lepoti in idealih. Telo pa je pomembno tudi zato, ker predstavlja našo zunanjo podobo in s tem povezan vtis, ki ga naredimo na druge ljudi oziroma je del naše identitete. Razlika med realno in medijsko podobo telesa je zelo velika in zaradi primerjav lahko pride do občutka manjvrednosti, manjše privlačnosti ali celo do zelo velikega nezadovoljstva. Posledice družbenih pritiskov na posameznika pa so vidni v slabi telesni samopodobi. Že v primarni fazi socializacije se otroci srečajo z idealiziranimi telesi likov v risankah in pravljicah ter preko igrač oziroma lutk, s katerimi se igrajo. Mladostniki so največkrat izpostavljeni telesnim idealom, ki jih imajo njihovi vzorniki. Na odrasle pa mediji vplivajo preko modnih revij in oglasov. Z mediji je povezana tudi moda. Ta narekuje stil oblačenja in je v veliki meri omejena le na vitka telesa tako žensk kot tudi moških. Velik pritisk na konstrukcijo svojega telesa lahko posameznik občuti tudi s strani družine, prijateljev in vrstnikov. Res je, da je družina prva, ki postavi vrednostna merila telesa, na podlagi katerih potem otrok oziroma mladostnik oblikuje svojo identiteto in samopodobo, vendar pa njen vpliv postaja večji s starostjo.

Kot smo opisali v petem poglavju seminarske naloge, obstajajo različni načini za doseganje zelenega videza. Nekateri, kot na primer lepotna kirurgija, so zelo invazivni. Verjetno bi se – kot je pokazala naša raziskava – prav zato za takšne posege odločilo malo posameznikov, med njimi prevladujejo ženske, temu pa pritrjujejo tudi naši viri. Za diete se v večji meri odločajo ženske – to je pokazala tudi naša raziskava. Naši anketirani bi najpogosteje izbrali telesno vadbo – tu se ženske in moški razporejajo v približno enakih deležih.

Vse naše hipoteze so se potrdile.

VIRI

- Barukčič, Dijana (2010): *Žensko telo in identiteta*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Baudrillard, Jean (1993): *Symbolic exchange and death*. London: SAGE Publications.
- Bordo, Susan (2007): *Unbearable weight: feminism, Western culture, and the body*. Berkley: University of California Press.
- Bosnić, Belkisa (2008): *Kult telesa*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Bryant, Alison: *8 different ideas of beauty around the world*. Dostopno na: <http://allwomenstalk.com/8-different-ideas-of-beauty-around-the-world> (december, 2015).
- Cabré, Montserrat (2014): Beauty and Concepts of the Ideal. V Kalof, Linda (ur.): *A cultural history of the human body in the medieval age*. London: Bloomsbury USA Academic.
- Dike, Janey (2014): *Popular beauty standards in other cultures*. Dostopno na: <http://www.uloop.com/news/view.php/127922/Popular-Beauty-Standards-In-Other-Culture> (december, 2015).
- Dolenc, Petra (2010): Telesna samopodoba kot pomemben motivacijski dejavnik za gibalno/športno aktivnost otrok in mladostnikov. *Revija za elementarno izobraževanje*. let.: 3, številka: 1.
- Družbeni mediji lahko negativno vplivajo na telesno podobo mladostnikov* (2015): Dostopno na: <http://safe.si/novice/druzbeni-mediji-lahko-negativno-vplivajo-na-telesno-podobo-mladostnikov> (18. 12. 2015).
- Ford, Paul (2009): *Beauty in different cultures*. Dostopno na: <http://paulford.com/beauty-in-different-cultures/> (december, 2015).
- Forth, Christopher E (2014): Beauty and Concepts of the Ideal. V Crozier, Ivan (ur.): *A cultural history of the human body in the modern age*. London: Bloomsbury USA Academic.
- Godec, Renata (2009): *Vpliv družinskih odnosov na oblikovanje telesne samopodobe*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hancock, Philip (2000): *The body, culture, and society*. Buckingham: Open University Press.
- Hau, Michael (2014): Beauty and Concepts of the Ideal. V Rice, Stephen P in Sappol, Michael (ur.): *A cultural history of the human body in the age of empire*. London: Bloomsbury USA Academic.
- Janičijević, Melina (2005): *Sodobni moški in njihova obremenjenost s telesnim videzom*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Južnič, Stane (1998): *Človekovo telo med naravo in kulturo*. Ljubljana : Fakulteta za družbene vede.
- Katja Verdnik, Klara Vrečko, Luka Marcen (2009): *Korelacija med telesno težo in samopodobo pri učencih zadnjega triletja osnovne šole in dijakih*. Celje: Osnovna šola Franca Roša Celje.
- Kovačič, Matjaž (2007): *Nelagodje v telesu*. Maribor: Locutio, zavod za kulturno iniciativo.
- Kuhar, Metka (2004): *V imenu lepote: družbena konstrukcija telesne samopodobe*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, Center za socialno psihologijo.
- Lucija Jereb, Milica G Antić, Tina Kogovšek (2007): *Vzroki in pomeni sodobnega tetoviranja*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Mahne, Nataša (2005): *Vpliv medijev na socialno vključenost slovenske mladine v 21. stoletju*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Marovt, Iva (2008): *Ženske, obleke in konstrukcija identitete*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Medved, Tanja (2006): *Zunanji videz žensk - zahteva ali izbira?* Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Nina Mikulin in Igor Škamperle (2010): *Telo v luči stoletij: pojmovanje in upodabljanje človeškega telesa v umetnosti od antike do pozne renesanse*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Mirjam Počkar in Marina Tavčar Krajnc (2011): *Sociologija*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Pečarič, Tjaša (2011): *Debeli in veseli : vpliv prehranjevalnih navad na čustveni svet in telo posameznika*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Požun, Maja (2009): *Telesna samopodoba odrasčajočih deklet*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

- Rogers, Mary (2014): *Beauty and Concepts of the Ideal*. V Kalof, Linda in Bynum William (ur.): *A cultural history of the human body in the renaissance*. London: Bloomsbury USA Academic.
- Shilling, Chris (2003): *The body and social theory*. London: SAGE Publications.
- Siegfried, Juliette: *Physical traits that are universally attractive in men and women*. Dostopno na: <http://www.healthguidance.org/entry/16417/1/Physical-Traits-That-Are-Universally-Attractive-in-Men-and-Women.html> (december, 2015).
- Sweetman, Paul (2000): *Anchoring the (postmodern) self? Body modification, fashion and identity*. V Mike Featherstone (ur.): *Body modification*. London: SAGE in association with Theory, Culture & Society.
- Synnott, Anthony (1993): *The body social: symbolism, self and society*. London: Routledge.
- Turner, Bryan (2000): *The possibility of primitiveness: towards a sociology of body marks in cool societies*. V Mike Featherstone (ur.): *Body modification*. London: SAGE in association with Theory, Culture & Society.
- Zivlakovič, Nina (2009): *Lepotne operacije v sodobni potrošni družbi*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Zupan, Špela (2008): *Telo po merilih lutke barbike*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

VIRI SLIK

- Groom, Nelson (2014): *Documentary crew stumbles upon the largest lip disk in the world*. Dostopno na: <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2786125/Documentary-crew-stumbles-largest-lip-disk-world-whopping-60cm-wide.html> (19. 12. 2015).
- Ligaya (2012): *Decorative dentistry in pre-colonial Philippines*. Dostopno na: <http://pinoy-culture.com/decorative-dentistry-in-pre-colonial-philippines/> (19. 12. 2015).
- Nikolay, Korzhov (2013): *In Pictures: Myanmar's neck ring women*. Dostopno na: <http://www.aljazeera.com/indepth/inpictures/2013/09/2013911121115463797.html> (17. 12. 2015).

PRILOGE

VPRAŠALNIK

Pri sociologiji pripravljamo seminarsko nalogo o odnosu mladostnikov do telesnega videza. Vljudo te prosimo, da izpolniš ta vprašalnik. Prosim te tudi, da ob vsakem vprašanju premisliš in iskreno odgovoriš. Vprašalnik je anonimen. Zahvaljujemo se ti za sodelovanje. Dijaki 2. e

Spol (obkroži): M Ž

Starost: _____

Navodilo: Pri vsaki trditvi obkroži številko, ki najbolj velja zate. Pri vsaki trditvi lahko obkrožiš zgolj eno številko.

	Se povsem strinjam.	Se strinjam.	Ne morem se odločiti.	Se ne strinjam.	Se sploh ne strinjam.
1) S svojim videzom sem zadovoljen/a.	5	4	3	2	1
2) Zdravje je zame pomembnejše kot videz.	5	4	3	2	1
3) Glede svojega videza čutim pritisk medijev.	5	4	3	2	1
4) Glede svojega videza čutim pritisk družine.	5	4	3	2	1
5) Glede svojega videza čutim pritisk vrstnikov.	5	4	3	2	1

Navodilo: Obkroži črke pred tistimi odgovori, ki veljajo zate. Izbereš lahko več odgovorov. Če zate ne velja nič od naštetega, ne obkroži nobenega odgovora.

6) Za lepši videz

a) sem se odločil/a za dieto.

b) sem se odločil/a za lepotno operacijo.

c) sem se odločil/a za prehranske dodatke in druge pripravke (npr. odvajala).

d) sem se odločil/a za telesno aktivnost.

e) sem se omejeval/a pri hrani, izpustil/a kakšen obrok.

f) sem stradal/a.

g) sem se odločil/a za drugo (napiši, za kaj): _____ .

7) Za lepši videz

a) bi se odločil/a za dieto.

b) bi se odločil/a za lepotno operacijo.

c) bi se odločil/a za prehranske dodatke in druge pripravke (npr. odvajala).

d) bi se odločil/a za telesno aktivnost.

e) bi bil/a pripravljen/a omejevati se pri hrani, izpustiti kakšen obrok.

f) bi bil/a pripravljen/a stradati.

g) bi se odločil/a za drugo (napiši, za kaj): _____ .

Navodilo: Obkroži odgovor, ki velja zate.

8) Ali si kdaj imel/a motnje hranjenja?

a) Ne.

b) Da.

9) Ali poznaš koga, ki je imel oz. ima težave z motnjami hranjenja?

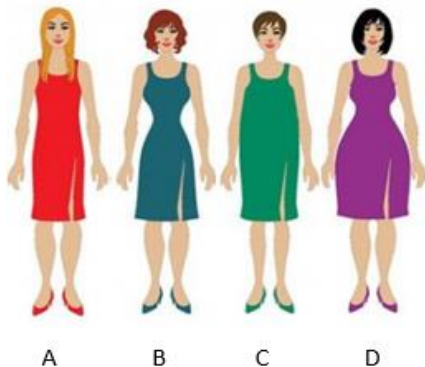
a) Ne.

b) Poznam eno ali dve taki osebi.

c) Poznam tri ali več takih oseb.

Navodilo: Oglejte si slike. Če ste dekle, izpolnite 10. nalogo, če ste fant, pa izpolnite 11. nalogo.

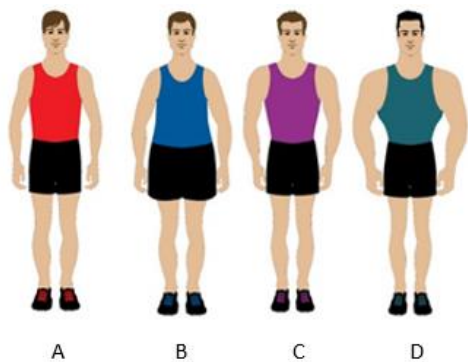
10)



a) Kako vidiš svoje telo (izpiši ustrezno črko)? _____

b) Kakšna bi rada bili (izpiši ustrezno črko)? _____

11)



a) Kako vidiš svoje telo (izpiši ustrezno črko)? _____

b) Kakšen bi rad bil (izpiši ustrezno črko)? _____