

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Meta Skok

**Motnje hranjenja v sodobnih slovenskih ženskih revijah:
*Cosmopolitan, Eva ter Lepa & zdrava (2004–2014)***

Diplomsko delo

Ljubljana, 2014

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Meta Skok
Mentorica: doc. dr. Nataša Logar

**Motnje hranjenja v sodobnih slovenskih ženskih revijah:
*Cosmopolitan, Eva ter Lepa & zdrava (2004–2014)***

Diplomsko delo

Ljubljana, 2014

Zahvala

Hvala mentorici doc. dr. Nataši Logar za usmerjanje in svetovanje pri pisanju diplomskega dela.

Iskrena hvala moji ljubeči družini za spodbudo in podporo.

Motnje hranjenja v sodobnih slovenskih ženskih revijah: *Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava* (2004–2014)

Diplomsko delo se osredotoča na prisotnost teme motnje hranjenja v prispevkih sodobnih slovenskih ženskih revij. Gre za bolezen, ki je uvrščena med duševne motnje in jo strokovnjaki obravnavajo šele zadnjih 50 let, kaže pa se v spremenjenem odnosu do hrane.

Da bi ocenili obseg in način prisotnosti bolezni motnje hranjenja v ženskih revijah, smo najprej po ključnih besedah pregledali spletne strani revij *Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava* za obdobje 2004–2014. V *Cosmopolitanu* je bilo o motnjah hranjenja objavljenih 45 prispevkov, v *Evi* trije ter v *Lepi & zdravi* en prispevek; v vseh so motnje hranjenja glavna tema. Podrobnejšo nadaljnjo analizo smo zaradi večjega obsega vzorca opravili na *Cosmopolitanovih* prispevkih.

Cosmopolitanovi prispevki s temo motnje hranjenja so razvrščeni v rubrike Zdravje, Samo zate, Seks & razmerja, Moški, Moda, Kariera, Zvezde in Astro. Iz podrobnejše analize je razvidno, da je največja zastopanost prispevkov na omenjeno temo v rubrikah Zvezde, Zdravje in Samo zate. V prvi rubriki izstopa senzacionalistični stil pisanja, v drugih dveh pa strokovni in osebni. Iz slednjih izvemo tudi vzroke, simptome in posledice bolezni ter nasvete, kam po pomoč. Vsi prispevki so opremljeni z eno ali več fotografijami, avtorji petih prispevkov so neimenovani, pri dveh je kot vir navedena revija *Lea*, sedem prispevkov pa so napisale imenovane avtorice. Ciljna publika so ženske, stare med 18 in 34 let, s poklicno ali srednješolsko izobrazbo.

Ključne besede: sodobne slovenske ženske revije, *Cosmopolitan*, motnje hranjenja, senzacionalistični stil, strokovni stil, osebni stil.

Eating disorders in modern Slovenian women's magazines: *Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava* (2004–2014)

The main focus of this diploma paper is the presence of the eating disorders theme in the articles published in modern Slovenian women's magazines. The disorder is classified as mental illness, but the experts are treating it as such only for the last 50 years. The disease shows itself in the changed perspective on food.

In order to assess the extent and manner in which the eating disorders are presented in women's magazines, we firstly reviewed the websites of the *Cosmopolitan*, *Eva* and *Lepa & zdrava* magazines for period 2004–2014. In *Cosmopolitan* there were 45 published articles, three in *Eva* and one in *Lepa & zdrava*; in every one, the eating disorders are the main theme. The detailed analysis was, because of the bigger sample, done on *Cosmopolitan's* articles.

Cosmopolitan's articles of which the main theme are eating disorders, are sorted in categories Health, Only For You, Men, Fashion, Career, Stars and Astro. The detailed analysis shows, that the biggest number of articles are represented in categories Stars, Health and Only For You. The sensationalist writing style is largely represented in the first category, the other two categories are represented by more personal and professional approach. From the last two we also get to know the causes, symptoms and effects of the diseases and where and how to get help. Every article contains one or more pictures, the authors of six articles are unknown, one has a source cited as *Lea* magazine and seven articles were written by known female authors. The target audience are women, between 18 and 34 years old, with finished high school or vocational training.

Key words: modern Slovenian women's magazines, *Cosmopolitan*, eating disorders, sensationalist style, professional style, personal style.

KAZALO VSEBINE

1 UVOD	10
2 MOTNJE HRANJENJA.....	12
2.1 Opredelitev bolezni in simptomi	13
2.1.1 Anoreksija nervoza.....	13
2.1.2 Bulimija nervoza.....	14
2.1.3 Prisilno prenašanje	14
2.1.4 Novi obliki motenj hranjenja.....	14
2.2 Vzroki bolezni	15
2.3 Posledice bolezni	16
3 ZGODOVINA IN RAZVOJ ŽENSKIH REVIJ V SLOVENIJI	18
3.1 Ženski tisk in definicija ženske revije	20
3.3 Jezik in stil pisanja v ženskih revijah	21
3.4 Fotografije v ženskih revijah	23
3.5 Ciljna publika v ženskih revijah	24
4 SODOBNE SLOVENSKE ŽENSKÉ REVIJE: <i>Cosmopolitan, Eva, Lepa & zdrava</i>	26
4.1 <i>Cosmopolitan</i>	26
4.2 <i>Eva</i>	27
4.3 <i>Lepa & zdrava</i>	28
5 ANALIZA PRISPEVKOV S TEMO MOTNJE HRANJENA V COSMOPOLITANU, EVI TER LEPI & ZDRAVI, 2004–2014	29
5.1 Pregled prispevkov v vseh treh revijah.....	30
5.1.1 <i>Eva</i>	30
5.1.2 <i>Lepa & zdrava</i>	31
5.1.3 <i>Cosmopolitan</i>	31
5.1.3.1 Prispevki v <i>Cosmopolitanu</i> v številkah.....	32

5.2 Prispevki v <i>Cosmopolitanu</i> po rubrikah: podrobnejša analiza vsebine	38
5.2.1 Rubrika Zdravje	38
5.2.2 Rubrika Samo zate	43
5.2.3 Rubrika Seks & razmerja	49
5.2.4 Rubrika Moški	50
5.2.5 Rubrika Moda	52
5.2.6 Rubrika Kariera.....	53
5.2.7 Rubrika Zvezde.....	55
5.2.8 Rubrika Astro.....	60
6 ZAKLJUČEK.....	63
7 LITERATURA.....	65

KAZALO GRAFOV

Graf 5.1: Število prispevkov na temo MH (kot glavna tema in kot stranska tema) v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014	32
Graf 5.2: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014.....	33
Graf 5.3: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014.....	33
Graf 5.4: Število prispevkov na temo MH (kot glavna tema in kot stranska tema) v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014 po mesecih	34
Graf 5.5: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014 po mesecih.....	35
Graf 5.6: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014 po mesecih.....	35
Graf 5.7: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014 po rubrikah	37
Graf 5.8: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v <i>Cosmopolitanu</i> v obdobju 2004–2014 po rubrikah	37

KAZALO SLIK

Slika 5.1: Fotografiji na začetku prispevka Jej in v tem uživaj, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	39
Slika 5.2: Fotografija na začetku prispevka Bulimija – izvor gre iskati v nezadovoljstvu, ne v dejanski debelosti, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	41
Slika 5.3: Fotografija na začetku prispevka Prehranske motnje, ki jih še ne poznaš!, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	42
Slika 5.4: Fotografiji na začetku prispevka Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	44
Slika 5.5: Fotografiji na začetku prispevka Anoreksija ji je ukradla zdravje, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	45
Slika 5.6: Fotografije na začetku prispevka (Pre)prosta odločitev tvojega srca, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	47
Slika 5.7: Fotografija na začetku prispevka Cosmo bralke priznavajo svoje največje skrivnosti, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	49
Slika 5.8: Fotografija na začetku prispevka Adonisov kompleks: prisilna nečimrnost, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	50
Slika 5.9: Fotografija na začetku prispevka Grozljivi pritiski modne industrije in shirana dekleta, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	52
Slika 5.10: Fotografiji na začetku prispevka Živi svoje življenje: Ne prepusti se nadlegovanju kogarkoli, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	53
Slika 5.11: Fotografija na začetku prispevka Usodna anoreksija, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	56
Slika 5.12: Fotografiji na začetku prispevka Prebolela sem anoreksijo!, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	57

Slika 5.13: Fotografija na začetku prispevka Zvezdnice v peklu anoreksije in bulimije, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	58
Slika 5.14: Fotografije na začetku prispevka Princesa Diana sporoča Kate, naj ne hujša!, objavljenega v <i>Cosmopolitanu</i>	60

1 UVOD

»Dobra, boljša, najboljša.«, »Lepa, lepša, najlepša.«, »Suha, bolj suha, najbolj suha.«, »Uspešna, uspešnejša, najuspešnejša.« ... Zdi se mi, da so to mantre sodobne ženske, ki največkrat zaradi pomanjkanja samozavesti in samospoštovanja podleže pritiskom družbe in medijev ter želi »ugajati, bolj ugajati, najbolj ugajati«. Toda kdaj se ustavi, kdaj je dovolj, kdaj doseže skrajno mejo perfekcionizma, če sploh obstaja?

Med preizkušanjem mej svojih zmogljivosti se po navadi ustavimo šele takrat, ko nam začne pešati zdravje. V sodobnem času so na udaru motnje hranjenja, ki pustijo tako telesne kot tudi duševne in duhovne posledice. Boleznim so izpostavljene vedno mlajše ženske oziroma že otroci, ne ubežijo pa jim niti moški. Vzroke gre po navadi iskati v preteklosti, v primarni družini, in dokler se z nerešenimi zadevami ne soočimo in jih postavimo na svoje mesto, težko živimo polno in zadovoljno. Nenehno nekaj iščemo, se ne sprejmemo v vsej svoji celovitosti in tavamo, blodimo v začaranem krogu. Po večletni agoniji in samouničevanju udarimo po mizi in si rečemo: »Dovolj je!«, zatem pa sledijo vprašanja: »Kaj pa sedaj? Kako in komu povedati/zaupati, kje najti pomoč?« Zaradi sramu po navadi najprej posežemo po (strokovni) literaturi, pregledamo revije, prebrskamo spletne strani ...

Namen diplomskega dela je ugotoviti, v kolikšni meri se motnje hranjenja kot tema v ženskih revijah pojavljajo od leta 2004 do danes in raziskati, kako je tema predstavljena. S pričujočim delom želim spodbuditi tiste, ki se spopadajo s katero koli boleznijo motenj hranjenja, da o njej spregovorijo in čim prej poiščejo ustrezno pomoč. Želim si, da bi tako vsaj malo razbila tabuje o anoreksiji, bulimiji, prisilnem prenažedanju, ortoreksiji in bigoreksiji ter da bi se o tem še več pisalo na nesenacionalistični način v medijih, tako tradicionalnih tiskanih kot tudi spletnih, ki so za večino ljudi cenejši in dostopnejši.

Diplomsko delo je sestavljeno iz teoretičnega in empiričnega dela. V prvem delu bom na kratko predstavila zgodovino bolezni motenj hranjenja, razložila, kaj so anoreksija, bulimija, prisilno prenažedanje, ortoreksija in bigoreksija. Opredelila bom tudi vzroke, simptome in posledice bolezni kot jih razlagajo strokovnjaki s področja psihiatrije, psihoterapije, psihologije in sociologije.

V nadaljevanju bom predstavila zgodovino in razvoj ženskih revij v Sloveniji, definirala bom ženski tisk in žensko revijo, spregovorila o jeziku, stilu in fotografijah v ženskih revijah ter opredelila ciljno publiko ženskih revij. Predstavila bom tri sodobne slovenske ženske revije, in sicer so to revije *Cosmopolitan*, *Eva*, *Lepa & zdrava*.

Sledi empirični del, kjer bom z deskriptivno metodo in kritično analizo diskurza predstavila rezultate iskanja prispevkov na spletnih straneh omenjenih revij na temo motnje hranjenja za obdobje 2004–2014. Iskala bom po ključnih besedah: motnje hranjenja, motnj* hranjenj*, anoreksija, anoreksij*, bulimija, bulimij*, prisilno prenažedanje, prisiln* prenažedanj*, ortoreksija, ortoreksij*, bigoreksija in bigoreksij*.

V nadaljevanju se bom osredotočila samo na *Cosmopolitanove* prispevke, ki pišejo o motnjah hranjenja. Pri tem bom izhajala iz stalne rubrike, v kateri so prispevki izšli: Zdravje, Samo zate, Seks & razmerja, Moški, Moda, Kariera, Zvezde in Astro. Skušala bom odgovoriti na naslednja raziskovalna vprašanja: kdo so avtorji analiziranih prispevkov v *Cosmopolitanu* (ženske, moški), komu so prispevki namenjeni (ciljna publika: spol, starost, izobrazba, premoženje), ali so v prispevkih prisotne fotografije in kakšne so, kakšen je stil pisanja (strokovni, osebni, senzacionalistični), ali so izpostavljeni vzroki, simptomi in posledice motenj hranjenja ter ali prispevki svetujejo, ponudijo pomoč pri spopadanju z boleznijo (kako ukrepati in kam se obrniti v stiski).

V zadnjem poglavju so sklepi, sledi pa še seznam literature.

2 MOTNJE HRANJENJA¹

Bolezni motenj hranjenja so bile opredeljene v drugi polovici prejšnjega stoletja in so bile sprva domena visoko razvitih postmodernih družb, sedaj pa so razširjene tudi na manj razvitih področjih Srednje in Vzhodne Evrope ter na zunajevropskih področjih. (Sternad 2001, 13) Tudi po besedah dr. Karin Serneč, dr. med., specialistke psihiatrije, so motnje hranjenja skupina bolezni, ki je bila do prej znana le ozkemu krogu posameznikov, v zadnjih desetletjih pa je prerasla v bolezen moderne dobe, ki jo strokovnjaki kot bolezen obravnavajo šele zadnjih 50 let. (Serneč v Hafner 2011, 10)

Motnje hranjenja so uvrščene med duševne motnje, saj so vzroki za njihov nastanek različne čustvene stiske, ki se navzven lahko kažejo s telesnimi znaki (prenajedanje, bruhanje, stradanje, zloraba odvajal in diuretikov ter pretirana telesna aktivnost). Posameznik vso svojo energijo posveti hrani in hranjenju ter se tako izogne oziroma obvladuje boleča čustva in probleme. (Serneč v Hafner 2011, 10)

Motnje hranjenja so čustvene motnje, ki se kažejo v spremenjenem odnosu do hrane. Predstavljajo zunanji izraz globoke duševne in čustvene vznemirjenosti ter nesprejemanja sebe. Oseba, ki trpi zaradi motnje hranjenja, izraža svoje čustvene težave s spremenjenim odnosom do hrane in hranjenja. Navidezni problem s hrano v globini skriva trpljenje, ki je nastalo zaradi cele vrste različnih razlogov. Hranjenje ali odklanjanje hrane postane izraz osvoboditve notranjih, bolečih in neprepoznavnih čustev. (Serneč v Hafner 2011, 9)

Oblikam motenj hranjenja je skupno, da imajo prisilni (kompulzivni) značaj, torej se oseba zelo trudi, da bi s tem početjem prenehala, a tega nikakor ne zmore. Ta značilnost motnje hranjenja uvršča tudi med zasvojenosti. Gre za začarani krog omamljanja oziroma ritual omamljanja, saj oseba s hrano omami svojo zavest in v sebi doživi trenutno pomiritev. Ritual omamljanja je zelo utrjen in lahko vključuje pripravljanje in nakupovanje hrane, omamljanje s hrano, omamo ob izločanju endorfinov, razmišljanje o svojem telesu in o hrani, načrtovanje, koliko, kdaj oziroma katero hrano pojesti ... Oseba je ujeta v začarani krog motenj hranjenja, počuti se, kot bi bila hipnotizirana, in čeprav si prigovarja, da bo jutri drugače, po navadi več let ponavlja ritual in si sama zelo težko pomaga. Rituali omamljanja namreč služijo kot vir

¹ To poglavje diplomskega dela je skrajšana in prirejena različica drugega poglavja mojega prvega diplomskega dela *Motnje hranjenja kot tema v sodobnih slovenskih mladinskih romanih* (Filozofska fakulteta v Ljubljani, julij 2014).

vzpostavljanja občutka varnosti znotraj sebe, zato je zelo pomembno, da oseba najde zamenjavo za te rituale. Praznino, ki nastane, lahko torej nadomesti z vpeljavo določenih aktivnosti (na primer športa, plesa, hobijev, meditacije) in ritualnega hranjenja (poudarek je na rednosti, ravnovesju in pozornosti na hrano, medtem ko jí). (Švab idr. 1998, 23–29)

Andreja Švab Modrin in druge avtorice knjige *Ko hrana ni več hrana* so izvedle raziskavo v skupini za samopomoč, kjer so članice na podlagi svojih izkušenj opredelile motnje hranjenja tudi kot iskanje miru, spodbude, ljubezni, topline in varnosti, uspeha, smisla v življenju, odmora in nagrade, lastne ustvarjalnosti, lepote, harmonije, zaupanja in povezanosti v medosebnih odnosih ... ter na drugi strani kot beg pred problemi, odgovornostjo, previsokimi zahtevami, stisko, neprijetnimi čustvi in občutji, lastnim telesom, notranjo praznino ... Lahko bi rekli, da so motnje hranjenja način soočanja z življenjem. Vendar pa, opozarjajo avtorice, ne smemo pozabiti, da se da ta način spremeniti, predvsem z večletnim delom na sebi, spodbudami, podporo in razumevanjem bližnjih. (Švab 1998, 19)

2.1 Opredelitev bolezni in simptomi

Strokovnjaki danes med boleznimi motnje hranjenja uvrščajo anoreksijo nervozo, bulimijo nervozo, prisilno prenačanje in tudi novi obliki motenj hranjenja kot sta ortoreksija nervoza in bigoreksija nervoza. Vsaka od naštetih bolezni ima svoje značilnosti, ki so opisane v nadaljevanju.

2.1.1 Anoreksija nervoza

Anoreksija nervoza velja za psihiatrični sindrom že zadnjih 100 let. Kriteriji, ki jo diagnosticirajo, so intenziven strah pred debelostjo, ki je prisoten tudi ob zniževanju telesne teže, moteno doživljanje lastnega telesa (oseba ima občutek debelosti), nezmožnost pridobiti telesno težo, ki ustreza starosti posameznika (indeks telesne mase je pod 17,5) in izguba menstruacije. Diagnoza pa se lahko postavi tudi tedaj, ko ima posameznik tipično sliko anoreksije nervoze, ampak ustrezno telesno težo. Pogosto so pridružene še shizofrenija, obsesivno kompulzivne motnje in razpoloženske motnje. (Serbec v Hafner 2011, 15–17)

2.1.2 Bulimija nervoza

Bulimija nervoza je bila kot samostojna bolezen obravnavana šele od šestdesetih in sedemdesetih let prejšnjega stoletja. Za postavitev diagnoze so potrebni izpolnjeni kriteriji: ponavljajoča se obdobja prenajedanja (basanja s hrano, nažiranja), občutek pomanjkljivega nadzora nad lastnim hranjenjem v obdobjih prenajedanja, prenajedanju sledijo neustrezni mehanizmi zmanjševanja telesne teže (bruhanje, uporaba odvajal, diuretikov, stradanje, pretirana telesna aktivnost) ter pretirano ukvarjanje z obliko svojega telesa in telesno težo (strah pred debelostjo). Tudi bulimiji nervozi so pridružene nekatere druge motnje: razpoloženske motnje, odvisnost od psihoaktivnih snovi, motnje kontrole impulzov in osebne motnje. (Serbec v Hafner 2011, 18 in 19)

2.1.3 Prisilno prenajedanje

Motnja prisilno prenajedanje je najmanj raziskana, zadnja leta pa potekajo intenzivne raziskave tudi v tej smeri (nekateri strokovnjaki jo vključujejo v kategorijo bulimije nervoze, spet drugi pa menijo, da je prenajedanje povezano z drugimi psihološkimi težavami). Za to motnjo so značilna prekomerna telesna teža, ponavljajoča se obdobja prenajedanja (basanja s hrano, nažiranja), občutek pomanjkljivega nadzora nad lastnim hranjenjem v obdobjih prenajedanja, ki pa jim ne sledi uporaba vedenjskih vzorcev za nižanje telesne teže. Tej motnji so lahko pridružene enake motnje kot bulimiji nervozi, vendar natančnih podatkov še ni. (Serbec v Hafner 2011, 20)

2.1.4 Novi obliki motenj hranjenja

Leta 1997 je Steven Bratman opredelil ortoreksijo nervozo kot patološko obsedenost z biološko čisto in neoporečno hrano. V ozadju so nizka samopodoba, izrazita potreba po nadzoru in kontroli, nista pa prisotna strah pred debelostjo in težnja po vitkosti. Pridružene so čustvene motnje, predvsem anksioznega in depresivnega tipa.

Bigoreksijo nervozo je leta 2001 prvi opisal Roberto Olivardia. Prvotno je bila motnja imenovana mišična dismorfija ali »obrnjena anoreksija«. Pri tej motnji gre za obsedenost s potrebo po mišičastem telesu. V ozadju so nizko samospoštovanje, nizka samopodoba, izrazita potreba po nadzoru in motena telesna shema, prisotna je tudi zloraba anabolnih

steroidov. Motnji so pridružene obsesivno kompulzivne motnje, motnje razpoloženja in spolnih funkcij. (Ser nec v Hafner 2011, 21)

2.2 Vzroki bolezni

Motnje hranjenja so kompleksna skupina bolezni in vzroki oziroma dejavniki, ki vplivajo na nastanek posamezne bolezni, so številni; po navadi gre za kombinacijo večjega števila dejavnikov (družinskih, socio-kulturnih in biološko-genetskih dejavnikov).

Med **družinske dejavnike** tveganja za nastanek motenj hranjenja štejemo kronične in duševne bolezni staršev, neustrezen odnos in komuniciranje med starši ali med starši in otrokom, pogoste diete v družini, telesno, duševno, spolno zlorabo in uporabo hrane kot vzgojnega pripomočka. Vse to lahko pri posamezniku povzroči občutke nestabilnosti, negotovosti in pomanjkanje varnosti, ki pa je ključnega pomena za razvoj ustrezne samopodobe, samovrednotenja in samospoštovanja. (Ser nec v Hafner 2011, 61–63)

Nadalje govorimo o **socio-kulturnih dejavnikih** tveganja, kjer se sprašujemo, koga najpogosteje prizadenejo motnje hranjenja. Sodeč po raziskavah so to ženske, toda problem je v porastu tudi pri moških, kar strokovnjaki povezujejo z naraščajočo obsedenostjo moških s telesno težo in telesnim videzom (bigoreksija nervoza). K razvoju motenj hranjenja pripomore tudi vloga ženske, ki se je v zadnjih desetletjih zelo spremenila. Pomoč pri iskanju ravnotežja med tradicionalnimi pričakovanji družbe do ženske in novimi ideali pa ponujajo modna industrija, potrošništvo in mediji. Tako danes velja, da je uspešna ženska zaposlena, negovana lepa in vitka, hkrati pa mora opravljati tudi tradicionalni vloge kot sta mati in gospodinja. (Ser nec v Hafner 2011, 64, 65)

Med pomembnejše **biološko-genetske dejavnike** tveganja štejemo prekomerno telesno težo ob rojstvu in v otroštvu, saj je prekomerno hranjen otrok pogosto tarča posmeha vrstnikov in jeze staršev. Poleg tega je dedna tudi nagnjenost k določenim osebnostnim potezam, ki so rizične za razvoj motenj hranjenja. To so pretirana storilnost, potreba po potrjevanju, pohvalah in potrditvah s strani okolice, perfekcionizem ter izrazita pridnost. (Ser nec v Hafner 2011, 65 in 66)

2.3 Posledice bolezni

Motnje hranjenja vplivajo tako na posameznikovo **telesno in duševno** zdravje kot tudi na njegovo **socialno vključevanje**. Pomembno je, da motnje čim prej odkrijemo, saj dlje kot trajajo, težje so posledice, lahko pride celo do dolgotrajnih in resnih zapletov. (Hafner 2011, 67)

Ena od telesnih posledic **anoreksije nervoze** je bistveno znižanje telesne teže, ki pa je posledica dehidracije, stradanja, znižanje vnosa hrane, izogibanje visokokalorični hrani, prekomerne fizične aktivnosti in tudi bruhanja ter uporabe zaviralcev apetita, diuretikov in odvajal. Druge telesne posledice so znižanje telesne temperature, oslabelost mišic, metabolične in elektrolitske motnje, nizek krvni tlak, hormonske motnje, počasno bitje srca, srčna aritmija, udrta lica in bledica, zmanjšana kostna gostota, težave s srcem in ledvicami, zaprtje, izjemna utrujenost in izčrpanost, neplodnost pri ženskah, zastoj v rasti in razvoju, izpadanje las, puhasta poraščenost ter celo različne vrste invalidnosti in smrt. Med duševne posledice štejemo socialni umik, motnje spanja in koncentracije, depresijo, živčno napetost, negotovost, misli na smrt in tesnoba. (Hafner 2011, 67, 68 in 72)

Pri bolnikih z **bulimijo nervozo**, ki imajo običajno normalno telesno težo, so telesne posledice elektrolitske motnje, ki se pojavijo zaradi zlorabe diuretikov in odvajal. Pojavijo se tudi nihanje krvnega tlaka, upočasnjeno delovanje srca in druge motnje srčnega ritma, vrtoglavica, dušenje ter omedlevica. Prav tako se lahko pojavijo hormonske motnje, prebavne težave, bolečine v trebuhu zaradi prevelike količine zaužite hrane, erozije na sklenini, zobna gniloba in oteklina žleze slinavke. Zaradi bruhanja so na rokah vidne opraskanine, lahko pride do raztrganja sluznice na prehodu iz požiralnika v želodec in celo do razpoka želodca, kar pa vodi v smrt. Podobno kot pri osebah z anoreksijo nervozo se tudi osebe z bulimijo nervozo socialno izolirajo, niha jim razpoloženje, zapadejo v depresijo in imajo slabo samopodobo. Prenajedanje se začne z občutki napetosti, ki pa so nevzdržni. (Hafner 2011, 70 in 72)

Zaradi izmenjujočih napadov prenehanja in diet je posledica **prisilnega prenehanja** precejšnje nihanje telesne teže. Bolniki v obdobju prenehanja v povprečju v dveh urah zaužijejo ogromne količine visokokalorične hrane različnih okusov. Tako je pogosta telesna posledica debelost, ni pa nujno. Pojavijo se še bolezni prebavnega trakta in prebavne motnje, potenje, visok krvni tlak, sladkorna bolezen, motnje v delovanju srca, težave v spolnosti, motnje menstrualnega ciklusa, krčne žile, glavoboli, težave pri dihanju ter bolezni sklepov in

hrbtenice. Duševne posledice so socialni umik, težave s koncentracijo in spanjem, razvrednotenje samega sebe in depresija. (Hafner 2011, 71 in 72)

Švab in druge avtorice v knjigi *Ko hrana ni več hrana* (1998, 38–41) omenjajo še **duhovne posledice** (izguba svobodne volje, nemoč, izgubljenost, doživljanje neznosne praznine, notranja neizpolnjenost, misel na samomor, pomanjkanje smisla in zavedanja svoje identitete, doživljajska otopelost ...) in **socialne posledice** motenj hranjenja (nezmožnost imeti partnerja, nekomunikativnost, nezmožnost intimnih odnosov, pasivnost v šoli, na delovnem mestu, oseba težko skrbi za družino, otroke ...).

Sklenem lahko, da so motnje hranjenja mlada bolezen, ki je predmet podrobnejših raziskav šele zadnjih 50 let. Vsem boleznim je skupno pretirano ukvarjanje s hrano in z lastnim telesom, in sicer pri anoreksiji izstopa stradanje, oseba z bulimijo se prenajeda in bruha, pri prisilnih jedcih se ponavljajo obdobja prenajedanja, osebe z ortoreksijo so obsedene z biološko čisto in neoporečno hrano, osebe z bigoreksijo pa s potrebo po mišičastem telesu. Vzroki oziroma dejavniki tveganja za nastanek bolezni so skupek družinskih, socio-kulturnih in biološko-genetskih dejavnikov, posledice večletnega trpinčenja lastnega telesa pa lahko vodijo celo v smrt.

3 ZGODOVINA IN RAZVOJ ŽENSKIH REVIJ V SLOVENIJI

Zgodovina udeležbe žensk v slovenskem časopisju sega v leto 1797, ko je Maria Theresia Egerca kot prva ženska v tiskarstvu in založništvu prevzela vodenje prvega slovenskega časopisa: Vodnikove *Lublanske Novice*. Dalje je leta 1875 zaslediti pobudo za ustanovitev ženskega lista v slovenščini v *Kmetijskih in rokodelskih novicah*, dejansko pa se kot prvi ženski časopis šteje priloga tržaškega političnega dnevnika *Edinost*, to je priloga *Slovenka*, ki je izšla 2. januarja 1897 v Trstu. (Legan 2004, 19)

Leta 1997, ko je minilo točno 100 let od izida prvega ženskega časopisa na Slovenskem, je Karmen Sotošek Štular v knjižici *Žensko časopisje na Slovenskem 1897–1997: vodnik po razstavi* sistematično predstavila razvoj teh časopisov. Na začetku knjižice omenja tudi to, da je leta 1997 minilo 149 let od natisa prve slovenske besede izpod ženskega peresa (Fanny Hausmann je v *Celjskih novinah* objavila svojo prvo pesem). (Sotošek Štular 1997, 6)

Sotošek-Štularjeva je zbrala kar 55 naslovov ženskih časopisov, ki jih je iskala pod naslednjimi kriteriji: uredništva so v večini sestavljale ženske, pisale so večinoma ženske, vsebine so pokrivalo ženska interesna področja in čtivo besedilo je bilo namenjeno bralkam. Glavno mesto razstave, ki je nastala ob tej priložnosti, je zasedel prvi ženski časopis *Slovenka*, ostalo žensko časopisje pa je bilo razdeljeno na tri temeljna obdobja: čas od začetka stoletja do druge svetovne vojne, obdobje druge svetovne vojne in povojni čas do konca osemdesetih let. Na koncu je omenjeno še obdobje devetdesetih let s posebnim trendom znotraj ženskega novinarstva. (Sotošek Štular 1997, 6 in 7)

Kot že omenjeno, je 2. januarja 1897 izšla priloga *Slovenka* s podnaslovom *glasilo slovenskega ženstva*, prvi ženski časopis na osmih straneh. Prva urednica je bila Marica Bartol Nadlišek, pozdravno pismo prvega ženskega časnika pa je napisal Anton Aškerc. Program priloge je bil sprva predvsem nacionalen in izobraževalen, saj je takrat slovenska žena zaradi širših družbenopolitičnih razmer na prvo mesto postavljala narodna, šele na drugo pa ženska vprašanja. Kasneje so prišli v ospredje tudi članki o vzgoji in gospodinjstvu ter razvedrilni in zabavni članki, na zadnji strani pa je bil vedno oglas. V *Slovenki* so objavljali tudi pesmi in leposlovje. Leta 1900 je urednikovanje prevzela Ivanka Anžič in takrat je *Slovenka* postala samostojna mesečna revija, ki je bila zrelejša in modernejša ter je pisala tudi o prostituciji, enakopravnosti, spolnosti, ločitvi, odpravi celibata urednic in učiteljic ter podobnih temah. Nenadna sprememba uredniške politike in moderna smer sta povzročili konec revije, ki je svojo pot zaključila leta 1902. Vendar so se do konca druge svetovne vojne pojavile še štiri

Slovenke (leta 1919 v Ljubljani, 1922 goriška *Slovenka*, 1943 *Slovenka*, ki je pripadala belogardističnemu slovenstvu, in leta 1944 še *Slovenka* s podnaslovom *Glasilo ženske zveze za Primorsko*). (Sotošek Štular 1997, 9–21)

Leta 1905 se je na slovenskih tleh pojavil časopis *Slovenska gospodinja*, leta 1913 pa je izšel *Ženski list*, ki je poudarjal in vzgajal ženske za razredno borbo. Meščanska revija *Ženski svet* je v času med vojnama pisala o odpravi podrejenega položaja žensk v družbi, naprednejši pogled na žensko življenje pa je ponujala revija *Jadranka* v začetku dvajsetih let. Leta 1921 je izšel prvi modni list *Vesna*, ki je predstavljal domače in tuje modne smernice, predvsem za ženske, prvo žensko strokovno revijo pa na Slovenskem dobimo leta 1929; to je bila strokovna revija za babice *Babiški vestnik*. Od strokovnega tiska dobimo še *Gospodinjo* (1932), leta 1937 *Kmečko ženo*, tik pred koncem druge svetovne vojne pa za kratek čas svoj tisk dobijo tudi učiteljice, ki so vzgajale katoliško mladino. Leta 1954 je izšla *Medicinska sestra na terenu* in leta 1994 časopis *Tajnica*. Od izseljeniškega časopisja gre omeniti list *Zarja* (1929) za ameriške Slovenke v Clevelandu. (Sotošek Štular 1997, 28)

Zaradi druge svetovne vojne je prenehalo izhajati devet ženskih listov, dva pa zaradi finančnih težav že prej. Med vojno sta tako izhajali glasili za dekleta *Vigred* in *Zarja*, glasilo ameriških žensk. Leta 1941 se prvič pojavi *Naša žena, List za slovensko delovno ženo*. Na območju Štajerske je v tem obdobju izhajala *Borbena Slovenka*, na Dolenjskem *Našim ženam*, na Gorenjskem in Koroškem *Slovenke pod Karavankami*, Primorke pa dobijo *Slovenko*. Vse te območne revije po vojni spet dobijo enotno ime *Naša žena*. (Sotošek Štular 1997, 29)

Tretje obdobje, kot čas po vojni in do konca osemdesetih let poimenuje Sotošek-Štularjeva, ni preveč naklonjeno ženskim revijam v primerjavi s predvojnimi leti; do skoraj šestdesetih let smo imeli na Slovenskem samo eno žensko revijo splošnega značaja, in to je bila *Naša žena*. Kmalu po vojni so izšle štiri številke *Mode*, revija pa je prikazovala tudi modo iz Pariza. Naslednja modna revija *Maneken* je izšla leta 1957, ki je kljub naslovu v vseh uvodnikih nagovarjala ženske. Konec šestdesetih je izšla revija *Elle – Ona*, ki je nastajala v sodelovanju z istoimensko revijo iz Pariza. Istega leta (1960), ko je prenehala izhajati *Elle*, je izšla *Jana* s podnaslovom *Sodoben ženski tednik*. To je bil prvi povojni tednik, pisal pa je o modnem oblačenju, urejanju stanovanja, ženskem telesu, prisotni so bili horoskop, ljubezenske zgodbe in psihološki testi. Leta 1983 je pod okriljem Jane izšla posebna izdaja *Jana – ročna dela*, kasneje pa še druge posebne izdaje. Omenimo še revijo *Maja*, ki je izhajala v šestdesetih in osemdesetih letih. (Sotošek Štular 1997, 30–32)

Obdobje devetdesetih let prinese pravi razcvet ženskega časopisja. Leta 1990 dobimo prvi ženski tabloid *Lady*, ki je pisal o najbolj slavni ljudih. Omenimo še revije *Modna Jana* in *Ona* iz leta 1994 ter *Glamur*, *Nora* in *Sara extra* iz leta 1996. Leta 1995 je izšla še revija *Delta: revija za ženske študije in feministično teorijo*.

Sodobno žensko časopisje poleg materinskih in vzgojnih nasvetov ponuja tudi teme, kot so kozmetični, modni, lepotni, seksualni in zdravstveni nasveti. Poleg tega začnejo ženske revije sredi devetdesetih let ponujati tudi vsebine za moške, najpogosteje s pisanjem o moški modi, njihovih konjičkih in z nasveti za moške. (Sotošek Štular 1997, 34 in 35)

Leganova v svoji monografiji dalje omenja nove ženske revije, in sicer so to revije *Viva* (1993), *Pepita* (1995), *Moda In* (1996), *Glamur-Gloss* (1995), *Smrklja* (1996), *Mama* (1997), *Moj malček* (1997), *Moj otrok* (1998), *Ona* (1999), *Anja* (1999), *Eva* (2001), *Lisa* (2002), *Nova* (2002), *Cosmopolitan* (2001) in *Kaprica* (2002).

Avtorica ugotavlja, da sodobno žensko časopisje poleg tradicionalnih vsebin (to so predvsem materinski in vzgojni nasveti) ponuja tudi paleto vsebin komercialnega značaja (seksualni, modni, kozmetični, zdravstveni in lepotni nasveti), ki igrajo predvsem na čustvena stanja bralk. Revije bralke ne glede na njihovo starost, izobrazbo, materialno stanje in ciljno publiko, ki ji pripadajo, nagovarjajo kot potrošnice, ki želijo in znajo s sodobnim načinom življenja poskrbeti zase ter za svojo družino. (Legan 2004, 22)

Zgodovinski pregled razvoja slovenskega ženskega časopisja pokaže, da so se značilne medijske formacije tako imenovane ženske revije skozi stoletje spreminjale počasi, predvsem pa pod vplivi političnih, družbenih in kulturnih sprememb. Vendar lahko še vedno govorimo o enotnih vsebinskih smernicah, ki veljajo še danes. (Legan 2004, 27)

3.1 Ženski tisk in definicija ženske revije

Jerca Legan v svoji znanstveni monografiji *Razgaljena: žensko branje v Sloveniji* pri definiciji ženske revije izhaja iz predpostavk:

1. *da obstajajo osnovne vsebine, ki revije kot značilne medijske formacije združujejo v homogeno medijsko skupino: moda, lepota, odnosi, gospodinjska opravila (kuhanje, nega otrok ipd.), z razvijanjem specifičnih vzorcev nagovarjanja, s katerimi naslavljajo svoje potencialne bralke;*

2. *da so po domnevah posameznih založnikov in pri načrtovanju uredniške politike največja »ciljna publika« oziroma »najmanjši skupni imenovalec« ženske (kot kulturni konstrukt, ne kot spol ali demografsko dejstvo) – bralke različnih starosti, izobrazbe, premoženjskega stanja in življenjskih stilov;*

in

3. *da predstavljajo ženske po kvantitativnih tržnih raziskavah dejansko največji odstotek bralne publike. (Legan 2004, 9)*

Neda Todorović Uzelac (v Šmitek 2011, 9 in 10) govori o ženskih revijah kot o posebnem mediju, za katerega je značilen tudi poseben novinarski diskurz, uspeh pa tovrstnemu tisku prinaša splošno uveljavljena formula, sestavljena iz elementov informirati, poučevati in zabavati. Za lažje razumevanje predstavi tudi pet glavnih lastnosti ženskih revij: **množičnost** (število izvodov revije), **obstočnost na trgu** (stalnost bralk), **zaupanje bralk** (spoštljiv odnos ustvarjalcev revij, ki dajejo občutek vsevednosti), **navajenost bralk na »svoj« časopis** (prebiranje se prenaša iz generacije v generacijo, vzbuja zanesljivost in varnost) in **potreba po komuniciranju** (bralke posredujejo pohvale, pisma, vprašanja, predloge ..., uredništvo odgovarja, jih upošteva).

3.3 Jezik in stil pisanja v ženskih revijah

Vsak tiskani medij ima svojo okvirno retorično strategijo, ki določa strategije nagovarjanja bodisi bralk bodisi bralcev. Te oz. ti naj bi se skozi te strategije prepoznali kot nagovorjeni oziroma naj bi prepoznali, da je članek namenjen izključno njim. Predpostavka v ženskih revijah je, da ima ženska veliko problemov in zato potrebuje pomoč, rešitve pa ji revija ponuja skozi življenjske zgodbe ter z nasveti. Posledica branja in upoštevanje napisanega je tako brezskrbno in srečno življenje. (Legan 2004, 118)

Za ženske revije so značilni specifični jezikovni mehanizmi, ki jih Leganova na osnovi analize primerov iz slovenskih ženskih revij imenuje življenjska zgodba, modna zgodba, reportaža, čustvene tematike in prva oseba. Pri analizi izbranih tekstov iz nekaterih slovenskih ženskih revij je izpostavila modo kot medijsko vsebino, pri kateri so uporabljeni vsi omenjeni jezikovni mehanizmi, ki pa so reprezentativni tudi za ostala tematska področja v ženskih revijah. Avtorica meni, da so izdelani jezikovni mehanizmi tista medijska strategija, ki bralko pritegne k prebiranju ženske revije in jo prepriča v resničnost vsebine. Za izoblikovanje tiskanega medija so pomembni vizualni in tekstovni material ter njuna usklajenost in

povezanost, zato vse ženske revije vsebujejo naslovnico, uvodnik, reportaže, svetovalna besedila in intervjuje, osrednjo komunikacijsko metodo pa sestavljajo naslovi, podnaslovi in uvodnik. (Legan 2004, 118–125)

V nadaljevanju diplomskega dela so podrobneje predstavljeni jezikovni mehanizmi v ženskih revijah, ki pa se po besedah Leganove v praksi med seboj prepletajo.

Stereotipne (na videz specifične) **življenjske zgodbe** medijsko upodobljenih žensk delujejo kot smernice za doseganje družbenega »ideala«. Na straneh ženskih revij je veliko nasvetov, kako poskrbeti za tisto, kar je pod obleko, kaj obuti, obleči ... Telo pogosto predstavlja glavni objekt jezikovnega pripovedovanja skozi življenjske zgodbe tako posameznic kot tudi avtoric teksta. Neposredni opisi barv, vzorcev in oblek pripomorejo k rabi življenjske zgodbe kot jezikovnega mehanizma, pri bralkah pa naj bi vzbujali razpoloženske občutke. (Legan 2004, 122–123)

Modna zgodba je zgrajena iz elementov, in sicer iz opisa modnega dogodka oziroma modnih novosti in modnih fotografij, glavne teme so materiali, barve, vzorci, linije ... Vse modne zgodbe stremijo k istemu cilju, to je nagovoriti bralko, da želi in mora poskrbeti zase. (Legan 2004, 124)

V **reportažnih** člankih v ženskem revijalnem tisku so po navadi skriti (oziroma se v njih promovirajo) različne storitve in izdelki. To je značilno predvsem za specializirane revije, kamor Leganova med drugim uvršča tudi *Cosmopolitan* in *Evo*. Največkrat gre za članke o novostih z družabnih srečanj, modnih revij ... Reportažni članki vsebujejo novinarske diskurzivne forme, v njih pa so vpletene oglaševalske. Jezik tovrstnega sporočanja uporablja retorična sredstva, ki lahko prikrito nagovarjajo k potrošništvu. (Legan 2004, 121)

Tudi **čustvene tematike** so specifični jezikovni mehanizmi, s katerimi se ustvarja govor, usmerjen na ženske, in ki ima skoraj nujno prizvok intimnosti. (R. Coward v Legan 2004, 122) Melodramatični učinek, občutek pogovora in neformalnost se ustvarjajo s prepletanjem družbenih dejavnosti in osebnih občutij z modnimi informacijami (primer: opisane barve v tekstih so podane z asociacijami na letni čas, razpoloženje). Stavki so kratki in odrezavi, uporabljeni pridevniki pa ustvarjajo »poetično-romantično« atmosfero pripovedovanja. (Legan 2004, 122)

V tekstih, imenovanih **prva oseba**, avtorji po navadi pripovedujejo na osnovi osebne izkušnje, največkrat gre za teatralno orisovanje določenega predmeta. Pogovorni, osebni stil

nagovarjanja je namenjen vsem potencialnim bralkam ter daje vtis osebne izpovedi in videz avtentičnosti. Besedilo deluje kot (intimni) prijateljski dialog med namišljeno bralko in avtorjem (žensko revijo). (Legan 2004, 122)

Urša Skumavc govori o tehnikah popularnega žurnalizma, »v katerem so informacije in dejstva predstavljeni v obliki posnemanja medosebne komunikacije, implicitnih dialogov in prijetnega kramljanja«. (Skumavc 2002 116 in 117) Vsaka revija ima svoj način, kako nagovoriti umišljenega bralca, pri tem pa uporablja njegov referenčni okvir, vedenje, način govora in razumevanje. (Luthar v Skumavc 2002, 117) Iluzija neposrednega govora se vzpostavlja tudi z grafično podobo časopisa, ki spominja na neposredni pogovor; z besednim zakladom, ki daje vtis neposrednosti in domačnosti; z uporabo pogovornega jezika v pisanem mediju, ki spominja na neformalnost; z umestitvijo besedila v prostor in čas; z modalnostjo, ki nakazuje na osebo za besedilom, ter s posebno morfologijo in sintakso: nedokončanimi in kratkimi stavki. (Smukavc 2002, 117)

3.4 Fotografije v ženskih revijah

Fotografije so sestavni del medijskega poročanja in se pojavljajo v časopisih in revijah, na televiziji, letakih, brošurah in plakatih. So nepogrešljive zaradi svojih vizualnih elementov, ki pritegnejo pozornost nase in popestrijo prispevke. (Holicki v Ogorevc 2000, 7)

Fotografije so pomemben, takojšen način komuniciranja in imajo zelo velik pomen v ženskih revijah, katerih podoba je pretežno vizualna. Pri prebiranju besedila za isto sporočilo potrebujemo določen čas, medtem ko fotografija deluje takoj. Postavitev elementov in barve so učinkovitejše kot pa besede na papirju. Bralka na svoj način razpozna fotografijo, ta pa je odvisno od dejavnikov, vezanih nanjo: to so ekonomski položaj, vzgoja, družbeni razred, izobrazba in starost. Bralka privzame fotografijo za svojo in vanjo implicitno vnese del sebe, učinek fotografije pa je s tem večji. (Coward v Kek 2006, 56)

Po besedah Brede Luthar (v Kek 2006, 56) je vizualizacija popularnega tiska vplivala na poženščenje javne sfere zaradi vse večjega števila ženske bralne publike in bralk. Za razliko od moških ženske mislijo v slikah, to pa je tudi eden od razlogov za povečano vizualizacijo ženskih revij. Slika je tako primernejši način komuniciranja z žensko publiko kot besede.

Kerns (v Šubic 2005, 32) omenja simbolne fotografije, za katere pravi, da so abstrakcija resničnosti in da bralcu pomagajo ustvariti predstavo o realnosti, najpogosteje pa se pojavljajo

ob prispevkih v revijah, v oglaševalske namene in ob analitičnih/splošnih prispevkih. Namen tovrstne fotografije, ki lahko predstavljajo neverbalne koncepte (zakonska zveza, smrt, sovraštvo ali ljubezen), je vzbuditi domišljijo ali določeno razpoloženje. B. Luthar (v Šubic 2005, 32) vidi podobnost med simbolno in oglasno fotografijo – v najkrajšem času vzbudijo največ simbolike, idej in predstav, njihova naloga pa ni več informiranje, ampak zaposlitev oči.

English (v Šubic 2005, 26) izpostavi pet značilnosti, ki jih fotografije prinesejo časopisu: pripomorejo k vizualni privlačnosti publikacije (živahnost, raznolikost); pripomorejo k čustvenosti, zanimivosti daljših tekstov; čeprav so lahko fotografije lažne, se zdijo verodostojnejše kot pisana beseda; bralcu približajo dogodek in mu omogočijo, da ga vidi tako kot novinar; pomagajo pri predstavi, da so ljudje, o katerih se piše, res prave osebe.

3.5 Ciljna publika v ženskih revijah

Po besedah Ksenije H. Vidmar (v Šela 2010, 11) naj bi bralke ženskih revij izhajale iz meščanskega srednjega razreda oziroma tako je bilo vsaj na začetku obdobja pojava ženskih revij, danes pa ženske revije s svojo vsebino segajo med različna kulturna in družbena okolja. Po raziskavah po ženskih revijah občasno posegajo tudi moški in otroci. (Todorović-Uzelac v Šmitek 2011, 11)

Jerca Legan v že omenjeni znanstveni monografiji raziskuje tudi, kdo so bralke oziroma ciljna publika ženskih revij. Na podlagi analize slovenskih ženskih revij bralke razvršča glede na izobrazbo, starost, kupno moč in tip avditorija, ki naj bi mu bralke iste ženske revije pripadale. Bralke skozi homogeno skupino (bralke kot potrošnice) razdeli na podjetnice/delavke, intelektualke/gospodinje, mlajše/starejše, moderne/klasične, zrele ženske/najstnice, revnejše/premožnejše, ekstrovertirane/intorvertirane ...

Leganova zaključuje, da se slovenske ženske revije usmerjajo na osnovi definiranih ciljnih publik, saj nagovarjajo žensko z dveh vidikov: kot soprogo, gospodinjo, mati oziroma jo razumejo kot intelektualko, podjetnico, aktivno, emancipirano in samostojno žensko. (Legan 2004, 126–129)

Zaradi kasnejše podrobnejše analize prispevkov iz *Cosmopolitana* na tem mestu izpostavljam ugotovitve Leganove samo za omenjeno revijo. *Cosmopolitan* berejo osebe med 18 in 34 let, tip avditorija, ki mu bralke pripadajo, pa je moderni (zabava, razvedrilo, šport, druženje,

moda, izložbe, nakupovanje, glasba, novice, luksuzni izdelki, filmi, kultura, zunanji izgled, prireditve, nagradne igre in uspeh v službi) in ekstrovertirani (izložbe, druženje, nakupovanje, šport, oglasi, moda, zabava, luksuzni izdelki, zunanji izgled, novice, kuharski recepti, kultura, obiski, ročna dela in branje časopisov/revij). (Legan 2004, 127)

Po zadnjih podatkih poročila *Redna letna raziskava stanja medijskega pluralizma v Republiki Sloveniji za leto 2012 na področju slovenskih tiskanih medijev, radijskih in televizijskih programov ter elektronskih publikacij* (naročnik je Ministrstvo za izobraževanje, znanost, kulturo in šport RS, izvajalec je Inštitut za raziskovanje trga in medijev, d. o. o.) *Cosmopolitan* bere 14,8 % moških in 85,2 % žensk, po izobrazbi ima 29,7 % bralcev (ne)dokončano osnovno šolo, 51,4 % ima poklicno ali srednješolsko, 18,9 % bralcev pa višjo, visoko izobrazbo ali več. *Evo* bere 26,1 % moških in 73,9 % žensk, po izobrazbi ima 20,8 % bralcev (ne)dokončano osnovno šolo, 64,5 % ima poklicno ali srednješolsko, 14,7 % bralcev pa višjo, visoko izobrazbo ali več. Revijo *Lepa & zdrava* bere 26,4 % moških in 73,6 % žensk, po izobrazbi ima 33 % bralcev (ne)dokončano osnovno šolo, 49,5 % ima poklicno ali srednješolsko, 17,5 % bralcev pa višjo, visoko izobrazbo ali več.

4 SODOBNE SLOVENSKE ŽENSKÉ REVIJE: COSMOPOLITAN, EVA, LEPA & ZDRAVA

V nadaljevanju diplomskega dela so predstavljene tri sodobne slovenske ženske revije *Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava*, in sicer z vidika njihovega izdajatelja, pogostosti in oblik izhajanja/pojavljanja, oblikovne in vsebinske zgradbe ter ciljne publike.

4.1 *Cosmopolitan*

Revija *Cosmopolitan* je z več kot 50-letno tradicijo vodilna mednarodna revija za ženske in obsega 64 edicij v 35 različnih jezikih. Distribucija revije poteka v več kot 100 državah in je posledično najbolje prodajana revija za mlade ženske na svetu. V Sloveniji je kot licenčna revija prisotna od leta 2001, izhaja pa pod okriljem založniške hiše Adria Media Ljubljana. Revija izhaja vsak zadnji četrtek v mesecu v tiskani in elektronski obliki, v njej pa najdemo teme kot so spolni in drugi odnosi, kariera, zdravje, znane osebe, lepota in moda. Stil pisanja v *Cosmopolitanu* je odprt in sproščen.

Cosmopolitan sebe imenuje kar priročnik za življenje, ki bralkam in bralcem ponuja najnovejše trende ter vsebine, v katerih najdejo navdih za svoje življenje. Nesramežljivo in neposredno piše o najbolj neprijetnih vidikih medsebojnih odnosov in spolnosti, razkriva modne in lepotne smernice, s praktičnimi nasveti za vsakdanje življenje sodobne mlade ženske in različnimi rubrikami pa je revija, po besedah njenih ustvarjalcev, sinonim današnjega časa. *Cosmopolitan* je prisoten tudi na družbenih medijih Facebook, Twitter in Instagram, omeniti pa velja še aktiven spletni forum in tradicionalna dogodka Tek v petkah in Cosmo ski opening.

Revija ima tudi priloge: *Lepota in stil* izide dvakrat na leto (aprila in oktobra) in je vodnik po stilu. V njem so napotki in predlogi za oblačila in življenjski stil. *Aktivni* je priloga za aktivne v športu in tiste, ki bodo to šele postali, zato piše o navodilih, nasvetih za aktivne športnice in tudi začetnice. *Aktivni* izide aprila, junija in septembra. Priloga *Karving magazin* je zimska priloga. V njej bralke najdejo teste smuči za prihajajočo smučarsko sezono ter nasvete za dobro in varno smuko. *Cosmo koledarček* je planer, ki ga bralke prejmejo kot darilo z avgustovsko oziroma septembrsko izdajo, priloga *Nakupovalni vodnik* pa predstavlja sezonsko napoved modnih trendov in nastaja v sodelovanju s slovenskimi trgovinami z

oblačili. (Povzeto po: <http://www.adriamedia.si/blagovne-znamke/cosmopolitan/> in <http://www.adriamedia.si/o-nas/adria-media/adria-media/>, 29. 5. 2014.)

Jerca Legan (2004) dodaja, da *Cosmova* filozofija svetovno priznane revije deluje po vsem svetu. Ne glede na kulturne razlike v Angliji, Italiji in širši Evropi se tudi vsebine v revijah posameznih držav bistveno ne razlikujejo. Revija je statusni simbol in nekakšen »servis za ženske«, ki deli ideje in nasvete za zavedanje svojih napak in sebe, po branju pa se mora *Cosmo* ženska dobro počutiti. *Cosmo* ni le revija, je način življenja. (Legan 2004, 26)

Po besedah odgovorne urednice *Cosmopolitana* Mance Čampa Pavlin je bil v letu 2013 doseg branosti revije 102.465 (vir: Ipsos, MediaPlus, 2013).

4.2 Eva

Revija *Eva* je mesečnik, ki izide vsakega 27. v mesecu, in je ena od revijalnih blagovnih znamk skupine Krater Media. *Eva* je po besedah njenih ustvarjalcev revija za mlade ženske s pozitivnim pogledom na življenje, ustvarjajo pa jo slovenski avtorji od leta 2001. Vsak mesec so v reviji predstavljeni novi svetovni trendi iz sveta mode in lepote, hkrati pa *Eva* ustvarja tudi svoje lastne trende. Mesečnik se na odkrit način dotika aktualnih in tabu tem, kot so odnosi in spolnost, predstavljena so moška in ženska mnenja ter zvezdniki. *Eva* izbira tudi slovensko usodno žensko in jo okiti z naslovom Femme Fatale ter obljublja veliko zanimivosti, branja, pozitivnih misli, uporabnih nasvetov ter samo resnična dekleta. (Povzeto po: <http://www.kratermedia.si> in <http://kratermedia.si/mediji>, 29. 5. 2014.)

Po Leganovi se *Eva* predstavlja kot revija za mlade ženske, ki jih zanimata njihova samopodoba in življenje znanih ljudi, poleg tega pa je to edina revija, ki je vključila modo XXL. Ta je predstavljena na ženskah, ki niso manekenke, s čimer se želi revija še bolj približati povprečni bralki in ji pokazati, da lahko tudi ženska povprečnega videza naredi nekaj zase. (Legan 2004, 26)

Revija *Eva* je imela leta 2013 po podatkih Nacionalne raziskave branosti (NRB) 33.000 bralcev. (Povzeto po <http://www.nrb.info/>, 11. 8. 2014.)

4.3 Lepa & zdrava

Revija *Lepa & zdrava*, ki je po besedah njenih urednikov osvojila vse generacije, je luč sveta zagledala leta 2004 pod okriljem podjetja Delo Revije, d. d., konec leta 2011 pa je revija postala blagovna znamka skupine Krater Media. Revija izide vsakega 10. v mesecu in je primerna za vse, ki jih zanimata zdravo in srečno življenje, temelji pa na strokovnosti in verodostojnosti, hkrati pa so vsebine podane na bralkam razumljiv način. Uredništvo sodeluje s priznanimi slovenskimi strokovnjaki, nutricionisti, zdravniki in športnimi trenerji oziroma z vsemi, ki vedo, kako do lepšega, zdravega in bolj zadovoljnega življenja. Mesečnik objavlja novice s področij zdravstva, kozmetike, prehrane in tudi duhovnosti, prav takšne vsebine pa so dostopne tudi na spletnem mestu. (Povzeto po: <http://kratermedia.si/mediji>, dne 29. 5. 2014 in <http://www.delo.si/zgodbe/ozadja/delo-revije-interesna-koalicija-nkbm-in-seta.html>, 21. 7. 2014.)

Revija *Lepa & zdrava* je imela leta 2013 po podatkih NRB 31.000 bralcev. (Povzeto po: <http://www.nrb.info/>, 11. 8. 2014.)

5 ANALIZA PRISPEVKOV S TEMO MOTNJE HRANJENA V COSMOPOLITANU, EVI TER LEPI & ZDRAVI, 2004–2014

V nadaljevanju diplomskega dela sledi empirični del, v katerem sem raziskovala pojav teme motnje hranjenja v slovenskih ženskih revijah v obdobju 2004–2014. V vzorcu sem zajela vse spletne različice revij *Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava* iz tega obdobja, zaključenega z julijskimi številkami letnika 2014. Kot že omenjeno, vse tri revije izhajajo enkrat na mesec: *Cosmopolitan* vsak zadnji četrtek v mesecu, *Eva* vsakega 27. v mesecu, *Lepa & zdrava* pa vsakega 10. v mesecu. V raziskavi sem se omejila samo na prispevke, ki so objavljeni na spletnih straneh revij (www.cosmopolitan.si, www.eva.si in www.lepazdrava.si), ne pa tudi v tiskanih različicah, natančneje: izhodiščni so mi bili na spletu objavljeni prispevki, lahko pa da so bili ti (naknadno) objavljeni tudi v tiskani obliki. V iskalnike spletnih strani revij sem vpisala ključne besede: motnje hranjenja, motnj* hranjenj*, anoreksija, anoreksij*, bulimija, bulimij*, prisilno prenažedanje, prisiln* prenažedanj*, ortoreksija, ortoreksij*, bigoreksija in bigoreksij*, ter sestavila pregledne sezname prispevkov.

Opozoriti velja, da po vsej verjetnosti na spletu ni vseh prispevkov, ki so na omenjeno temo v obdobju 2004–2014 izšli tudi v tiskanih izdajah revij, in obratno. Po besedah uredništva Krater Media, ki izdaja reviji *Eva* ter *Lepa & zdrava*, se je zaradi selitve uredništva, stečaja lastnika in menjave urednic precej arhiva izgubilo, prav tako pa tudi založniška hiša Adria Media Ljubljana ne zagotavlja, da je na spletu celoten izbor prispevkov, ki govorijo o motnjah hranjenja.² Celoten arhiv tiskanih revij hranijo v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani, vendar so za potrebe moje raziskave zadostovali prispevki, ki so objavljeni samo na spletu.

Po omenjenih omejitvah oziroma ključnih besedah sem v spletnem *Cosmopolitanu* našla 83 zadetkov, v *Evi* šest ter v *Lepi & zdravi* tri zadetke. Vse prispevke sem pregledala ter jih razvrstila v dve skupini, in sicer v skupino, v kateri so motnje hranjenja glavna tema oziroma ena od tem v prispevku, ter v skupino, v kateri so motnje hranjenja omenjene zgolj obrobno, z eno ali dvema besedama. Ugotovila sem, da so v *Evi* motnje hranjenja glavna tema v treh od

² Odgovorna urednica *Cosmopolitana* Manca Čampa Pavlin pravi, da so prispevki, objavljeni v reviji, v določeni meri objavljeni tudi na spletu, obratno pa ne, kar pomeni, da besedila, ki so predvidena samo za objavo na spletu, redko zaidejo tudi v revijo (po navadi le, kadar imajo pomembno novičarsko vrednost).

šestih prispevkov, v *Lepi & zdravi* v enem (od treh) in v *Cosmopolitanu* v 45 prispevkih (od 83). V prvih dveh spletnih revijah je prispevkov premalo, da bi lahko bili predmet podrobnejše analize, zato sem se v zadnjem delu empiričnega poglavja osredotočila samo na prispevke, objavljene v *Cosmopolitanu*, še prej pa predstavljam pregled prispevkov v vseh treh revijah v obdobju 2004–2014.

5.1 Pregled prispevkov v vseh treh revijah

5.1.1 *Eva*

V vseh šestih prispevkih, ki sem jih za omenjeno obdobje našla v *Evi*, je na začetku fotografija z žensko, znan je vir fotografije, avtorice prispevkov pa so znane ter podpisane z imenom in priimkom.

Prvi prispevek, v katerem so motnje hranjenja glavna tema, se v *Evi* pojavi septembra 2009. Prispevek piše o razlikah med motnjami hranjenja in motnjami prehranjevanja, vključen je strokovni vidik dr. Karin Serbec, vodje Enote za zdravljenje motenj hranjenja na kliničnem oddelku za mentalno zdravje v Ljubljani, in osebna izpoved ženske s temi težavami.

Oktobrski prispevek iz leta 2010 govori o različnih odvisnostih, omenjene so različne raziskave, ankete in slavne osebnosti. Prispevek ponudi tudi informacijo o pomoči, na katero se lahko obrnejo osebe z motnjami hranjenja. Iz iste revije je še en prispevek, v katerem pa so motnje hranjenja omenjene kot eden od vzrokov za izgubljeni libido.

Tudi v januarski številki 2011 je anoreksija samo omenjena, gre pa za intervju z Majo Pelević, beograjsko dramaturginjo, ki pravi, da je pogosto zapadla v stadije anoreksije.

Leta 2012 lahko aprila beremo o ortoreksiji, ki ji je posvečen celoten prispevek. Bolezen je strokovno opredeljena, omenjene so raziskave, besedilo pa govori tudi o vzrokih, simptomih, posledicah in možnostih zdravljenja.

Naslednji prispevek, ki v celoti govori o motnjah hranjenja, izide v decembrsko-januarski številki *Eve* leta 2014, gre pa za pretresljivo osebno izpoved dvaindvajsetletnice, katere ime je spremenjeno. Odkrito spregovori o boju z anoreksijo, njenih vzrokih, simptomih, posledicah in zdravljenju. Konec je optimističen, dekle tudi svetuje ženskam s podobnimi težavami.

5.1.2 *Lepa & zdrava*

Tudi vsi trije prispevki v reviji *Lepa & zdrava* imajo na začetku fotografijo; v enem je na njej ženska, s katero je opravljen intervju, na drugih dveh fotografijah pa so jabolko in tehtnica oziroma prehranski dodatki v obliki tablet. V dveh prispevkih sta znana vira fotografij in avtorja, vendar je eden podpisan samo s kraticami imena in priimka, tretji prispevek pa ne razkrije niti avtorja niti vira fotografije.

Motnje hranjenja so v prispevku iz marčevske številke 2011 zgolj omenjene, glavne teme pa so debelost, hujšanje in diete. Beremo lahko o različnih vzrokih debelosti in najdemo nasvete, kako se lotiti zdravega hujšanja.

V majski številki 2013 beremo intervju z Ano Hromc, dipl. soc. delavko in vodjo Svetovalnice PU, v kateri lahko poiščemo pomoč osebe, ki se soočajo z anoreksijo, bulimijo ali prisilnim prenašanjem. Hromčeva spregovori o svojem dolgoletnem boju z motnjo hranjenja ter o tem, kako je svojo zmago obrnila sebi in drugim v prid. Govori tudi o zavedanju samega sebe, vrednotah, osebni rasti, pozitivnem odnosu do življenja ter o svetovalnici, zdravljenju in njegovi uspešnosti.

Decembra istega leta je v *Lepi & zdravi* izšel še en prispevek, v katerem pa so motnje hranjenja spet samo omenjene, v celoti pa prispevek govori o prehranskih dodatkih (kaj so prehranski dodatki, kdo jih potrebuje in kako jih uživati).

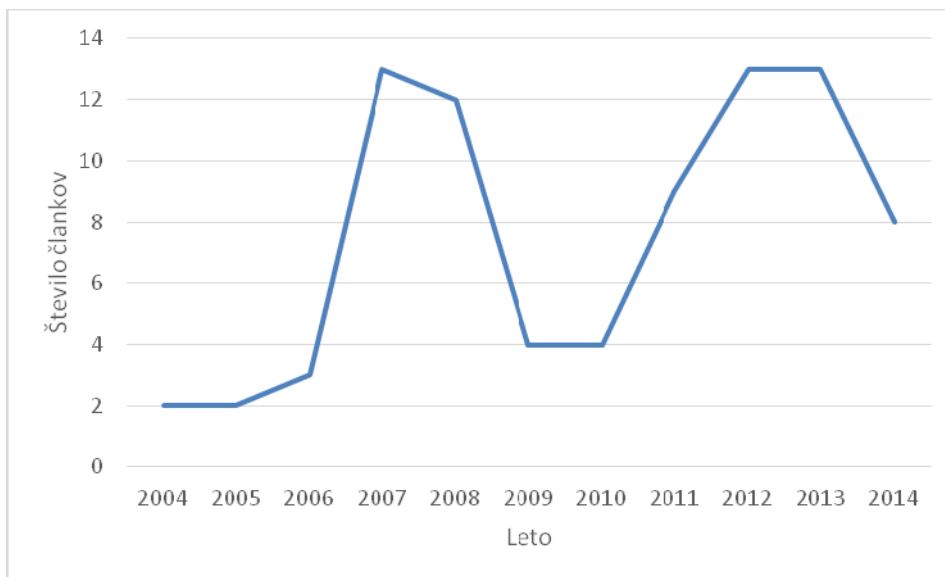
5.1.3 *Cosmopolitan*

V spletni različici *Cosmopolitana* sem našla 83 zadetkov, od tega so v 45 prispevkih glavna oziroma ena od tem motnje hranjenje, v ostalih 38 prispevkih pa so motnje hranjenja zgolj omenjene. Prav vsi prispevki so opremljeni z začetno eno ali več fotografijami, katerih vir je (ne)znan, avtorji prispevkov so (ne)imenovani, pišejo tako ženske kot tudi moški. Nekateri prispevki so prirejani oziroma prevedeni, na začetku se izmenjujeta oznaki »objavljeno na spletu« in »objavljeno v reviji«, nekateri prispevki pa so na koncu podpisani tudi kot »vir: *Lea, Nova* ali *Story*« (gre za revije iste založniške hiše Adria Media Slovenija). Kot sem že omenila, so prispevki, objavljeni v reviji, lahko objavljeni tudi na spletu, obratno pa se to zgodi le redko. Odgovorna urednica Manca Čampa Pavlin mi je razložila, da podpis »vir: *Lea, Nova* ali *Story*« nakazuje, da je bil prispevek objavljen v omenjenih revijah, prilagojena vsebina pa je bila objavljena potem tudi na spletni strani *Cosmopolitana*.

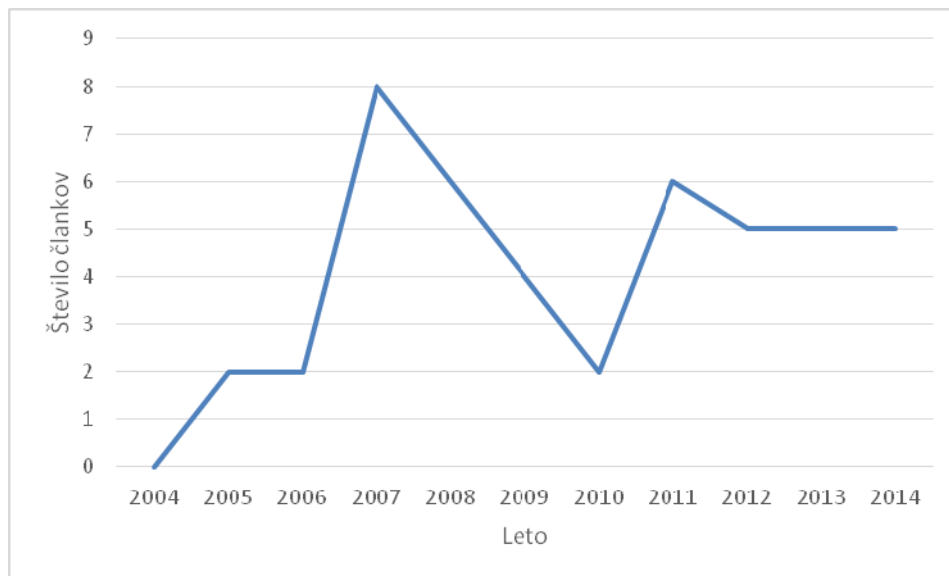
5.1.3.1 Prispevki v *Cosmopolitanu* v številkah

Leta 2004 sta bila objavljena dva prispevka (Graf 5.1 in Graf 5.3), v katerih so motnje hranjenja (v celotnem empiričnem delu MH) samo omenjene, 2005 so v dveh prispevkih (Graf 5.2) MH glavna tema, leta 2006 so izšli trije prispevki, v dveh pa so MH glavna tema. Dalje sem našla v letu 2007 trinajst prispevkov, od tega so v osmih MH glavna tema, 2008 je izšlo dvanajst prispevkov, v polovici so MH glavna tema, 2009 so v vseh štirih najdenih prispevkih glavna tema MH in leta 2010 so od štirih prispevkov glavna tema MH v dveh. Leta 2011 je izšlo devet prispevkov, od tega šest z MH kot glavno temo, 2012 je objavljenih trinajst prispevkov, pet z MH kot glavno temo, prav tako leta 2013 izide trinajst prispevkov, od tega pet z MH kot glavno temo. Letos je bilo do julija objavljenih osem prispevkov, v petih pa so glavna tema MH.

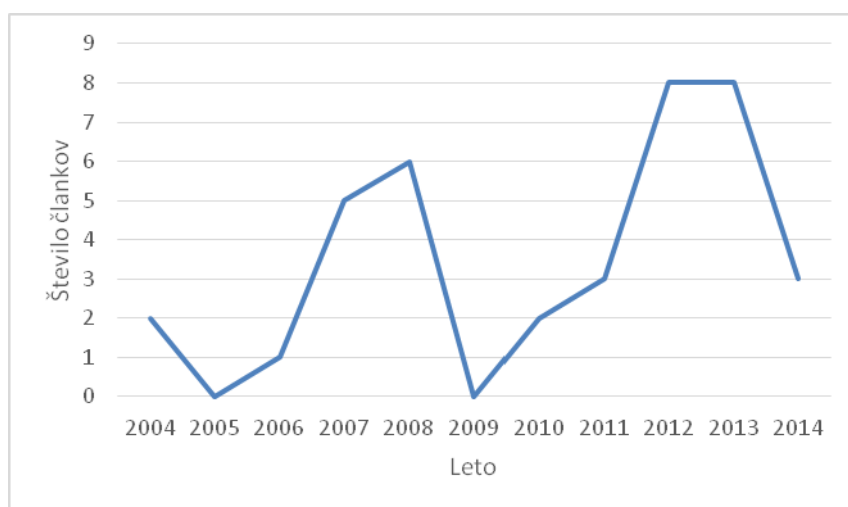
Graf 5.1: Število prispevkov na temo MH (kot glavna tema in kot stranska tema) v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014



Graf 5.2: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014

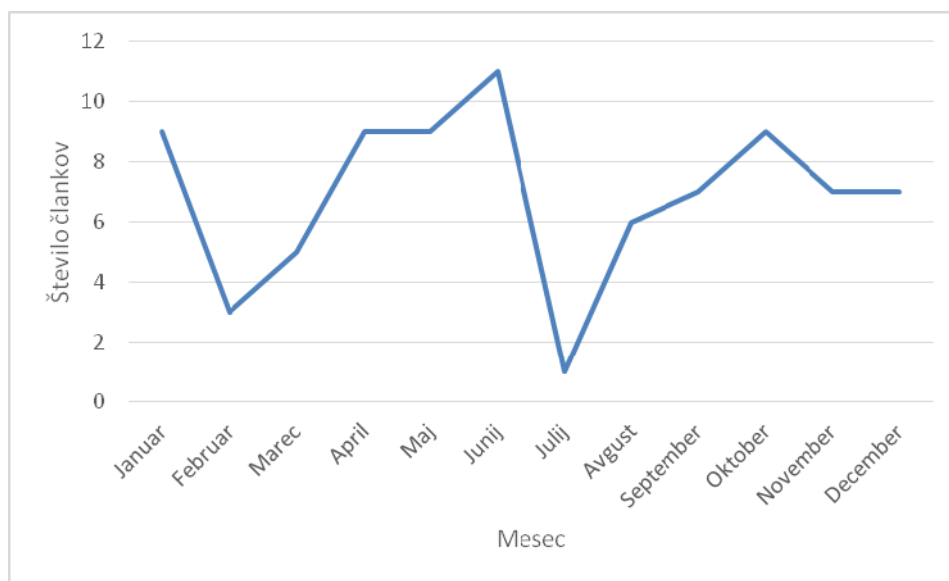


Graf 5.3: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014

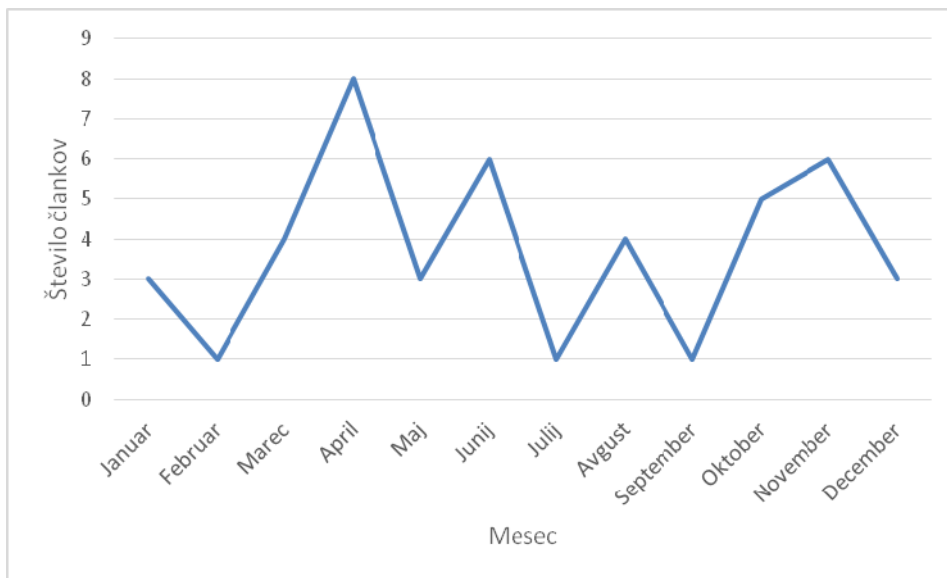


Pregled vseh prispevkov v vzorcu (MH kot glavna ali kot stranska tema) po mesecih je prinesel naslednje rezultate: januarja izide devet prispevkov (Graf 5.4); v treh (Graf 5.5) so MH glavna tema, februarja trije (v enem so MH glavna tema), marca pet (v štirih so MH glavna tema), aprila devet (v osmih so MH glavna tema) in maja tudi devet prispevkov (v treh so MH glavna tema), junija enajst (v šestih so MH glavna tema), julija eden z MH kot glavno temo, avgusta šest (v štirih so MH glavna tema), septembra sedem (v enem so MH glavna tema), oktobra devet (v petih so MH glavna tema), novembra sedem (v šestih so MH glavna tema) in decembra prav tako sedem prispevkov; v treh so MH glavna tema, v štirih pa stranska (Graf 5.6).

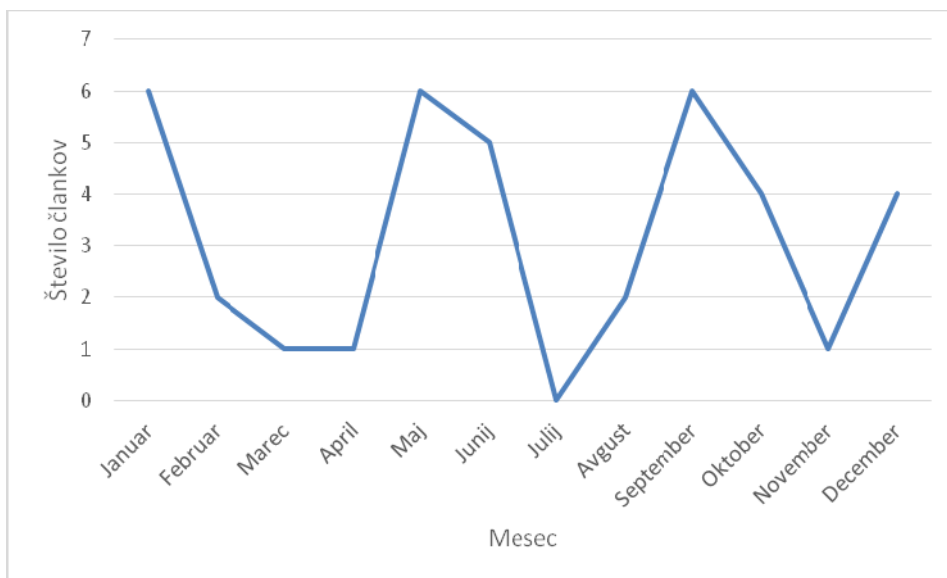
Graf 5.4: Število prispevkov na temo MH (kot glavna tema in kot stranska tema) v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014 po mesecih



Graf 5.5: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014 po mesecih



Graf 5.6: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014 po mesecih



Iz Grafa 5.2, kjer so MH glavna tema, je razvidno, da je bilo največ prispevkov leta 2007 (to je osem, pišejo pa o zvezdnicah, kampanji proti anoreksiji in o smrtnih žrtvah manekenk, ki

so podlegle MH), leta 2004 pa so MH samo stranska tema (v dveh prispevkih). Največ prispevkov z glavno temo MH je izšlo aprila (osem prispevkov), najmanj pa februarja, julija in septembra (po en prispevek). V povprečju v letih 2004–2014 število prispevkov o MH raste. Iz Grafa 5.5 je razvidno, da se pri reviji za pisanje o MH ne odločajo v rednih intervalih, bolezen je sicer stalna, a ne »sezonska« tema, objave o njej prej spodbujajo zunanji dogodki kot tematska politika revije.

Prispevki so v spletni različici *Cosmopolitana* razvrščeni v enajst različnih skupin oziroma rubrik, in sicer so to Zdravje, Samo zate, Seks & razmerja, Moški, Moda, Lepota, Kariera, Aktualno, Zvezde, Forum in Astro. Po pregledu in razvrstitvi prispevkov na temo MH sem ugotovila naslednjo zastopanost po rubrikah:

Zdravje: 20 prispevkov (v 13 MH glavna tema (Graf 5.7), v 7 stranska (Graf 5.8))

Samo zate: 13 prispevkov (v 8 MH glavna tema, v 5 stranska)

Seks & razmerja: 5 prispevkov (v 1 MH glavna tema, v 4 stranska)

Moški: 2 prispevka (v 1 MH glavna tema, v 1 stranska)

Moda: 2 prispevka (v 1 MH glavna tema, v 1 stranska)

Lepota: 6 prispevkov (v nobenem MH glavna tema, v 6 stranska)

Kariera: 1 prispevek (MH glavna tema)

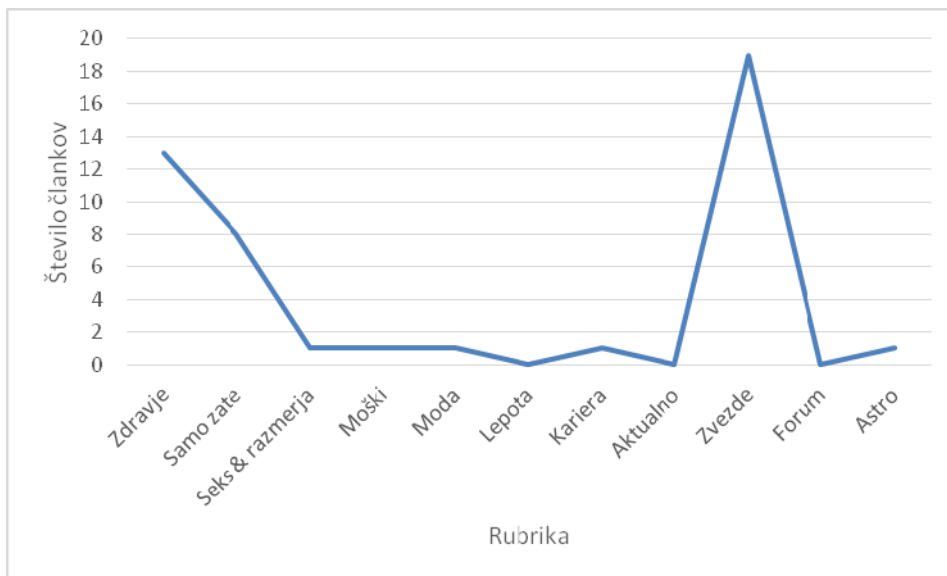
Aktualno: 1 prispevek (MH stranska)

Zvezde: 31 prispevkov (v 19 MH glavna tema, v 12 stranska)

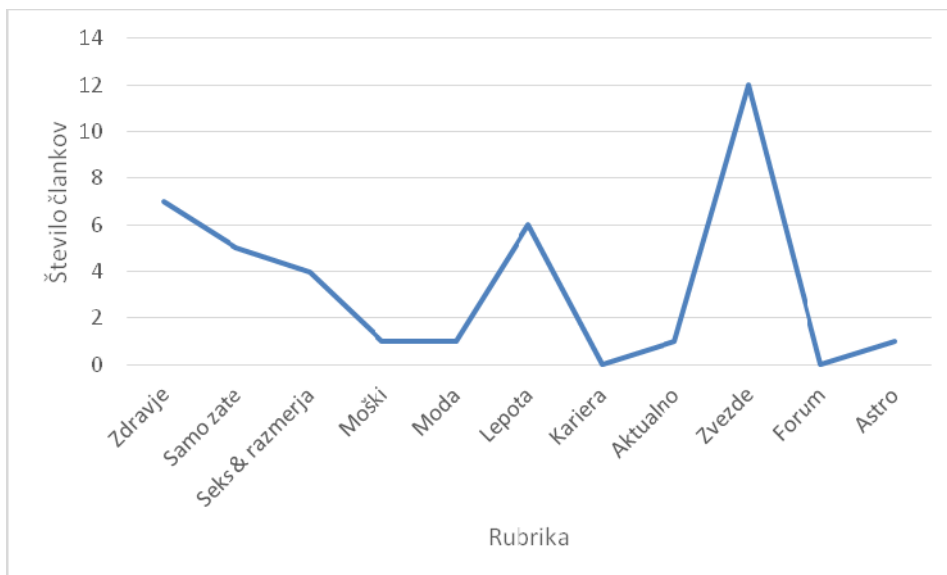
Forum: 0 prispevkov

Astro: 2 prispevka (v 1 MH glavna tema, v 1 stranska)

Graf 5.7: Število prispevkov, v katerih so MH glavna tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014 po rubrikah



Graf 5.8: Število prispevkov, v katerih so MH stranska tema, v *Cosmopolitanu* v obdobju 2004–2014 po rubrikah



Iz Grafov 5.7 in 5.8 razberemo, da je največ prispevkov v rubriki Zvezde (MH so tako glavna kot tudi stranska tema), sledita rubriki Zdravje in Samo zate, najmanj prispevkov pa je v

rubrikah Kariera in Aktualno. Ugotovitev je pričakovana, morda smo več prispevkov o MH pričakovali le še v rubriki Moda.

Podrobnejše analize bodo v nadaljevanju diplomskega dela deležni samo *Cosmopolitanovi* prispevki, v katerih so MH glavna tema, zaradi preglednejše obravnave pa bom posamezne prispevke analizirala po rubrikah, v katerih so bili objavljeni.

5.2 Prispevki v *Cosmopolitanu* po rubrikah: podrobnejša analiza vsebine

Kot je bilo že omenjeno, je na spletni strani *Cosmopolitana* enajst rubrik, v katerih je bilo objavljenih skupno 83 prispevkov na temo MH, od tega jih anoreksijo, bulimijo, prisilno prenaždanje, ortoreksijo ali bigoreksijo kot osrednjo temo oziroma eno od tem obravnava 45. V rubrikah Lepota, Aktualno in Forum ni nobenega prispevka na temo MH (kot glavno temo).

V nadaljevanju diplomskega dela bom predstavila vseh 45 prispevkov, tako kot so razvrščeni po rubrikah, podrobneje pa bom z diskurzivno analizo pregledala samo izbrane prispevke znotraj teh skupin. Pri tem bom odgovorila na naslednja raziskovalna vprašanja:

Kdo so avtorji prispevkov (ženske, moški)?

Komu so prispevki namenjeni (ciljna publika: spol, starost, izobrazba, premoženje)?

Ali so prisotne fotografije in kakšne so?

Kakšen je stil pisanja (strokovni, osebni, senzacionalistični)?

Ali so izpostavljeni vzroki, simptomi in posledice motenj hranjenja?

Ali prispevki svetujejo, ponudijo pomoč pri spopadanju z boleznijo (kako ukrepati in kam se obrniti v stiski)?

5.2.1 Rubrika Zdravje

V rubriki Zdravje je bilo objavljenih 20 prispevkov, v 13 so MH glavna tema. Naslovi teh prispevkov so naslednji:

Jej in v tem uživaj (objavljeno v reviji, 25. 10. 2007), Nočno hranjenje (objavljeno na spletu, 11. 3. 2008), V Franciji napovedujejo vojno anoreksiji (objavljeno na spletu, 16. 4. 2008), Kako si? (objavljeno na spletu, 6. 10. 2008), Ali poznaš svojo srečno težo? (objavljeno na spletu, 26. 10. 2008), Njena velikost – srečno vitka (objavljeno v reviji, 13. 4. 2011), Izšla je

knjiga o hrani, hranjenju in samopozabi – »Izgubljeni v iskanju sebe« (objavljeno na spletu, 17. 5. 2011), Kakšen je tvoj slog prehranjevanja? (objavljeno v reviji, 24. 7. 2012), Ženska svetovalnica vabi na skupinska srečanja za ženske! (objavljeno na spletu, 20. 8. 2012), Bulimija – izvor gre iskati v nezadovoljstvu, ne v dejanski debelosti (objavljeno na spletu, 21. 12. 2012), Prehranske motnje, ki jih še ne poznaš! (objavljeno na spletu, 9. 6. 2013), O življenju z anoreksijo iz prve roke (objavljeno na spletu, 27. 6. 2014), Danaja Lorenčič o življenju z anoreksijo (objavljeno na spletu, 29. 6. 2014)

Podrobneje sem analizirala tri naključno izbrane prispevke, ki govorijo o hrani, prehranjevanju in motnjah hranjenja, bulimiji ter bigoreksiji in ortoreksiji.

Jej in v tem uživaj (objavljeno v reviji, 25. 10. 2007)

Slika 5.1: Fotografiji na začetku prispevka Jej in v tem uživaj, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2007).

Prispevek Marte Pirnar ima dve fotografiji (Slika 5.1), na obeh je hrana oziroma zdrav obrok, glavne teme so hrana, prehranjevanje in motnje hranjenja. Avtorica vključi širši spekter ljudi in pogledov, spregovorita strokovnjakinji psihiatrinja dr. Karin Sernec in mag. Dragica Marta Sternad, avtorica knjige *Motnje hranjenja*. Vmes sta tudi dve krajši izpovedi Katje in Vlaste, ki opišeta svoj pogled na hrano. Ciljna publika je ženska populacija, ki ji avtorica na začetku postavi nekaj retoričnih vprašanj, na primer: »Se še spomniš časov, ko ti ni bilo pomembno, kaj poješ, in si pri tem res uživala?«

O odnosu do hrane spregovori Sernečeva. Ta odnos do hrane enači z odnosom do sebe in pravi, da je toliko zapleten, kot smo zapleteni sami, ter opozarja, da je odnos zelo individualen. Obstaja pa tudi družbeni odnos do hrane, ki je značilen predvsem za Italijo in Francijo, saj tam hrana predstavlja veselje, druženje, hedonizem in komuniciranje. Dragica Marta Sternad v svoji knjigi govori o hrani tudi kot o ugodju, s katerim se srečamo v zgodnjem otroštvu, ko smo bivanjsko in čustveno odvisni od hranjenja, ki nam zagotavlja varnost in zaščito. Hrana tako tudi pozneje ostane v podzavesti kot simbol ugodja, tolažbe in zadovoljstva.

Skozi kratko, a zgovorno Katjino izpoved razberemo, da hrana lahko služi kot tolažba, vendar samo v primeru, da gre za dejanje brez slabe vesti, ki je kratkoročno in neškodljivo, medtem ko v drugem primeru že lahko govorimo o motnji hranjenja, saj se je Vlasta zaradi odrekanja nezdravi hrani umaknila tudi iz družabnega življenja. Sernečeva na tem mestu opozori na novo obliko motenj hranjenja, to je ortoreksija. Za obolele pa na splošno velja: »Oseba, ki se po zaužitem obroku počuti umazano in grešno, je v rizični skupini za razvoj motnje hranjenja ali pa jo morda že ima, a še ni nujno postala kritična do svojega stanja.« Doda, da taka oseba zagotovo nima ustreznega samospoštovanja ali dobre samopodobe, kar pa je glavni problem ljudi z motnjami hranjenja. Apelira na starše, da so za razvoj otrokove samopodobe in samospoštovanja v veliki meri odgovorni oni, saj so otrokova prva avtoriteta in vzor. Tudi vzor za ustrezen odnos do hrane otroci vidijo pri starših, zato Sernečeva poudari, da so skupni obroki zelo pomembni, morajo pa potekati v sproščenem ozračju.

Strokovnjakinja pove tudi o zgodovini motenj hranjenja in izpostavi »močno devico« Wilderfortis iz 10. stoletja, ki se je uprla očetu in se izstradala do smrti, številne svetnike in blažene, ki jim je odrekanje hrani pomenilo način čaščenja Kristusa, in Hitlerjeve vojake, ki so se ob vpoklicu v njegovo vojsko prenajedali in bruhalo.

Prispevek se zaključi optimistično in s koristnimi napotki Sernečeve, ki svetuje, naj se ne odrekamo stvarim, ki nas veselijo in izpopolnjujejo, naše samospoštovanje naj ne bo vezano na to, koliko in kaj pojedemo, hrana in hranjenje pa ne smeta biti obremenitev. Pomembno je zavedanje, da se vsi kdaj pregrešimo, kar je normalno in celo funkcionalno, je del sproščenega odnosa do sebe in svojega telesa, užitek ob obroku pa naj bo posledica prijetnih občutkov.

Bulimija – izvor gre iskati v nezadovoljstvu, ne v dejanski debelosti (objavljeno na spletu, 21. 12. 2012)

Slika 5.2: Fotografija na začetku prispevka Bulimija – izvor gre iskati v nezadovoljstvu, ne v dejanski debelosti, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2012).

Gre za zelo splošen prispevek o bulimiji, v katerem neimenovani avtor naniza nekaj informacij o motnjah hranjenja, stil pisanja je enostaven, preprost in razumljiv. Dve povedi in nekaj besed izpostavi z odebeljenim tiskom; to so besede »dismorfofobija«, »obsedenost z videzom«, »bulimija« in »anoreksija« ter povedi »Predstava o našem telesu je tako bolj povezana s samozavestjo in manj s tem, ali drugi menijo, da smo privlačni.« in »Debelost je redko pravi razlog za nastanek teh bolezni. In zato stroka tudi poudarja, da je za pojav bulimije manj pomembna teža, bolj pa nezadovoljstvo z videzom telesa.«. Prva poved je pod fotografijo, na kateri se ženska gleda v ogledalo (Slika 5.2), drugi pa zaključujeta prispevek.

V prispevku preberemo, da lahko boleštna obsedenost z videzom vodi v motnje hranjenja (bulimijo, anoreksijo); osebe se v ogledalu ne vidijo realno in se doživljajo kot grde. Vzroke

gre iskati v šibki samozavesti, na slabo podobo pa lahko vplivajo tudi različna depresijska stanja.

Simptomi niso izpostavljeni, prav tako ne posledice bolezni, poudarjeno pa je, da oseba s temi težavami potrebuje psihoterapevtsko obravnavo, za ozdravitev pa je nujno, da najprej prepozna razlog zavračanja svojega telesa. Oseba se mora zavedati, da negativen odnos do telesa in občutek debelosti samo prikrivata prave razloge nezadovoljstva.

Prehranske motnje, ki jih še ne poznaš! (objavljeno na spletu, 9. 6. 2013)

Slika 5.3: Fotografija na začetku prispevka Prehranske motnje, ki jih še ne poznaš!, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir *Cosmopolitan* (2013).

Tudi naslednji analizirani prispevek, katerega avtor ni znan, na preprost in razumljiv način poda precej splošne informacije o novejših motnjah hranjenja kot sta bigoreksija in ortoreksija. Na spremljajoči fotografiji je moški z utežjo, ki se gleda v ogledalo (Slika 5.3), z odebeljenim tiskom pa so poudarjene besede in stavka: »odnos do hrane (in telesa)«,

»prehranske motnje«, »anoreksija, bulimija«, »Bigoreksija je najnovejša prehranska motnja, /.../«, »Ortoreksija je tudi ena izmed prehranskih motenj, ki so se pojavile v zadnjih letih /.../«.

V kratkem prispevku izvemo, da je bigoreksija domena moških, ki so obsedeni s svojimi mišicami oziroma pridobivanjem mišične mase in vedno več časa preživijo pred ogledalom. Posledično postanejo manj družabni, nimajo zanimanja za druge stvari, čas in denar zapravijo v fitness centrih ter s pretirano vadbo ogrožajo svoje zdravje.

Ortoreksija, za katero zbolijo več žensk kot moških, je opisana kot zasvojenost z zdravo prehrano, ki se je pojavila zlasti v zadnjem desetletju. Oseba vso svojo energijo usmeri v zdravo prehranjevanje, zanemari druge dejavnosti in obveznosti, postane nedružabna, večino denarja pa zapravi za zdravo prehrano.

Vzrokov, posledic ali nasvetov glede pomoči in zdravljenja v prispevku ni.

5.2.2 Rubrika Samo zate

V rubriki Samo zate je bilo objavljenih 13 prispevkov, v 8 so MH glavna tema. Naslovi teh prispevkov so naslednji:

Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja (objavljeno v reviji, 28. 4. 2005), Lepi, nesrečni in osamljeni (objavljeno na spletu, 17. 4. 2007), Toskanijev NE anoreksiji (objavljeno na spletu, 9. 10. 2007), Nova smrtna žrtev modne industrije (objavljeno na spletu, 19. 11. 2007), Že sedemletnice enačijo vitkost s srečo (objavljeno na spletu, 11. 12. 2007), (Pre)prosta odločitev tvojega srca (objavljeno v reviji, 26. 6. 2008), Ali trend naravne lepote le zmaguje? (objavljeno na spletu, 24. 10. 2009), Anoreksija ji je ukradla zdravje (objavljeno v reviji, 29. 4. 2010)

Podrobneje sem analizirala tri prispevke: v prvem je predstavljena Muza, svetovalnica za motnje hranjenja, drugi prispevek je preplet osebne izpovedi in strokovne razlage, v tretjem Darja M. Korevec predstavi svojo zgodbo in delovanje v Muzi.

Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja (objavljeno v reviji, 28. 4. 2005)

Slika 5.4: Fotografiji na začetku prispevka Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2005).

Poučen in strokoven ter hkrati razumljiv prispevek sta pripravili Darja M. Korevec in Tina Torelli. V prispevku sta prisotni tudi dve fotografiji (na eni je tehtnica s hrano, na drugi ženska s čokolado v ustih (Slika 5.4)).

Na začetku del svojih osebnih zgodb predstavi socialna delavka Vesna Šolar in psihologinja Andreja Švab Modrin, ki sta ustanoviteljici Muze, svetovalnice za motnje hranjenja ter pravita: »Muza ni le svetovalnica za motnje hranjenja. Muza je leglo optimističnih ustvarjalnih kalorij, ki redijo sestradane glave, podhranjeno samozavest in izčrpane sanje.« Svetovalnica je v prostorih Kazine, namenjena pa je tudi moškim.

Z motnjami hranjenja sta se spopadli tudi sami, zato vesta, da je to resna in tudi ozdravljiva težava. Leta 1998 sta skupaj s prijatelji, prostovoljci in sodelavci ustanovili Muzo, s strokovnimi kolegicami pa napisali knjigo *Ko hrana ni več hrana*. Namen knjige je spodbuditi ljudi v stiski, da si poiščejo pomoč, saj izhod in upanje obstajata.

Opozarjata na dejstvo, da so motnje hranjenja v porastu in da gre za samouničevalno vedenje; s prenajedanjem, bruhanjem in stradanjem se oseba bori z nedokončanimi zadevami iz preteklosti, ne zaveda se sebe in okolice ter ni prisotna tukaj in zdaj. Te mehanizme avtorici uspešno zdravita po učinkoviti metodi gestalt psihoterapije; beseda gestalt pomeni celoto, v

središču dogajanja je posameznik v kontekstu do okolja, eden glavnih pristopov pa je zavedanje in raziskovanje doživljanja tukaj in sedaj.

Svetovalnica je v prispevku predstavljena zelo nazorno ter predvsem na kratek in uporaben način za osebe s tovrstnimi težavami. V okviru Muze delujejo tri strokovno vodene skupine, podporna skupina za osebe z motnjo hranjenja, terapijska svetovanja, uvodni pogovori za osebe v stiski, individualna prostovoljna spremljanja osebe z motnjo hranjenja, podporna skupina za svojce in druge ključne bližnje osebe ter dodatne aktivnosti (doživljajski izleti v naravo, dvodnevni junijski bivalni seminar na Vršiču ter ustvarjalne in tematske delavnice). Izvajajo pa tudi preventivne delavnice na šolah, izdajajo zloženke in internetni časopis Muza.

V prispevku nisem zasledila podrobnejše obravnave vzrokov, simptomov ali posledic bolezni. Poudarek je predvsem na predstavitvi svetovalnice, ki je tudi spodbuda za ljudi, da spregovorijo o svoji stiski in poiščejo ustrezno, strokovno pomoč.

Anoreksija ji je ukradla zdravje (objavljeno v reviji, 29. 4. 2010)

Slika 5.5: Fotografiji na začetku prispevka Anoreksija ji je ukradla zdravje, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2010).

Gre za Onino (dekle želi ostati anonimno, zato jo avtorica poimenuje Ona) osebno izpoved, ki jo je popisala Metka Pravst, prispevek pa je opremljen z dvema fotografijama (na prvi dekle gleda skozi okno, na drugi pa stoji na tehtnici (Slika 5.5)). Ciljna publika je ženski spol, saj se

prispevek začne z besedami »O anoreksiji si v preteklih letih prebrala že toliko člankov /.../« in napoveduje zgodbo dekleta, ki bo spregovorilo o telesnih posledicah anoreksije. Prispevek je tudi strokovno podprt, saj o motnjah hranjenja spregovori dr. Karin Serneč, vodja Enote za motnje hranjenja, ki deluje kot del Centra za mentalno zdravje Psihiatrične klinike Ljubljana. Ona se spominja, da je za anoreksijo zbolela ob koncu študija, ko je bila stara malo čez 20 let. Vzrok bolezn niso maščobne blazinice na bokih, trebuhu ali kjerkoli drugje, ampak ga gre iskati globlje. Glavni vzrok je, da Ona v družini ni imela nikoli moči odločanja, edini nadzor je lahko imela nad uživanjem hrane; to pa je vodilo v bolezen. Postopoma je lezla v začarani krog bolezn, skrivala je hrano, oblačila se je v široka oblačila, kuhala je, pospravljala in prala. Pravi, da sta bili delovna storilnost in hiperaktivnost zanjo duševna hrana, pod kontrolo je imela sebe in celotno družino. Imela je občutek nadvlade in gotovosti. Poleg vseh naštetih simptomov je pri svojih 180 centimetrih tehtala komaj 45 kilogramov, vsako sekundo je izkoristila za gibanje, v najhujšem obdobju stradanja pa si je privoščila le pol jabolčnega krhlja na dan. Hkrati se je umaknila iz družbe, vedno bolj se je bala ljudi.

Sernečeva razloži, da je anoreksija duševna motnja, ki se navzven kaže kot izrazita shujšanost telesa, v resnici pa gre za izraz notranje globlje čustvene psiho-socialne stiske. Strokovnjakinja pove: »V ozadju je slaba samopodoba in nizko samospoštovanje ter nesposobnost subjektivnega zaznavanja in funkcionalnega izražanja čustev. Lastno vrednost oseba s to motnjo zaznava skozi oči drugih, predvsem na zunanji, telesni ravni.«

Ona izpostavi grozljive posledice anoreksije in pravi, da so zmožnosti njenega telesa še danes okrnjene. Veliko škodo so utrpeli njeni zobje, veliko ima umetnih in mrtvih zob. Dioptrija se ji je močno poslabšala, ima zamaščena jetra, povešene jajčnike in težave z redno menstruacijo. Sernečeva od posledic omeni še osteoporozo, pomanjkljivo delovanje ščitnice, znižanje serumske ravni ravnega hormona in serumskega hormona sitosti, ko možganom sporoča, kakšna je v telesu zaloga energije v maščobnem tkivu in kdaj naj telo preneha vnašati hranila v telo. Pojavijo se upočasnjeno bitje srca ali motnje ritma, kar je lahko smrtno nevarno, prebavne motnje, težave z ledvicami, zaprtost, zapoznelo črevesno praznjenje, upočasnjena peristaltika in vnetje trebušne slinavke. Ob vseh šokantnih posledicah se zgrozi tudi avtorica, strah pred posledicami anoreksije opiše takole: »Čeprav je vse naštetu tudi meni nagnalo strah v kosti, scenarij le ni tako črn.«

Ampak vsemu navkljub Ona ostaja optimistična ter ob podpori celotne družine, po pogovorih s psihiatri, uživanjem več manjših obrokov na dan in zmernim ukvarjanjem s športom ter

predvsem zaradi lastne trdne volje danes živi povsem normalno življenje. Zelo pozitiven zaključek prispevka, ki napoti na spletno stran www.tosemjaz.net, kjer so poučni prispevki o motnjah hranjenja ter seznam svetovalnih centrov, psihologov in psihiatrov, na katere se lahko obrnemo v podobnih težavah.

Kot nekakšen dodatek k prispevku je čisto na koncu razložena še razlika med motnjami hranjenja in motnjami prehranjevanja. Slednje so lahko povod za motnje hranjenja, ni pa nujno. Razloženo je, da so med motnje hranjenja štejemo anoreksijo, bulimijo, prisilno prenaždanje, ortoreksijo in bigoreksijo, medtem ko gre pri motnjah prehranjevanja za pogostanihanja telesne teže zaradi različnih diet, uživanje samo določene vrste hrane, neredno prehranjevanje čez ves dan, prenaždanje ...

(Pre)prosta odločitev tvojega srca (objavljeno v reviji, 26. 6. 2008)

Slika 5.6: Fotografije na začetku prispevka (Pre)prosta odločitev tvojega srca, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2008).

Gre za daljši prispevek Tine Torelli in Petre Kocjančič, ki nagovarja ženske, govori o prostovoljstvu, vključenih pa je šest fotografij prostovoljk (Slika 5.6). Predstavljena so društva Mačjelovka, Kralji ulice in Drogart ter Svetovalnica za motnje hranjenja Muza; podrobneje me bo zanimala samo slednja.

Darja M. Korevec se spominja, da je že kot majhna punčka rada poslušala odrasle, ko so razpravljali in reševali težave drugih ljudi. Tudi sama je imela težave v poznih najstniških letih, zato je poiskala pomoč (konkretno ne pove, za kakšne težave gre, vendar predvidevam, da gre za eno od bolezni motenj hranjenja). Leta 1996 je bila ustanovljena Svetovalnica za motnje hranjenja Muza in Darja je postala njena prostovoljka, saj je želela po okrevanju svoje izkušnje in spoznanja deliti z drugimi.

V nadaljevanju prispevka Darja predstavi svoje delo v svetovalnici, ki temelji predvsem na pogovoru z osebo, ki se spopada z motnjami hranjenja. Bolniku nudi oporo, z njim deli delček svoje zgodbe in daje upanje, da je okrevanje možno: »Motnja hranjenja je izrazito samouničevalno vedenje, pot v bolezen je kratka, okrevanje pa zelo dolgotrajen, boleč, a na srečo tudi ustvarjalen proces.« Darja vodi tudi podporno skupino za osebe z motnjami hranjenja ter podporno skupino za svojce in bližnje oseb z motnjami hranjenja. V svetovalnici pa organizirajo tudi izlete v naravo, ustvarjalne in tematske delavnice, imajo svoj spletni časopis ...

Dalje predstavi skrb vzbujajoče dejstvo, da se že veliko mladih deklet trudi, da bi postala podobna manekenkam in se čudijo informaciji, da punčka Barbie v realnem življenju ne bi preživela (njen pas je namreč preozek, da bi bilo v njem dovolj prostora za vitalne organe, kaj šele za nekaj zdrave maščobe). Meni, da bi morali več pozornosti nameniti preventivi pred motnjami prehranjevanja oziroma hranjenja, saj se prvi znaki pogosto pojavijo v zgodnjem otroštvu.

Kljub temu, da gre za razmeroma kratko predstavitev, izvemo koristne informacije o bolezni in svetovalnici ter da je bolezen v zadnjem času še kako prisotna. Prispevek se zaključi zelo osebno, saj nagovori žensko: »Morda prav zdajle stojiš na enem ali drugem bregu: /.../« in konkretno pove, kam se lahko obrne po pomoč (<http://users.volja.net/muza> in dmuza@volja.net).

5.2.3 Rubrika Seks & razmerja

V rubriki Seks & razmerja je bilo objavljenih 5 prispevkov, v enem so MH glavna tema. Naslov prispevka je:

Cosmo bralke priznavajo svoje največje skrivnosti (objavljeno v reviji, 25. 11. 2013)

Slika 5.7: Fotografija na začetku prispevka Cosmo bralke priznavajo svoje največje skrivnosti, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2013).

Prispevek je opremljen s fotografijo para v objemu (Slika 5.7), pripravila in uredila ga je Tina Torelli, govori pa o treh različnih zgodbah: Renata ne more biti zvesta svojemu partnerju, Metka se srečuje z izsiljevanjem na delovnem mestu, Jana pa se od najstniških let bori z bulimijo. Podrobnejše bom predstavila samo Janino zgodbo.

Jana v treh krajših odstavkih opiše svoje doživljanje bolezn. Pravi, da se vse skupaj začne zelo nedolžno, kot prvi džoint ali prvo pijančevanje. Ko preveč poješ in potem vse izbruhaš, težave izginejo le za trenutek. Pove, da je hrana najprej prijateljica, ki sčasoma postane sovražnica, in opozarja bralke, da so motnje hranjenja huda zasvojenost. Sama sploh ni

vedela, kdaj je prestopila mejo zasvojenosti. S svojo osebno izpovedjo apelira na dekleta, ki bulimijo jemljejo kot šport ali dieto, naj nemudoma poiščejo pomoč.

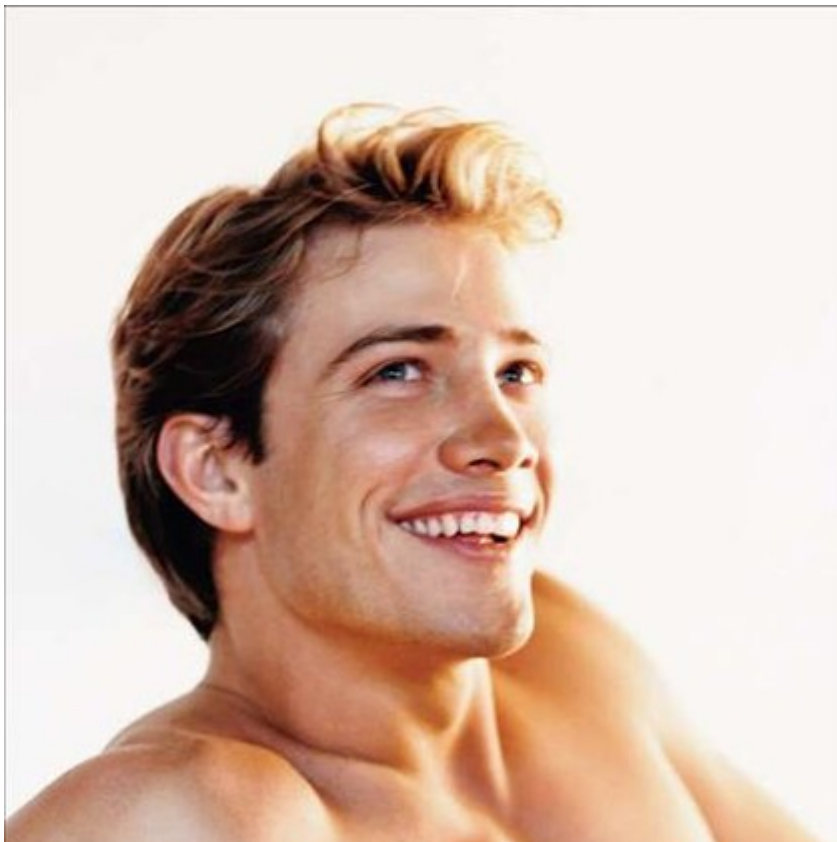
Jana v svoji osebni zgodbi ne omeni vzrokov za motnje hranjenja, kot posledico zlorabljanja hrane na splošno omeni zdravstvene težave, kot glavni simptom bulimije pa bruhanje. Iz prispevka, ki nagovarja žensko publiko, ni razvidno, kam se lahko oseba s podobnimi težavami obrne po pomoč.

5.2.4 Rubrika Moški

V rubriki Moški sta bila objavljena dva prispevka, v enem so MH glavna tema. Naslov prispevka je:

Adonisov kompleks: prisilna nečimrnost (objavljeno v reviji, 30. 6. 2005)

Slika 5.8: Fotografija na začetku prispevka Adonisov kompleks: prisilna nečimrnost, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2005).

Prispevek s fotografijo nasmejanega moškega (Slika 5.8) je napisala Vesna Fister. Na začetku prispevka avtorica pove, da so motnje hranjenja pri moških relativno nov pojav, vendar so vzroki za nastanek bolezni enaki kot pri ženskah: to so depresije, socialni pritisk medijev in osebne krize. Predvsem ženske zbolevalo za anoreksijo in bulimijo, moški pa za doseg idealne mišične zgradbe telesa prekomerno trenirajo; gre za Adonisov kompleks. Moški lastno vrednost definirajo samo na osnovi svojega videza, obsedeno vadijo ter zanemarjajo zasebno in profesionalno življenje. Sebe dojemajo kot drobne in majhne kljub prekomerno razvitim mišicam.

Podatki v prispevku so strokovno podprti tudi z različnimi raziskavami, komentirajo jih na primer Steve Bloomfield iz Eating Disorders Association, trener v fitnesu Adam Campell, psihoterapevt Axel Boxhorn, psihologinja Birgit Buchinger ... Med pogledi različnih strokovnjakov je zaslediti tudi osebne izpovedi moških, ki se spopadajo z Adonisovim kompleksom, imenovanim tudi mišična dismorfija ali bigoreksija.

Simptomi bolezni so prekomerna vadba, omejevanje pri hrani, jemanje diuretikov in odvajal ter pripravkov za gradnjo mišic, kot posledice pa prispevek izpostavi hude zdravstvene težave, kot so osteoporoza, težave s kilo, poškodbe mišic in vezi ter povišan krvni tlak, ki pogosto vodi k srčnemu infarktu. Posamezniki pa se tudi popolnoma socialno izolirajo.

Na koncu prispevka, ki je po mojem mnenju namenjen tako ženskemu kot tudi moškemu spolu, je priporočilo za nadaljnje branje, konkretne pomoči za osebe z Adonisovim kompleksom pa ni zaslediti. Se pa moški kasneje odločijo za terapijo kot ženske, potek in zdravljenje bolezni pa se ne razlikujeta.

5.2.5 Rubrika Moda

V rubriki Moda sta bila objavljena dva prispevka, v enem so MH glavna tema. Naslov prispevka je:

Grozljivi pritiski modne industrije in shirana dekleta (objavljeno na spletu, 11. 4. 2013)

Slika 5.9: Fotografija na začetku prispevka Grozljivi pritiski modne industrije in shirana dekleta, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2013).

Prispevek neznanega avtorja šokira s fotografijo Isabelle Caro (Slika 5.9), francoske manekenke s plakata kampanje za boj proti anoreksiji, ki je zaradi posledic bolezni umrla. V višino je merila 165 centimetrov, v najslabših časih pa je tehtala le 25 kilogramov. Prispevek na začetku zelo konkretno nagovori bralko: »Si se morda kdaj vprašala, kako manekenkam uspeva dobiti in tudi ohranjati super vitke postave, čeprav v javnosti številne vztrajno zatrjujejo, da jedo povsem normalno in da imajo pač dobre gene?«

Dalje prispevek piše o Kirstie Clements, ki v svoji knjigi *The Vogue Faktor* razkrije ukrepe manekenk za ohranjanje vitkosti (na primer hranjenje s papirnatimi robčki). Omeni tudi »pariško vitkost« in konfekcijsko številko 0.

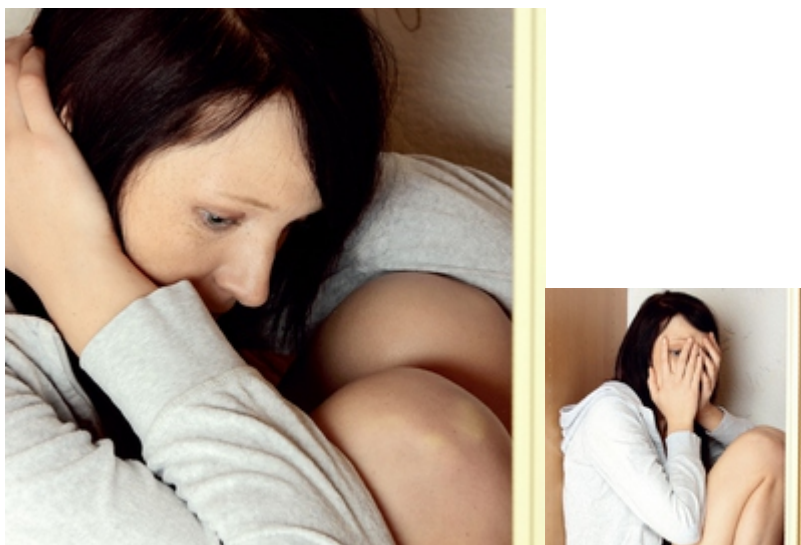
Zdi se, da želi prispevek na primerih najbolj znanih suhic (manekenk) ter dejstvih o njihovi višini in teži opozoriti bralke na grozljive posledice pretirane vitkosti, ki lahko vodi celo v smrt.

5.2.6 Rubrika Kariera

V rubriki Kariera je bil objavljen en prispevek, v katerem so MH glavna tema. Naslov prispevka je:

Živi svoje življenje: Ne prepusti se nadlegovanju kogarkoli (objavljeno v reviji, 20. 6. 2011)

Slika 5.10: Fotografiji na začetku prispevka Živi svoje življenje: Ne prepusti se nadlegovanju kogarkoli, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2011).

Ta prispevek je napisala Petra Arula, dodani sta dve fotografiji, na obeh je ista ženska z držo obupanosti (Slika 5.10). Gre za življenjske zgodbe treh deklet, imena so spremenjena, k vsaki zgodbi pa svoje mnenje doda terapevtka mag. Dragica Marta Sternad iz svetovalnice Jerca v Ljubljani. Avtorica prispevka pravi, da je strokovni vidik podan z namenom, »da boš lažje svetovala prijateljici ali se znašla sama, če tudi tebi življenje kdaj nameni podobno izkušnjo«.

Katarina se ukvarja z izdelovanjem nakita, Nina pa kopira njene poslovne ideje. Nataša se v svoji službi spopada z mobingom. Vanja pa je uspešna mlada ženska, ki ugotovi, da je vedno sledila očetovim željam (analizirala bom samo slednjo zgodbo).

Vanjina zgodba je dokaj intimna izpoved, kako je kot otrok želela ugajati svojim staršem, predvsem očetu; hlepela je po ljubezni, sreči, vrednotam ... Kadar ni igrala pridne punčke in ni želela ustreči očetovim željam, je bila deležna psihičnega nasilja. Ko se je uprla in pustila študij prava ter se odločila za svojo pot, so se začeli njeni boji – z domačimi in s seboj. Zbolela je za anoreksijo, oče pa je njeno izčrpano telo dojel kot osebni napad. Kar deset let je trajalo, da se je sprejela, ne glede na mnenje staršev.

Iz njenega pripovedovanja je razvidno, da vzroki njene bolezni izhajajo iz družine, saj ni izpolnila očetovih pričakovanj. Glavni simptom, pokazatelj njene stiske, občutkov krivde in slabe vesti je bilo shirano telo. To je bil njen krik na pomoč. Morebitnih posledic bolezni Vanja ne omenja.

Svetovalka Sternadova podpre Vanjino odločitev za svojo življenjsko pot in ji neposredno svetuje: »Vanja, nisi poklicana za to, da bi spreminjala svoje starše, jih prevzgajala, prepričevala ali prosila, da naj te poskušajo razumeti in pustiti svobodo, zato ob obiskih svojih staršev poskušaj za začetek razviti strategijo: za nekaj časa potlači svoja čustva, dokler se ne bodo pripravljene o njih pogovoriti.« Razloži, da potlačitev čustev ne pomeni zatreti jih, ampak se s potlačitvijo odločiš, da določena čustva obvladaš in čeprav se ob tem lahko počutiš neugodno, je to včasih edina pot. Sternadova je prepričana, da bodo starši skozi spremljanje Vanjinega življenja spoznali, da so ravnali narobe. Vanja se bo iz negativne izkušnje naučila, kako biti drugačna mama, partnerica. Strokovnjakinja poudari, da je stik z matično družino pomemben, saj smo samo tako lahko celovite osebe. Namigne, da pozdravlja Vanjine odločitve, vendar obžaluje, da je pomoč poiskala šele po desetih letih (omeni, da bi se lahko obrnila na skupino za pomoč pri motnjah hranjenja ali terapevtu, vendar konkretnih imen ne poda).

5.2.7 Rubrika Zvezde

V rubriki Zvezde je bilo objavljenih 31 prispevkov, v 19 so MH glavna tema. Naslovi teh prispevkov so naslednji:

Lindsay Lohan: Izpovedi superzvezdnice (objavljeno v reviji, 27. 4. 2006), Usodna anoreksija (objavljeno na spletu, 21. 11. 2006), Zastonj hrana za suhcene manekenke (objavljeno na spletu, 1. 3. 2007), Allegra Versace se bojuje za življenje (objavljeno na spletu, 7. 4. 2007), Victoria se prereka z novinarji (objavljeno na spletu, 6. 5. 2007), Postaja že zaskrbljujoče suha (objavljeno na spletu, 24. 5. 2008), Prebolela sem anoreksijo! (objavljeno na spletu, 26. 8. 2009), Poveščuje suhice (objavljeno na spletu, 25. 11. 2009), Je umrla zaradi predoziranja? (objavljeno na spletu, 28. 12. 2009), Anthony Hopkins: Kam pelje ta svet? (objavljeno na spletu, 8. 3. 2010), Katere zvezdnice so se spopadale z anoreksijo? (objavljeno na spletu, 9. 8. 2011), Catherine, Rania, Letizia ...: Žalostne princeze! (objavljeno na spletu, 31. 8. 2011), Brad Pitt je spet letel iz hiše (objavljeno na spletu, 9. 9. 2011), Zvezdnice v peklu anoreksije in bulimije (objavljeno na spletu, 11. 2. 2012), Demi Moore: Prvi koraki na poti do okrevanja (objavljeno na spletu, 23. 3. 2012), Nesrečna smrt zvezdnice telenovel (objavljeno na spletu, 27. 11. 2013), Kako se slavne dame spopadajo z motnjami prehranjevanja (objavljeno na spletu, 13. 1. 2014), Nicole Richie je znova anoreksična (objavljeno na spletu, 17. 1. 2014), Kesha: Mama spregovorila in šokirala (objavljeno na spletu, 23. 1. 2014)

Podrobneje sem analizirala tri prispevke, ki že v naslovu napovedujejo temo motnje hranjenja.

Usodna anoreksija (objavljeno na spletu, 21. 11. 2006)

Slika 5.11: Fotografija na začetku prispevka Usodna anoreksija, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2006).

Krajši prispevek neimenovanega avtorja je vest o smrti osemnajstletne brazilske manekenke Ane Caroline Reston, ki jo lahko vidimo tudi na fotografiji (pred boleznijo); Slika 5.11. Umrla je zaradi posledic anoreksije, saj je pri svojih 174 centimetrih tehtala samo 40 kilogramov. Natančneje, umrla je zaradi sepse, začelo pa se je zaradi vnetja sečil in kasneje tudi ledvic. Njena teta je novinarjem povedala, da zdravila, ki jih je jemala, niso delovala, ker je bila Ana fizično preveč šibka. Očiten simptom Anine bolezni je bila teža, ki je bila prenizka glede na njeno višino. Vzroki anoreksije niso izpostavljeni, menim pa, da je eden od njih tudi pritisk modne industrije.

Stil pisanja je nezapleten, stavki so kratki in razumljivi. Na koncu avtor bralca usmeri k nadaljnjemu branju prispevka Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja (natančna analiza prispevka je v Rubriki Samo zate, na strani 44) ter povabi na spletni forum, kjer lahko poda svoje mnenje o presutih manekenkah in njihovem vplivu na lepotne ideale.

Prebolela sem anoreksijo! (objavljeno na spletu, 26. 8. 2009)

Slika 5.12: Fotografiji na začetku prispevka *Prebolela sem anoreksijo!*, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2009).

Po avtorjevih besedah (je neznan, kot vir je navedena revija *Lea*) je Jessica Alba, ena od najlepših igralk Hollywooda, priznala, da naj bi bila na dieti že od zgodnjih najstniških let in da njeno popolno telo ni darilo narave. Njeni prepoznavni atributi so »popolno telo, natreniran trebušček in čvrsta zadnjica«. Kljub rojstvu hčerke je videti odlično. Na eni fotografiji je in ima hčerko v naročju, na drugi je sama, v roki pa drži skodelico, mobilni telefon in avtomobilske ključe (Slika 5.12).

Jessica pove, da je bila kot otrok velikokrat bolna in tudi v bolnišnici ter da v mladosti ni imela veliko prijateljev. Bila je osamljen otrok. Prekomerna teža je v njeni družini dedna, zato se je odločila poskrbeti za svoje zdravje. Kot enega od vzrokov, da se je srečala z anoreksijo, omenja obremenjevanje s težo; svoje obroke si je začela pripravljati že pri 12 letih. Še danes igralka zelo skrbi za svoje telo (uživa veliko zelenjave in sadja, na jedilniku so redno tudi ribe in piščanec, vsak dan pa telovadi vsaj 45 minut).

Stil pisanja je zelo preprost, informacij ni veliko (še največ izvemo, kaj si lepotica pripravi za zajtrk, kosilo, večerjo in malico). Občutek sem imela, kot da se je Jessica z anoreksijo res samo »srečala« (tudi avtor prispevka uporabi to besedo), pogubnim posledicam pa se ji je uspelo pravočasno izogniti.

Zvezdnice v peklu anoreksije in bulimije (objavljeno na spletu, 11. 2. 2012)

Slika 5.13: Fotografija na začetku prispevka Zvezdnice v peklu anoreksije in bulimije, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: *Cosmopolitan* (2012).

Po besedah neznanega avtorja je prispevek povzet po reviji *Lea*. Začne se z dejstvom, da nihče ni popoln in tudi slavne ženske bolehajo za anoreksijo in bulimijo. Na kratko so predstavljene princesa Diana, Britney Spears, Nicole Ritchie, Jessica Alba, Calista Flockhart, Amy Winehouse, Geri Halliwell, Victoria Beckham, Mary-Kate Olsen in njihove težave z motnjami hranjenja, ter Jane Fonda, prva slavna oseba, ki je spregovorila o svojem boju z anoreksijo in bulimijo. V prispevku, ki je napisan na preprost in nezapleten način ter ni zaznati strokovnosti ali globljega raziskovanja bolezni, je prisotna ena fotografije ženske (Slika 5.13).

Vse zvezdnice so skrivale svoje težave in jih priznale šele po dolgem času, nekatere tudi zaradi govoric in pritiskov medijev (na primer princesa Diana je imela bulimijo od leta 1981 in je to priznala šele leta 1994, Jessica Alba je o svoji anoreksiji v letih 2000 in 2001 spregovorila leta 2005, Calista Flockhart in Victoria Beckham pa sta po dolgih letih namigovanja le priznali, da imata anoreksijo).

Kot vzroke za anoreksijo oziroma bulimijo je zaslediti navdušenje nad eleganco in lepoto, ločitev, naporen življenjski ritem in izpostavljenost medijem ter strah pred podobnostjo svojim preobilnim družinskim članom. Glavni simptomi oziroma pokazatelji bolezni so pretirano shujšana telesa in šokantne diete (Victorie Beckham), kot posledica dolgoletnega uničevanja lastnega telesa pa je omenjena samo skorajšnja izguba nerojenega otroka Nicole Richie. Nekatere zvezdnice so se borile še z drugimi odvisnostmi (alkohol, droge).

Iskrenost in borbenost igralka Jane Fonda vlivata moč in pogum ženskam, da ukrepajo v smeri reševanja težav. Princesa Diana je na podlagi svojih izkušenj pomagala drugim, da se soočijo z motnjami hranjenja, nekatere zvezdnice so o težavah spregovorile v intervjujih, Geri Halliwell pa je napisala knjigo *Just for the Record*, v kateri med drugim tudi svetuje osebam s tovrstnimi težavami, naj poiščejo strokovno pomoč.

Kljub težavnim bojem se je večini uspelo pozdraviti (ali vsaj delno); nekatere so uspele same, druge pa s strokovno pomočjo ali z osebnim trenerjem. Prispevek se zaključi optimistično: »Za vsakega obstaja upanje«. Anoreksija in bulimija sta bolezni kot vsaka druga in sta ozdravljivi, ob podpori družine in prijateljev pa je okrevanje veliko lažje. Konkretnih informacij, kje in kako se zdraviti, ni.

5.2.8 Rubrika Astro

V rubriki Astro sta bila objavljena 2 prispevka, v 1 so MH glavna tema. Naslov prispevka je:

Princesa Diana sporoča Kate, naj ne hujša! (objavljeno na spletu, 13. 11. 2013)

Slika 5.14: Fotografije na začetku prispevka Princesa Diana sporoča Kate, naj ne hujša!, objavljenega v *Cosmopolitanu*



Vir: Cosmopolitan (2013).

Prispevek neznanega avtorja je opremljen s tremi fotografijami: na prvi je vojvodinja Kate, na drugi jasnovidka Simone Simmons in na tretji pokojna princesa Diana (Slika 5.14). Menim, da že sam naslov sporoča, da gre za senzacionalistični pristop, saj je Diana mrtva in le kako bi lahko pošiljala sporočila. Ampak jasnovidka je bila nekoč tako zelo dobra Dianina prijateljica, da naj bi bila še vedno v stiku z njo. Gre predvsem za namigovanja in predvidevanja, da je Diana poslala sporočilo tako za sina Williama kot tudi za njegovo soprogo Kate in prosila Simone, naj sporočila prenese naprej. Diana naj bi bila namreč v skrbeh zaradi svoje snahe, ki je zelo suha. Pokojna princesa se je tudi sama bojevala z motnjami hranjenja, ki jih Kate naj ne bi imela. Izvemo še, da se je Diana bojevala z bulimijo, se tudi zdravila in na podlagi izkušenj pomagala drugim. Predvidevanja in namigovanja so poudarjena z večkratno uporabo znane poročevalske zveze »naj bi + deležnik na -l«, ki izraža nedokazanost, neuradnost ali negotovost (Korošec 1998, 33–41), konkretnih vzrokov, posledic ali simptomov bolezni ni zaslediti, prav tako ni ponujena pomoč ali nasvet, kako se spopasti z motnjami hranjenja.

Po podrobnejšem pregledu analize lahko na podlagi naključno izbranih 14 prispevkov na raziskovalna vprašanja povzemalno odgovorim z naslednjim:

a) Kdo so avtorji prispevkov (ženske, moški)?

Med obravnavanimi prispevki jih je bilo pet izpod peresa neznanega oziroma neznanih avtorjev, vir dveh prispevkov je bila revija *Lea*, ostalih sedem pa so napisale imenovane avtorice.

b) Komu so prispevki namenjeni (ciljna publika: spol, starost, izobrazba, premoženje)?

Po podatkih Jerce Legan (2004, 126) in poročila *Redna letna raziskava stanja medijskega pluralizma v Republiki Sloveniji za leto 2012 na področju slovenskih tiskanih medijev, radijskih in televizijskih programov ter elektronskih publikacij* je *Cosmopolitan* revija, katere ciljna publika so ženske med 18 in 34 letom, po njej pa občasno posegajo tudi moški. Na podlagi analize težko sodim, da so bili prispevki s temo motnje hranjenja namenjeni samo ženski populaciji, saj le redki nagovarjajo žensko v prvi osebi (na primer: »Se še spomniš časov, ko ti ni bilo pomembno, kaj poješ, in si pri tem res uživala?«), hkrati pa nikjer ni bil razviden le moški spol. Prav tako nisem zaznala odstopanj od podatkov, ki pravijo, da so bralke *Cosmopolitana* predvsem ženske s poklicno ali srednješolsko izobrazbo – stil pisanja (gl. dalje) to potrjuje.

c) Ali so prisotne fotografije in kakšne so?

Fotografije so bile prisotne pri vseh analiziranih prispevkih (v petih po dve fotografiji, v enem tri in v enem šest ter v sedmih prispevkih po ena fotografija). Izbira fotografije je bila odvisna od glavnega poudarka prispevka, zato so na njih manekenke, slavne osebe, hrana in tudi moški. Ugotavljam, da so vse fotografije, ki sem jih vzela v ožjo obravnavo, smiselne in podpirajo vsebino. Tudi simbolne fotografije delujejo pristno in verodostojno ter pripomorejo k privlačnosti in zanimivosti prispevka, fotografije z resničnimi osebami pa bralcu pomagajo pri predstavi, da so ti ljudje res prave osebe.

č) Kakšen je stil pisanja (strokovni, osebni, senzacionalistični)?

Prispevki so napisani na preprost in razumljiv način, vpleteni so tudi strokovni vidiki in osebne izpovedi. Od slovenskih strokovnjakov se največkrat pojavita dr. Karin Sernek, vodje Enote za zdravljenje motenj hranjenja na kliničnem oddelku za mentalno zdravje v Ljubljani, in terapevtka mag. Dragica Marta Sternad iz svetovalnice Jerca v Ljubljani, Muzo,

svetovalnico za motnje hranjenja pa predstavi prostovoljka Darja M. Korevec. Ugotovila sem, da v rubriki Zvezde prevladuje senzacionalistični stil pisanja, prispevki so krajši, veliko je nepreverjenih informacij in namigovanja. Na drugi strani strokovni vidik in osebne zgodbe izstopajo v rubrikah Zdravje in Samo zate, tam tudi največ izvemo o motnjah hranjenja ter kako ukrepati in kam se obrniti v stiski.

d) Ali so izpostavljeni vzroki, simptomi in posledice motenj hranjenja?

Kot glavni vzroki za nastanek bolezni motenj hranjenja so v prispevkih navedeni podedovani vzorci, šibka samozavest in neustrezna samopodoba, pomanjkanje samospoštovanja, nezadovoljstvo z lastnim telesom (kar je povezano s pomanjkanjem samozavesti), depresija, obsedenost z mišicami, zasvojenost z zdravo prehrano, nedokončane zadeve iz preteklosti, pritisk medijev, osebne krize, želja ugajati (staršem) in želja po popolnem telesu.

Iz analiziranih prispevkov je razbrati naslednje simptome bolezni: oseba se po zaužitem obroku počuti grešno in umazano, nerealno videnje in doživljanje lastnega telesa, skrivanje hrane, široka oblačila, hiperaktivnost in pretirana delovna storilnost, občutek nadvlade in gotovosti, nizka teža, pretirano gibanje, omejevanje pri hrani, jemanje diuretikov in odvajal.

Posledice samouničevalnega vedenja so umik iz socialnega življenja, strah pred ljudmi, mrtvi in umetni zobje, povešeni jajčniki, poslabšan vid, neredna menstruacija, zamaščena jetra, hormonsko neravnovesje, osteoporoza, prebavne motnje, srčna aritmija, težave z ledvicami, poškodbe mišic, povišan tlak in smrt. Prispevki s smrtnim izidom in šokantnimi fotografijami so največkrat iz sveta modne industrije in zvezdnic.

e) Ali prispevki svetujejo, ponudijo pomoč pri spopadanju z boleznijo (kako ukrepati in kam se obrniti v stiski)?

Prispevki, ki niso povezani z modno industrijo so bolj optimistični in svetujejo, ponudijo pomoč, kako ukrepati in kam se obrniti v stiski. Strokovnjaki bralkam svetujejo, naj se ne odrekajo stvarjem, ki jih veselijo in izpopolnjujejo, samospoštovanje naj ne bo vezano na to, koliko in kaj pojemo, hrana in hranjenja pa naj predstavljata užitek. Izvemo tudi zelo konkretno, kje najdemo pomoč: napotitev na Muzo, svetovalnico za motnje hranjenja, usmeritve na spletne strani za nadaljnjo branje, kjer je tudi seznam svetovalnih centrov, psihologov in psihiatrov, v prispevkih naletimo tudi na osebno svetovanje ob dekletovi izpovedi, dekleta pa na osnovi svojih izkušenj svarijo pred strahotnimi posledicami in svetujejo, naj osebe s podobnimi težavami čim prej poiščejo pomoč.

6 ZAKLJUČEK

Motnje hranjenja, med katere strokovnjaki s področja psihiatrije, psihoterapije, psihologije in sociologije uvrščajo bolezni anoreksijo, bulimijo, prisilno prenejedanje, ortoreksijo in bigoreksijo, so čustvene motnje, ki se kažejo v spremenjenem odnosu do hrane, hranjenja in lastnega telesa. Motnje, ki so jim najbolj izpostavljene ženske med 15 in 25 letom, so v zadnjih desetletjih prerasle v bolezni moderne dobe, ki jim vedno bolj podlegajo tudi otroci in moški.

Zaradi vse večje prisotnosti in aktualnosti motenj hranjenja sem preverila, kako je tema obravnavana v sodobnih slovenskih ženskih revijah (*Cosmopolitan*, *Eva* ter *Lepa & zdrava*), saj po njih posega tudi ženska populacija, ki je najbolj podvržena omenjenim boleznim. Pri raziskavi sem se osredotočila na obdobje 2004–2014, pregledala prispevke, ki sem jih po ključnih besedah našla na spletnih straneh revij, podrobneje pa sem analizirala samo izbrane prispevke iz *Cosmopolitana*. Pri tem velja poudariti, da tako pridobljen vzorec ne dovoljuje širših posplošitev, za katere bi bilo treba pregledati tudi prispevke z isto temo v tiskanih izdajah revij, dobro pa bi bilo analizo besedil dopolniti še s poglobljenimi intervju urednic. Omenjeni vzorec je zadostoval za potrebe diplomskega dela, bi pa lahko služil kot odskočna deska za nadaljnjo raziskavo.

Sklenem lahko, da je *Cosmopolitan* kljub številni objavi prispevkov iz zvezdniškega sveta dobra začetna izbira za osebe, ki se znajdejo v stiski in ne vedo, kako se spopasti z motnjami hranjenja. V strokovnih razlagah in tudi v osebnih zgodbah najdejo »prvo pomoč« ter tudi sezname institucij, organizacij in strokovnjakov, ki se ukvarjajo z motnjami hranjenja. Upam tudi, da mi je s pričujočim delom uspelo razbiti kakšen tabu in da bo mogoče komu lažje spregovoriti o svojih stiskah. Z besedami dr. Karin Serneč želim nagovoriti tudi starše, saj v intervjuju (povzeto po: <http://www.zurnal24.si/ko-postane-ona-najvecji-sovraznik-clanek-31570>, 5. 9. 2014) pravi, da je lahko družina največji zaščitni dejavnik. Preprečevanje pojava motenj hranjenja je zaradi kompleksnih vzrokov sicer iluzorno, starši pa so lahko s svojim vedenjem zgled otroku, od katerega ne smejo nikoli pričakovati nečesa, česar tudi sami ne počnejo. Poudari, da je v času odraščanja osnovna preventiva katerih koli duševnih motenj dobra samopodoba, ki pa je povezana z otrokovo sposobnostjo, da je zmožen izražati svoja čustva in da mu je to dovoljeno ter da zna z njimi živeti. In konec koncev ni vse tako črno kot se mogoče zdi na prvi pogled, saj Sernečeva spodbudno in optimistično zaključí, da motnje hranjenja SO ozdravljive in da nekdanji bolniki velikokrat povedo, kako zelo so hvaležni za

prebolelo bolezen, saj so se naučili prepoznati svoja čustva, jih poimenovati in sporočati ter z njimi živeti. Povedo še, da je njihovo življenje sedaj kvalitetno in polno.

7 LITERATURA

1. Adria Media Ljubljana, založništvo in trženje, d. o. o. 2014a. *Cosmopolitan*. Dostopno prek: <http://www.adriamedia.si/blagovne-znamke/cosmopolitan/> (29. maj 2014).
2. Adria Media Ljubljana, založništvo in trženje, d. o. o. 2014b. *O nas*. Dostopno prek: <http://www.adriamedia.si/o-nas/adria-media/adria-media/> (29. maj 2014).
3. *Cosmopolitan*. 2005a. Polnovreden obrok ljubezni in sprejemanja, 28. april. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/samo-zate/polnovreden-obrok-ljubezni-in-sprejemanja/> (9. september 2014).
4. *Cosmopolitan*. 2005b. Adonisov kompleks: prisilna nečimrnost, 30. junij. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/moski/adonisov-kompleks-prislina-necimrnost/> (9. september 2014).
5. *Cosmopolitan*. 2006. Usodna anoreksija, 21. november. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zvezde/usodna-anoreksija/> (9. september 2014).
6. *Cosmopolitan*. 2007. Jej in v tem uživaj, 25. oktober. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zdravje/jej-in-v-tem-uzivaj/> (9. september 2014).
7. *Cosmopolitan*. 2008. (Pre)prosta odločitev tvojega srca, 26. junij. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/samo-zate/preprosta-odlocitev-tvojega-srca/> (9. september 2014).
8. *Cosmopolitan*. 2009. Prebolela sem anoreksijo, 26. avgust. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zvezde/prebolela-sem-anoreksijo/> (9. september 2014).
9. *Cosmopolitan*. 2010. Anoreksija ji je ukradla zdravje, 29. april. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/samo-zate/anoreksija-ji-je-ukradla-zdravje/> (9. september 2014).
10. *Cosmopolitan*. 2011. Živi svoje življenje: Ne prepusti se nadlegovanju kogarkoli, 20. junij. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/kariera/zivi-svoje-zivljenje-ne-prepusti-se-nadlegovanju-kogarkoli/> (9. september 2014).
11. *Cosmopolitan*. 2012a. Zvezdnice v peklu anoreksije in bulimije, 11. februar. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zvezde/zvezdnice-v-peklu-anoreksije-in-bulimije/> (9. september 2014).

12. *Cosmopolitan*. 2012b. Bulimija – izvor gre iskati v nezadovoljstvu, ne pa v dejanski debelosti, 21. december. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zdravje/bulimija-izvor-gre-iskati-v-nezadovoljstvu-ne-v-dejanski-debelosti/> (9. september 2014).
13. *Cosmopolitan*. 2013a. Grozljivi pritiski modne industrije in shirana dekleta, 11. april. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/moda/grozljivi-pritiski-modne-industrije-in-shirana-dekleta/> (9. september 2014).
14. *Cosmopolitan*. 2013b. Prehranske motnje, ki jih še ne poznaš!, 9. junij. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/zdravje/prehranske-motnje-ki-jih-se-ne-poznas/> (9. september 2014).
15. *Cosmopolitan*. 2013c. Princesa Diana sporoča Kate, naj ne hujša!, 13. november. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/astro/zanimivosti/princesa-diana-sporocakate-naj-ne-hujsa/> (9. september 2014).
16. *Cosmopolitan*. 2013č. Cosmo bralke priznavajo svoje največje skrivnosti, 25. november. Dostopno prek: <http://www.cosmopolitan.si/seks-in-razmerja/cosmo-bralke-priznavajo-svoje-najvecje-skrivnosti/> (9. september 2014).
17. *Delo Revije*. 2014. Delo revije: Interesna koalicija NKBM in Seta. Dostopno prek: <http://www.delo.si/zgodbe/ozadja/delo-revije-interesna-koalicija-nkbm-in-seta.html> (21. julij 2014).
18. Kek, Katarina. 2006. *Licenčne ženske revije v Sloveniji – primer revije Elle*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
19. Korošec, Tomo. 1998. *Stilistika slovenskega poročevalstva*. Ljubljana: Kmečki glas.
20. Krater Media. 2014a. *Kdo smo*. Dostopno prek: <http://www.kratermedia.si> (29. maj 2014).
21. Krater Media. 2014b. *Naši mediji*. Dostopno prek: <http://kratermedia.si/mediji> (29. maj 2014).
22. Legan, Jerca. 2004. *Razgaljena: žensko branje v Sloveniji*. Ljubljana: ISH – Fakulteta za podiplomski študij.
23. Ministrstvo za kulturo. 2013. *Redna letna raziskava stanja medijskega pluralizma v Republiki Sloveniji za leto 2012 na področju slovenskih tiskanih medijev, radijskih in*

- televizijskih programov ter elektronskih publikacij*. Dostopno prek:
http://www.mk.gov.si/fileadmin/mk.gov.si/pageuploads/Ministrstvo/raziskave-analize/mediji/MK-2013-porocilo_Mediana_FINAL_.pdf (24. avgust 2014).
24. Nacionalna raziskava branosti. 2014. *Valutni podatki 2013/2014*. Dostopno prek:
<http://www.nrb.info/> (11. avgust 2014).
25. Ogorevc, Tamara. 2000. *Kršitve komunikacijskih pravic na primeru časopisnih fotografij*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
26. Skok, Meta. 2014. *Motnje hranjenja kot tema v sodobnih slovenskih mladinskih romanih*. Diplomsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
27. Šubic Tina. 2005. *Slikovno gradivo v slovenskem dnevnem tisku: zasebnost in pravica nejavnih oseb do lastne podobe*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
28. Skumavc, Urša. 2002. *Prezentacija mode v ženskih revijah*. V *Njena (re)kreacija*, ur. Majda Hrženjak, 114–126. Ljubljana: Mirovni inštitut.
29. Sotošek Štular, Karmen. 1997. *Žensko časopisje na Slovenskem: 1897–1997: vodnik po razstavi*. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.
30. Šela, Tina. 2010. *Podoba žensk na naslovnica ženskih revij*. Diplomsko delo. Maribor: Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko.
31. Žurnal 24. 2014. *Ko postane ona največji sovražnik*. Dostopno prek:
<http://www.zurnal24.si/ko-postane-ona-najvecji-sovraznik-clanek-31570> (5. september 2014).