

## ODRAŠČANJE V KULTURI VITKOSTI KAKO MLADE ŽENSKÉ DOŽIVLJAJO NEZADOVOLJSTVO S TELESOM

**Povzetek.** V članku s feministično-sociološke teoretske perspektive analiziram odnos mladih žensk do lastnega telesnega videza, družbenih telesnih lepotnih norm in praks. Predstavljeni so rezultati petih fokusnih skupin, v katerih je sodelovalo 34 študentk in dijakinj. Raziskovala sem, ali mlade ženske zaznavajo pritisk po doseganju privlačnega telesa, in kakšen je njihov odnos do nadzorovanja teže. Več kot polovica udeleženk raziskave izraža nezadovoljstvo s svojim videzom. Njihov ideal je vitka postava. Večina jih je že bila na dieti. Do lepotnih idealov in lepotnih praks pa imajo precej kritičen odnos. O implikacijah ugotovitev razpravljam v povezavi s kulturnimi vplivi na mlade ženske, ki spodbujajo nezadovoljstvo z videzom.

**Ključni pojmi:** telesni ideali, lepotne prakse, ženske, kvalitativna raziskava, nezadovoljstvo z videzom

860

Telo je oblikovano v socialnih, kulturnih, historičnih in političnih kontekstih. Ne moremo ga misliti izven teh kontekstov, še najmanj pa ga obravnavati zgolj kot skupek bioloških atributov. Poseben pomen mu daje dejstvo, da je telo lokacija, s katere se začneja socialno življenje. Kot tako predstavlja telo logično izhodišče za sociološko preučevanje. Tudi sebstvo je konstruirano v odvisnosti od zunanjega videza. Povezava med videzom in identiteto je najbolj eksplicitna med ženskami v sodobnih zahodnih družbah: celo dolžnost žensk je, da so lepe oz. vsaj, da ne zanemarjajo svojega videza. Estetske norme podpihuje lepota industrija, ki sovpada z medijskim in z medicinskim diskurzom. Ženske so za "podrejanje" tem normam ponavadi nagrajevane. Četudi za neupoštevanje norm niso deležne javnih sankcij, to ne pomeni, da sankcij ni. Ženska samozavest je zato v veliki meri odvisna od tega, kako so videti.

Bartkyjeva (1990) opisuje tri vrste telesnih praks, ki prispevajo h konstrukciji sodobne ženskosti: 1) oblikovanje idealnih telesnih oblik, npr. z dietami in vadbo, 2) učenje pravih gest (način sedenja, hoje), 3) lepotičenje, okraševanje telesa s kozmetičnimi izdelki in oblačili. Ta "pravila" ženskosti se prenašajo predvsem s pomočjo standardiziranih vizualnih podob, npr. v ženskih revijah. Tudi mladi moški so pod naraščajočim pritiskom, kakšen mora biti njihov videz. Na podlagi

\* Metka Kuhar, mlada raziskovalka, Center za socialno psihologijo, Fakulteta za družbene vede, Univerza v Ljubljani.

pregleda revij in drugih medijev se zdi, da so moški zelo zaskrbljeni glede svojega videza, toda razkorak med pogostostjo in načinom prikazovanja moških in ženskih teles v medijih je velik. Pritiski lepotnih norm na ženske so kvalitativno in kvantitativno drugačni od pritiskov na moške. Na rutinski, vsakdanji ravni se od moških na primer ne zahteva, da se ličijo, dišavijo in odstranjujejo dlake, da bi izgledali moško. Ženske so pogostejše na dietah in se odločajo za veliko več lepotnih operacij kot moški (Mishkind idr., 1986).

Telesni videz žensk, ki v sodobnih zahodnih družbah velja za idealnega, je daleč od "naravnega", čeprav se zaradi medijske vseprisotne navzočnosti "normalizirajočih" in "homogenizirajočih" podob zdi naraven (Bordo, 1993: 62). Z lepoto je praktično sinonimna vitkost. Ženske se nenehno spodbuja, da se na vse pretege borijo za vitko postavo, čeprav je naravna tendenca ženskega telesa, da pridobi določeno količino tolstče. Zahodna kultura jih zasipava z jasnimi sporočili, da mora biti prekomerna teža "pokurjena", "uničena", "odstranjena". Suhljati videz pa ni dovolj; obenem se promovira kult mišic, atletske postave in velikih prsi. Spreminjajoči in protislovni elementi lepotnega ideala ustvarjajo nesmiselne zahteve, da naj ženske združujejo različne tipe teles hkrati. Žensko telo par excellence so različni avtorji in avtorice zelo slikovito poimenovali, na primer:

- amalgam nemogočega (Hesse-Biber, 1996);
- telo adolescentnega fantka s prsmi (McDowell, 1992 v Rogers, 1999);
- falično telo s poudarjenimi prsmi (Stratton, 1996 v Rogers, 1999).

Ženska telesa so po definiciji kršitve kulturnih imperativov idealiziranega videza. Takemu videzu se ženske lahko približajo zgolj s pomočjo številnih lepotnih praks, npr. z rednimi dietami, vadbo, s pomočjo kozmetične kirurgije. Prizadevanje po idealu terja ogromno časa, denarja in energije, zato ga lahko dosežejo zgolj redke posameznice. Kljub temu usmerja mnogo žensk ogromno energije v preoblikovanje in lepšanje svojih teles, da bi se takemu videzu vsaj čim bolj približale. Ker ne morejo doseči idealne lepote, skušajo namesto tega vsaj izboljšati neugodno telesno samopodobo (Gimlin, 2002). Ženske po eni strani, s pomočjo različnih izgovorov in sklicevanja na "višje lojalnosti" kot sta materinstvo in služba, sebi in drugim upravičujejo, zakaj ne morejo slediti lepotnim normam, hkrati pa se oprijemajo praks, ki prispevajo k bolj privlačnemu videzu in s tem k ugodnejši telesni samopodobi. Nekatere prakse, npr. aerobika, lahko zmanjšajo njihovo osebno odgovornost za telesni videz, ki ni prilagojen kulturnim normam, saj jim dajejo zaradi vložene volje in discipline samoopravičilo, da počnejo vse, kar je v njihovi moči.

Tematika ženske konformnosti lepotnim standardom je bila dolgo časa obravnavana kot ne vredna sociološkega preučevanja. Razlogov za relativno majhno akademsko pozornost je več. Ženska zaskrbljenost glede zunanjega videza pogosto velja za trivialno. Poleg tega so do sedaj uveljavljene raziskovalne kategorije v sociologiji tradicionalno odsevale zanimanja in izkušnje moških in izključevale teme, relevantne vsakdanjim izkustvom žensk (Smith, 1979 v Dellinger idr., 1997). Med feministkami obstaja splošna ambivalentnost do poudarjanja razlik med spoloma, kar je naslednja razlaga za pomanjkanje preučevanj na tem področju. Številne raziskovalke oz. teoretičarke so se obravnavanju ženskega videza raje izognile zato, da ne bi izpadle neresne ali nečimrne (Dellinger idr., 1997).

## Janusov obraz prilagajanja in kljubovanja lepotnim normam

Ena izmed tipičnih predpostavk številnih feminističnih pristopov od začetka t.i. drugega vala feminizma v šestdesetih (glej npr. Chernin, 1981; Brownmiller, 1984; Chapkis, 1986; Wolf, 1991) je, da so se nerazumni lepotni ideali pojavili kot močna in neugodna reakcija (angl. backlash) proti ženskim ekonomskim in socialnim dosežkom. Ker je ženski telesni ideal notranje nekonsistenten in izjemno težko dosegljiv, ta ideal nadzira delovanje žensk tako, da jih prekomerno zaposluje s spreminjanjem "neustreznega" videza in slabi njihovo samozavest (Wolf, 1991: 10-12). Ti feministični pristopi napeljujejo k ogorčenju nad mučenjem samih sebe, samoodrekanjem, celo pohabljanjem v imenu lepote - torej nad tem, kar ženske prestajajo, ko se podrejujejo hegemonskim lepotnim idealom. Kot alternativo ponujajo po eni strani moralistične strategije samosprejemanja v upanju, da bodo ženske spoznale, da se motijo. Po drugi strani pa ženskam preostaja zgolj "čakanje, da bo prišlo do čudežnih sprememb v diskurzivnih konstelacijah, kar bo omogočilo, da se bo ta posebej krivičen kulturni fenomen umaknil manj zatiralskim kulturnim praksam" (Davis, 1994: 58).

Ženske se same dejavno in zavestno odločijo za prakse, ki so zanje škodljive oz. ponižujoče. Ali imajo res na očeh "ideološko volno" (Davis, 1994: 57)? So zgolj tepke, ki jih lepotne ideologije begajo in vlečejo za nos z "retoriko svobode in individualne izbire" (Bordo, 1993: 27)? Če predpostavimo, da so ženske zatirane žrtve patriarhalnega kapitalizma in njegovih lepotnih norm oz., če rečemo, da so vpete v kulturne diskurze ženske podrejenosti, ne moremo pojasniti lepotnih praks kot nečesa, kar lahko ženska vsaj delno dejavno in utemeljeno sama izbere. Teoretične debate o ženskosti in telesnem videzu se največkrat ne ukvarjajo s kompleksnim odnosom med hegemonskimi ideologijami in delovanjem žensk, ki se kaže v njihovih doživetih izkušnjah.

Za feministke, ki vidijo v lepotnih praksah predvsem zatiranje žensk, so te prakse sramotne. Čepav se jasno zavedajo, da so lepotne norme zatiralske, se jim vendarle do neke mere tudi same podrejujejo. Poglejmo, kako opisujejo svoje izkušnje. Chapkisova (1986: 2) je na primer opisala svoje doživljanje odstranjevanja dlak na nogah s pomočjo elektrolize: "Sem feministka. Kako ponižano se počutim. Sem ženska. Zato se počutim grda. Spodletelo mi je v obeh ozirih." Feministična avtorica ima več razlogov za neugodje. Poleg nezadovoljstva z videzom jo trpinči še napetost med profesionalno in osebno platjo življenja oz. nezmožnost, da spravi svoja politična prepričanja v osebno prakso. Tudi Stinsonova je pred težko dilemo: "Ali je mogoče biti feministka in si hkrati želeti shujšati?" (2001: 213). Feministična sociologinja je z opazovanjem z udeležbo v komercialni skupini za hujšanje prišla do zaključka, da niso samo feministke, ki so strogo proti pritiskom lepotnih norm na ženske, ambivalentne glede tega vprašanja. Tudi za druge ženske, ki se niti ne spogledujejo s feminizmom, je vprašanje hujšanja kompleksno, konfliktno in ambivalentno.

Še bolj zapletena situacija je v primeru, če gre za vprašanje kozmetične operacije, kar izvrstno opisuje respondentka Julie: "Vsa ta protislovna občutja v meni... Feminizem mi ni pomagal, da bi strašen občutek izginil. Globoko v srcu sem si

želela znebiti znamenj na obrazu. Toda bilo me je zelo sram to priznati. Govorila sem si: ne, ne smeš se vznemirjati zaradi tega, moraš se sprejeti takšna, karšna si. In dejansko sem vse to tudi verjela. Ja, res sem hotela sprejeti te feministične norme, vendar sem pogrešala tisti pravi občutek." (v Davis, 1994: 86). Kljub pomenu, ki ga je Julie pripisovala feminizmu, je zaradi globokega nezadovoljstva z videzom občutila veliko željo po kozmetični operaciji. Z velikimi težavami je uskladila normativno zavezanost feminističnemu diskurzu samo-sprejemanja kot poti do opolnomočenja (angl. 'empowerment') in lastni občutek, da je njen obraz nekaj, kar ne more sprejeti. Ker je občutila drugače, kakor je mislila, da mora občutiti, je bil njen sram še večji in bolj boleč, kot njen prvotni občutek pomanjkljivosti. Bartkyjeva celo trdi, da lahko ženska občuti razkorak med tem, kaj misli, da bi morala občutiti, in tem, kaj resnično občuti, kot "ontološki šok" (Bartky, 1990: 18). Raziskave potrjujejo, da tudi feministično usmerjene ženske pripisujejo privlačnemu videzu velik pomen. Tudi prisvojena feministična ideologija le malo vpliva na ta jedrna prepričanja (Cash, 1997).

Zanimiv pogled na lepotne prakse nudi Bordojeva, ki se je morala neredko zagovarjati zaradi svojega "hipokritičnega in nekonsistentnega ravnanja", saj se je kot feministična profesorica odločila za shujševalno dieto in shujšala za 12 kilogramov. Njen citat je vreden objave v celoti: "Feministično kritiziranje kulture ni vodič za osebno življenje (ali politične akcije) in ne opogumlja (ali celo zahteva od) posameznic, da bi se 'povzdignile' nad kulturo ali da bi se žrtvovale za feministične ideale. Ne govori nam, kaj naj storimo (čeprav meni nenehno postavljajo to vprašanje, kadar predavam na univerzah) - ali naj hujšamo ali ne, ali naj se ličimo ali ne, dvigujemo uteži ali ne. Njegov cilj je zgolj izobraževanje in razumevanje, večje zavedanje moči, kompleksnosti in sistemske narave kulture ter medsebojno povezanih učinkov njenega delovanja." (Bordo, 1993: 30).

Izpovedi feministično usmerjenih žensk nas napeljujejo k vprašanju, zakaj ženske 'prostovoljno' pristanejo na nenehno izboljševanje svojega videza in celo občutijo močno potrebo po tem. Ženske so tiste, ki odločajo, ali se bodo podvrgle dieti ali ne, ali se bodo naličile ali ne, kako se bodo oblekle in si uredile lase. Odzivajo se na revije, oglase in druge medijske oblike in kulturne diskurze. S tem same prispevajo k reprodukciji normativnih lepotnih standardov in praks. Hesse-Biberjeva (1996: 30) opozarja, da so matere povezovalle stopala svojih hčera, jih stiskale v korzete, danes pa jim svetujejo zadnjo dieto ali fitness klub ali pa udarijo hčerko po roki, če si želi še en košček čokoladne torte. Videti je, da mnogo žensk z entuziazmom sprejema discipliniranje telesa. "Kandidatka za Playboyeve zajčice ne primanjkuje. Večina najstnic bi raje postala Miss Amerike kot Marie Courie. Ženske vseh družbenih razredov kupujejo veliko knjig in revij, ki jih podučujejo, kako naj so bolj 'ženstvene'." (Bartky, 1990: 36).

Kako je torej lahko ideologija, ki zatira ženske, tako naseljena v njihovih mislih; jim hkrati jemlje moč in jih zadovoljuje? Psihoanalitske interpretacije uporabljajo pojem želje in/ali ponotranjenega moškega pogleda (Coward, 1989; Bartky, 1990; Young, 1990). Bartkyjeva trdi, da identitete ne moremo ločiti od stereotipov ženskosti, ki so zakoreninjeni v sebstvu. Ženske ponotranjijo povsod prikazovane standarde telesne sprejemljivosti, kar pomeni, da jih inkorporirajo v strukturo svo-

jega sebstva. Ponotranjijo jih tako močno, da bi zavračanje telesnih idealov in lepotnih praks pomenilo zavračanje lastne identitete. Telo, ki je družbeno konstruirano z ustreznimi praksami, daje občutek ženstvenosti. "Kdor misli, da so te skrbi preveč trivialne za večino žensk, ne razume realnosti ženske situacije" (Bartky, 1990: 28). Iz privlačnega videza izvira občutek seksualne zaželenosti in poželjivosti (ibid, 76-77). To še posebej velja za mlade ženske, kajti dovršen del njihove identitete je definiran ravno s privlačnostjo in s selektivnostjo pri iskanju moškega. Ženske se oklepajo ritualov in praks izboljševanja videza tudi zaradi občutka telesnih pomanjkljivosti.

Novejši feministično-sociološki pristopi k obravnavanju lepotnih ideologij (Gimlin, 2002) sugerirajo, da se v "svetu lepote" dogaja veliko več, kot so si do sedaj zamislili kulturni kritiki. V nasprotju s pisci, kot je npr. Wolfova (1991), ki vidi v lepotni ideologiji socialno in politično onemogočanje žensk, ti pristopi v njej ne vidijo tako velike moči zatiranja (npr. Davis, 1994; Stinson, 2001; Gimlin, 2002). Novejši pristopi so se osredotočili na vsakdanje udejanjanje lepotnih ideologij v prostorih, kot so frizerski saloni, butiki z oblačili, studii za aerobiko in fitness, skupine in organizacije za hujšanje, organizacije za povezovanje ljudi s prekomerno težo ali pa gre za obravnave posameznih lepotnih praks (npr. nadzorovanja teže, kozmetičnih operacij). Ti pristopi se ne ukvarjajo samo z lepotnimi ideologijami, temveč tudi z delovanjem žensk.

Odnos žensk do sodobnih lepotnih ideologij določata oba: družbena struktura in individualno delovanje. Rezultati številnih kvalitativnih raziskav dajejo vtis, da za večino žensk lepota ni cilj sam po sebi (npr. Davis, 1994; Stinson, 2001; Gimlin, 2002). Lepotna ideologija ni monolitska v svoji moči nadzorovanja ženskih skrbi in vedenj, omejevanju ženskih ciljev, teptanju njihovega samospoštovanja ali v tem, da jih drži ekonomsko in družbeno podrejene moškim. Pojmovanje lepote ne ustreza enemu, vseomogočnemu idealu ženskega videza, temveč se ženske zavedajo družbene lokacije in kulturnih razlik (Gimlin, 2002). Videz je eden izmed ključnih načinov, na katerega so v spolno, rasno in ekonomsko razdeljeni družbi konstituirane družbene razlike. Ženske s pomočjo lepotnih praks celo poudarjajo družbene razlike. Lep videz se izkorišča tudi za doseganje višjega družbenega razreda in statusa.

Pristopi, ki privilegirajo družbeno strukturo na škodo individualne avtonomije (npr. Chapkis, 1986; Wolf, 1991; Hesse-Biber, 1996), ne uspejo pojasniti procesov, s katerimi se zatiralne ideologije prevedejo v dejanske prakse žensk. Izziv za feministično usmerjeno raziskavo je obravnavati ženske kot razumne akterke, ki same oblikujejo svoje socialno življenje, in se hkrati zavedati, da se njihove aktivnosti dogajajo v patriarhalnem in potrošniško-kapitalističnem kontekstu, v katerem nimajo veliko vpliva na svoje opcije oz. so njihove izbire precej omejene. Davisova (1994) na primer zagovarja, da je treba pri pojasnjevanju ženske participacije v zatiralskih lepotnih praksah preseči pristop kulturnega odvisnika<sup>1</sup> (angl. cultural

---

<sup>1</sup> Pojem je skoval Harold Garfinkel leta 1967 kot kritiko funkcionalističnih oz. Parsonovskih pojmovanj delovanja, po katerih človeški akter tako zelo ponotranji norme in vrednote družbe, da postanejo njegove oz. njene aktivnosti omejene na izvajanje vnaprej določenega scenarija. Kulturni odvisniki so po Garfinklu akterji, ki zmorejo početi samo to, kar zahteva od njih družbena vloga.

dope), po katerem imajo ženske povsem pasivno in predpisano vlogo v odnosu do lepoticenja. Da bi preseгли problem kulturnega odvisnika, moramo raziskati žensko dejansko doživljanje teles. Ženske se pogosto zavedajo protislovij in opresivne narave lepotnega sistema, a po drugi strani skušajo v njem delovati tako, da dosežejo prednosti zase.

Kljub temu, da se oddaljujemo od pojmovanja, da lepote norme dominirajo nad nemočnimi posameznicami, pa ne moremo trditi, da lahko ženske s svojim delovanjem spodkopljejo zatiralno moč lepotnih idealov in oblikujejo svet v skladu z lastnimi željami. Možnost odpora proti lepotnim normam v sodobni družbi je zelo omejena že zaradi njihove vsepovsodne navzočnosti in globoko zakoreninjene predpostavke, da se ženske presoja po njihovem videzu. Ženske pa vendarle ustvarjajo "luknje odpora" (Gimlin, 2002: 147). Lepotne prakse lahko nudijo na primer čutne užitke, trenutke oddiha in relaksacije.

### **Mlade ženske o telesnih idealih in odnosu do lastnega telesa**

K boljšemu razumevanju perspektive posameznic prispevajo kvalitativne raziskave. Tovrstnih raziskav v zvezi s telesnim videzom je relativno malo; večinoma gre za poglobljene intervjuje (npr. Spitzack, 1990; Frost, 2001). Charlesova in Kerrova (1986) poročata o rezultatih intervjujev z odraslimi ženskami, ki so razpravljale o svojih stališčih do nadzorovanja teže in zadovoljstvu s trenutno težo. Njuni rezultati so bili fascinantni - razodeli so obsežnost ženskega nezadovoljstva s telesnim videzom in težo. Avtorici sta zaključili naslednje: "Iz ženskih komentarjev lahko razberemo močno nezadovoljstvo s telesnimi oblikami. To nezadovoljstvo ni omejeno na ženske, ki hujšajo ali se skušajo držati diete, temveč je skupno skoraj vsem ženskam, s katerimi sva govorili." (Charles in Kerr, 1986: 541)

Charlesova in Kerrova opozarjata, da družbeni cilj nenormalno vitkega telesa za večino žensk ni dosegljiv, razen če strogo omejijo vnos hrane. Ker tega nerealističnega cilja ne morejo doseči, se počutijo krive in so nezadovoljne s svojo postavo in težo. Avtorici prepričljivo dokazujeta, da ima v zahodnih kulturah večina žensk protislovni in problematični odnos do svojega telesa in do hrane. Raziskovalni podatki celo kažejo, da že predadolescentna dekleta poročajo o nezadovoljstvu s telesom (Grogan, 1999). Po raziskavah sodeč je nezadovoljstvo z videzom normalna izkušnja žensk od osmega leta starosti naprej. Zlasti adolescenca pa je obdobje, ko je zaskrbljenost glede telesnega videza na vrhuncu. To je posledica fizičnih sprememb na postavi, ki dekleta oddaljijo od njihovega cilja oz. od ideala. Adolescenca je tudi obdobje sprememb, samozavedanja in intenzivnega iskanja identitete. Večina deklet, starih med 13 in 16 let, se počuti predebelih in skušajo shujšati; obremenjenost s postavo je ena najpomembnejših skrbi v njihovem življenju (Grogan, 1999).

Tudi v obdobju zgodnje odraslosti je nezadovoljstvo z videzom zelo pereče (ibid). Med objavljeno literaturo kljub temu ni bilo mogoče najti raziskave, ki bi se ukvarjala z izkustvi (ne)zadovoljstva z videzom med mladimi ženskami. Da bi dobila bolj poglobljene informacije o odnosu mladih žensk do telesnega videza,

lepotnih idealov in lepotnih praks, sem izvedla pet fokusnih skupin. Ta raziskovalna metoda mi je omogočila, da sem preučila problematiko telesnega videza na ženskah, ki so z mano delile svoje trenutne izkušnje. Metoda fokusnih skupin je dovolj fleksibilna, da dopušča raziskovanje različnih izkustvenih področij. Dobila sem zanimiv vpogled v izkušnje in prepričanja mladih žensk v zvezi z njihovimi telesi, dietami, vadbo.

## Metoda

### *Udeleženske raziskave*

Fokusne skupine so bile del širšega projekta o telesni samopodobi mladih v Sloveniji (glej Kuhar, 2002). V posamezni fokusni skupini je sodelovalo od pet do osem žensk, starih od 17 do 22 let. Skupno število udeleženk je 34. Dve fokusni skupini sta bili izvedeni na srednjih šolah - ena na Gimnaziji Šentvid v Ljubljani in ena na Gimnaziji Murska Sobota; tri skupine pa sem izvedla na Fakulteti za družbene vede, udeleženske so bile študentke te fakultete. Fokusne skupine so potekale v aprilu 2002. Udeleženske sem v dogovoru s profesorji osebno povabila k sodelovanju med določeno šolsko uro. Izbrana dekleta so se za sodelovanje javila prostovoljno, takoj po povabilu. Vsa dekleta so bila povprečne postave za svojo višino. Zaradi obljubljenе anonimnosti ob izjavah deklet ne navajam njihovih podatkov.

### *Postopek*

Fokusna skupina je metoda, pri kateri se udeležene spodbuja, da govorijo o svojih stališčih, prepričanjih in obnašanjih. Ta metoda izkorišča skupinsko dinamiko. Udeleženci se odzivajo spontano, ne samo, da odgovarjajo na vprašanja, temveč jih tudi komentirajo. S svojimi osebnimi in subjektivnimi mnenji ter izkušnjami, ki jih prosto izrečejo, spodbujajo druge udeležence, da izrazijo svoje poglede. Podatki izhajajo iz individualnih referenčnih okvirov. Zelo pomembno funkcijo ima moderator, ki vodi in usmerja diskusijo. V primerjavi z anketnimi podatki daje raziskovalcem globlji vpogled v problematiko, saj ujame jezik, misli in teorije udeležencev.

Fokusne skupine sem na gimnaziji izvedla v šolskih knjižnicah, na Fakulteti za družbene vede pa v klubski sobi. Udeleženske sem na začetku zapletla v neformalno kramljanje, da so se udobno počutile. Ko so bile videti sproščene, sem vključila kasetni snemalec in diskusija se je začela. Potekala je nestrukturirano, fleksibilno, toda osredotočala se je okrog telesnega videza, teže, diet. Razgovori so trajali uro in pol do dve uri, končali so se, ko so udeleženske same "obmolknile". Fokusne skupine sem izvajala do točke teoretične saturacije, torej do stopnje, ko nisem izdelala več nič bistveno novega.

## Rezultati in diskusija

Rezultirajoči podatki nudijo vpogled v načine, kako mlade ženske občutijo svoje telo, kako zaznavajo telesne ideale in kako to vpliva na njihova vsakdanja življenja. Globlje razumevanje tematike s pomočjo "glasov" konkretnih žensk dodaja kamenček v mozaik pojasnjevanja družbenih pritiskov na ženske, da se prilagodijo lepotnim normam v danem družbenem in časovnem okviru. Pri opisovanju in interpretaciji izjav udeleženk raziskave v nadaljevanju se osredotočam na tri tematska področja:

- zaznavanje kulturnih standardov videza
- zaznane pritiske po doseganju privlačnega telesa
- odnos do nadzorovanja teže.

### *Idealno telo*

Udeleženke so bile presenetljivo enotne v opisovanju idealnega ženskega telesa. Opisovale so ga kot vitko, postavno, z opaznimi mišicami in poudarjenim oprsjem, zagorelo, brez celulita, z lepimi lasmi, kožo in zobmi.

*Ženska ne sme biti ravna kot deska, zgoraj mora nekaj imeti.*

*Tudi malo bokov mora imeti. Vendar pa ti ne smejo izstopati od telesa. Morajo biti skladni s celo postavo. Tudi mišice mora imeti, vendar ne pretirano. Meni se zdi lepo, če ima ženska oblikovane trebušne mišice. Vendar tudi ne preveč.*

Dekleta so torej predstavila konvencionalni zahodni ideal privlačne in sprejemljive postave. Navajale so tudi imena konkretnih igralk, pevk, manekenk, športnic, ki imajo po njihovem prepričanju idealno telo.

### *Nezadovoljstvo s telesnim videzom*

Dekleta so se strinjala, da želijo biti vitke, in da jih skrbi, da se ne bi zredile. Približno polovica deklet je dejala, da se počutijo vitke (in so zadovoljne s svojo težo), polovica pa, da se počutijo debele (in so nezadovoljne ter bi bile rade bolj vitke). Primerjave s "popolnimi" medijskimi podobami in s privlačnimi realnimi ženskami vodijo mnogo deklet celo do občutkov zafrustriranosti, kajti na njihov občutek sebstva pogosto bolj vplivajo lastne zaznave v ogledalu kakor druge lastnosti. Nekatere udeleženke so izrazile tudi zavist do prijateljic, ki so suhe (kot modeli) in ki lahko jedo "redilno" hrano, npr. čokolado, pa se ne zredijo.

*Nekaj že najdeš, kar ni tako, kot bi moralo biti. Ali kot hočeš, da bi bilo. In se zato sekiraš.*

*Kar histerija me popade, ko grem ven in vem, da ne izgledam dobro, kar koma mi je iti ven iz bajte. Ko sem imela najhujše komplekse, bi zjutraj naredila vse, samo da mi ne bi bilo treba iti ven.*



Udeleženke raziskave so poleg medijev kot pritiske opisovale vplive prijateljev, partnerjev, fantov nasploh, v manjši meri pa tudi vpliv staršev, zlasti mater. Več kot polovica se je strinjala, da se mlade ženske trudijo biti lepe zato, da bi ugajale nasprotnemu spolu. Večina jih je bila kljub temu mnenja, da v kasnejših letih in v resnih zvezah zunanji videz ne igra posebej pomembne vloge. Prav tako jih večina trdi, da njihovi najbližji niso vir pritiskov glede videza, temveč da se ravno med najbližjimi najbolje počutijo, tudi če s svojim videzom niso zadovoljne. Dekleta so pa prepričana, da je videz pomemben za sprejetost v družbi nasploh. Njihove izjave spominjajo na Goffmanovsko<sup>2</sup> ukvarjanje s socialno identiteto, socialno interakcijo in potencialom za stigmatizacijo. Prav tako so izražale mnenje, da je potrebno ugajati sebi. Le nekaj jih je pri tem reflektiralo, da so merila, s katerimi presojava sebe, največkrat kulturna in ne osebna. Kulturna merila pa so stroga in standardizirana.

*Večina punc hoče biti lepih zaradi fantov. Čeprav to delaš tudi zaradi drugih žensk in mogoče kdo tudi zaradi sebe, je tisti zadnji cilj zaradi fantov. Da dobi določenega fanta. Ali pa da ga obdrži.*

*Ko so fantje mlajši, gledajo predvsem vizualno, potem pa gledajo tudi na to, kaj imajo punce v glavi.*

*Suha nočeš biti samo zaradi fantov, ampak zato, da si sploh družbeno sprejeta.*

*Telo je tisto prvo, kar ti vidiš pri drugem človeku. In na podlagi tega, kako nekdo izgleda, ti že naprej delaš neke zaključke. Ti res ne veš, kakšna je oseba in sodiš po izgledu.*

Udeleženke raziskave se zavedajo, da se idealnega videza praktično ne da doseči niti s pomočjo lastne volje ali določenega vedenja oz. početja. Kljub temu so popolno telo opisale celo kot vstopnico do popolnega življenja. Ugotovljale so, da je lepšim ljudem v življenju lažje. Večina jih verjame, da so na številnih življenjskih področjih uspešnejši. Rezultati številnih raziskav že desetletja potrjujejo to tezo v različnih stopnjah in oblikah, čeprav situacija ni povsem enoznačna; lepota ni prednost v vseh kontekstih. Dekleta so v povezavi z videzom redno uporabljala besede, kot so samozavest, samospoštovanje, dobro počutje.

*Tudi če veš, da je vse skupaj iluzija, verjameš, da je možno. Vse si želimo biti take.*

*Vsak bi rad dobro izgledal, toda jaz mislim, da se večina zaveda, da je za to potrebno veliko delati. Preveč, da bi bilo izvedljivo.*

*V kakih trenutkih v življenju si misliš, da če bi bil pa lep, bi šlo čisto drugače v življenju. V trenutkih, ko si razočaran, nesrečno zaljubljen, če te ne sprejmejo v službo, če te vržejo na ustnem izpitu... Vse to vpliva. Ali pa če*

---

<sup>2</sup> *The Presentation of Self in Everyday Life (1959)*

*ti kdo da kakšno direktno pripombo. Če imaš slab dan. Ko gre vse narobe. Ko greš na plažo v kopalkah.*

*Če dobro izgledaš, se tudi bolje počutiš. Si bolj samozavesten.*

Na vprašanje, ali mislijo, da obremenjenost s telesnim videzom sčasoma, z odraščanjem, odraslostjo mine, so odgovarjale nikalno.

*To nikoli ne mine, ampak se samo preseli v podzavest.*

*Po moje to ne mine. Sploh ne eni kompleksi. Čeprav se zavedaš, da je vse skupaj povsem butasto.*

Nekaj udeleženk raziskave je izpostavilo, da je v družbi ženski videz prekomerno cenjen, pa tudi ocenjevan.

*Jaz sem imela v razredu dve sošolki, ki sta bili gogo plesalki in ko sem to komu rekla, so vsi dejali "uau, uau, uau, uau!!!!". Kaj pa če bi komu rekla, da imam v razredu sošolko, ki je zmagala na svetovnem tekmovanju za violino, a bi potem kdo rekel vau? Kvečjemu bi rekli "no, super". Samo če omenim, da so gogo plesalke, pa vsi rečejo "moramo jih iti pogledat".*

Zanimali so me tudi razlogi, zaradi katerih se dekleta po lastnem mnenju skušajo približati lepotnim idealom, in njihovi protirazlogi. Avtobiografske izjave udeleženk v raziskavi so zelo podobne trendom v znanstvenih obravnavah. Dekleta so navajala številne razloge, ki vplivajo na obremenjenost z videzom. Opozorile so, da je v sodobni družbi telo eno redkih področij, ki ga imaš lahko pod nadzorom. Podobno ugotavljajo teoretiki, kot sta Giddens (1991) in Shilling (1993).

*Moja sestra ima probleme s tem, s hrano pa to in je rekla, da je tvoja teža edina stvar, ki jo lahko nadzoruješ. Šola ti gre lahko slabo, vse se ti lahko podre, ampak če hočeš imeti 40 kil, jih pa lahko imaš 40. Če boš jedel, jih imaš malo več, ampak potem stopiš na tehtnico in vidiš "aha, 41" in shujšaš.*

Udeleženke raziskave so razpravljale tudi o razlogih, zakaj se ni smiselno obremenjevati s svojim videzom. Izredno malo je takih, ki sprejemajo svoja telesa taka, kot so. Na začetku razprav je bilo slišati argumente v smislu "Moraš biti zadovoljen s sabo, s takim, kot si". Očitno je na delu teza o dualizmu med umom in telesom (Frost, 2001). Po tej tezi je človeška notranjost moralno superiornejša. Manj vredno naj bi bilo, da se osredotočamo na zunanost. S tem bomo prej izzvali obsojanje ali posmeh. V nadaljevanju diskusije se je največkrat pokazalo, da te teze njene zagovornice ne zmorejo utemeljiti v polemiki o pomenu ženske zunanosti. Dekleta so se pri iskanju razlogov proti obremenjenosti z videzom najpogosteje opirale na svoje neuspele poskuse spreminjanja telesa, iskale opravičila zanje in racionalizacije za prihodnost. Največ se jih je sklicevalo na šolo in druga pomembnejša življenjska področja; pa tudi na spoznanje, da videz ni zelo pomemben v

vsakdanjem življenju. Mnogo deklet je presodilo, da zahteva približevanje idealu preveč truda in da se jim računica ne izide.

*Mene je v tretjem letniku gimnazije prijelo, da imam recimo 15 ali pa 10 kil preveč in ok, bom jaz to malo 'skenslala'. In sem odločila, da ne bom bruhala, stradala in pač mi je uspelo shujšati tistih deset kil. Toda to ne gre potem naprej. Sem se hitro zredila nazaj. Potem sem na koncu rekla "mogoče mi je pa namenjeno, da nisem deset kil lažja". Recimo, da se več tako ne sekiram, ampak bi bila raje deset kil lažja.*

*Da bi zares shujšala, bi morala spremeniti čisto vse. Mislim, da je večini to problem. Potrebna je sprememba celotnega načina življenja. To pomeni, da boš tekal, da boš delal trebušnjake, da boš hodil čim več peš, da boš jedel zelenjavo in kruh. Najhujše je, če ti tak stil življenja ni všeč.*

*Kmalu ugotoviš, da imaš dosti drugih stvari, s katerimi se moraš ubadati, npr. s šolo, ne da bi se moral še ukvarjati s tem, kako izgledaš.*

#### **Odnos mladih žensk do nadzorovanja teže**

Izjave udeleženk raziskave v zvezi s telesnimi ideali potrjujejo že uveljavljeno ugotovitev, da povezuje večina žensk idealno telo najprej z vitkostjo (glej npr. Spitzack, 1990; Bordo, 1993; Frost, 2001). Zato se v članku osredotočam na analizo odnosa mladih žensk do nadzorovanja teže. Nadzorovanje teže je povezano z več telesnimi praksami, predvsem pa z dietami oz. hujšanjem in telesno vadbo. Veliko udeleženk raziskave avtomatično povezuje privlačno telo s hujšanjem. To pa ne velja v enaki meri za vadbo. Približno četrtnina deklet je izjavila, da so praktično nenehno na dieti. Vsaj polovica jih je dejala, da so že bila na dieti oz. da občasno hujšajo, zlasti pred poletjem in posebnimi dogodki, včasih pa "kar iz principa". Vsaj polovica jih je dejala, da se vsaj občasno trudijo, da bi jedle zdravo in manj. Nekatera dekleta so dejala, da se po jedenju čokolade in slaščic počutijo debele; poročale so tudi o občutkih krivde po jedenju hrane, ki je po njihovem mnenju ne bi smele jesti. Dietne strategije so torej različne: nekatera dekleta nenehno nadzorujejo svojo težo in na podlagi tega uravnavajo svoje prehranjevanje, druga so na stradanju, nekatera pazijo, kaj in kdaj jedo. Večina deklet, ki so kdaj koli bila na dieti, se je pritoževalo, da je dieto težko zdržati, opisovale so jo kot pravo bitko s svojim apetitom. Poleg tega se izgubljeni kilogrami hitro povrnejo. Precej jih je dejalo, da dieta povzroča slabo počutje in da jih ovira pri učenju in na drugih življenjskih področjih. Nekateri so omenjale tudi resnejše zdravstvene probleme, npr. slabokrvnost in strah pred motnjami hranjenja.

*Jaz sem nonstop na dieti. Toda ponavadi mi dolgo ne rata. Največ mi je uspelo tri mesece. Vendar pa ponavadi po dieti vse nadoknadim. Tisto, kar shujšam v treh mesecih, nadoknadim v petih dneh. In je torej čisto brezveze. Pa še takrat, ko hujšam, ne morem delati čisto nič drugega. Mislim samo na hrano. In sem slabe volje. Sama sebi se zdim čisto neumna.*

*Pri meni je dostikrat takole - ko sem lačna, grem na en čik. Rečem si: "Če*

*bom kadila, ne bom nič jedla." Ma ja, potem pokadim eno škatlo čikov, na koncu grem pa na sendvič.*

*Ugotovila sem, da če nič ne jem, se ne morem učiti in sem se odločila, da bom samo pazila, kaj jem. Ne jem večerje, čez dan pa jem, vendar pazim, kaj. Če se učiš, tudi nekako trošiš energijo.*

Izjava, da so starši tisti, ki jih ovirajo pri hujšanju oz. jim diete prepovedujejo, je bila precej pogosta. Še več deklet pa je dejalo, da nimajo take moči volje, da bi vztrajale pri dieti ali da bi se je sploh lotile. Če jim hujšanje nikakor ne uspeva, potem se sčasoma sprijaznijo s svojo postavo. Največkrat pa jim šele kak tehtnejši razlog, npr. genetska okvara, da zadosti legitimitete, da izstopijo iz začaranega kroga diet.

*Jaz sem dieto poskusila samo enkrat, pa sem postala slabokrvna, padla sem v nezavest in sedaj več ne upam imeti diete. Pa tudi doma me kontrolirajo, da jem.*

*Jaz sem že par krat poskusila z dieto, potem sem se pa sprijaznila s sabo takšna, kakršna sem, ker sem videla, da pač ne gre drugače. Ugotovila sem, da se ne spleča toliko vlagati v to, napora in vsega. Najbolje je, da sprejmeš sebe takega, kakršen pač si, in da se ne obremenjuješ s tem, kaj ti govorijo drugi.*

*Jaz sem se blazno trudila, da bi shujšala, potem pa so mi ugotovili, da mi ščitnica nepravilno deluje, kar je vzrok za mojo debelost. Zato sem prenehala hujšati.*

Dekleta se s telesno vadbo večinoma ne ukvarjajo izključno zato, da bi shujšale. Trdijo, da jim mora biti sama vadba všeč, da v njej uživajo. Poleg tega je pomemben razlog za vadbo dobro počutje po njej. Privlačen videz je ob drugih pozitivnih vidikih pomemben dejavnik motivacije za večji del deklet. Vsaj tri četrtine deklet se vsaj občasno ukvarja s kakim športom. Vse udeleženske fokusnih skupin pa poročajo o tem, da se zavedajo pomembnosti vadbe, in iščejo opravičila za svoje neukvarjanje ali neredno ukvarjanje (npr. cenovna in prostorska nedostopnost).

*Jaz takrat, ko 'laufam', mislim: "ej, toliko sem se matrala, zdaj pa naj bi šla na kosilo ali kaj!". Naslednji dan potem že jem.*

*Jaz imam npr. rada odbojko, plavanje in latino aerobiko. Grem pa tudi tu in tam laufat - fuj, ampak to samo zato, da bi shujšala. Sam se vsake toliko prisiliš tudi v kaj, kar ti ni všeč.*

## Biti s svojim telesom, ne proti njemu

MLADE ženske so dodobra seznanjene z vitkim telesnim idealom in z nesprejemljivostjo telesa, ki temu idealu ne ustreza. Ponotranjile so predstavo, da je vit-

kost povezana z dobrobitjo in uspešnostjo. Približevanje idealu naj bi nudilo relativno zadovoljstvo, oddaljenost od njega pa relativno nezadovoljstvo. Njihovo opisovanje odnosa do telesnega videza je bilo polno samokritike in samozanikovanja, a tudi refleksije. Veliko mladim ženskam jemljejo medsebojne primerjave in ukvarjanje z videzom precej energije. Posebej velja izpostaviti problematičen odnos mladih žensk do hranjenja, ki lahko vodi do motenj hranjenja in je lahko povezano z nezdravimi fizičnimi in emocionalnimi učinki.

Nekatere avtorice so kulturno idealiziranje omejenega obsega telesnih oblik opredelile kot osrednjo značilnost zatiranja žensk. Na primer, Chapkisova (1986) je pokazala, kako "globalni kulturni mehanizem" po vsem svetu razširja zahodni model lepote kot normo, ki se ji ženske prilagajajo. Avtorica predlaga kot rešitev pred tovrstnim zatiranjem upor in zavračanje dominantnih nerealističnih podob lepote. Kljubovanje prevladujočim kulturnim reprezentacijam ženskosti je posebej težavno za mlade ženske, saj so te ženske v obdobju, ko se šele učijo, kaj pomeni biti ženska v družbi. Bordojeva (1993) je pesimistična, kar se tiče možnosti za spremembo. Trdi, da so ženske vpete v kulturo, ki jih zatira, a temu ne morejo ubežati. Po mojem mnenju je tak pogled preveč črnogled, saj razvrednoti trud velikega števila žensk, ki so si uspele kljub pritiskom nedosegljivih lepotnih standardov ustvariti pozitivno telesno samopodobo. Alternativne podobe ženske lepote imajo potencial za spodbujanje mladih žensk, naj so bolj zadovoljne s svojim videzom.

Izjave udeleženk moje raziskave pričajo o zavedanju, da so idealne podobe, ki jih prikazujejo mediji, nedosegljive. Mlade ženske ne sprejemajo lepotnih norm pasivno, temveč jih presojujejo in jim v nekaterih primerih tudi kljubujejo. Nekaj respondentk je kritično izrazilo, da izvirajo lepotni ideali iz konteksta patriarhalne in kapitalistične družbe. Ob morebitnem primerjanju s popolnimi podobami približno polovica udeleženk raziskave ne dojema neskladnosti kot osebne pomanjkljivosti, temveč prepoznavajo politični kontekst svojega nezadovoljstva. Dekleta se soočajo s telesnimi ideali znotraj različnih socialnih okolij. Nekatere spodbuja k približevanju idealom družina, na nekatere pritiskajo partnerji. Večinoma pa niti starši niti partnerji niso vir pritiskov, temveč so to prej mediji, vrstniki oz. vrstnice, neznani ljudje na ulici. Skoraj vsa dekleta se oprimejo določenih lepotnih praks. Vendar jih večina pri tem ohrani razsodnost. Vse so poročale, da so opustile prakse, ki so se izkazale za osebno in socialno destruktivne. Res pa je, da je temu sledilo iskanje opravičil in racionaliziranje.

Izjave mladih žensk pričajo o ambivalentnosti do lepotnih idealov in praks kjub temu, da je zanje videz ključnega pomena za sebstvo. To odkritje je spodbudno. Morebiti bi ponovitev raziskave čez deset let dala povsem drugačne rezultate. Pozitivni odnos do raznolikih telesnih oblik pa bi zahteval velik kulturni preobrat v družbeni konstrukciji ženske telesne lepote. S pomočjo preučevanj, ki razkrivajo socialne in kulturne konstrukcije ženskosti, lahko zaenkrat prispevamo vsaj k razumevanju vsakdanjih izkušenj žensk, ki so znotraj androcentričnih okvirov pogosto marginalizirane. To pa je en korak na poti spodbujanja žensk, naj živijo s svojim telesom, ne proti njemu.

LITERATURA

- Bartky, S. (1990): *Femininity and domination: Studies in the phenomenology of oppression*. London: Routledge.
- Bordo, S. (1993): *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. Berkeley: University of California Press.
- Brownmiller, S. (1984): *Femininity*. New York: Ballantine Books.
- Cash, E. C.; Ancis J. R.; Strachan, M. D. (1997): Gender attitudes, feminist identity, and body images among college women. *Sex Roles* 36 (7/8): 433-447.
- Chapkis, W. (1986): *Beauty secrets: Women and the politics of appearance*. USA: South End Press.
- Charles, N.; Kerr, M. (1986): Food for feminist thought. *The Sociological Review* 34 (3): 537-572.
- Chernin, K. (1981): *The obsession: Reflections on the tyranny of slenderness*. New York: HarperPerennial.
- Coward, R. (1989): *Ženska želja*. Ljubljana: Univerzitetna konferenca ZSMS.
- Davis, K. (1994): *Reshaping the female body: The dilemma of cosmetic surgery*. New York: Routledge.
- Dellinger, K.; Williams, C. L. (1997): Negotiating appearance rules in the workplace. *Gender & Society* 11 (2): 151-177.
- Frost, L. (2001): *Young women and the body: A feminist sociology*. New York: Palgrave.
- Giddens, A. (1991): *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford: Stanford University Press.
- Gimlin, D. (2002): *Bodywork: Beauty and self-image in American culture*. California: University of California Press.
- Grogan, S. (1999): *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London & New York: Routledge.
- Hesse-Biber, S. (1996): *Am I thin enough yet? The cult of thinness and the commercialization of identity*. New York: Oxford University Press.
- Kuhar, M. (2002): O telesni samopodobi mladih. *Socialna pedagogika* 6 (3): 255-278.
- Mishkind, M.; Rodin, J.; Silberstein, L.; Striegel-Moore, R. (1986): The embodiment of masculinity: cultural, psychological and behavioural dimensions. *American Behavioural Scientist* 29 (5): 545-562.
- Rogers, M. F. (1999): *Barbie culture*. London: Thousand Oaks.
- Shilling, C. (1993): *The body and social theory*. London: Sage Publications.
- Spitzack, C. (1990): *Confessing excess: Women and the politics of body reduction*. New York: State University of New York Press.
- Stinson, K. (2001): *Women and dieting culture: Inside a commercial weight loss group*. London: Rutgers University Press.
- Wolf, N. (1991): *The beauty myth: How images of beauty are used against women*. New York: Doubleday.
- Young, I. M. (1990): *Throwing like a girl, and other essays in feminist philosophy and social theory*. Indiannapolis: Indiana University Press.