

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

**Katarina Štebe**

**RAZLOČEVALNO TELO: USTVARJANJE TELESNEGA KAPITALA**

MAGISTRSKO DELO

LJUBLJANA, 2009

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

**Katarina Štebe**

**RAZLOČEVALNO TELO: USTVARJANJE TELESNEGA KAPITALA**

MAGISTRSKO DELO

**Mentorica: red. prof. dr. Tanja Rener**

LJUBLJANA, 2009

Zahvala

Hvala dr. Tanji Rener za mentorstvo, potrpežljivost in pripravljenost biti vedno na razpolago za vprašanja.

Hvala družini za podporo.



## **Razločevalno telo: ustvarjanje telesnega kapitala.**

### POVZETEK

Ljudje namenjajo veliko časa, denarja in truda za oblikovanje in vzdrževanje telesne podobe, ki odraža vitalnost, mladostnost in spolno privlačnost. Eden izmed načinov večanja telesnega kapitala s porabniškimi praksami je tudi z vadbami v fitness centrih. Naloga z uporabo Bourdieujeve perspektive gledanja na telo osvetli pomene oblikovanja in vzdrževanja 'fit telesa' pri udeležencih vadb. Analiza pokaže, da vsi obiskujejo vadbe, da bi se dobro počutili v lastnih telesih. Pokaže pa tudi, da za različne skupine doseganje telesnega dobrega počutja s preoblikovalnimi praksami vadb pomeni 'drugačno' telo, tako v obliki kot funkciji. Med skupinami porabnikov (opredeljenih glede na spol, starost in izobrazbo) blaga in storitev polja fitnesa prihaja do ključnih razlik o pomenu in namenu dela na sebi v okviru telesnih režimov, in sicer glede na pozicije moči v družbenem svetu. Vsekakor je za ženske in mlade kot prevladujoče porabnike teh storitev dejavnost veliko bolj reflektivna, bolj tvegana in z bolj negotovimi izidi.

Ključne besede: človeško telo, sociologija, telesni kapital, fitness športi, potrošniška družba.

## **The Body of Distinction: Production of Physical Capital.**

### ABSTRACT

In contemporary body conscious society we spend a lot of timeworking on our bodies in order to form and maintain the image of the body that represents vitality, youth and attractiveness. One way of increasing the 'body capital' is by exercising in fitness centers. In my thesis I used Bourdieusian perspective of the body to highlight the meaning of forming and maintaining 'fit bodies' of participants of fitness exercise. Through a detailed analysis I found out that all participants attain classes to feel good about themselves. Furthermore, for different groups of participants the feel good factor derives from a different body, in its form and function. The analysis showed that the reasons for exercising are different among groups of fitness consumers (classified by gender, age and educational level) and are grounded on their positions of power in society. Certainly, the activity is far more reflexive, risk-taking and often followed by negative outcomes with prevailing consumers; women and young people.

Key words: human body, sociology, physical capital, fitness sports, consumer society.

## Kazalo

<b>UVOD</b> .....	<b>9</b>
<b>1 SOCIOLOGIJA IN TELO</b> .....	<b>14</b>
<b>1.1 Telo</b> .....	<b>14</b>
1.1.1 Telo v zgodovini .....	15
1.1.1.1 Barok in postmoderna .....	18
1.1.2 Telo v pozni moderni .....	18
1.1.2.1 Telo kot projekt .....	20
1.1.2.2 Baročna moderna telesa: telo razuma/telo čutnosti .....	23
1.1.3 Porabniška kultura: podoba telesa .....	24
<b>1.2 Telo v sociologiji</b> .....	<b>26</b>
1.2.1 Telo v klasični sociologiji .....	26
1.2.1.1 Utelesenost v klasični sociologiji .....	28
1.2.2 Telo v sodobni sociologiji .....	30
1.2.2.1 Dve izhodišči analize telesa .....	31
1.2.3 Preseganje nasprotnih pozicij telesa .....	33
1.2.3.1 Glavne smeri analize telesa .....	34
1.2.3.2 Oblikovanje raziskovalnega pristopa do telesa .....	35
<b>2 TELESNI KAPITAL</b> .....	<b>36</b>
<b>2.1 Oblikovanje teles</b> .....	<b>37</b>
2.1.1 Habitus .....	37
2.1.2 Kapital .....	39
2.1.2.1 Telesni kapital .....	39
2.1.2.2 Vrednost telesnega kapitala .....	40
2.1.3 Polje .....	42
2.1.3.1 Telo v polju .....	43
<b>2.2 Oblikovanje razločevalnih teles</b> .....	<b>44</b>
2.2.1 Okus .....	45
2.2.1.1 Razkošje in asketizem .....	45
2.2.2 Individualne izbire in kolektivne prakse .....	46
<b>2.3 Okus: objektivna klasifikacija telesnega kapitala v porabniški družbi</b> .....	<b>47</b>
2.3.1 Izbire v polju fitnesa .....	48
2.3.2 Družbeni razred: življenjski stil in status .....	49
2.3.3 Staranje in življenjsko obdobje .....	51
2.3.4 Spol .....	52
<b>2.4 Vrednost telesnega kapitala v porabniški družbi</b> .....	<b>53</b>
<b>3 FITNES</b> .....	<b>56</b>
<b>3.1 Pomen vadbenih režimov v modernih in postmodernih družbah</b> .....	<b>56</b>
3.1.1 Razvoj vadbenih centrov .....	57
3.1.2 Namen režimov vadb danes .....	59
3.1.2.1 Prostor telesne vadbe: komercializacija in prosti čas .....	60

<b>3.2 Vloga telesne dejavnosti v kulturi porabništva.....</b>	<b>60</b>
3.2.1 Primer vpliva športa (telesne dejavnosti) na razlikovanja .....	61
<b>3.3 ‘Fitnes športi’ .....</b>	<b>62</b>
3.3.1 Fitnes kot kulturno polje .....	62
3.3.2 Telesni kapital: ‘fit telo’ .....	65
3.3.2.1 Pomen zdravja .....	66
3.3.2.2 Pomen videza.....	67
3.3.2.3 Fit telo: oblika/funkcija telesa in samonadzor .....	68
<b>3.4 Legitimiranje telesnih vadb v fitnes centru.....</b>	<b>69</b>
3.4.1 Akterji legitimiranja.....	70
3.4.1.1 Promovirani življenjskostilni model .....	70
3.4.2 Možnosti in omejitve pridobivanja telesnega kapitala .....	71
<b>3.5 Sociološke študije telesnih praks (pre)oblikovanja .....</b>	<b>73</b>
<b>4 EMPIRIČNI DEL .....</b>	<b>75</b>
<b>4.1 Metode, vzorec in izvedba raziskave .....</b>	<b>76</b>
4.1.1 Metode zbiranja podatkov.....	76
4.1.2 Opis vzorca in izvedba raziskave.....	77
<b>4.2 Analiza in interpretacija kvantitativnega dela raziskave .....</b>	<b>78</b>
4.2.1 Metoda analize kvantitativnih podatkov .....	78
4.2.2 Socialnodemografske značilnosti vzorca .....	79
4.2.2.1 Ugotovitve analize socialnodemografskih značilnosti vzorca .....	84
4.2.3 Analiza vsebinskih sklopov .....	85
4.2.3.1 Pomen posameznih razlogov za vadbo.....	85
4.2.3.2 Ugotovljene razlike v razlogih za obiskovanje vadb med skupinami.....	90
4.2.3.3 Podpora zasebne mreže.....	93
4.2.3.4 Osebni telesni režimi in odnos do telesa.....	94
4.2.3.5 Zadovoljstvo s svojim telesom .....	102
4.2.3.6 Ugotovljene razlike v osebnih telesnih režimih in odnosu do telesa .....	103
<b>4.3 Kvalitativna analiza in razprava.....</b>	<b>106</b>
<b>5 SKLEP.....</b>	<b>120</b>
<b>6 LITERATURA .....</b>	<b>124</b>
<b>7 PRILOGE .....</b>	<b>128</b>
<b>Priloga A: Anketni vprašalnik .....</b>	<b>128</b>
<b>Priloga B: Vprašanja polstrukturiranega intervjuja .....</b>	<b>133</b>
<b>Priloga C: Predstavitev kvantitativne analize - izpis iz SPSS.....</b>	<b>134</b>

## **Kazalo slik in grafov**

Slika 3.1: Model polja fitnesa.	63
Slika 4.1: Grafični prikaz dosežene stopnje izobrazbe po starostnih skupinah.	81
Slika 4.2: Grafični prikaz korelacij križanj odvisnih in neodvisnih spremenljivk.	86
Slika 4.3: Grafični prikaz razlogov za vadbe po starostnih skupinah.	91
Slika 4.4: Grafični prikaz razlogov za vadbe po spolu.	92
Slika 4.5: Grafični prikaz statistično značilnih razlik telesnega habitusa med skupinami.	104

## **Kazalo tabel**

Tabela 4.1: Starostne skupine po spolu.	79
Tabela 4.2: Izobrazba po spolu.	80
Tabela 4.3: Samoocena ekonomskega položaja družine glede na slovensko povprečje.	82
Tabela 4.4: Delovna aktivnost po spolu.	82
Tabela 4.5: Preostale športne dejavnosti udeležencev.	83
Tabela 4.6: Razlogi za vadbo v fitnesu po največjih razlikah.	85
Tabela 4.7: Stališče udeležencev do telesne dejavnosti po deležih starostnih skupin pri vsaki trditvi.	90
Tabela 4.8: Podpora zasebne mreže udeležencev, procenti (ferkvence).	93
Tabela 4.9: Odnos do lastnih teles po največji razliki med ne strinjam in strinjanjem po posameznih kategorijah trditev in modalni razred.	95
Tabela 4.10: Prikaz trditev skupine dejavnost po spolu s statistično značilnimi razlikami po aritmetičnih sredinah.	98
Tabela 4.11: Prikaz trditev skupine dejavnost s statistično značilnimi razlikami med starostnimi skupinami po aritmetičnih sredinah.	98
Tabela 4.12: Prikaz trditve skupine dejavnost s statistično značilnimi razlikami med stopnjami dosežene izobrazbe po aritmetičnih sredinah.	99
Tabela 4.13: Prikaz trditve skupine doživljanja s statistično značilnimi razlikami med spoloma.	101
Tabela 4.14: Prikaz trditve skupine doživljanja s statistično značilnimi razlikami med starostnimi skupinami po aritmetični sredini.	101
Tabela 4.15: Zadovoljstvo z deli ali vidiki teles po naraščajočih vrednostih aritmetičnih sredin.	102
Tabela 4.16: Povprečne vrednosti vidika podkožne maščobe po starostnih skupinah.	103
Tabela 4.17: Prakse vzdrževanja fizičnega zdravja po najbolj rednem izvajanju, procenti (ferkvence).	105



## UVOD

Človeško telo je tematizirano v okviru novih kultur, popularne in porabniške, kar je na eni strani posledica družbenih sprememb in gibanj – ženskih gibanj, liberalizacije odnosa do istospolno usmerjenih, tehnične inovacije medicinske znanosti, in na drugi strani razvoja kapitalizma z značilnim primatom porabništva, ki je telo postavilo za svojo ikono (Seymour 1998). Postmoderna družba za eksistence ljudi, družbene in osebne identitete predstavlja, številna tveganja in negotovosti, pri čemer je telo prostor refleksivnosti in kot tako ‘obvezen’ projekt za posameznika postmoderne družbene stvarnosti. Ljudje si namreč prizadevajo uravnovesiti tveganja prav s pomočjo teles, in sicer na način, da gradijo utelešeni jaz, ki bo prepoznan in cenjen (Crossley 2005).

Ljudje lastna telesa sprejemajo in doživljajo po principu ‘ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim’ in ‘da se dobro počutiš, moraš nekaj storiti samo zase’. Telo v kulturi porabništva omogoča pridobivanje statusa – lastniku omogoča ‘položajske koristi’ (angl. *a positional good*) (Hirsch 1977 v Maguire 2008, 41). Ljudje zato v vsakdanjem življenju, v svojem prostem času vlagajo v telo, ga (pre)oblikujejo in razvijajo s pomočjo številnih izbir na trgu, med katerimi je tudi ponudba storitev in blaga polja (institucije) fitnesa; ljudje s praksami, tj. telesnimi režimi vadb, v polju producirajo telesni kapital in s tem ‘razločevalna telesa’.

Namen moje naloge je osvetliti procese pridobivanja telesnega kapitala v polju fitnesa, tj. ‘fit kapitala’, pri različnih skupinah porabnikov. Pri tem se, z vidika razmerja institucija – posameznik, v empirični analizi usmerjam na pozicijo utelešenega posameznika, njegovega razumevanja in delovanja (praks), v procesu oblikovanja ‘fit habitusa’ – habitusa institucije fitnesa.<sup>1</sup> Ključno vprašanje analize je, kako se ustvarja telesni kapital pri porabnikih in do kakšnih razlik in na kakšni osnovi v telesnem kapitalu med prisotnimi skupinami sploh prihaja.

Naloga je sestavljena iz dveh delov, teoretičnega in empiričnega, in je razdeljena na štiri poglavja. Prvo poglavje je namenjeno predstavitvi (novejšega) sociološkega področja, sociologije telesa. Ta veja skuša oblikovati teorijo in raziskovalni pristop do telesa v družbi. Stoji na stališču, da moramo družbene pojave obravnavati iz vidika telesnosti družbenih akterjev, to pomeni, da le-ti imajo telesa,

---

<sup>1</sup> Razumevanje pomenov, stališč in odnosa posameznikov do lastnih teles osvetljuje sodobno razmerje družba – posameznik; pri tem razmerju gre na eni strani za naše doživljanje lastnih teles in na drugi strani vplivanja družbenih institucij na telesa posameznikov (Wainwright in Turner 2006).

ki so v družbi, kot je družba v njihovih telesih.<sup>2</sup> Res je, da do sedaj veda ni uspela oblikovati neke temeljne teorije telesa, niti opredeliti jasne raziskovalne agende. Vzroki za ta položaj telesa v sociologiji in razvijanje produktivne obravnave telesa je tema drugega dela tega poglavja.

Danes se večina sociologov, ki se ukvarjajo s telesom v družbi, strinja, da mora sociologija telesa izhajati iz zgodovinskega razumevanja telesa in njegovega kulturnega oblikovanja (razvoja) (Turner 1984/1996, 34). Temu v nalogi tudi sledim. Zato najprej osvetlim sodobni pojav preoblikovalnih telesnih praks – v širšem okviru gre za način upravljanja teles – s prikazom zgodovinskega razvoja telesa v modernih družbah, tj. z družbeno zgodovino telesnih režimov. To pokažem na primeru refleksije razmerja med upravljanjem telesa in družbenim režimom, ki ga podaja Bryan Turner v delu *The Body and Society* (Telo in družba, 1984). Njegova analiza kaže, da je moderna prinesla 'racionalizacijo družbe', ki je telo pod vplivom kartezijske filozofije, protestantske etike in krščanske teologije postavilo za glavno 'tarčo' upravljanja in nadzora ter ga podredilo principu askeze.

Na osnovi položaja telesa v moderni, kjer je telo podrejeno kulturi askeze, discipline in dela, je postmoderna v okviru 'novega' individualizma razvila nekoliko preoblikovano kulturo telesa, in sicer v odnosu do telesa poudarja hedonizem in čutnost. Oblikovanje takšnega gledanja na telo je potreba, ki izhaja iz razvoja trga blaga in storitev v postfordistični ekonomiji. Na tem trgu ljudje nastopajo kot utelešeni družbeni akterji in kot takšne njihove utelešene položaje v različnih dejavnostih lahko tudi problematiziramo. Tako se danes avtorji, kot so Anthony Giddens, Chriss Shilling, Nick Crossley, Johanne Entwistle, Zygmunt Bauman, Mike Featherstone, ukvarjajo s temami spremenjene vloge teles v porabniški družbi v navezavi na prakse vsakdanjega življenja – sfere, kjer se danes odvija produkcija in vzdrževanje teles. Njihove poglede na oblikovanje utelešenega jaza v okviru praks na 'porabniškem trgu' telesnih režimov tudi predstavljam.

Pomembno vprašanje, ki si ga sociologija telesa postavlja je, kaj je telo. Odgovor na to vprašanje daje smer za analizo telesa v družbi. Tako v drugem delu prvega poglavja predstavljam razvoj in probleme oblikovanih analitičnih pristopov sociološkega raziskovanja telesa. Dejstvo je, da se sociološki koncept telesa le s težavo osvobaja spon kartezijske dualistične miselnosti duh/telo. Potrebno je poudariti, da je bilo telo vse do 80. let prejšnjega stoletja v vedi 'prisotno odsotna

---

<sup>2</sup> Pristop si prizadeva v sociologiji uveljaviti stališče, da mora vsaka izčrpna sociologija temeljiti na prepoznanju utelešenosti družbenih akterjev in utelešenosti populacij (Turner 1984/1996, 37).

entiteta'. Telo kot samostojen predmet razlage družbenih pojavov so začeli obravnavati avtorji kot so Bryan Turner, Chris Shilling, O'Neil, Mike Featherstone. Pri tem sta se razvili dve perspektivi obravnave telesa: (1) telo kot zunanja površina, ki je produkt diskurzov o naravi in družbenih razmerjih in mesto interpretacij in reprezentacij – konstruktivistične smeri; (2) telo kot živeč pojav, notranje okolje struktur in določnosti – naturalistične smeri (Turner 1984/1996; Shilling 1993).

Danes je sociologija telesa predvsem teoretična in ji manjka dosleden analitični razvojni model, pri čemer prevladujejo konstruktivistične perspektive. Vsi se strinjajo, da je za razumevanje sedanjega položaja telesa v družbi in problemov vezanih nanj potreben pristop, ki presega pozicije družbenih konstruktivistov in foundationalistov (Turner 1984/1996), čas je za združitev pozicij (Seymour 1998). To je edini način, da se izboljša razumevanje telesa v družbi in oblikuje širša in vplivnejša strukturna baza za raziskovalno delo. Na tem izhodišču se danes razvija sociologija telesa z opredelitvijo telesa, ne samo kot objektivnega znanilca v družbenem svetu, ampak telesa kot dejavne, utelešene čuteče eksistence, podvržene nepredvidljivim možnostim v prostoru in času (Monaghan 1999, 286). Eden od pristopov, ki omogočajo preseganje dihotomij objekt/subjekt, telo/družba je po mnenju avtorjev, kot so Shilling, Turner, Crossley, v teoriji Pierra Bourdieuja, francoskega konstruktivističnega strukturalista, ki je oblikoval 'teorijo prakse' s konceptom habitusa, za katerega je ključno, da je utelešen in deluje pod ravnjó zavesti. V nalogi se pri razlaganju razmerij jaz-družba-kultura-telo v okviru praks (pre)oblikovanja teles v polju fitnesa tudi sama opiram na njegove teoretične koncepte telesnega kapitala, habitusa in polja.

Drugo poglavje naloge povzema ključne koncepte Burdieujeve teorije prakse družbene reprodukcije, v kateri ima telo osrednje mesto. Značilnost Bourdieujevega pristopa je, da telo obravnava s stališča, da je telo družbeno ublaženo, umirjeno, ne preprosto 'družbeno izumljeno' (angl. *invented by society*) (Shilling 1993). V nalogi zato predstavljam osnovne koncepte njegove teorije, oziroma gre po mnenju Wacquanta (2006) za oblikovana 'teoretična orodja': habitus, kapitali in polje; na njihovi podlagi se oblikujejo vsakokratne prakse posameznikov v polju(ih). Glede na to, da se njegovi 'teoriji prakse' očita, da je pretirano deterministična, podajam v nalogi na kratko tudi nekaj takšnih kritik in nekatere protiargumente.

Druga pomembna tema v nalogi je pomen fitnes športov za ohranjanje in ustvarjanje razlik med skupinami. Če sledimo Bourdieuju, je dejstvo, da je polje fitnes industrije kot prostor ponudbe in

povpraševanja (na trgu kapitala in v katerem deluje kapitalski trg) tudi prostor, zaznamovan z 'boji za moč'.<sup>3</sup> V teh bojih 'vladajoče' skupine upravljajo z dostopom do kulturno cenjenih dobrin in storitev, seveda izkoriščajo tudi športne aktivnosti, da ohranjajo ali dosežajo nadvlado, s tako produciranimi 'razločevalnimi telesi' (Jarvie in Maguire 1994, 205). Ključni mehanizmi produciranja razlik (telesnega kapitala) v polju fitnes športov so: okus, askeza/luksuz in proces legitimizacije. Na pridobivanje in ohranjanje telesnega kapitala, in s tem ustvarjanja različnih oblik teles v polju fitnesa, vplivajo razredi položaji, tj. delitev glede na razmerja v procesih produkcije, starost in spol. V empiričnem delu naloge tako s pomočjo zgornjih mehanizmov ustvarjanja razlik v telesnem kapitalu analiziram identificirane razlike med skupinami opredeljenimi na socialno-demografskih dejavnikih.

Tretje poglavje je namenjeno pomenu športa in rekreacije za produciranje teles, ki jih kapitalistični ekonomski sistem in kultura porabništva potrebuje za svoj obstoj in razvoj. Najprej tako umestim pojav fitnes vadb v zgodovinski okvir telesnih režimov vadb, na tej podlagi se bolj razume sodobne oblike discipliniranja in nadzora teles za družbeni red porabniškega kapitalizma. Ključno je, da polje fitnesa ustvarja ljudi, ki so 'sposobni za porabništvo' (angl. *fit for consumption*) (Maguire 2008), to pomeni zdrave, dejavne ljudi z željo biti sprejet in prepoznan. Značilno za polje fitnesa namreč je, da razvoj njegovih storitev in blaga usmerjata dva prepletajoča se diskurza, zdravja in lepega telesa. Na podlagi teh se v polju producira številne telesne režime vadb, ki ustvarjajo fit telo, sicer zelo abstrakten (in s tem širok) pojem 'čvrsto telo, brez maščob', ki ima jasno simbolno vrednost (simbolni kapital), je namreč jasen znak zdravja. Pridobivanje 'fit' telesnega kapitala namreč pomeni razvijanje vidikov telesa: funkcijo (zdravje) in obliko (zunanji videz) (Shilling 1993; Featherstone 1991). V okviru teh dveh vidikov nudi posamezniku možnosti za: nadzor nad samim seboj, uravnavanje 'tveganj za zdravje', občutke utelešenosti in ustvarjanje vtisa; vse to lahko prenese v projekt oblikovanja osebne identitete kot potrditev 'pravega' ali 'popolnega' individuuma (Maguire 2008, 41).

Empirični del osvetljuje pomene in vrednote, ki jih ta nov družbeni pojav odraža. Cilj je približati doživljanja in pomene praks za ljudi, ki se odločijo za vadbe v okviru institucije fitnesa.

---

<sup>3</sup> Vloge fitnes športov za (po)ustvarjanja razlik – in ohranjanje položajev v družbeni strukturi – med skupinami je opredeljena z mestom, ki ga zavzema v širšem prostoru in strukturi športa in prostočasnih dejavnosti. V tem polju ponudbe in povpraševanja ljudje v okviru svojega ekonomskega, kulturnega in simbolnega kapitala izberejo fitnes športe za svojo prostočasno aktivnost.

Osredotočam se na tri vidike utelešenja v fitnessu: **habitus** – dojemanje, presojanje in dejavnost individualnih teles, **namen** takšne oblike preoblikovanja (učinki na zunanje/notranje telo) in pričakovane **koristi**. Za analizo utelešenja v fitness polju sem uporabila kvantitativni in kvalitativni metodološki pristop. S kvantitativnimi metodami sem opredelila razlike med skupinami udeležencev v pomenih oblikovanja in vzdrževanja 'fit telesa'; namen kvalitativne analize je poglobitev razumevanja praks individualnega habitusa v razmerju do institucije fitnesa. V zaključku na tej podlagi skušam identificirati možnosti za ohranjanje in spreminjanje obstoječih družbenih razmerij in položajev<sup>4</sup> skupin, opredeljenih glede na socialno-ekonomski položaj, tj. spol, starost in izobrazba.

Osnovne hipoteze, ki sem jih postavila v okviru temeljnega raziskovalnega vprašanja, ki je: Kako se ustvarja telesni kapital v fitness centru?, so:

- 'fit kapital'

H1: Ljudje obiskujejo režime telesnih vadb v prostoru fitness centra, da pridobijo in vzdržujejo podobo družbeno zaželjenega/družbeno funkcionalnega telesa.

- razločevalno telo

H2a: Starost in spol sta dejavnika, ki najbolj vplivata na razlike v pomenih in namenih (motivih) izbir telesnih vadb.

\*H2b: Izbiro in namen uporabe telesnih praks v fitness centru določa okus skupine, ki ji pripada udeleženec.

- telo kot projekt

H3: Preoblikovanje in vzdrževanje družbeno zaželenega telesa, t.i. 'fit telesa', s telesno vadbo je za udeležence vadb v fitness centru trajnostni/vseživljenjski projekt.

H4: Telo s statusom, ki si ga posameznik in posameznica prizadevata pridobiti z vztrajnim delom na telesu, omogoča oblikovanje pozitivne samopodobe in hkrati daje občutek samonadzora.

---

<sup>4</sup> Gre za vprašanje vključenosti/izključenosti, aktivnosti/pasivnosti položajev različnih družbenih skupin v okviru družbenih razmerij porabniške kulture.

# 1 SOCIOLOGIJA IN TELO

Bryan Turner (1984/1996, 37, 60) ugotavlja, da je očitno dejstvo, da ljudje 'imajo telesa in (do neke mere) so telesa'; drugače povedano, človeška bitja so utelešena/telesna<sup>5</sup>; telesa so v družbi in družba je v telesih. In vendar se sociologija vse do 80. let prejšnjega stoletja ni resno ukvarjala s človeško telesnostjo. Danes se sociologi, kot so (že citirani) Bryan Turner in pa Chris Shilling, Anthony Synnott, Nick Crossley, strinjajo, da mora sociologija, če hoče biti izčrpna v svojem razlaganju družbenega sveta – zlasti področij, kot so staranje, šport, potrošnja, zdravje/bolezen, spol, rasa, izhajati iz utelešenih družbenih akterjev.

Sociologija o telesu je študija utelešenega jaza. Odgovarja na vprašanja, kako smo naša telesa, kako živimo naša telesa, kako jih uporabljamo in umremo. Gre za sociološko perspektivo, ki omogoča 'nov' zorni kot gledanja na družbo, jaz in telo (Synnott 1993, 263); družbeni akterji so utelešeni in kot takšni tvorijo prebivalstva (Turner 1984/1996, 37). Ključno vprašanje, na katerega ta sociološka smer išče odgovor je, kaj je telo. Na to vprašanje ni preprostega odgovora, kajti telo ni samo fizična 'stvar'; kot na vse 'predmete' nanj vpliva kultura (Synnott 1993).

## 1.1 Telo

Razumevanje 'telesa' se spreminja v času in prostoru. V preteklih kulturnih obdobjih tako naletimo na paradigme telesa, ki na telo gledajo, kot grobnico duše (Platon), svetišče Svetega duha (sveti Pavel), sovražnika (Tereza iz Avila), stroj (Descartes) in jaz (Sartre), medtem ko se danes uveljavljajo primeri gledanja na telo kot plastično, skupno, bionično ali celovito (holistično) (več glej Synnott 1993). Pričujoče paradigme so produkti tako politike, filozofije in znanosti, v postmoderni zlasti medicinske.<sup>6</sup>

Uveljavljena 'družbena' gledanja na telo imajo, po mnenju antropologinje Mary Douglas, pomembno vlogo, in sicer vplivajo na zaznavanje fizičnega telesa tako, da ga omejujejo; pri čemer se tako 'družbeno telo' kot zaznave fizičnega telesa stalno spreminjajo in so lahko hkrati tudi

---

<sup>5</sup> V nalogi bom uporabljala pojma človeška telesnost/utelešenost človeka. Tako pojem telesnost kot utelešenost bom uporabljala kot sinonima, za katera se v angleškem jeziku uporablja enoten izraz 'embodiment'. SSKJ razlaga telesnost in utelešenost kot: telesnost je lastnost, značilnost telesnega ali kar je telesno; utelešenost je lastnost, značilnost utelešenega; utelešati pa pomeni delati, da se kaj začne kazati na telesen, čutno zaznaven način.

<sup>6</sup> Pri tem je potrebno izpostaviti, da se v družbi v določenem času najverjetneje pojavlja hkrati več paradigem telesa, tekmovalnih, dopolnjujočih se ali nasprotujočih si.

raznolike.<sup>7</sup> Drugače povedano, vsaka družbena konstrukcija telesa je tudi konstrukcija jaza kot utelešenega; to pa ne vpliva samo na naša (osebna in družbena) ravnanja s telesi, ampak tudi na naš način življenja. Vsekakor to pomeni, da je fizično telo zelo družbeno (Synnott 1993, 37), kljub temu da so hkrati vedno materialna, fizična in biološka entiteta (Shilling 1993, 11).

Koncepti družbenega telesa – bistvenega simbola jaza (družbene identitete) in tudi družbe (Synnott 1993, 4), so pomembni zaradi dveh razlogov: njihova analiza pomaga razumeti družbe in imajo vpliv na življenja posameznikov; Mellor in Shilling (1997), ki gledata na telo kot entiteto, ki se razvija v okvirih družbene kulture, ugotavljata, da se skozi zgodovino telo reformira (angl. *re-formations of the body*);<sup>8</sup> kar tudi pomeni, da vsako novo obdobje ustvari in rekonstruira lastne podobe in odnose (v smislu ljubi/sovraži) do telesa (Synnott 1993, 36); iz tega izhaja, da mora sociologija telesa, kot veda o telesih v družbi, v svojih študijah pri obravnavanem problemu zaobseči tudi zgodovinski okvir telesa.

Sledi, kako in zakaj danes sodobno zahodno družbo najbolje opisuje izraz 'somatična' (Turner 1984/1996), tj. družba, kjer je telo ključna tema, tako v politiki vsakdanjega življenja kot znanosti, tudi sociološki.

### 1.1.1 Telo v zgodovini

Telo ima svojo zgodovino, ki jo moramo poznati, če hočemo razumeti pomen in vlogo telesa v sodobni družbi. Moderne zahodne družbe so glede na predmoderne družbe telesu dodelile nov položaj. V predmodernih družbah je bilo telo z vidika koncepta telesa kot sistema znamenj, tj. nosilca družbenega pomena in simbolov, pomembna površina, ki je jasno in javno odražala družbeni položaj, družinsko vlogo, plemensko (rodovno) pripadnost, starost, spol; telo je bilo pomembna in povsod navzoča tarča za javno simboliko<sup>9</sup> (Turner 1996, 6). Medtem ko v modernih družbah telesna predstavljanja (obleka, drža, kozmetika) služijo razkazovanju bogastva in življenjskega stila. Iz teh

---

<sup>7</sup> Pri tem je, opozarja Anthony Synnott (1993, 37), potrebno vedeti, da se v antropološki zgodovini predstavljajo moški pogledi na telo; žensko telo so pogosto drugače opredeljevali (več glej Synnott 1993).

<sup>8</sup> Avtorja poudarjata, da družbeni razvoj pogojuje zaznavanje teles in njihovih vlog, za katere so značilne tako neopretrganosti kot tudi razlike. Kot taka so telesa (skozi čas v danem prostoru) preoblikovana, prej kot na novo ustvarjena (Mellor in Shilling 1997, 19).

<sup>9</sup> Potrebno je povedati, da je bila uporaba telesne simbolike mogoča zato, ker so bile statusne razlike pripisane narave (med starostnimi kohortami in spoloma) in kot take bolj toge in bolj očitne. Antropološka znanost je tudi razvila tradicijo preučevanja telesa kot sistema znamenj. Najbolj vidna predstavnica je Mary Douglas, ki je oblikovala raziskovalni pristop, ki človeško telo obravnava kot pomemben vir metafor za organizacijo in neorganizacijo družbe.

dveh opisov, vloge podobe telesa (družbenega statusa telesa), lahko vidimo spremembo gledanja na telo: površina telesa je iz toge/dane postala oblikovalna.

Razlog za spremembe gledanja na telo in vloge teles v zahodnih kulturah je iskati v procesu 'sekularizacije' družb, vsaj po mnenju številnih sociologov.<sup>10</sup> V sociologiji je širše sprejeto mnenje, da so šle zahodne kulture skozi vseobsežen proces 'sekularizacije' in osvobajanja, pri čemer je avtoriteto in nadvlado svete oblasti obrzdale in spodkopala urbanizacija – le-ta je prinesla kulturni individualizem in širitev posvetnega racionalnega znanja in ob tem tudi družbeno raznolikost, vezano na obsežne migracije prebivalstva (Turner 1984/1996, 8). Idejo za opisano razlago 'racionalizacijskega procesa' Turner vidi v sociologiji religije Maxa Webra, ki v delu Protestantska etika in duh kapitalizma pojav verskega asketizma opredeli kot glavni vir kulture moderne razumskosti in posvetnosti.

Bryan Turner (1984/1996) v knjigi *The Body and Society* (Telo in družba) v Webrovem okviru modernih in postmodernih družb izhaja iz razmerja dihotomije med svetim in posvetnim. Njegova temeljna teza je, da je proces 'racionalizacije', ki se je razvijal v okviru protestantskega pogleda na svet, telo v modernih kulturah opredelil na podlagi dveh nazorov: (1) kartezijske ideologije in (2) krščanske teologije. (1)Kartezijska filozofija obravnava posameznika kot razumsko človeško bitje.<sup>11</sup> Vodilni filozof te smeri Rene Descartes jasno loči med dušo in telesom in smatra telo kot stroj, ki ga vodi in usmerja duša (Turner 1984/1996, 9).

(2)Pomembno vlogo v procesu 'racionalizacije' je nosila tudi krščanska teologija, ki je vzpostavila v okviru 'kartezijskega posvetnega racionalizma' ideologijo asketskega kapitalizma (Turner 1984/1996, 11). Vloga askeze je bila osvoboditev duše izpod telesnih spon, to pomeni, osvoboditev (človeka) omejitev in problemov utelešenosti v smislu osvoboditve duše ali misli izpod suženjstva

---

10 Za konvencionalno sociologijo je značilno, da razume sodobno zahodno družbo kot sekularno, kar je po mnenju Turnerja (1984/1996, 9–10) nekoliko poenostavljeno. Če za primer vzamemo sedanje skrbi glede onesnaževanja okolja, lahko sklepamo, da gibanja Zelenih in ostale oblike okoljevarstvenih politik dajejo zunanji naravi status svetega. Če vzamemo opredelitev 'svetega' po teologu Paulu Tillichu, je sveto to, kar nas najbolj skrbi/zadeva. To pomeni, da narava, človeško telo in okolje ostajajo glavne teme človeške skrbi. V okviru okoljevarstvenega gibanja narava nadomešča trpeče Kristusovo telo, človeška krutost je obravnavana kot posledica iskanja individualnih nagrad s pomočjo psihologije, ki legitimira materialni pohlep.

<sup>11</sup> Kartezijska filozofija se je razvijala pod vplivom širjenja protestantskega pogleda na svet, ki je posameznika izoliral od 'neučinkovitih' ritualnih sistemov in ga tako ločil od Boga. Znotraj tega zgodovinskega okvira lahko razumemo Descartesov pogled na telo kot stroj. Ta vidik, ki sicer še vedno sloni na verskih kulturah, izpostavlja razumske zmožnosti človeških bitij in telo postavi v polje posvetnega, s tem da ga primerja s strojem, in tako trdi, da gre za niz fizičnih lastnosti v gibanju; telo lahko razlagamo po zakonih fizike (Davis in George 1993 v Seymour 1998, 2).



telesnih čutov; najprimernejša (legitimna) metoda 'osvobajanja' oz. upravljanja telesa je bila z dietnimi praksami.<sup>12</sup> Dejstvo je, da je telo v okviru asketske tradicije (klasičnih in krščanskih dob) prepoznano kot grozeč, težaven in nevaren fenomen, zato mora biti ustrezno nadzorovano in upravljanje s kulturnimi procesi, to pomeni podreditvi disciplini diete, meditacije in verske prakse (Turner 1984/1996, 12).<sup>13</sup>

Racionalizacija družb na podlagi protestantske etike, kartezijske ideologije in krščanske teologije, je po mnenju Turnerja (1984/1996, 13) projekt etike 'obvladanja sveta'. Ta projekt vključuje institucije, ki vzpostavljajo politične režime za urejanje teles z načini, kot so dietne prakse in ostali nadzori oblikovani v medicinski stroki.<sup>14</sup> V okviru te nove etike nadzora sveta (v navezavi na medicinsko moralo združeno z mitologijo Kristusovega stvarjenja) so žensko očrnili kot silo nereda.<sup>15</sup> Gre za uveljavljanje prepričanj, ki problematizirajo žensko spolnost in ki so služila uveljavljanju 'patriarhata' – ekonomska osnova družbe je morala biti zagotovljena tudi z zagotavljanjem legitimne reprodukcije ljudi. Kot tak je tudi patriarhat, ugotavlja Turner (1984/1996, 14), posledica modernizacijskega procesa.

Proces modernizacije je, kot razlaga Turner (1984/1996), telo postavilo za glavno 'tarčo', tako da je telesa podredilo principu askeze, 'racionalizaciji želje'<sup>16</sup>, tj. procesu nadzora želja.<sup>17</sup> Glavno vlogo določanja in reguliranja teles v okviru principa askeze je pri tem (širše) igrala nacionalna država in (ožje) medicinska stroka, moč verskih avtoritet pa se je zmanjšala. Tako so verske gotovosti

---

<sup>12</sup> Disciplinske prakse so v krščanski tradiciji obstajale zato, da so ustvarjale racionalni jaz, mrežo, ki jo Foucault imenuje 'tehnologije jaza'.

<sup>13</sup> Nujnost nadzora telesa, zlasti izločanja, dojenja in reprodukcije, je trajen element te zahodne filozofske verske tradicije. Krščansko gledanje na telo izhaja iz klasične grške družbe. Že grška civilizacija je postavila spolne norme, ki so služile izvajanju osebnega samonadzora, tehnologije, ki jo je bil sposoben samo vsak moralen subjekt. S politično krepitvijo krščanstva se je v zahodni kulturi uveljavljal odnos do telesa v smeri 'izpopolnjenega' asketizma. Telo je bilo razumljeno kot meso (angl. *flesh*), pojem, ki navezuje človeško telo na živalskost; nemirno, strastno telo, ki je potrebno podreditvi duha.

<sup>14</sup> Etika obvladanja sveta deluje na treh ravneh. (1) Posameznik (izraženo v dualizmu razum/telo); (2) družba (izraženo v dualizmu med racionalnim upravljanjem in uporniškimi protestom); (3) meddružbena razmerja (izraženo v političnem dualizmu med prijateljem in sovražnikom).

<sup>15</sup> 'Negativna področja', kot so norosti, nezakonska rojstva in razne druge anomalije so pripisovali liku Ženske.

<sup>16</sup> Argument v Webrovi sociologiji racionalizacije je, da je življenje postalo izredno podrejeno znanstvenemu upravljanju, birokratskemu nadzoru, disciplini in predpisom (reguliranju).

<sup>17</sup> Želja (angl. *desire*) za razliko od potrebe (angl. *need*) nikoli ne more biti docela zadovoljena, kajti želja je 'svoj lasten predmet'. Medtem ko potreba implicira predmet, ki zadovoljuje potrebo; predmet potrebe je zunaj nje. Tako je zadovoljevanje potreb (v zahodni kulturi) lahko merilo dobre družbe, medtem ko zadovoljevanje želja to ne more biti (Turner 1984/1996, 44–45).

nadomestile znanstvene gotovosti. Znanost je prevzela nadzor nad življenji ljudi, ni pa nas uspela 'oskrbeti' z vrednotami, ki bi osmislile naša življenja (Weber 1952).<sup>18</sup>

Proces racionalizacije, ki je potekal pod okriljem prevladujoča kartezijske filozofije<sup>19</sup>, katera se je razvila v ekonomiji asketskega kapitalizma, je postal vedno bolj tarča kritik, tako s strani popularne kulture kot družbene znanosti. Te kritike po mnenju Turnerja (1984/1996) lahko razumemo kot prehod moderne v postmoderno stvarnost.

#### 1.1.1.1 Barok in postmoderna

Na razumevanje telesa v postmoderni ni vplivala samo protestantska etika (kulturna oblika, znotraj katere se je razvijala modernizacija družb s kapitalistično ekonomijo), temveč tudi baročna kultura. Le-ta je kulturna oblika, ki je nasprotna protestantski etiki, posesivnega individualizma in asketske ekonomske produkcije. Kultura baroka je kultura igre (gledališča), je konzervativna in si prizadeva manipulirati z množico, tako da v ospredje postavi čutnost; čuten učinek spodbuja z lesketajočimi barvami in čutnimi kipi<sup>20</sup>; človeško telo je barok preoblikoval v otipljivo meso, nabreklo in kremasto (Turner 1996, 29). Barok in postmoderno družbo, po mnenju Turnerja (1984/1996, 16–17), povezuje skupna značilnost, ki jo najbolje ponazarja izraz Christine Buci-Glucksmann 'teatralizacija družbene stvarnosti' (angl. *theatricization of social reality*). Obe kulturi razvijata sredstva za podrejanje (samovoljni nadzor) ljudskih množic, katerih specifičnost je 'teatralizacija'; kultura baroka javni spektakel, popularna kultura porabniške prakse.

#### 1.1.2 Telo v pozni moderni

Sodobne zahodne družbe so danes v obdobju imenovanem postmoderna. Ena od značilnost sodobnih družb, za razliko od modernih, je v novi obliki individualizma. Ideologija (posedovalnega)

---

<sup>18</sup>V obdobju moderne se je oblikovanje 'pomena' postopno umaknilo v zasebnost (Shilling 1993, 2). To pomeni, da so posamezniki ostali z nalogo vzpostavljanja in vzdrževanja vrednot, ki bi jim osmišljale njihova vsakdanja življenja, prepuščeni samim sebi.

<sup>19</sup> Značilnosti kartezijskega mita so: ločitev razuma in telesa, podreditev telesa razumu in nadvlada razumskega racionalizma. Pričujoča ideologija je v pogon spravila obsežen proces racionalizacije v zahodnih kulturah in je delovala na treh področjih: (1)področje misli in razumskega nadzora je prevladalo nad nerazumskim, magičnim in vraževerjem; (2)reguliranje čustev, spolnosti in emocionalnega življenja preko reguliranja in discipline človeškega telesa; človeško telo je disciplinirano ali upravljano z novimi režimi, na primer dietne prakse so postale osnovni element asketskega nadzora ali upravljanja s telesom (Foucault); (3)v odnosu do kolonij se je razvil kartezijski instrumentalni (koristen) racionalizem, katerega značilnost je, da je opravičeval podrejanje drugih kultur zahodni tehnologiji in civilizaciji.

<sup>20</sup> Baročna kultura se je razvila kot kultura krize v obdobju absolutizma 17. stoletja.

individualizma zgodnjega kapitalizma je dobila v postindustrijski dobi novo obliko. Nov individualizem se razlikuje od 'starega' v načinu razumevanja in dožemanja stvarnosti: našo stvarnosti še vedno oblikuje razum, vendar je vedno bolj poudarjeno zaznavanje in doživljanje sveta preko čustev, občutkov in čutnosti (Turner 1984/1996, 20).

Bistvena razlika med moderno in postmoderno družbo glede odnosa do telesa je: zgodnji kapitalizem (industrijska družba) je reguliral telesa v okviru kulture askeze, discipline in dela; postindustrializem (storitvena in informacijska družba) pa razvija telesa prav tako na temeljih protestantske etike, pri čemer ji ob bok postavlja hedonizem in čutnost. Turner (1984/1996) razlaga to v okviru razvojnih potreb postfordistične ekonomije, le-ta za razvoj potrebuje posameznika, ki živi po etiki: askeza na trgu dela kot prostoru produkcije in preračunljiv hedonizem v prostem času na trgu potrošnje.

V tem okviru sta sociologija in humanistika v poznem 20. stoletju razvili postmoderno teorijo družbe, ki je osnovana na kritiki kartezijske razlage družbene stvarnosti. Primerjava družbene teorije modernizma s postmodernizmom pokaže razlike v gledanju na človeška bitja. 'Kartezijska mitologija' človeško bitje izrisuje v podobi suverena bitja, bitja nadzora in nadvlade razuma, medtem ko ta pogled (na ljudi) postmodernizem (in postkartezijska mitologija) nadomesti z novim gledanjem na ljudi – obravnava jih na izhodišču nasprotovanja pozitivnemu individualizmu in ekonomiji asketske produkcije, postmoderno človeško bitje je figura, boječa vendar igriva, ki neprestano išče osebno zadovoljstvo preko novih oblik intimnosti in neposredne osebne izkušnje (Turner 1984/1996, 19).

Spremembo v namenu reguliranja teles dobro ponazarja tudi način upravljanja in ustvarjanja želje. Želja, ki jo je modernizem po Webru racionaliziral z askezo (kot kulturno normo) in jo na ta način nadzoroval, predvsem z dietnimi režimi, postmoderna družba s prevlado etike potrošništva izraža, ustvarja in jo usmerja k naraščanju potreb/nezadovoljstvom (Turner 1984/1996, 49-50). V analizi želje Turner pokaže, da je telo vključeno v proces oddaljevanja od spoznavnega racionalizma, nadomešča ga čustvenost, občutljivost in čutnost.

Sociologi, na primer Chriss Shilling v delu *The Body and Social Theory* (Telo in družbena teorija, 1993), Anthony Giddens v *Modernity and Self Identity* (Moderna in osebna identiteta, 1991) in Anthony Synnott v delu *The Body Social* (Družbeno telo, 1993), so v svojih analizah telesa mnenja, da se je zgodil premik iz projekta jaza (angl. *the project of the self*), kot osnovne zapuščine

individualizma, na projekt telesa (angl. *the project of the body*) (Turner 1984/1996, 20). Turnerju je takšno stališče deloma problematično, in sicer v razumevanju telesa kot osebnega projekta jaza iz stališča, da je to nov pojav (več glej v: Turner 1984/1996, 21), pri čemer pa podpira obravnavo telesa kot 'tekočega' (spremenljivega) in jaza kot gibljivega. Meni, da razumevanje telesa kot tekočega in oblikovanje osebnosti kot intimno delo omogoča razlago učinkov porabništva na sodobno subjektivnost in pomen (vpliv) čutnosti na družbo kot celoto.

#### 1.1.2.1 Telo kot projekt

Telo je vključeno v oblikovanja osebne identitete, ne gleda, ali gre za tradicionalne družbe ali današnjo postmoderno družbo. V tradicionalnih družbah so ljudje oblikovali 'družbeno sprejeta telesa', na način navezovanja na tradicionalne in kolektivne identitetne vire, kot so družbeni položaj, položaj v družini, spol, starost. Tradicionalne identitetne oblike so že v moderni s 'prevlado kulta posameznika' začele izgubljati primarno vlogo. V postmodernih družbah pa so družbene spremembe<sup>21</sup> in tehnološki razvoj dodatno vplivali na spremembo razumevanja telesa in identitete.

Tehnološki razvoj (medicinske znanosti) je omogočil drugačna razmišljanja o mejah telesa, medtem ko so družbene spremembe spodkopale tradicije, na katerih je slonela tako identiteta kot življenje teles (angl. *body life*) (Giddens 1991).<sup>22</sup> Telo in identiteta sta v sodobnih družbah konstituirana kot predmeta izbire in, kolikor se tudi 'spajata', predmeta enake izbire (Crossley 2005, 454).

Razvoj medicinske znanosti je, nasprotno od prvotnih pričakovanj, predstavil telo v luči večje negotovosti; medicina na telo gleda kot na entiteto polno tveganj (Giddens 1991). 'Nove avtoritete' nam ne zagotavljajo gotovosti, za kaj takega se ne čutijo sposobne, namesto tega nam ponujajo ravnotežja med verjetnostmi in tveganji: 'x' zmanjšuje možnosti za 'y', vendar povečuje možnosti za 'z'. Sodobni posamezniki so tako primorani oblikovati (refleksivni) jaz v kulturnem okviru, ki ne nudi gotovosti oz. varnosti: v negotovem okviru opuščanja tradicij morajo (skušajo) tveganja uravnavati tudi z gradnjo prepoznavnega in cenjenega utelešenega jaza (Crossley 2005, 454).

---

<sup>21</sup> Družbene spremembe, ki so telesa postavila na vidno mesto v sodobnih družbah so: povojni porast potrošniške kulture; razvoj postmodernih tem v umetnosti kot posledici 'krize' našega prepričanja, kaj telesa so (Shilling 1993); feministično gibanje; in kar Foucault imenuje 'biopolitike' (Turner 1996, 18).

<sup>22</sup> Turner (1984/1996, 14) pravi, da telo v postmoderni, družbi s prevlado potrošništva, globalne ekonomije in političnih bojev svetovnega kolonialnega sistema, nastopa v obliki, ki jo lahko imenujemo 'brez članstva'.

Medicinska znanost je oblikovala postmoderno gledanje na telo kot 'tvegane entitete', razvite tehnologije v medicini pa so telesu prinesle še eno značilnost, 'novo plastičnost'<sup>23</sup>, tj. telo je voljno preoblikovanj in osvežitve s pomočjo kirurških posegov. Po mnenju Shillinga (1993) je vse to spremenilo pogled na meje telesa, kar je spodbudilo sprejemanje telesa kot 'tekoče' (spremenljive) entitete in tako prostor različnih projektov. Projektov, ki v zadnji instanci služijo oblikovanju utelešenega jaza; 'utelešeni' jaz je zavesten projekt, katerega namen je postaviti čvrste temelje za jaz, ustvariti zanesljive občutke jaza (Giddens 1991).

Oblikovanje jaza s pomočjo projekta telesa v postmoderni pomeni, prizadevati si ustvariti in ohranjati lepoto telesa – gre za delo na telesu razumljeno v okviru nove mitologije neskončnega obnavljanja, delavnosti in mladostnosti. Problem tega načina ustvarjanja jaza, s projektom telesa temelječega na novi mitologiji, in obenem entitete z možnostjo čiste spremenljivosti in ustvarjalnosti, je v tem, da stabilnost tako oblikovanega identitetnega sistema ogrožata staranje in smrt.<sup>24</sup>

Ljudje v postmodernih družbah na telo gledajo kot del sebe, ki je odprt za predelavo, spremembo, preobrazbo. Takšno razumevanje pomena in vloge lastne utelešenosti zahteva vedno večjo osebno predanost v smislu vlaganja časa, denarja in truda oz. 'dela' v oblikah, kot so vadbe, dieta, ličenje, plastične operacije ipd.<sup>25</sup> Ponudba vseh teh (pre)oblikovalnih praks posameznikom omogoča lastna telesa upravljati kot (refleksivni) projekt 'osebnih' izbir pod geslom 'postati, kar nekdo je' (angl. *becoming what one is*) (Bauman 2000, 32). Pri tem lastna telesa doživljajo kot 'ovitek' jaza, ki je eden in edinstven; tako za njih same kot tudi drugim (Entwistle 2003, 19).

Asketska drža do teles se v postmoderni ohranja – sicer le v najbolj legitimnih preoblikovalnih praksah, vendar je njen učinek nadzora jaza (nadzora nad telesi) spremenjen. Askeza ostaja kot

---

<sup>23</sup> Preoblikovanje teles z modernimi tehnologijami pomeni 'novo plastičnost' (angl. *new plasticity*) telesa, kar posamezniku omogoča precedenčne možnosti telesnih (pre)oblikovanj. Odprle so se možnosti za visoko rekonstruirano telo, v prihodnosti smo lahko nekaj drugega, kar smo bili v preteklosti (Mellor in Shilling 1997). Povečalo se je tudi število in načini (pre)oblikovanja teles, tako pri ženskah kot moških. Telesni projekti med družbenimi skupinami, zlasti med spoloma, pa se še vedno razlikujejo (Shilling 1993, 5).

<sup>24</sup> Postmoderna kultura razvija jaz v okvirih, ki ima meje jaza negotove in problematične, pri čemer se dejansko lahko telo s pomočjo tehnoloških sprememb v medicini preoblikuje in modernizira tako, da doseže globoke identitetne spremembe (tudi spola).

<sup>25</sup> Te dejavnosti pogosto zaznavamo in doživljamo kot izredno osebne vendar njihova distribucija in stopnja udeležbe odraža dinamiko družbe. Dokaz za to je, da običajno sprožajo 'kolektivno dejavnost' (angl. *collective action*) vsaj v smislu, da pogojujejo organizirano družbene svetove ali 'polja' (angl. *fields*) za njihovo uspešno izvajanje in sprejemanje (Crossley 2005, 454).

način produkcije sprejemljivega družbenega jaza, vendar gre za spremenjen jaz. Nov jaz ima za cilj simbolizirati seksualnost: v naši družbi pomeni dobro izgledati biti seksualno privlačen in za žensko to pomeni 'biti vitka'. Turner zato pravi, da se moderna duša ali psiha izraža preko telesa, tj. preko podobe telesa 'nabite s seksualnostjo', ki je družbeno dobra. Tako v svoji analizi diete in dietnih praks skozi zgodovino pravi, da je v popularni kulturi slogan 'jej manj maščob' (tu lahko po analogiji deluje tudi slogan 'bodi telesno/športno aktiven') zaželen, ker je razumljen v okviru diskurza seksualnega telesa. To je razlog, da je celotno vprašanje diete in tudi telesnih aktivnosti nerazrešljivo povezan s problemom moderne osebne identitete, kjer je dobra telesna podoba pomembna za dobro samopodobo. Mladostno vitko telo je pomembna osebna in družbena pridobitev, ki mora biti vzdrževana vse življenje. Iz tega sledi, da je askeza v sodobni družbi, preko praks telesnih režimov diete in telesnih aktivnosti, danes namenjena izražanju naše čutnosti in/ali seksualnosti.<sup>26</sup> Telo kot projekt je vključen v svet mode in porabništva in na ta način postajamo vitki z namenom, da 'dobro izgledamo' in smo tako privlačni drugim. Turner ugotavlja, da je v sodobni družbi jaz predstavljač (angl. *representational self*). Na ta način posamezniku oblika in podoba njegovega zunanega telesa, konkretnije, njegova telesna podoba (angl. *body-image*) dajeta oz. določata vrednost in pomen. Iz tega sledi: reguliranje nadzora teles danes izvajata porabništvo in modna industrija prej kot vera (Turner 1984/1996, 23).

Poleg Turnerja tudi Erving Goffman razlaga pomen telesnih režimov 'dobrih za zdravje' v okviru 'predstavljačega jaza'; sama rast režimov zdravih življenjskih stilov je spodbujena z idejo, da so naša telesa nedokončana, odprta za spremembo (Entwistle 2003, 19); po Turnerjevi terminologiji 'tekoča' (spremenljiva). Osebni režimi, t.i. skrbi zase, ne služijo samo preprečevanju razvoja kroničnih bolezni sodobnega časa, kot so diabetes, debelost, bolezni srca in ožilja, korist, ki jo vidijo v izvajanju teh praks je tudi 'dobro počutje'. Učinek 'dobrega počutja' ni toliko posledica dejavnosti same (telesnega režima), temveč 'dejavnosti potem', ko telo predstavljamo drugim. Stališče Goffmana je, da zdravje danes v veliki meri navezujemo na videz, zato gre pri skrbi za zdravje predvsem za 'predstavljanje samega sebe' (angl. *presentation of self*). Ali izpeljava razlogov za izvajanje praks 'dobrih za zdravje' iz nekoliko drugačne perspektive. Joanne Entwistle (2003, 19) prav tako kot Goffman pravi: 'Skrb za telo ni preprosto zaradi zdravja, ampak zaradi dobrega

---

<sup>26</sup> Turner ugotavlja, da z dieto popularna kultura usmerja ravno k nasprotnim učinkom kot v kulturi s prevlado krščanske ali protestantske etike. Namreč, v tradicionalni krščanski kulturi je bila dieta značilna metoda reguliranja jaza z namenom, da se obvaruje dušo pred seksualnim razdejanjem.

*počutja* (angl. *feeling good*)'. Merilo sreče in osebnega samouresničevanja je vedno bolj vezano na naša telesa, in sicer naša pozitivna samopodoba oz. dobro počutje je sorazmerno s skladnostjo naših teles glede na trenutne standarde zdravja in lepote. S tem disciplina telesa in užitek mesa ne predstavljata nasprotja: za dosego lepe in zdrave oblike telesa 'po kateri se hrepeni', je potrebna disciplina telesa, v smislu telesnih režimov diete in vadb, ta v zameno prinaša užitek, 'ko naše telo kažemo drugim' (Entwistle 2003, 20).

Projekt oblikovanja zdravega telesa, tj. z vadbami in dietami danes med telesnimi projekti velja za najbolj konvencionalnega in ga podpirajo številne (tradicionalne) institucije. Še več, institucije ljudem v postmodernih družbah sugerirajo, da skrb za lastno zdravje sprejemajo kot individualno odgovornost in jim v okviru teh sugestij predlagajo režime 'skrbi zase' (angl. *self-care*). Režimi zahtevajo od posameznikov, da sprejemajo dejstvo, da je telo projekt, katerega zunanost in notranost se lahko nadzoruje in vzdržuje, v tem okviru pa promovirajo podobo telesa kot otoka varnosti; pri čemer so za globalni sistem značilna tveganja, številna in neizogibna (Beck 2001).

#### 1.1.2.2 Baročna moderna telesa: telo razuma/telo čutnosti

Mellor in Shilling (1997, 48) ugotavljata, da je postmoderno telo še vedno disciplinirano, t.i. 'trdo telo' (angl. *hard body*), razum mu vlada nad čutnostjo in čustvi; imenujeta ga 'baročno moderno telo' (angl. *baroque modern body*).<sup>27</sup> Je pa pomembna novost. Spoznanje, kaj je telo, je vedno manj vezano na 'posredne izkušnje', vedno bolj pa na pridobljene informacije (angl. *informational content of knowlage*). Pri tem sta mnenja, tako kot Turner, da prakse telesnih režimov oz. (pre)oblikovanje teles usmerja želja po doživljanju telesa kot estetskega in čutečega. Sodobna telesa so v svojih refleksijah usmerjena k estetiki prej kot k razumu (Lash in Urry v Mellor in Shilling 1997, 50–51). To odraža tudi 'fit telo' bodybuilding odvisnikov (Monaghan 1999; 2001). Ta skupina uporabnikov fitnesa ima za cilj ustvariti podobo telesa, ki je odraz 'vitalnosti in zdravja' z načrtnim (zavestnim) 'tveganim' delom telesa. Tako lahko sklepamo, da so čutna zadovoljstva

---

<sup>27</sup> Telo, ki ga je razvila kultura porabništva Mellor in Shilling (1997) imenujeta 'baročno moderno telo' (angl. *baroque modern body*). Metafora ponazarja sodobni položaj telesa, ki je na mejah preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. Sodobna telesa ostajajo disciplinirana in osredotočena na razum (značilnost zgodnje moderne), hkrati pa pospremljena s ponovno obujeno čutnostjo (značilnost baročne kulture); med tema dimenzijama telesnosti so še različne fantazije, ki nakazujejo prihodnje reformacije telesnosti in se navezujejo na tehnološki razvoj in oči kot prevladujoče čutilo; 'baročno moderno telo' je 'notranje diferencirano, nagnjeno v različne vrste dvomov in strahov, in torišče protislovij/nasprotij' (Mellor in Shilling 1997, 47).

osrednji motiv za vadbe, pri čemer se za doseganje 'lepega telesa' poslužujejo tudi sredstev (t.i. dopinga) za katera se ve, da škodujejo zdravju.

Pomembna značilnost 'baročnih modernih teles' torej je, da niso samo pod vplivom dvoma – ki izhaja iz nevednosti/nejasnosti, kaj telo je, ampak tudi in še bolj vplivajo na njih čutne podobe. Čutne podobe imajo dva učinka, sprožajo tako intimne mesene strasti kot telesne strahove. Sodobni ljudje sicer so sposobni 'branja' in 'dekodiranja' podob, vendar jih kljub temu doživljajo izredno čustveno (Mellor in Shilling 1997, 51). Primer izkoriščanja 'vizualne (pre)občutljivost' je način trženja izdelkov in storitev: ljudi 'potopljene' v svet podob, ki se neprestano spreminjajo, se preko le-teh stalno usmerja v prihodnost; problem je, da podobe tržijo izdelke in storitve tako, da nagovarjajo ljudi, kaj bi lahko postali, pri čemer se negativno nanašajo na to kar so bili; odzivi posameznikov so različni (Mellor in Shilling 1997, 53).

### 1.1.3 Porabniška kultura: podoba telesa

Telo ima v porabniški kulturi<sup>28</sup> jasno oblikovano vlogo, je 'nosilec zdravja in videza'. Ta vloga predvideva dve osnovni kategoriji, notranje in zunanje telo,<sup>29</sup> ki sta v porabniški kulturi močno soodvisni: osnovni namen vzdrževanja notranjega telesa (zdravja) je postalo večanje vrednosti videza (zunanjega telesa) (Featherstone 1991, 171). Za razliko od predmodernih družb je izpostavljena podoba telesa (zunanje telo), tako je predvsem pomembno, da je telo videti zdravo in lepo.<sup>30</sup>

Telesna podoba (angl. *body image*), lahko bi rekli tudi njen vtis, je ključna za delovanje porabniške kulture; širše množice kultura porabništva 'oskrbuje' z množico stiliziranih podob telesa. Te podobe na ljudi učinkujejo tako, da jim ustvarjajo želje. Telo je, kot ugotavlja Mike Featherstone (1996,

---

<sup>28</sup> Izraz kultura porabništva (angl. *consumer culture*) po Featherstonu (1991, 84) izpostavlja svet blaga (dobrin), njegovega principa strukturiranja, pri čemer gre za poudarjanje dveh vidikov ekonomije: (1) kulturne dimenzije, kjer gre za simboliziranje in uporabo materialnih dobrin kot 'komunikatorjev' (ne pa samo koristnosti); (2) zakonitosti na trgu kapitala, kjer so blago in storitve, ki oblikujejo sfero življenjskih stilov, vključeni v procese dobave, povpraševanja, kopičenje kapitala, tekmovanja, in monopolizacije.

<sup>29</sup> Notranje telo se navezuje na skrb za zdravje in optimalno delovanje telesa v neizogibnem procesu staranja: potrebno je vzdrževanje in popravilo telesa zaradi/v preprečevanju bolezni, zlorab in propadanja. Zunanje telo se navezuje na videz kot tudi gibanje in nadzor telesa znotraj družbenega prostora (Featherstone 1996, 171).

<sup>30</sup> V predmodernih družbah je individualno telo zastopalo lastnika kot maska, njegova vloga je bila tako neosebna in zunanja (angl. *persona*), ter je jasno opredeljevalo družbeni položaj njenega lastnika. Danes telo predstavlja simbolni sistem, ki je izredno fleksibilen (Turner 1996). Predstavljanje telesa (telesa kot nosilca statusa) zato sodobnemu posamezniku predstavlja problem, ki ga 'poblagovljenost' telesa še povečuje.



177), v kulturi porabništva razglašeno za sredstvo ustvarjanja želje in mesto doživljanja užitka: je zaželeno in po njem se hrepeni, pri čemer velja, bolj ko se dejansko telo približa idealiziranim podobam mladosti, zdravja, vitalnosti in lepote, višja je njegova menjalna vrednost; porabniška kultura dovoljuje človeško telo brezsravno razkazovati, razstavlјati in ocenjevati njegovo vrednost, in pri tem uživati. Turner (1984/1996, 6–7) je mnenje, da je porabniška kultura uporabila telo, ki je v postmoderni družbi sredstvo oblikovanja ‘modernega jaza’, kot medij za porabniške želje (Turner 1984/1996, 6).<sup>31</sup>

Površina telesa je postala tarča za oglaševanje blaga, tehnologij in servisov in v tem procesu je telo postalo dovzetnejše za stigmatiziranje (Seymour 1997). Ljudi se prepričuje, da če je videz telesa lahko oblikovan in spremenjen<sup>32</sup> na način neomejene potrošnje dobrin, potem morajo moški in ženske prevzeti odgovornost, da so največ, kar je mogoče; to v kulturi porabništva pomeni, da morajo biti kar najbolj privlačni, mladostni in vitalni, to se pravi, kar se da lepega videza.

Podoba telesa nam določa družbeni položaj/status, predstavlja enega pomembnih kazalcev družbene ‘uspešnosti’ posameznika in se vsakodnevno vrednoti. Tako se moramo stanja lastnega videza nenehno zavedati. Primerjamo ga z lastnimi fotografijami, kot tudi z idealiziranimi podobami človeškega telesa, ki jih širijo mediji. Stalne primerjave z ‘idealnimi podobami’ človeških teles nas opominjajo, kaj smo in kaj utegnemo s trdom šele postati. Podobe ‘idealnih teles’ skrbijo za to, da se posamezniki bolj zavedajo zunanega videza lastnih teles in vpliva (vtisa), ki ga ima njihovo telo na druge (Featherstone 1996, 177–179). Seveda se lahko posamezniki odločijo, da se ne bodo menili za svoj videz ali da bodo svojo zunanjo podobo zanemarjali, tj. zavračali kultiviranje ‘nastopajočega jaza’ (angl. *performing self*) (Featherstone 1996, 192), vendar se morajo v primeru takšnih izbir biti pripravljeni soočiti s spori oziroma konflikti.

---

<sup>31</sup> Turner vzroke in spremembo vloge teles v družbi analizira znotraj premika industrijskega kapitalizma v postindustrijski sistem. Ugotavlja, da je posledica sistema, ki temelji na globalni ekonomiji, storitveni industriji, oglaševanju, napredni potrošnji, manipuliranju in kontroli komunikacij preko industrije odnosov z javnostmi ta, da je tradicionalni odnos med lastnino, spolnostjo in telesom v veliki meri izginil. Te družbeno-ekonomske spremembe so tesno povezane, s tem kar Anthony Giddens imenuje Preobrazba intimnosti (angl. *The Transformation of Intimacy*), v kateri so razumevanje sebe, individualizem in samouresničitev izražene preko medosebnih odnosov, temelječih na čistih razmerjih. Novi odnosi intimnosti, ki niso več vezani na posestne pogodbe, kažejo na spremembe narave identitete in osebnosti v postindustrijski družbi; pri čemer je telo kanal ali nosilec teh ‘novih čustvenih napetosti’ (Turner 1984/1996, 3).

<sup>32</sup> Ljudem se ‘prirojene’ telesne kvalitete oz. nespremenljive značilnosti (npr. kot je višina ali konstitucija) prikazujejo kot oblikovalne (angl. *plastic*); če boš vlagal trud, denar in čas oz. delo v telo, si lahko vse, kar si želiš.

Problem in hkrati moč porabniške kulture je sposobnost, da izkorišča in kanalizira naravne/pristne telesne potrebe in želje, in jih predstavlja v obliki, ki njihove uresničitve dela negotove. To pomeni, da željo po zdravju, dolgem življenju, spolni izpolnitvi, mladosti in lepoti, ki spremlja človeštvo že skozi celotno zgodovino, predstavlja kot materialno uresničljivo znotraj 'deformiranih oblik'. Ta 'želja' pa v času negotovih ekonomskih razmer postane izredno vulgarna, ne samo za izključene skupine: stare, brezposelne, ljudi z nizkimi osebnimi dohodki, ampak tudi za tiste, ki najbolj aktivno sodelujejo in neposredno izkusijo prepad med obljubami podob in zahtevami vsakdanjega življenja (Featherstone 1996, 193).

## 1.2 Telo v sociologiji

Človeško telo je v sodobnih družbah prostor, kjer se odražajo številna pomembna družbena vprašanja, saj je osrednji prostor delovanja politike in kulture (Turner 1984/1996). Tudi v sodobni sociologiji, vse od sredine 80. let 20. stoletja dalje, je zaznati trend naraščanja študij in socioloških perspektiv (med seboj nasprotujočih si), ki obravnavajo človeško telesnost kot osrednjo temo.

Mnenje nekaterih sociologov, da je telo novo, razvijajoče področje v disciplini (Crossley 2005, 442), ne drži povsem. Seveda je res, da sociologija človeškega telesa v začetkih ni postavljala v ospredje svojih teorij in študij, vendar je bilo telo v ozadju vedno prisotno. Ta položaj telesa Chris Shilling (1993, 9) imenuje 'odsotna prisotnost' (angl. *absent presence*); opredelitev, ki sporoča, da klasična sociologija tradicionalno sicer ignorira človekovo telesnost (angl. *embodiment*) – telesnost družbenega akterja, vendar jo idejno vedno tudi predvideva.<sup>33</sup>

### 1.2.1 Telo v klasični sociologiji

Avtorji, ki so postavili temelje sociologije (Shilling 1993, 24, 25, 28), kot so Karl Marx, Max Weber, Emile Durkheim, Georg Simmel, Ferdinand Tönnies in Karl Mannheim, so se redko osredotočili na telo (v celoti) kot temo raziskovanja. '*Človeka kot družbenega akterja so*

---

<sup>33</sup> Danes v študijah ključnih socioloških področij, kot so družbena mobilnost, rasizem, oblikovanje 'podrazreda', družbena neenakost v zdravju in šolanju, globalizacija, telo ostaja obravnavano implicitno; vendar se vse te študije v resnici (na različne načine) ukvarjajo s tem, kako in zakaj se družbene priložnosti in življenjske izkušnje ljudi, ki pripadajo določeni rasi, spolu, razredu ali naciji, oblikujejo na podlagi klasifikacij in ravnanj ljudi s svojimi telesi (Seymour 1998, 4). Dejstvo je, da so telesa za sociološko vedo dovolj pomembna, da oblikujejo 'skrito' bazo številnih študij družbenih pojavov (Shilling 1993, 20), poleg tega 'potlačenost človeške telesnosti' učinkuje zaviralno na razvoj sociološke teorije (Shilling 1993; Seymour 1998).

obravnavali v smislu delovanj, ki so posledica racionalno izbranih ciljev, bodisi glede na kriterij koristnosti ali pa občin vrednot, niso pa se ukvarjali z ontološkim statusom človeka kot družbenega akterja' (Turner 1996, 7). Tradicionalni pristop klasične sociologije do telesa lahko označimo kot ločenost od telesa (angl. *disembodiment*) (Shilling 1993, 9, 19), pri čemer je potrebno izpostaviti, da je bilo telo preveč pomembno, da bi bilo popolnoma izvzeto iz del zgodnjih sociologov (Shilling 1993, 24).<sup>34</sup>

Razlog, da se sociologija ni ukvarjala z utelešenim akterjem, je v tem, da je bil cilj začetnikov vede, kot je Durkheim, jasna ločitev od naravoslovnih znanosti in psihologije; cilj je bil, da se opredeli in konstituirajo sociologija kot samostojna znanost. Nova veda naj bi se jasno ločila po vsebinah od ved, kot je psihologija; sociologi so se tako ukvarjali z družbo in ne s posameznikom kot psihologi. V tem okviru se je za opredelitev ljudi Durkheimu zdela najbolj smiselna uporaba dualizma narava/družba, ki je dala jasno osnovo za umestitev biološkega telesa v sfero narave (Shilling 1993, 24–25); telesa so bila tako stvar narave in individuuma in kot taka izven legitimne sfere zanimanja sociologije; vidike človekove telesnosti naj bi tako pojasnjevali biologija ali psihologija (Shilling 1993, 19).<sup>35</sup>

Potrebno je tudi poudariti, da je bil povod za osnovanje nove znanosti razvoj industrijske družbe, ki je zahteval pojasnjevanje novih družbenih situacij.<sup>36</sup> Tako se v osnovi klasična sociologija ukvarja z zgodovinskim raziskovanjem pogojev za družbene spremembe v družbenih sistemih; v tem okviru pa ni nikoli uspešno postavila vprašanja o telesu kot zgodovinsko pomembni temi (Turner 1996, 8).

---

<sup>34</sup> Telo kot fizična komponenta družbene kontrole se pojavlja v delih o metodologiji in modernosti, tako pri Marxu kot Weberu.

<sup>35</sup> Po mnenju Shillinga (1993, 9) je sociologija sprejela kartezijansko filozofsko misel – in s tem dualizem razum/telo – in posledično svoje zanimanje osredotočila na razum kot tisto, ki določa ljudi kot družbena bitja; sprejetje dualizma razum/telo naj bi bil eden izmed vzrokov, da se v tradicionalni sociologiji telo kot snovni subjekt ni razvilo. Vendar Nick Crossley (2005) ne podpira stališča, da se v tradicionalni sociologiji manifestira dualizem razum/telo, ki ga imajo začetniki sociologije telesa, kot so poleg Shillinga tudi Turner, Williams in Bendelow ter Burkitt; ta teza se mu zdi problematična. Mnenja je, da gre pri tem v prvi vrsti za spregled razmišljanj ustanoviteljev discipline, ki so nad kartezijanskim dualizmom. Eden njegovih argumentov tej trditvi je, da se že Durkheim (strukturalist) skuša distancirati od dualistične pozicije in na človeška bitja gleda kot v celoti telesna bitja: smo iz ene substance (materije), ne dveh (razum in materija), kot je trdil Descartes.

<sup>36</sup> V razvijajoči industrijski družbi so skušali najti smisel revolucij tako industrijske, politične in ideološke, ki so se pojavile v Evropi konec 18. in začetku 19. stoletja; pri tem so se osredotočali na ekonomski okvir, v katerem so se ukvarjali zlasti z vprašanji koristnosti in ravnovesja (Turner 1996, 7).

Shilling (1993, 27) izpostavlja še eno dejstvo za odsotnost telesa, ki je, da so bili ustanovitelji vede moški. Mnenja je, da bi ženske zaradi specifičnega položaja, ki so ga zasedale v družbi tistega časa v sociologiji prepoznale druge družbene probleme.

#### 1.2.1.1 Utelesenost v klasični sociologiji

Klasična teorija družbenega se je ukvarjala tudi s telesom, vendar ne neposredno. Telesa ljudi oz. utelesenost družbenih akterjev so zanimala posredno že Marxa in Engelsa (delavsko telo), Durkheima (žrtvovano telo) in Webra (asketsko telo) (Shilling 1993; Synnott 1993); iz njihovih pogledov na vlogo teles v družbi so izhajali avtorji, kot so Nietzsche, Elias, Marcuse in Foucault. Anthony Synnott (1993, 260) osvetli naslednje podobnosti in razlike med nekaterimi zgoraj naštetimi avtorji. Očitna zveza, na katero pokaže Turner v delu Telo in družba (1996/1984), je med Webrovim konceptom 'racionalizacije' teles<sup>37</sup> in Foucaultovo teorijo 'discipliniranih' in 'pokornih' (angl. *docile*) teles. Oba poudarjata nadzor teles v nastajajočem kapitalizmu. Tudi razlike med naštetimi avtorji so zanimive. Izpostavljajo različna družbena področja, kjer poteka proces oblikovanja teles: Weber daje prednost religiji, medtem ko Foucault izpostavlja politike in Marx gospodarstva. Drugič, mesto nadzora telesa je pri Webru jaz v puritanstvu; pri Foucaultu panoptikum, nadzor s strani drugih v vseh mikro institucijah družbe; pri Marxu leži v uničevalnih rokah kapitalizma. Vsi avtorji obravnavajo telesnost (sicer posredno) pri problematiziranju položajev družbenih akterjev: Marxa zanima stopnja trpljenja delavcev v kapitalizmu; Durkheim ugotavlja, da družbeno življenje samo na sebi zahteva trpljenje oz. žrtvovanje, Webra zanima, koliko se puritanci/kapitalisti lahko sami primorajo trpeti za odrešitev v naslednjem svetu in dobiček na tem.

Telo ima v klasični sociologiji nejasen 'nastop', vendar pa nam lahko družbene teorije teh avtorjev nudijo izhodiščne okvire za teorijo telesa v družbi. Turner pristopa k oblikovanju odgovora: kaj je telo/kaj so telesa, s pomočjo nasprotnih perspektiv družbene ontologije Marxa in Nietzscheja. Ti ontologiji ustvarjata različna vidika telesa: pri Marxu je telo nosilec dela in kraj, kjer se delo vrši; telo obstaja, pri čemer ga človeška dejavnost neprestano preoblikuje – telo je hkrati biološka in

---

<sup>37</sup>Weber je postavil še danes problematizirano tezo, da 'duh modernega ekonomskega življenja' predpostavlja in zahteva prostovoljno podreitev telesa strogi rutini (Shilling 1993, 27). Turner vidi v delu Webra prvo, sicer implicitno, obravnavo odnosa med modernostjo in telesom (Shilling 1993, 28):

družbena entiteta; pri Nietzscheju naš telesni obstoj ne izvira pred našimi razvrstitvenimi sistemi vedenja, tako telo ni nič več in nič manj kot družbeno narejena tvorba (1984/1996, 40).<sup>38</sup>

Delo Friedricha Nietzscheja je tudi inspiracija sedanjim kritikam modernizma, deloma zato, ker ničejska filozofija nakazuje telo, ki odločilno pomaga razumeti dileme modernih družb (Turner 1996, 12).<sup>39</sup> Drug primer navezovanja sodobne sociologije na klasične teorije družbe in njihov vidik teles, se pojavlja v interpretacijah Webra: interpretacije so ustvarile razmerja med Nietzschejem, Webrom in Foucaultom; zblížale so njihove teorije družbe.<sup>40</sup> Tema tega tipa družbene teorije je, da je v interesu razvoja civilizacije institucionalna regulacija nasilja (zlasti je potreben nadzor spolnosti); kajti civilizacija družbe pomeni, da je človek 'iztrgan' iz naravnega sveta. Rast civilizacije zahteva hkrati omejevanje (nadzor) telesa in kultiviranje značaja; to je zagotovilo za družbeno stabilnost (Turner 1996, 14-15).<sup>41</sup>

Na tej osnovi se je oblikoval tip družbene teorije, ki interpretira položaj telesa kot prostora 'discipliniranja in nadzora' za potrebe razvoja družbe, pri čemer je neskladje med kulturo/naravo dejstvo, ki ga je civilizacijski proces še povečal. Avtorji tega tipa družbene teorije obravnavajo to neskladje različno. Optimistično stališče je zavzel Norbert Elias<sup>42</sup>, ki gleda na civilizacijske kontrole kot koristne za individualni razvoj, medtem ko v marksistični teoriji 'generičnega človeka' uniči delitev dela, individualizem in odtujitev - značilnosti kapitalistične proizvodnje. Slednje stališče zavzemata tudi Adorno in Horkheimer, ki ugotavljata, da je 'civilizacija prinesla pohabljanje

---

<sup>38</sup> Ideja, da je telo konstrukt, je vpletena v razpravo o spolu in seksualnosti, ki po mnenju Turnerja ne vodi nujno v pesimistične zaključke, saj pravi, da kar je bilo konstruirano, je lahko tudi dekonstruirano.

<sup>39</sup> Nietzsche je razumel razmerje kultura/narava v okvirih dialektike (Turner 1996, 13). Vsaka epoha v zgodovini človeške evolucije, v kateri Človek s tehnologijo preoblikuje naravo, je tudi obdobje sprememb same Človekove narave. Vsako obdobje torej vzbuja željo po (fizičnem) idealu Človeka, po posebni karakterologiji, ki je hkrati tudi novo telo. Za Nietzscheja je nova družba moderne prinesla preživetje ne najsposobnejših, temveč preživetje najbolj izrojenih. Rešitev iz tega položaja je oblikovanje nove vrste Človeka, Übermensch, in umetnost je eden pomembnejših mehanizmov tovrstnega ustvarjanja. Umetnost omogoča razvitje pravih vrednot in rešuje človeka pred nevrozami.

<sup>40</sup> Webrova zgodovinska sociologija je bila karakterološka študija. Njegova etična zaskrbljenost je temeljila na spoznanju, da so življenjski redi kapitalizma, ki so bili zapuščina asketskega protestantizma, ustvarjali ljudi, ki so bili samo del mehanizma, brezsrčni birokrati in brezdušni uradniki. Ta razred ljudi je bila skupina, ki jo je Nietzsche obsodil kot 'zaničevalce teles' (angl. despisers of the body): teologi, filistri, državni uradniki in nacionalisti. Analogna tema pri Foucaultu je, da se je moderna epoha ustoličila z odkritjem novega sistema nadzora (panoptični sistem), ki je ustvaril koristno in disciplinirano telo (Turner 1996, 14).

<sup>41</sup> Problem je, da pri rasti instrumentalne racionalizacije prihaja do zatrtja želje, ki je tudi izvir umetnosti, domišljije in ustvarjalnosti. V tem pogledu je civilizacija samodestruktiven in samouničevalen proces. Iz tega sledi, da je nenameren izkupiček socialnega miru zaton, razkroj in degeneracija človeške vrste. To po Nietzscheju pomeni kulturni nihilizem, ki se na individualni ravni izraža z nevrozami.

<sup>42</sup> Elias (2000) izpostavi načine, ki pokažejo, da so naša razumevanja in izkušnje teles zgodovinsko specifične in izhajajo tako iz družbenih kot psiholoških procesov, ki segajo v 16. stoletje.

človeškega telesa od samega začetka' (Turner 1996, 15).<sup>43</sup> Daniel Bell v delu *The Cultural Contradictions of Capitalism* (Kulturna nasprotja kapitalizma) pa meni, da je modernistični projekt racionalnosti, s pojavom, ki ga imenuje 'porno-pop kultura', postal potopljen v instinkt, ki je nadomestil vse ostale kulturne principe (Turner 1996, 16–18).<sup>44</sup>

Zahodna teorija družbe je izhajala v svoji razlagi stvarnosti iz protislovij oblikovanimi na principu razmerja narava/kultura; po mnenju Turnerja (1984/1996; 1996) je to posledica vpliva kartezijske miselnosti oblikovane na dualizmu razum/telo. To je razlog, da je telo kot predmet preučevanja v ozadju, saj se veda ne ukvarja s telesnostjo družbenega akterja; sicer preučujejo jezik in zavest (sicer vidika človeške telesnosti), pri čemer ostaja odprto, ali sta ti sposobnosti sami po sebi utelešeni (Shilling 1993, 28).<sup>45</sup> Shilling (1993, 29) položaj telesa v tradicionalni sociologiji opisuje takole: '*Popolnoma fizični agent (angl. fully corporeal agent) izginja v skupini 'projektov', 'namenov', 'perspektiv' in 'najvišjih strategij.'*'; telo je prikazano kot pasivna lupina, aktivirana preko subjektovega ustvarjalnega razuma.

### 1.2.2 Telo v sodobni sociologiji

Sociologija je začela razvijati telo kot samostojno temo v svojih študijah od sredine 80. let prejšnjega stoletja. Danes lahko rečemo, da sociologija stoji na stališču, da so '*telesa pomembna, saj je (naše) doživljanje njih osnova tako za družbeno življenje kot mnoge smeri družbenega raziskovanja*' (Wainwright in Turner 2006, 237).

Telo so v sociologijo integrirali avtorji: Bryan Turner z delom *The body and society* (Telo in družba), John O'Neill z delom *Five Bodies* (Pet teles), Leder z delom *The Absent Body* (Odsotno telo), zbirka *The Body* (Telo), ki so jo uredili Mike Featherstone, Mike Hepworth in Bryan Turner; pomen pričujočih del za sociologijo je, da skušajo opredeliti potencialne koristi, ki bi jih lahko študije telesa prinesle k razvoju discipline. Shilling (1993) je mnenja, da sociologija telesa lahko v

---

<sup>43</sup> Proces je potekal v naslednjem zaporedju:, da sta krščanstvo in kapitalizem združila moči in razglasila, da je delo vrlina in da je telo meso in vir vsega zla.

<sup>44</sup> Nasprotujočo smer v teoriji družbe, kjer je telo osrednja tema protesta proti kapitalistični racionalnosti in birokratskim predpisom, je razvil tudi francoski sociološki prostor z 'odkritjem' de Sada – predstavnik je Georges Bataille. Avtorji zavzamejo stališče do telesa kot prostora želje, iracionalnosti, čustvenosti in seksualne strasti.

<sup>45</sup> Implicitno obravnavanje človeškega telesa v tradicionalni sociologiji pomeni, da se selektivno usmerja na določene vidike človekove telesnosti, kot sta jezik in zavest, pri čemer prihaja do problema, da ni spoznanja, da sta ti dve kapaciteti sami po sebi utelešeni (Shilling 1993).

vedi oblikuje nov pogled (s preseganjem dualizmov, kot sta narava/kultura, biologija/družba), ki presega obravnavanje problemov (tem) v okvirih delitev struktura/delovanje, makro/mikro.<sup>46</sup>

Obravnavanje problemov z vidika človeške telesnosti je posebej pomembno na področjih, kot so sociologija medicine, študija patriarhata, narava družbene ontologije, sociologija religije, analiza potrošniške kulture in narava družbenega nadzora (Turner 1984/1996, 41).

### 1.2.2.1 Dve izhodišči analize telesa

Analiziranje telesa v družbi sloni na vprašanju, *kaj je telo*. Odgovor na to vprašanje sestavljata dva tipa podvprašanj: epistemoloških vprašanj, ki se nanašajo na *kaj se lahko ve*; in ontoloških vidikov, ki se ukvarjajo s *kaj lahko obstaja*. Sociološke teorije telesa se morajo opredeliti do teh dveh sklopov vprašanj (Turner 1984/1996, 29). Izoblikovali sta se dve smeri pristopov do telesa, ki ju opredeljuje nasprotujoč ontološki vidik: foundationalistični (angl. *foundationalist*) in protifoundacionalistični (angl. *anti-foundationalist*) (Turner 1996); foundationalisti telo obravnavajo kot 'živeč' fenomen (to pomeni, da se kaže in je čutno zaznaven) – ontološko dana narava človeškega telesa, medtem ko je telo pri protifoundacionalistih produkt diskurzov o naravi družbenih razmerij. Na ti dve ontološki poziciji se navezujejo epistemološke perspektive družbenega konstruktivizma in protikonstruktivizma. Telo v protikonstruktivistični teoriji obstaja neodvisno od vsake oblike diskurza, v nasprotju z družbeno konstruktivistično pozicijo, ki telesa obravnava kot konstrukte diskurzivnih praks (Seymour 1998, 7).

O telesu v sociologiji tako lahko razmišljamo iz vidika dveh skrajnih pozicij: ali kot zunanji površini interpretacij in reprezentacij ali kot notranjem okolju struktur in določnosti (Turner 1996/1984, 66–67). Shilling ti dve smeri pristopov sociologije telesa imenuje družbeno konstruktivistične in naturalistične.<sup>47</sup> Za naturalistične pristope je ključno, da telo analizirajo z vidika 'predružbene, biološke baze, ki je podlaga za ustanovljene superstrukture subjekta in družbe' (prav tam).<sup>48</sup> Po

---

<sup>46</sup> Bryan Turner, začetnik in vodilni avtor te veje sociologije, ima v svojih delih ambicijo, da se telo kot tema v sociološki teoriji razvija kot mesto, ki najbolje odraža spremembe v načinih produkcije in tako lahko pojasni, novonastale družbene oblike (Seymour 1998).

<sup>47</sup> Turner (1996) uporablja za označevanje dveh nasprotujoči ontoloških izhodišč do telesa pojma foundationalistični in protifoundacionalistični; za označevanje razlik v epistemološkem stališču telesa pa izraza: konstruktivistični in protikonstruktivistični. Shilling (1993) uporablja pojma naturalistični (po Turnerju foundationalistični) in družbeno konstruktivistični pristop (po Turnerju konstruktivistični) do telesa.

<sup>48</sup> Prispevek teh smeri v sociologiji je, da so vse od 18. stoletja imele močan vpliv na način dojetja ljudi do razmerja, telo – osebna identiteta – družba, in sicer na način, da sposobnosti in omejitve človeških teles določajo posameznike in

Turnerju (1984/1996, 29) so ti pristopi protikonstruktivistični; zanje je značilno, da se prvenstveno ukvarjajo z epistemologijo, to pomeni, da naravo telesa jemljejo za samoumevno in jo razlagajo s kritiko vedenja, pri tem jih ontološko vprašanje, kot je na primer fenomenologija izkušnje, posebej ne zanima.

Sodobna sociologija o telesu gradi in se razvija predvsem v smeri družbeno konstruktivističnih pristopov.<sup>49</sup> Ti izhajajo iz stališča, da je telo sprejemnik, prej kot povzročitelj, družbenih pomenov; konstruktivistični pogledi predlagajo, da je telo družbeno oblikovano, omejeno in 'iznajdeno'; na telo gledajo kot na družbeno oblikovano entiteto. Skupno jim je tudi, da analiza telesa ne more biti ustrezna, če temelji zgolj na predpostavki, da je telo biološki fenomen. Družba ustvarja značaj in pomen teles kot tudi ločnico, ki obstaja med telesi različnih skupin ljudi. Se pa konstruktivistični pogledi med seboj tudi razhajajo. Najbolj splošno gre za razhajanje v pogledih na vprašanji: v kolikšni meri je telo produkt družbe in ali je sploh mogoče govoriti o telesu kot biološkem fenomenu (Vance 1989 v Shilling 1993, 70).<sup>50</sup> Turner (1984/1996, 29) meni, da sprejeti konstruktivistično stališče ne vodi avtomatično v protifoundationalizem; dejstvo je, da so nekateri pojavi v družbi bolj družbeno ustvarjeni kot drugi.

Zadnje živahne razprave o telesu v sociologiji potekajo znotraj pristopov strukturalizma, post-strukturalizma in fenomenologije.<sup>51</sup> Premik nad dualizem telo/razum so naredili postmodernisti, opustili so 'projekt vedenja, kaj telo je' (Shilling 1993, 39) in telo obravnavajo kot 'prazen zaslon' ali 'sistem sprejemanja znamenj', ki je vedno odprt za konstruiranje in rekonstruiranje s strani zunanjih besedil ali diskurzov (Kroker in Kroker 1988 v Shilling 1993, 39). Prednost postmodernizma je, da gradi v smeri podiranja obstoječih razmišljanj in stališ, zlasti dihotomične

---

pri tem proizvajajo družbene, politične in ekonomske odnose, ki zaznamujejo nacionalne in internacionalne življenjske vzorce. Neenakosti v materialnem bogastvu, zakonske pravice in politična moč so družbeno konstruirane ali vsaj legitimne z določljivo močjo biološkega telesa.

<sup>49</sup> Alan Radley (1995 v Westhaver 2006) v kritiki, kako je telo danes razumljeno v teoriji družbe, navaja tri smeri družbeno konstruktivistične obravnave telesa: (1) telo je razumljeno kot objekt družbenega nadzora (Foucault); (2) telo je identificirano kot medij, preko katerega se družbena razmerja poustvarjajo (Bourdieu); (3) telo je razumljeno kot površina, na katero so kulturni pomeni vpisani in preko katere je ustvarjena identiteta (Butler).

<sup>50</sup> Westhaver (2006) je mnenja, da konstruktivistični pristopi sicer pojasnjujejo na zelo različne načine, kaj telo pomeni, in kaj nam lahko pove o človeškem vedenju telesni status, če ga vzamemo za predmet interperitiranja. Meni pa, da je problem teh pristopov v tem, da telo obravnavajo kot pasivno 'lokacijo', na katero se vpisujejo družbene sile.

<sup>51</sup> V smislu širših kategorij se strukturalizem povezuje s kategorijo, kjer je telo družbeno konstituirano preko zgodovinskega diskurza, medtem ko se fenomenologija navezuje na perspektivo, ki zagovarja fenomenološko naravo živega telesa.



narave družbene misli. Postmodernizem je gotovo najbližji protifoundationalističnemu pristopu, saj 'odčara' koncept telesa z dekonstruiranjem obstoječega diskurza o telesu (Seymour 1998, 7).

Ključno za iskanje pristopov, ki zadovoljivo razlagajo pomen telesa v družbi s tem, ko iščejo odgovore na vprašanje: 'Zakaj telo postaja vedno bolj in bolj pomembno modernim ljudem?' (Shilling 1993, 100)<sup>52</sup>, je, da stojijo na 'obvezi' telesnosti/utelešenosti, oziroma zavesti, da je vedno in že vsak človek 'vstavljen' v telo.

### 1.2.3 Preseganje nasprotnih pozicij telesa

Ustrezne razlage pomena teles v sodobnih družbah lahko oblikuje samo sociologija, ki koncept telesa gradi na t.i. 'zmernem stališču'. Koncept telesa mora temeljiti na obeh tradicijah obravnave teles v družbi, naturalistični in konstruktivistični, kar pomeni: sociologija mora telo obravnavati kot biološki fenomen in hkrati kot produkt družbe (Seymour 1998, 12).<sup>53</sup>

Koncept telesa v sociologiji mora biti oblikovan na podlagi upoštevanja treh predpostavk o telesu: telo je tako fizično, simbolno kot družbeno. Lois McNay (1999, 98) v tem okviru podaja naslednjo opredelitev telesa:

*'Telo je točka prekrivanja med fizičnim, simbolnim in sociološkim, in je kot tako dinamična, vzajemna meja. Telo je meja, preko katere so subjektive živete izkušnje sveta vključene in spoznane kot stvarne, in telo kot tako ni niti čisti objekt niti čisti subjekt. Čisti objekt ni, ker je mesto posameznikovega dela s svetom, niti ni čisti subjekt v tem, da je vedno materialni ostanek, ki se upira vključitvi v vladajočo simbolno shemo.'*

---

<sup>52</sup> Perspektive, ki se nagibajo ali v naturalistično ali družbeno konstruktivistično smer, ne uspejo dati zadovoljivih odgovorov; nobena izmed obeh smeri pristopov ne omogoča ustrezne razlage pomembnosti človeške telesnosti na konstituiranje družbenih sistemov (Shilling 1993, 100). Obe skupini pristopov sta pomanjkljivi. Razlog vidimo, če pogledamo najbolj skrajna pola posameznih pozicij: medtem ko konstruktivistične analize 'skrčijo' pojem telesa v korist družbenih sil, naturalistični pristopi 'zatemnijo' vlogo družbenih sil na telo. Tako pravi Seymourova (1998), konstruktivistične perspektive ne morejo podati mnenja o navzočnosti živega telesa; biološke perspektive pa ne uspejo zajeti vpliva prisotnosti družbe.

<sup>53</sup> Nick Crossley (2005) predlaga podobno. Po njegovem je potrebno za preseganje dualizmov obravnavati telesa ne samo kot reprezentacije, ampak se je potrebno tudi zavedati, da telesa imajo in so konkretna, materialna realnost, biologija, ki jo deloma določa narava.

Metodološko je potrebno telo produkt dialektike med naravo in kulturo – obravnavati kot 'eksistencialni temelj kulture'; kar pomeni, da je potreben pristop, ki ne gleda na telo kot predmet, 's katerim je dobro misliti' (angl. *good to think with*), temveč kot subjekt, ki 'mora nujno biti' (angl. *necessary to be*) (Entwistle 2003).

Pojmovanje telesa, kot ga podaja McNayeveva, pomeni razlagati družbene pojave s telesom kot osrednjo temo v smeri načinov, ki jih družbene reprezentacije in klasifikacije teles oblikujejo in ki so obenem oblikovane s strani organskega telesa; kar pa pomeni, da je naše sedanje stanje telesnosti, ki izhaja iz procesov evolucije, odraz družbenih kot tudi bioloških dejavnikov (Shilling 1993, 104). Ali kot to razloži Shilling (1993, 106). Telo kot 'nedokončana entiteta' je lahko 'dovršena' samo preko človeškega dela, vendar je pri tem potrebno telo obravnavati kot osnovo družbenim razmerjem, ne smemo ga zgolj skržiti na izraz le-teh.

Tudi Turnerjevo gledanje na telo v sociologiji je podobno. Telo v sociologiji je potrebno razumeti znotraj koncepta telesnosti, to pomeni, sprejemanje tako njegove biološkosti, čutnosti kot stvarnosti. Telo je, ne samo fizična 'stvar' – snoven organizem, ampak je tesno povezano tudi s kulturo (družbo) in je kot takšno tudi metafora (Turner 1984/1996, 42).

#### 1.2.3.1 Glavne smeri analize telesa

Največji vpliv na sedanje razprave o konceptu telesa imajo po mnenju Turnerja (1984/1996, 24–31) tradicije: (1) obravnave telesa kot niza družbenih praks, ki jo je razvil Erving Goffman; (2) antropologija Mary Douglas, kjer je koncept telesa zgrajen na telesu kot sistemu znamenj; (3) feministične, medicinske in zgodovinske raziskave telesa, ki interpretirajo telo kot sistema znamenj, ki predstavljajo in izražajo razmerja moči. Poleg teh tradicij Shilling (1993, 16) izpostavlja še konstruktivistični pristop Michaela Foucaulta, ki je, pravi, veliko prispeval, da so sociologi telo začeli jemati resno, uspešno presega gledanje telesa kot zgolj sprejemnika družbenih pomenov. Telo je objekt, iz katerega prihaja moderna vednost/moč in hkrati se vanj vlaga moč: 'Nič ni bolj materialnega, telesnega, fizičnega kot izvajanje moči.' (Foucault 1994, 57). Njegove ideje razmerja moč/vednost so vtakane v njegov pojem diskurza. Za Foucaulta telo ni zgolj na podlagi diskurza dan pomen, ampak ga diskurz v celoti konstituira.<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Medtem ko je Foucault sicer demonstriral pomembnost telesa za teorijo družbenega v smislu, da je telo (v pomenu nemškega izraza *Körper*, ki označuje objektivno telo – imeti telo/telo kot omejitve) kulturno oblikovan objekt, pri čemer ga ni zanimalo telo kot *Leib* (meso, subjektivno telo – biti telo/telo kot kapaciteta). Po mnenju Turnerja je s tem 'zavrnil, idejo o univerzalni ontologiji ter poskus razmišljati o telesu kot osnovi za takšen univerzalizem' (Seymour 1998). Navkljub temu je Foucaultovemu delu potrebno priznati, da omogoča dvoje: (1) vpogled v upravljanje individualnih teles preko razvoja specifičnih režimov (npr. diete in vadbe); (2) vpogled v upravljanje in koordiniranje teles populacij (bio-politik).

V okviru problema naloge, ustvarjanja telesnega kapitala v fitness centru, je telo obravnavano na izhodiščih prve tradicije, ki temelji na pomenu praks vsakdanjega življenja v ustvarjanju in vzdrževanju teles (Turner 1984/1996, 25). Pristop na ideji o telesu kot osrednjem agentu praks vsakdanjega življenja v sodobni sociologiji razvija francoski strukturalist Pierr Bourdieu z analizami pomembnosti habitusa v razmerju do družbene prakse.

Oblikoval je 'teorijo prakse', v kateri je koncept habitusa (Merleau-Ponty) in telesnih tehnik (Mauss) razširil z razmišljanjem o vzrokih in posledicah razporeditve habitusa ali telesnih tehnik v družbi, pri čemer je vpeljal tudi vidike, kot so okus, čustvenost in širše pomene življenjskega stila (Crossley 2005, 450). Kot že rečeno, je svoj koncept habitusa razvil tudi na delu Marcela Maussa, antropologa, ki je razvil koncept telesnih praks za pojasnjevanje narave jaza v obstoječem družbenem okviru. Mauss gleda na telo kot na fiziološki potencial, ki se realizira, družbeno in kolektivno, preko raznolikih telesnih praks; posameznik je preko 'telesnih tehnik' izučen, discipliniran in socializiran – socializiran v kulturo. Po Maussu oblikuje telo kultura. Pomembno je tudi, da so navade, ki oblikujejo naša subjektivna življenja, ponavadi skupne posameznim skupinam ljudi. Maussovo opazovanje 'telesnih tehnik' (angl. *body techniques*) kaže, da obstajajo razlike v načinih 'uporabljanja' lastnih teles med posameznimi družbenimi skupinami. Na tem izhodišču Pierre Bourdieu razvija svoj koncept habitusa in logiko 'utelešene' družbene prakse (več glej v Crossley 2001).

Bourdieu je pri oblikovanju pojma habitusa izhajal tudi iz fenomenologije Mauricea Merleau-Pontya (delo z angleškim naslovom *Phenomenology of Perception*, 1962). Na njegovem konceptu utelešenja je gradil svoj koncept utelešenega habitusa. Merleau-Ponty je v osnovi zavrnil dualizem razum/telo, in sicer s trditvijo, da so razmišljanje, čutenje in delovanje vsa praktična dejanja, ki zahtevajo utelešenje. Po Marleau-Pontyu telo ni nikoli 'izolirano', ker je vedno 'zasedeno' s svetom. Ta koncept je Bourdieu uporabil za preseganje dihotomije med delovanjem in strukturo v lastnih konceptih prakse in 'habitusa' (Abercrombie in drugi 2000 v Wainwright in drugi 2006, 551). Podrobno bom Bourdieujeve teoretične koncepte predstavila in obravnavala v 2. poglavju.

### 1.2.3.2 Oblikovanje raziskovalnega pristopa do telesa

Porabniška kultura telo predstavlja kot popolnoma spremenljivo in ustvarjalno, kar za posameznike pomeni večjo skrb in pričakovanja do oblike kot tudi izrazitejše doživljanje lastnih teles. Da lahko razumemo takšno vlogo telesnih projektov, njihov namen in pomen za posameznika in družbo, je

potrebno telo v kontekstu pozne moderne gledati z dveh vidikov: kot predrefleksivni praktični agent in kot predmet različnih oblik in (pre)oblikovalnih praks – utelešeni individuum je subjekt in objekt spremembe. Dober način za razumevanje razmerja telo–jaz–družba–kultura v procesu (po)ustvarjanja teles podaja Nick Crossley (2005, 454) in pravi, da se *'utelešeni akterji preko vpetosti v družbo zavedajo samih sebe kot 'teles' in so s tem usmerjeni, da delujejo v smeri lastnih teles in hkrati nad lastnimi telesi'*.

V preteklosti so se študije o (pre)oblikovanju teles opirale pretežno na Foucaultovo razlago razmerja 'telo–moč'. Ta pristop ima za izhodišče 'pokorna telesa' (angl. *docile bodies*), zato po mnenju Crossleya (2004) ne uspe ustvariti jasne slike o vlogi teles v postmodernih družbah; ti pristopi zanemarjajo dejavno vlogo utelešenih akterjev v okviru izvajanja praks.

Ploden pristop za analizo pomena sodobnih spreminjanj teles omogoča delo Pierra Bourdieuja, sociologa, ki je oblikoval strukturalistično 'teorijo prakse'. Prednost njegovega analitičnega pristopa do telesa je v tem, da telo kot nedokončano entiteto opredeljuje v širši obliki materialnosti: utelešenega akterja obravnava širše od jezika, zavesti ali mesa, obravnavo razširi tudi na okus, upravljanje teles in telesno površino (tkivo in videz) (Shilling 1993). Njegov pristop s tem zajame dinamiko razmerij, v katera je vpeto 'poblagovljeno' telo. Ta vidik je za analizo telesnih praks v kulturi porabništva pomemben, saj omogoča proces ustvarjanja razlik navezovati na 'porabniške izbire', ki so zaznane na telesih in oblikovane preko teles.

## 2 TELESNI KAPITAL

Razlaga pomenov teles kot projektov spreminjanja je najbolj plodna, če uporabimo pristop, ki na telo gleda kot na socialno in hkrati biološko entiteto (Shilling 1993); t.i. vmesna pozicija (angl. *intermediate position*) konstruktivistične smeri, po kateri ima telo materialno osnovo, ki je izoblikovana v družbenem okviru (Wainwright in Turner 2006, 245). Takšen pristop omogoča delo Pierra Bourdieuja,<sup>55</sup> ki podaja tehtne teoretične okvire in razlage in presega dualizem razum/telo. Ključni koncept v njegovi teoriji je habitus, ki deluje v povezavi s kapitalom in poljem; ti pojmi

---

<sup>55</sup> Bourdieu v svoji teoriji prakse stoji na stališču, 'telesa so v družbi in družba je v telesih' (Bourdieu in Wacquant 2006, 73,201), na tej podlagi oblikuje niz 'miselnih orodij z univerzalno uporabnostjo', ki omogočajo metodično opazovanje 'skupka in rabe kognitivnih in motivacijskih shem' (Bourdieu in Wacquant 2006, 130). Bourdieu se v svojih teoretično-analitičnih delih ukvarja s pojasnjevanjem ustvarjanja in ohranjanja družbenih razlik, ki so tudi utelešene; kultura je utelešena – vstavljena v telo.

omogočajo prikaz (po)ustvarjanja družbenih praks in hkrati umestitev teh praks v hierarhične in linearne družbene strukture (Sassatelli 2007, 92).

## 2.1 Oblikovanje teles

Bourdieujeva 'teorija prakse' je splošno sprejet pristop za teorijo in raziskovanje telesa (Shilling 1993). Uspel je oblikovati niz med seboj soodvisnih (povezanih) pojmov – habitus, kapital in polje, ki omogočajo presegati dualizme socioloških raziskovanj, pri čemer ima telo v temelju svoje razlage družbenih praks vsakdanjega življenja. Vodilna misel Bourdieujeve teorije družbene reprodukcije je, da je telo nosilec simbolne vrednosti v sodobnih družbah; telo je na simbolni ravni 'sprejet' kot imetnik moči, statusa in razločujočih simbolnih oblik, celota, ki kopiči različne resurse in kot tako mesto ustvarjanja in ohranjanja družbenih neenakosti (Shilling 1993, 127).

### 2.1.1 Habitus

Bourdieu je s habitusom v sociologijo vpeljal koncept, ki transcendirata nasprotja med individualnim (praksami subjektov) in družbenim (strukturami družbe) (Shilling 1993; 2004; Crossley 2005; Turner 1984/1996).<sup>56</sup> Logiko prakse akterjev ponazarja 'formula': '[(habitus) (kapital)] + polje = praksa' (Bourdieu 1984/2002, 101). To formulo Nick Crossley (2001, 96) razlaga na sledeč način: bistvo prakse je, da je rezultat številnih telesnih in mentalnih shem in dispozicij (habitus), ki delujejo v povezavi z resursi (kapitali, tj. ekonomski in kulturni), katere se sprožijo ob določenih strukturnih družbenih pogojih (polje), ki jim tudi pripadajo, in se znotraj družbenega prostora raznoliko poustvarjajo in oblikujejo.

Prakse<sup>57</sup>, dejanja ljudi (družbenih akterjev),<sup>58</sup> so oblikovane s strani (njihovega) habitusa in so rezultat (njihovega) habitusa ter obenem zahtev in logike 'igre', ki se razvije v polju (Crossley

---

<sup>56</sup> Pojasnjevanje pomena teles v sodobnih družbah v smislu, kakšen projekt je/je lahko za različne skupine ljudi, je izoblikoval na temelju že izoblikovanega koncepta habitusa (Merleau-Ponty) in telesnih tehnik (Mauss) in ga razširil z razmišljanjem o vzrokih in posledicah razporeditve habitusa ali telesnih tehnik v družbi (Crossley 2005, 450).

<sup>57</sup> S terminom praksa poskuša Bourdieu konceptualizirati nedoločeno delovanje posameznikov, njihovo kreativnost, svobodo in inovativnost v vsakodnevnih dejavnostih; poskuša prijeti moment subjektivne resničnosti akterjev v družbenih procesih (Stankovič 2001, 38).

<sup>58</sup> Bourdieu prej kot o subjektih govori o družbenih akterjih, saj utelešenje razume neločljivo od družbene prakse (McNay 1999).

2001).<sup>59</sup> Habitus označuje pridobljeno shemo dispozicij – habitus je proizvajalna struktura, ki pomeni praktično kompetentnost, pridobljeno v dejavnosti in za dejavnost, in ki operira pod ravniho zavesti na sledeč način: ‘ko habitus naleti na družbeni svet, katerega produkt je, je kot ‘riba v vodi’... in jemlje svet okoli sebe za samoumevnega’ (Bourdieu in Wacquant 1992, 127 v Wainwright in Turner 2006, 536). Habitus vključuje ‘praktično obvladovanje sveta, ki ga ljudje imajo v svojih vsakdanjih situacijah’ (Robins 1991 v Wainwright in Turner 2006, 537).<sup>60</sup>

Pomembno je, da habitus ni samo stanje duha, ampak tudi telesno stanje bivanja; habitus je utelešen. To pomeni, da ‘načini ravnanja ljudi z lastnimi telesi razkrivajo najgloblje dispozicije habitusa’ (Bourdieu 1984/2002, 190). Telo je kot tako mesto ukoreninjenih in trajnih dispozicij. V tem smislu lahko govorimo o utelešenosti naše zgodovine, ki se demonstrira tudi v privzetih razlikah telesne drža moških in žensk; kot na primer različni načini sedenja pri moških in ženskah – moški sedijo z nogami široko narazen, ženske sedijo z nogami pazljivo skupaj. Nadalje, odrasli svojih otrok zavestno ne učijo spolnih razlik drža teles; pri učenju ‘spolnega vedenja’ gre po Bourdieuju torej za proces podzavestnega oblikovanja shem dispozicij družbene prakse.<sup>61</sup>

---

<sup>59</sup> Bourdieujev koncept habitusa je v celoti telesen in je veliko širši od Maussovega ali Merleau-Pontyjevega koncepta navade. Poleg dispozicij in oblik kompetence, ki sta jih prepoznala zgoraj navedena avtorja, vključuje tudi okuse, čustvenosti in širše vidike življenjskega stila (Crossley 2005, 452). Vsi ti elementi so utelešeni v telesni shemi.

<sup>60</sup> Sposobnost ‘vsrkavanja’ primernih utelešenih dejanj je ključna za razvitje specifičnih občutkov, ki omogočajo individuumom, da so ‘brez zadrege’ (angl. *at ease*) s seboj in drugimi iste skupnosti. To se dobro vidi v polju športa in prostega časa (zlasti v subkulturah), kot je dobro pokazal Wacquant v polju boksarske telovadnice. Vedenje, kaj je biti boksar, vključuje tudi razvitje telesnega habitusa. Lekcije o navadah, običajih, stilu in vedenju so ‘vsrkane’ in postanejo tudi ukoinjene v boksarju na način, da so v vsakem zavestnem smislu pozabljene. Biti kompetentni družbeni akter, obvladati družbene prakse, vključuje tako ‘občutek za igro’ (angl. *feel for the game*), ki je razvita in ohranjena z globoko utelešenostjo habitusa (Jarvie in Maguire 1994, 189–190). Ta utelešeni habitus pa (po)ustvarja, na primer v boksarski telovadnici, tudi telesni kapital – t.i. boksarski kapital (Wacquant 2007), s katerim posameznik razpolaga v družbenih svetovih.

<sup>61</sup> Pomembna značilnost habitusa (ki je tudi tarča mnogih kritik, glej v: Turner 1984/1996; Shilling 1993) je tudi, da se nagiba k (po)ustvarjanju obstoječih družbenih praks (Shilling 1993, 129) in je trajen, vendar ni statičen (Bourdieu in Wacquant 2006, 127). Kot rezultat sedimenta predhodnih izkušenj tvori agentova sedanja in prihodnja doživljanja in dejanja ter s tem oblikuje njegove družbene prakse po principu: ‘zato ker me je ta svet ustvaril, ker je ustvaril kategorije misli, ki mu jih pripisujem, da ga vidim kot samoumevnega’ (Bourdieu in Wacquant 2006); delovanje habitusa lahko razumemo v smislu ‘predelovanja strukture’ (Ball 1998 v Wainwright in Turner 2006, 537) in ‘utelešenja družbene strukture’ (Sweetman 2003 v Wainwright in Turner 2006, 537) ter kot tak tvori kompleksno ponotranjeno jedro, iz katerega izvirajo vsakodnevna doživljanja in prakse (Reay 2004).

## 2.1.2 Kapital

Kapital<sup>62</sup> je koncept, ki omogoča razumevanje dinamike pozicij in razmerij moči (na podlagi akumulacije kapitalov) med posamezniki (skupinami) v polju in med polji. Kapital je, pravi Bourdieu (2004, 311):

*'Akumulirano delo (v materializirani, v 'inkorporirani', tj. utelešeni obliki), in potem, ko je prisvojen na privatni, tj. ekskluzivni osnovi s strani akterjev ali skupin akterjev, le-tem omogoča, da si prisvojijo socialno energijo v obliki reificiranega ali živečega dela.'*<sup>63</sup>

Bistveno je, da so kapitali dobrine, ki si jih akterji prizadevajo izboljšati ali vsaj ohraniti. Kapitale Bourdieu klasificira v štiri tipe, za razumevanje ustvarjanja razlik preko telesnih režimov v potrošniški družbi je ključni kulturni kapital, ki obstaja v treh oblikah; ena je v utelešenem stanju, tj. v obliki trajnih dispozicij telesa in razuma (duha). Na to obliko kulturnega kapitala se Bourdieu navezuje tudi s konceptom telesnega kapitala (angl. *physical capital*).<sup>64</sup>

### 2.1.2.1 Telesni kapital

Bourdieujev pojem telesnega kapitala osvetljuje fizični vidik telesnosti družbenih akterjev (Wainwright in Turner 2006). Telesni kapital, kot je oblika telesa, hoja in drža telesa itd., je družbeno ustvarjen preko vadb, diete in vedenja (Bourdieu 1984/2002); akumulacija telesnega kapitala, tj. kulturnega kapitala v utelešenem stanju predpostavlja proces utelešenosti, inkorporacije (Bourdieu 2004, 313). Proces oblikovanja telesnega kapitala lahko izluščimo znotraj koncepta habitusa: habitus se oblikuje znotraj krožnega procesa, v katerem se prakse utelešajo, in se na tej podlagi ponovno obnavljajo preko truda in kompetenc telesa (Crossley 2001).

---

<sup>62</sup> Praksa akterjev je opredeljena z ekstrapolacijo dveh ekonomskih kategorij, tj. kapitala in dobička. Bourdieu kapitele klasificira v štiri tipe: kulturni (izobrazba, navade, manire, okus, življenjski stil), ekonomski (pomeni predvsem denar), socialni (zveze s pomembnimi drugimi oz. umeščenost v mrežo koristnih poznanstev) in simbolni (prestiž in družbeni ugled).

<sup>63</sup> To opredelitev kapitala Wacquant (2007) aplicira na oblikovanje teles boksarjev in ga imenuje 'boksarski kapital'. Tu lahko potegnemo vzporednice tudi s poljem fitnesa: udeleženci vadb oz. režimov telesnih vadb v fitnes centru postajajo imetniki telesnega kapitala 'posebne' vrste – fitnes center je po Wacquantu družbeni prostor, ki omogoča spreminjanje 'abstraktnega' telesnega kapitala v 'fit kapital'.

<sup>64</sup> Telesni kapital je pojem, ki je v bistvu sinonim za meseno telo (nem. *Leib*) (Wainwright in drugi 2006). Na osnovi tega Bourdieujevega koncepta avtorji, kot so Shilling (1993), Wainwright in Turner (2006) in Wacquant (2007), razvijajo analizo in teorijo telesa.

Proces ustvarjanja 'telesnega habitusa', tj. pridobivanja in vzdrževanja telesnega kapitala, zahteva trud (delo), ki predpostavlja osebno ceno (*on paie de sa personne*), in habitus je tisti, ki določa, kakšen bo ta trud; na ta način se oblikuje telesni habitus, ki se odraža na/v telesu in ima tudi določeno vrednost v družbenem prostoru, t.i. telesni kapital. Bourdieu (2004, 313) pravi o načinu pridobivanja telesnega kapitala, '*delo pridobivanja je delo na sebi (samoizpopolnjevanje)*'.

Investiranje, ustvarjanje telesnega kapitala je 'pretvorjeno' v sestavni del osebe, v habitus, izraža se na in v telesih. Tako se razlike v 'telesnih habitusih' različnih družbenih skupin, Bourdieu za primer navaja skupini žensk, delavskega in višjega razreda, odražajo v vsakdanjih telesnih praksah, kot je hoja, govor, prehranjevanje in izbira športa, ki imajo kot take razločevalno vrednost (Bourdieu 1984/2002, 338).<sup>65</sup>

### 2.1.2.2 Vrednost telesnega kapitala

Telesni kapital ima značilnost, da se ga sicer lahko pretvori v druge resurse oz. kapitale, vendar 'menjalna stopnja' ni zagotovljena (Shilling 1993, 144). Možnosti prenosa (transmisije) telesnega kapitala v druge vrste kapitala je pokazal Löic Wacquant (2007) v študiji o boksu. V (boksarski) telovadnici pridobljeni telesni kapital se v polju profesionalnega boksa 'pretvori' v simbolni in ekonomski kapital, v obliki priznanj, naslovov, in prihodkov. Tudi Wainwright in Turner (2006) sta v študiji plesalcev baleta osvetlila prenos telesnega kapitala v kulturni kapital. V polju baleta na proces prenosa vpliva staranje telesa in s tem neizogibno upadanje 'baletnega' kapitala. Plesalec je primoran poskušati pridobljen telesni kapital 'prenesti' v kulturni kapital; baletni plesalci pogosto po zaključeni karieri postanejo učitelji baleta. Prenosa telesnega kapitala v druge oblike kapitala omogoča tudi polje fitnesa, zlasti je 'prenos'/'unovčenje' kapitala, pridobljenega v tem polju, vezan na polji trga dela in partnerskih zvez; 'fit kapital' se 'prevaja' v družbenem prostoru v druge kapitale – ekonomski, družbeni, simbolni.<sup>66</sup>

---

<sup>65</sup> Bourdieu je v delu *Distinction* (1984/2002) izrisal družbeni prostor razredov, ki se razlikujejo v ekonomskem in kulturnem kapitalu, glede na okus v življenjskih stilih in porabniških preferencah (vključil je tako šport, pristočasne interese, konjičke, počitnice, revije, hrano, pijačo, obleke, avtomobile, novele, časopise) ter okus v legitimnih 'visoko' kulturnih praksah (kot so obiskovanje muzejev, obiskovanje koncertov, branje).

<sup>66</sup> Dejanska vrednost telesnega kapitala, kot tudi drugih vrst kapitala, se konstituira na podlagi treh dejavnikov: (1) s strani prejšnjih ali sedanjih uporabnikov; (2) s strani strukture polja (polj), v katerem je razvit; (3) in s strani specifičnih razlik v primerjavi z ostalim kapitalom v polju (Emirbayer in Johnson 2008).



Posebnost telesnega kapitala je, da ne more biti kupljen na enak način kot ekonomsko blago.<sup>67</sup> Za določeno dejavnost potrebuješ minimalno zalogo telesnega kapitala, set znotraj naravnih mej (Wainwright in Turner 2006, 242). Nadalje v nasprotju z ekonomskim kapitalom telesni kapital ne more biti akumuliran izven sposobnosti pridobivanja posameznega akterja, tj. njegovimi biološkimi sposobnosti, spominom itd. (Shilling 1993, 142). Zato akumuliran telesni kapital raste in s starostjo upada in z nami zamre.

Ključno pri telesnem kapitalu po Bourdieuju je, kot interpretira Shilling (1993, 140), *‘sposobnost vladajočih skupin, da določajo lastna telesa in življenjske stile kot superiorne, vredne nagrad, in tako metaforično in literarno, utelešenost razreda’*. Zato je za telesne oblike (telesne podobe) značilno, da se jim vednost skozi čas in prostor spreminja, in sicer glede na življenjsko-stilne trende vladajočih skupin.

V postmoderni družbi ima največji vpliv na proces (po)ustvarjanja telesnega kapitala ‘kapitalski trg’, ki za potrebe pospeševanja porabe načrtno ustvarja ‘inflacijo podob’ (Shilling 1993). V teh pogojih se vrednost podob in telesnega kapitala nasploh stalno spreminja, pri čemer je potrebno vedno več časa, da se ustvarjene podobe sprejemajo kot legitimne. Pomembna sprememba je tudi v tem, da imajo na določanje ‘cenjenih’ oblik telesnega kapitala vedno manjši vpliv dominantne družbene avtoritete do neke mere vrednosti oblik telesnega kapitala postajajo vse bolj neodvisne ali bolje rečeno, brez možnosti neposrednega obvladovanja.<sup>68</sup>

Vedno težje obvladljiv in nepregleden trg ‘zamegljuje’ dejanske avtoritete moči in privilegira dominantne skupine (McNay 1999), saj jim takšni principi delovanja na trgu ‘telesnega kapitala’ dajejo še večjo moč in vpliv. Ljudem pa se v teh pogojih povečuje ‘dvom’ in nelagodje doživljanja in dožemanja lastnih teles, kljub temu da morajo vedno več truda, časa in denarja, investirati v telesa. Vprašanje je, za katere družbene skupine je ta položaj telesa v naši družbi še posebej tvegan.<sup>69</sup>

---

<sup>67</sup> Čeprav so različne oblike kapitala lahko izmenjuje znotraj posameznega področja (polja), je pomembno izpostaviti, da določen kapital lahko lažje pridobimo kot drugega.

<sup>68</sup> Postmoderna družba je prinesla spremembo avtoritet moči. Avtoritete moderne, kot so šola, bolnišnice, vojska in tovarne, so nadomestile avtoritete na trgu kapitala, pri čemer množične komunikacije spreminjajo kulturna razlikovanja bolj tekoče, subtilno in večplastno (Sassatelli 2007, 97).

<sup>69</sup> Značilnost postmoderne družbe je, da ima veliko različnih polj delovanja, kar vodi ‘v podaljševanje sklenitve cikla legitimiranja’ (McNay 1999, 106). Bourdieu po McNayevi to razlaga s spremembo avtoritet moči: moč danes ni več

### 2.1.3 Polje

Polja družbenih praks so 'trgi', na katerih akterji svoj kapital na eni strani akumulirajo, na drugi strani pa 'vnovčijo' in potegnejo iz njega dobičke (Škerlep 2004, 307). Polje<sup>70</sup> po Bourdieuju sestoji iz 'prostora igre, pravil igre in vložkov v igro', na ta način se v vsakem družbenem prostoru (polju) ustvarja poseben 'tip telesa', tj. 'telesni habitus' tega prostora: 'telesa vsebujejo in izražajo habitus polja, v katerem se nahajajo' (Wainwright in drugi 2006, 551).<sup>71</sup> Proces ustvarjanja 'institucionaliziranih teles' poteka v soodvisnem razmerju med individualnim akterjem (habitusom) in institucionalno strukturo (poljem), tj. v polju obdelujeta drug drugega.

Pridobivanja telesnega kapitala polja je povezan z določenimi pogoji, 'pragom zahtev', ki omejujejo vstop in razvijanje telesnega kapitala v polju in se od polja do polja razlikujejo.<sup>72</sup> Poleg tega je za pridobivanje telesnega kapitala tega polja predpogoj obvladovanje telesa v tem polju, za kar je potreben nek predhodni minimum telesnega kapitala. In ne samo to, za telesni kapital tudi velja, kot ugotavljata Wainwright in Turner (2006) v študiji o baletnem habitusa, da na ravni individuuma, razlike v 'formi' telesnega kapitala v smislu fizične oblike telesa (kot je višina) lahko dobesedno 'zapečatijo tvojo usodo' v polju.<sup>73</sup> Po drugi strani pa Wacquant pri 'boksarskem' habitusu ugotavlja ravno nasprotno, 'anatomija ni usoda': telovadnica je družbena tovarna, ki napravi človeška telesa za prave 'borilne stroje' (Wacquant 2007, 265). V primeru polja fitnesa je za vstop potreben določen ekonomski kapital (članarina, športna oprema, karta). Kar pa se tiče možnosti (po)ustvarjanja telesnega kapitala v polju fitnesa, lahko pričakujemo, da prihaja do podobnih razlik med spoloma kot so razlike med poljema baleta in boksa – za moške so pogoji za pridobivanje telesnega kapitala bližje boksarski telovadnici, medtem ko za ženske veljajo podobne zakonitosti kot pri plesalcih baleta.

---

inkarnirana v oseh ali specifičnih institucijah, temveč postaja enako trajajoča s kompleksnim nizom razmerij med različnimi polji, pri čemer družbena kontrola postaja bolj zahrbtna in hkrati bolj učinkovita. Poleg tega to povišuje učinkovitost simbolne nadvlade dominantnih skupin (prav tam).

<sup>70</sup> Polje interpretira kot 'arbitrarno in artificiozno družbeno konstrukcijo' (Škerlep 2004).

<sup>71</sup> To razmerje je refleksivno in (po)ustvarja habitus 'fit telesa' (Wainwright in drugi 2006, 548).

<sup>72</sup> Zlasti pomembno vlogo igra telesni kapital pri poklicih (poljih), kot sta na primer balet ali boks, kjer je 'telo' v ospredju pri oblikovanju osebne identitete; na primer, pri akademikih je ta vloga bistveno manjša.

<sup>73</sup> Na primer, grob material, ki oblikuje tvoj 'telesni tip', lahko odloči, ali bo tvoja karierna pot moškega plesalca baleta potekala v smeri '*danseur noble*' ali '*demi-caractere*' plesalca. Individualni agent je obdelan s strani institucionalne strukture in ta refleksivni odnos ustvarja in poustvarja habitus baletnega telesa (Wainwright in drugi 2006, 548).

V vsakem polju in med polji poteka boj za pozicije moči, v obliki napetosti in konfliktov med različnimi interesi skupin, ki si prizadevajo dobiti kontrolo nad kapitalom v polju.<sup>74</sup> Razmerja moči v določenem polju se oblikujejo na podlagi kapitalov (ekonomskega, kulturnega, socialnega in simbolnega). V končni instanci vsa polja delujejo oz. jih določa princip kapitalističnega sistema kopičenja. Vendar to ne pomeni, da v poljih vlada enaka dinamika. Vsako polje je namreč avtonomno, v smislu, da ima notranjo logiko, ki vzpostavlja nesinhrona, nestanovitna razmerja z drugimi polji, ta značilnost daje vsakemu polju svojevrstno dinamiko in se je ne da skrbiti na katerokoli obstoječo dinamiko (McNay 1999, 106); lahko pričakujemo, da zato specifična dinamika obstaja tudi v polju fitnesa.

### 2.1.3.1 Telo v polju

Postavlja se vprašanje o dejanski vlogi telesa v polju po Bourdiejevi 'teoriji prakse'. Bourdieu delovanje utelešenih družbenih akterjev razlaga na osnovi konceptov habitusa in '*le sens pratique*', tj. občutkom za igro (angl. *feel for the game*); praksa, ki vključuje tudi telesnost akterjev, omogoča poustvarjanje družbenih neenakosti, in sicer na sledeč način. Velika vrsta družbenih neenakosti ni osnovanih na ravni neposrednih institucionalnih diskriminacij, ampak preko subtilnih 'ubijanjskih' odnosov moči. To je mogoče zaradi narave habitusa in njegove uresničitve preko '*le sens pratique*'. Habitus je utelešena ponotranjena shema, ki strukturira, vendar ne determinira dejanj, misli in občutkov. Habitus deluje nad dosegom introspektivnih pregledov in kontrol volje in je uporabljen v praktičnih dejanjih (Jarvie in Maguire 1994, 191). Habitus je uresničen v '*le sens pratique*', predrefleksivni stopnji praktične spretnosti, obvladanja. Je način znanja, ki ne vsebuje nujno znanja svojih lastnih principov in konstituira vedenje, ki je logično (razumno), ampak ne racionalno (razumsko): 'To je zato, ker agenti nikoli ne vedo popolnoma, kaj delajo in kar delajo, ima več smisla, kot vedo'. '*Le sens pratique*' je oblika znanja, ki se ga telo nauči, vendar ne more biti eksplicitno ubeseden, artikuliran. Mnenje Bourdieuja je, 'determinizem deluje v popolnosti samo s pomočjo nezavednega' (McNay 1999).<sup>75</sup>

---

<sup>74</sup> Na polje lahko gledamo kot na mrežo/konfiguracijo objektivnih razmerij med pozicijami. Konfiguracija dobi obliko glede na odnos med vsako pozicijo in distribucijo določenega tipa kapitala (McNay 1999).

<sup>75</sup> Proces telesnih 'ubijanjskih' je primer, kar Bourdieu imenuje simbolno nasilje (angl. *symbolic violence*) ali oblika nadvlade, ki se 'izvaja nad družbenim akterjem z njegovo ali njeno sokrivdo' (1992 v McNay 1999, 99).

Telo je v odnosu do prakse most med objektivnimi omejitvami in subjektivnimi interpretacijami; telo omogoča dejanja v družbenega polju preko sredstva prenosa, 'habitusa' (Latour 1996, 232)<sup>76</sup>. Bourdieu gleda na telo, po besedah Elizabeth Grosz (1994 v McNay 1999, 98), kot na 'prehodno entiteto' (angl. *transitional entity*). Takšno razumevanje telesa pa pomeni, po mnenju McNayeve (1999), tudi telo kot 'nedokončano entiteto'.<sup>77</sup>

## 2.2 Oblikovanje razločevalnih teles

Temeljno stališče 'teorije prakse' je, da so različni razredi in skupine nagnjeni do razvijanja različnih naravnosti do lastnih teles, kar se odraža tudi v različnih oblikah in držah teles. Delovanja (prakse) posameznikov vodi logika razlikovanja, ki jo uteleša njihov okus (Sassatelli 2007, 92). Ne morejo si kaj, da ne bi razlikovali med dobrinami in sami med sabo in se na tej podlagi razvrščali v razrede. Razvrščanje v različne kategorije, vključene ali izključene, poteka v okviru njihove zmožnosti razlikovanj; razlikovanja določata obliki kapitala: ekonomski in kulturni kapital – njuna količina določa razredni habitus posameznikov (individualni habitus je vedno v homolognem razmerju z razrednim habitusom).<sup>78</sup>

Po Bourdieuju se družbene razlike odražajo na telesih, s tem, da skupine razvijajo vsaka svojstven odnos do teles, ki se odraža v produkciji jasno vidnih razločujočih telesnih oblik (Shilling 1993, 130). Razločevalna telesa se (po)ustvarjajo v družbenih poljih na podlagi 'privzgojenega okusa'.<sup>79</sup>

---

<sup>76</sup> To pa po mnenju Westhaverja (2006) pomeni, da telo dejansko ne igra vloge v pojasnjevanju prakse in je moč zunanja telesu. Njegovo mnenje je, da Bourdieu telo uporablja kot sredstvo, preko katerega tečejo družbena razmerja moči na njihovi poti do prakse; telo je predstavljeno kot prilagodljiva površina, na katero se moč vpisuje (Westhaver 2006, 632).

<sup>77</sup> Pomanjkanje telesne končnosti izhaja iz skupne naravne, neločljivo zvezanost med duševno notranjostjo in telesno zunanostjo, pri čemer je vsaka konstitutivna in se je ne more skrčiti v drugo. Takšna nedokončanost telesa tudi pomeni, če za primer vzamemo ženski spol, da ženska telesna identiteta ni nikoli premočrtna ali dokončana (McNey 1999, 98). Feministične teorije so idejo dinamične in nedihotomične neločljive zvezanosti med telesom in subjektivnostjo sprejele, saj dovoljuje na telesnost/utelešenje gledati kot na odraz trenutka neločljivosti, pri čemer utelešen subjekt je konstituiran preko dominantnih norm, vendar ni zreduciran na njih. Razmišljanje v okviru koncepta dinamične telesnosti predstavlja tudi določene težave, kot se kaže pri študiji oblikovanja spolne identitete.

<sup>78</sup> Telo kot nedokončana entiteta se oblikuje z udejstvovanjem v družbenem življenju (poljih) in to na način: posamezniki v težnji po razločevanju izbirajo različne prakse in storitve (tudi blago) na podlagi okusa, utelešenega v habitusu.

<sup>79</sup> To drži, le če izhajamo iz hierarhične podobe okusa, ker Bourdieu predvideva, da se pomeni oblikujejo v odnosu do drugega znotraj opredeljenih, stabilnih in večinoma koherentnih polij. Lamont oporeka, da se v postmoderni družbi lahko postavi lestvica hierarhije okusa, kar utemeljuje s tem, da današnja izredna dinamičnost družbe in številna polja moči, vključno z okusom in porabniškimi preferencami, dela hierarhije odprte in nestabilne (Sassatelli 2007, 97).

Okus je utelešen, tako je telo vir tako ukoreninjenih in trajnih dispozicij ter materializacije okusa skupine (razreda) (Bourdieu 1984/2002).

### 2.2.1 Okus

Telesa so oblikovana na podlagi okusa (Shilling 1993, 129). Okus je del sheme habitusa, ki deluje pod ravno zavesti, v smislu 'družbenega kompasa' (Bourdieu 1984/2002, 464). Medsebojno razmerje med družbenim prostorom, habitusom in okusom ustvarja izrazite in dokaj stabilne, težko premakljive oblike in orientacije teles (Shilling 1993, 133), Bourdieu jih imenuje 'telesna hexa' (angl. *body hexus*). Dejstvo je, pravi Bourdieu, 'kar je naučeno s telesom', ni nekaj, kar nekdo ima, ampak nekaj, kar nekdo je. Takšno znanje ni nikoli ločeno od telesa. Telo ga nosi in ga rekonstruira in to na način popolnega vlaganja in globoke čustvene poistovetnosti (Jarvie in Maguire 1994, 188). Kot tak je okus, ki mu sledijo različni razredi, tudi 'naturaliziran' (angl. *naturalised*) v smislu, da deluje kot niz nezavedno asimiliranih klasifikacijskih praks; medtem ko je njihov lastni okus 'naturaliziran', so okusi drugih sprejeti s sumom in sovražnostjo (Jarvie in Maguire 1994, 203).

Telesa so mesto, kjer se ustvarjajo/vpisujejo/odražajo/ohranjajo razlike med družbenimi skupinami tudi 'na/po principu okusa', vendar to ni edini mehanizem, ki deluje znotraj telesnih praks v smeri ustvarjanja razlik.

#### 2.2.1.1 Razkošje in asketizem

Znotraj samega procesa (po)ustvarjanja kulturnega kapitala delujejo različni mehanizmi; tako okus, določa izbire, je dejavnik, ki omogoča, da se pod ravno zavesti oblikujejo in distribuirajo razlike med družbenimi skupinami. Pri tem sta zlasti v 'kulturnih prostorih', kamor spadajo tudi športi, prisotna še dva procesa, ki delujeta v smeri kulturnega izključevanja:<sup>80</sup>

---

<sup>80</sup> Bourdieu je na podlagi študij kulturnih polj oblikoval tipologijo kulturnega kapitala in tako opredelil elementarni obliki kulturnega distanciranja.

*‘...razkošje (angl. luxury), kot izražanje oddaljenosti od nuje, ali askeza (angl. asceticism), kot samo-vsiljena omejitev, dva nasprotna načina kljubovanja naravi, potrebi, apetitu, želji. (Bourdieu 1984/2002, 254).<sup>81</sup>*

Izmed zgoraj opisanih mehanizmov, razkošja in askeze, je v polju ‘fitnes športov’ askeza vodilna oblika vlaganja dela/truda v telo. Do takšnega sklepa pridemo, če pogledamo princip trženja teh športov. Fitnes športi se tržijo z obljubo preoblikovanja telesa in duha in obenem obljublajo tudi več energije in boljše ‘zdravje’, pri čemer za doseganje teh ciljev ponujajo vadbene režime, ki pomenijo. trud in odpovedovanje, tj. askezo.<sup>82</sup>

Moč delovanja askeze je, da deluje znotraj telesnih shem (habitusa). Askeza je ‘vsiljena’ telesu v okviru družbenega članstva, po Bourdieuju je tako eden izmed mehanizmov, ki služijo ustvarjanju razlikovanja.<sup>83</sup> To potrjuje primerjava habitusov dveh razredov, delovnega in srednjega, slednji se smatra za veliko bolj ‘samoomejevalnega’ kot delavski.<sup>84</sup>

Norbert Elias princip askeze obravnava v okviru civilizacijskega razvoja. Bolj ko je družba kompleksna, bolj se stopnjuje zahteva po samoomejevanju. Pri tem ni nujno, da se subjekti (družbeni akterji) tega zavedajo, nasprotno, samoomejevanje je naučeno in prakticirano do točke, da postane navada, je avtomatizirano oz. struktura habitusa (Crossley 2005, 453).

### **2.2.2 Individualne izbire in kolektivne prakse**

Moderna družba razvija vrednoto individualizma, ki dobro služi tudi trgu kapitala. Ljudje tako svoje izbire praks na trgu, namenjene produciranju in vzdrževanju teles, doživljajo kot izredno osebne. Princip praks družbenih akterjev kot osebnih (individualnih) opredeljuje Bourdieujev koncept izbire.

---

<sup>81</sup> Po teoriji Bourdieuja je pričakovati, da se skupine z več kulturnega kapitala bolj usmerjajo v telesne prakse, kjer lahko razvijajo telo v okvirih principa askeze, medtem ko skupine z več ekonomskega kapitala izbirajo športe, ki omogočajo razvijati telo po principu luksuza.

<sup>82</sup> Fitnes športe uvrščamo na stran askeze v nasprotju s t.i. dominantnimi športi, kot je golf, tenis, jahanje, ki so prostor luksuza.

<sup>83</sup> Po Bourdieuju je potreba po razlikovanju prisotna med podrejenimi razredi in skupinami: ti namreč tendirajo k temu, da na eni strani dosežejo razlikovanje od najnižjih skupin in s tem prestižno ‘distinkcijo’, na drugi strani pa se želijo s svojim življenjskim stilom približati nadrejenim ali nasprotno uzurpirati njihovo moč (Škerlep 2004, 308).

<sup>84</sup> Askeza je nuja družbenega življenja. Zaradi dveh razlogov: (1) za složno družbeno življenje je potrebno, da so vsaj nekateri impulzi individuumov obvladani; (2) po Durkheimu kolektivna psihologija skupine proizvaja zahtevo za vse člane, da demonstrirajo svojo lojalnost skupini, da jo postavijo nad sabo in da to vključuje specifične preizkuse lojalnosti (Crossley 2005, 453).

Izbira je v srčiki habitusa in jo Bourdieu navezuje na koncept 'umetnost iznajdljivosti' (angl. *the art of inventing*) (Bourdieu 1984/2002, 55). Gre za individualno dejanje, ki omogoča neskončno število praks, ki so relativno nepredvidljive, vendar so hkrati omejene. Omejitve izbir subjektu predstavljajo tako zunanje okoliščine, v katerih se nahaja, kot ponotranjen okvir (habitus), ki nekatere možnosti dela nepredstavljuje, druge neverjetne in omejen niz sprejemljivih (Bourdieu in Wacquant 2006, 128)<sup>85</sup>; kot take so izbire sicer individualne, vendar vedno pogojene z družbenim okvirom, v katerem so pridobljene. To pomeni, da v tem smislu nikoli niso svobodne ali posledica individualnih okusov. Izbire (tudi telesnih režimov vadb) pogojuje habitus razreda (skupine), ki je oblikovan na podlagi ekonomskega in kulturnega kapitala (Sassatelli 2007, 92).

Življenjskostilne izbire, oblikovane na podlagi okusa razreda (skupine), se tako sicer 'kažejo' kot individualne prilagoditve, svobodne izbire, ki v resnici izhajajo iz materialnih omejitev: okus dela vrlino iz nujnosti; ljudje dajejo prednost tistim rečem, ki so jim dostopne (Shilling 1993, 129). Način oblikovanja izbir ponovno potrjuje tezo, da je okus dejansko samo odraz in utelešenje razredne pozicije, vpisane v habitus; 'privzgojen okus' je pomemben dejavnik pri pridobivanju ali ohranjanju razlik; telo pa je neizpodbitna, najbolj očitna materializacija razrednega (skupinskega) okusa; (Jarvie in Maguire 1994, 205).

Ljudje v kulturi, ki spodbuja potrošnjo in za eno glavnih vrednot postavlja individualizem, doživljajo dejavnosti (pre)oblikovanja telesa znotraj mnogoterih izbir telesnih praks kot izredno osebne. Vendar kot pri večini osebnih dejanj njihova distribucija in stopnja participacije ne odražata samo dinamičnosti družbe, temveč kažeta tudi na 'kolektivnosti dejavnosti', saj predvidevata organizirane družbene svetove oz. polja (Crossley 2005, 453).

### **2.3 Okus: objektivna klasifikacija telesnega kapitala v porabniški družbi**

Družbene skupine (zlasti podrejene) si prizadevajo za jasno določljive razlike med telesi. S tem namenom se udeležujejo tudi v polju telesnih režimov vadb, saj omogoča ustvarjanje različnih telesnih oblik. Zato je privlačnost institucije športa in prostočasnih praks na sploh po Bourdieuju (2007) prav v tem, da družbenim skupinam omogoča raznolike prakse uporabe telesa, ki posledično

---

<sup>85</sup> Nagnjenosti neizogibno odražajo družbeni okvir, v katerem so pridobljene (Reay 2004, 435).

ustvarjajo razločevalna telesa; izbrane telesne prakse se 'vtiskujejo' v telesa, ki so kot takšna 'glasniki okusa' (Jarvie in Maguire 1994, 184).<sup>86</sup>

Med razredi (skupinami) se jasno vidijo razlike v namenih izbire športne dejavnosti. Različne skupine (razredi) nimajo enakih stališč glede koristi posamezne rekreacije/športa, pa če gre za specifične 'telesne koristi' (angl. *physical profits*) – učinki na 'zunanje telo' (angl. *external body*), kot so vitkost, eleganca, vidne mišice, učinki na 'notranje telo' (angl. *internal body*), kot sta zdravje ali sprostitiv, ali 'postranske koristi' (angl. *extrinsic profits*), kot so socialne mreže, ki jih lahko oblikuje šport, ali potencialne ekonomske in družbene prednosti (Bourdieu 2007b, 422).

### 2.3.1 Izbire v polju fitnesa

Šport in rekreacija sta v sodobnih družbah namenjena pridobivanju telesnega kapitala z vlaganjem (predvsem) časa in truda v telo, delom na sebi (samoizpopolnjevanjem). Pri športnih in rekreativnih dejavnostih lahko ustvarjamo 'atletski telesni kapital' (Wainwright in Turner 2006, 242), ki ima štiri vidike: hitrost, moč, vzdržljivost in gibkost. Nekateri športi se osredotočajo na razvijanje enega ali dveh elementov do te mere, da ostali vidiki telesnega kapitala postanejo ogroženi (prav tam). Za fitnes športe je značilno, da do neke mere omogočajo razvijanje vsakega izmed elementov 'atletskega telesnega kapitala'.

Na podlagi teh možnosti v polju fitnesa neprestano poteka dialog med strokovnjaki, teksti drugega reda in uporabniki, do katere mere naj vsakega izmed elementov atletskega telesnega kapitala 'fitnes habitus' razvija. Dejstvo je, da so fitnes športi kot športi za odrasle namenjeni predvsem vzdrževanju in ohranjanju telesnega kapitala; služijo zadrževanju procesov vezanih na staranje. V okviru te vloge so v polju s strani 'strokovnjakov' postavljanje meje in s tem legitimne prakse telesnih režimov, do katerih je nek element 'dobro' razvijati; danes je izpostavljena predvsem uravnoteženost med vsemi elementi, saj naj bi le-ta ustvarjala optimalno funkcionalnost telesa.

Fitnes športi se uvrščajo med 'asketske športe' in se delijo glede na 'telesne koristi' vadb: (1) vadbeni režimi, ki poudarjajo lepoto in moč; (2) vadbeni režimi, ki zasledujejo bolj abstraktne in obvladljive cilje 'zdravja in notranjega ravnovesja' (Stempel 2005). Z vadbenimi režimi v polju

---

<sup>86</sup> Okusi so vpleteni v 'klasifikacijske sisteme' na način, da prispevajo k reproduciranju odnosov moči, katerih produkt so. To se dogaja znotraj tipa izkušnje, poimenovane 'doxa' – izhodišče za družbene delitve, pri kateri gre za 'napačno prepoznavanje samovoljnosti' (Bourdieu 1997, 164).



fitnesa lahko sledimo prvim ali drugim ciljem. Pri tem ostaja delo na sebi, motiv za telesno aktivnost v polju enoten, 'da bi se dobro počutili'. Ali se bomo odločili za ene ali druge režime vadb, da bi s tem dosegli končni učinek 'dobro počutje', pa je po Bourdieuju odvisno od 'privzgojenega okusa'.

Na pridobivanje in ohranjanje telesnega kapitala in s tem ustvarjanja različnih oblik teles v polju fitnesa vplivajo objektivni razredi, tj. delitev glede na razmerja v procesih produkcije, starost in spol; to osvetljujejo študija Bourdieuja (1984/2002) in Carla Stempela (2005). Učinke socialno-demografskih dejavnikov na ustvarjanja razlik v telesnem kapitalu bom na kratko predstavila.

### **2.3.2 Družbeni razred: življenjski stil in status**

Oblikovanje življenjskega stila v pozni moderni pomeni izbirati med številnimi porabniškimi praksami. Prvi vtis o življenjskem stilu je lahko, da je to izredno osebno početje, še toliko bolj, ker poteka pretežno v sferi prostega časa in omogoča številne izbire 'porabniških praks'; okus v teh okvirih predstavlja posebno dimenzijo družbene identitete, ki je osnovana na porabniških praksah (Sassatelli 2007, 96). Vsesplošno je sprejeto, da je oblika telesa posameznika, kot tudi obleka, preživljanje prostega časa, prehrana itd., odraz individualnosti okusa in smisla za stil. V tem smislu življenjski stili služijo za izražanje individualnosti, samega sebe, in kot taki predstavljajo poskuse stilističnih oblikovanj, ki so namenjeni izražanju in zavedanju lastnega obstoja – življenjski stili postmoderne so 'pozerstva' (angl. *stylistic self-consciousness*) (Featherstone 1991, 83).

Izbira športne aktivnosti kot 'porabniške prakse' je tako za posameznika pomemben izraz življenjskostilnih preferenc in tudi izredno osebna izbira. Zato po mnenju Michela Lamonta danes ne moremo postaviti stabilne hierarhije okusov, kot to trdi Pierre Bourdieu.<sup>87</sup> To onemogoča dinamika družbe kot množični mediji. Izredna dinamičnost družbe in s tem številna polja moči so oblikovali preveč odprte in nestabilne okuse in porabniške preference (Sassatelli 2007, 97). Nestabilnost in odprtost okusov podpirajo množični mediji, ki kulturna razločevanja prikazujejo kot spremenljiva, subtilna in večplastna.

Sassatellijeva (2007) je mnenja, da tudi če sprejmemo Lamontovo stališče o odprtosti in nestabilnosti okusov porabniške kulture, to še ne pomeni, da ni več družbenih mej – da imajo vsi

---

<sup>87</sup> Izbire športne aktivnosti so oblikovane na osnovi ocene, primernosti in veljavnosti prostočasnih praks, ki je oblikovana na podlagi okusa skupine (Bourdieu 1984/2002).

enake možnosti.<sup>88</sup> Za posameznika v postmoderni še vedno velja, da količina kapitala v veliki meri določa njegov družbeni položaj, saj pogojuje življenjske izkušnje posameznika in s tem habitus (Crossley 2001, 87). Na možnosti številnih izbir telesnih praks porabniške kulture še vedno vplivajo razpoložljivi resursi in habitus posameznika. Zato je telo v kulturi porabništva pomemben pokazatelj družbene skupine in nosilec statusa (Shilling 1993).<sup>89</sup>

Zaradi družbene vloge telesa kot nosilca statusa 'lahko izrišemo zemljevid univerzuma teles družbenih razredov', ki je oblikovan po kriteriju razlik v količini kapitala (telesnega, ekonomskega, kulturnega, družbenega in simbolnega) (Wainwright 2002). Bourdieu (1984/2002, 192–193) nima za naključje, da telesne lastnosti delujejo kot družbeni klasifikator.<sup>90</sup>

V razmerjih do lastnih teles med delavskimi in vladajočimi razredi in odnosu do telesne dejavnosti, ki se odraža v produkciji različnih telesnih oblik, lahko identificiramo vsaj nekaj očitnih razlik: (1) Delavski razredi razvijajo odnos do lastnega telesa kot orodja, t.i. 'uporabnega' telesa, 'telesa kot sredstva'. V navezavi na bolezen gledajo na telo kot na 'stroj' (Rogers 1991 v Shilling 1993, 131), ki ga morajo 'spraviti v red', da bodo lahko telesno dejavni. Telo je kot projekt, v primerjavi z vladajočimi razredi, razumljen v dokaj omejenem smislu. Pomeni stvar, ki se utegne potrebovati in jo je zato potrebno 'vzdrževati v dobrem stanju' s pomočjo medicinskih strokovnjakov. Namen projekta je učinkovito/funkcionalno telo.

(2) Vladajoči razredi imajo na drugi strani veliko več časa in resursov (ekonomskega in kulturnega kapitala). S telesom ravnajo kot z vseživljenjskim projektom: menja so, da imajo nad telesom lahko več nadzora v okviru bolezni in zdravja in zato velik pomen pripisujejo izbiram primernih 'življenjskih stilov' (Calnan 1987 v Shilling 1993, 132). Stempel (2005) je v analizi športov med odraslimi v ZDA prišel do zaključka, da prihaja med vladajočimi razredi do razlik v orientacijah do telesa. Razlike pomenov, ki jih pripisujejo različnim oblikam rekreacije, so med skupinami vladajočega razreda oblikovane na podlagi razmerij med deležem ekonomskega in kulturnega

---

<sup>88</sup> Perspektivo porabniške kulture je potrebno uporabiti, ne za 'zanikanje' družbenih mej, temveč za razumevanje, kako se družbene razlike vzdržujejo in tekmujejo v okviru potrošniških praks in izbir (Sassatelli 2007, 98). Potrebno je izhajati iz stališča, da imajo različne skupine v samem izhodišču na voljo različno količino in obliko resursov, s katerimi operirajo v družbenem prostoru.

<sup>89</sup> Proces oblikovanja habitusa je ključen za razumevanje družbenega razreda in reproduciranje hierarhij razlikovanj. Produktiven pristop za razumevanje habitusa je kot 'socializirana subjektivnost' in iz tega izhaja, da je habitus hkrati individualni in 'habitus skupine' oziroma habitus institucij (Wainwright in drugi 2006).

<sup>90</sup> To je v fenomenološki raziskavi o 'telesih delavskega razreda' dobro predstavil Charlesworth. Pokazal je, da je telo delavca orodje, ki ga bo 'obraba in hitenje' (angl. *wear and tear*) uničilo v relativno mladih letih (Wainwright 2002).

kapitala; pri tem prihaja do podobnih razlik kot med skupinami vladajočega razreda pri izbiri rekreacije, tudi pri spolu. Značilnost izbire športov glede na delež kulturnega in ekonomskega kapitala je, da več kulturnega kapitala (in ženske) daje prednost športom, ki izpostavljajo askezo, več ekonomskega kapitala (in moški) ima rajši športe luksuza.

Enoten namen vseh vladajočih skupin (veliko ekonomskega ali veliko kulturnega kapitala) je, da želijo pridobiti jasno razločujoče oblike telesa. To skušajo, kot je pokazal Stempel (2005), doseči s praksami vadbe, ki vključujejo naporene aerobne športe, zmerni trening z utežmi in tekmovalne športe. Cilj je oblikovanje nadrejenih teles nad srednjimi in nižjimi razredi.<sup>91</sup>

### 2.3.3 Staranje in življenjsko obdobje

Telo je podvrženo biološkim spremembam (Wainwright in Turner 2006), staranju. Staranje je proces, ki ima za neizogibno posledico (biološko) upadanje telesnega kapitala. Gre za pojav, ko 'tvoja glava misli, da lahko, vendar tvoje telo ne more nič več'. Pri tem pa tudi biološki proces staranja ustvarja razlike med razredi: to omogoča praksa 'upravljanja' življenjskih potekov, ki je posledica različnih dispozicij do teles; tako tekom življenjskega cikla te razlike postanejo vidno vpisane v telo. Pri vladajočih razredih se pojavljata usmerjenosti do lastnih teles, ali v smeri praks namenjenih 'prekrivanju' procesa staranja, značilno za skupine z več ekonomskega kapitala, ali pa praks, ki nakazujejo, da svoja leta 'nosijo' kot znamenje statusa in ne 'pojemanja'. To je značilno za skupine z več kulturnega kapitala. Med skupinami srednjega razreda pa je konflikt o določanju meje starosti, kdaj smo 'stari' (Shilling 1993, 140).<sup>92</sup>

Shilling (1993) razlaga ustvarjanje razlik v okviru procesa staranja v polju vsakdanjega življenja na sledeč način. Določene skupine, kot je 'novi srednji razred', imajo prevladujoč vpliv v poljih s poudarkom na obliki telesa, kot sta na primer polja športa in mode, to pa jim v polju vsakdanjega življenja kljub procesu staranja, ki ima samo po sebi konotacijo zmanjševanja vrednosti telesnega kapitala, omogoča višanje vrednosti lastnega telesnega kapitala.

---

<sup>91</sup> Polje fitnesa, ki ga je oblikoval srednji razred za 'krepitev' svojega družbenega položaja, danes koristi tudi krepitvi vladajočega razreda.

<sup>92</sup> Če gledamo porabo prostega časa, gre pri skupinah za razlike v deležu 'investiranja prostega časa v telesne prakse' (Jarvie in Maguire 1994, 203). Po Bourdieuju (2004, 313) so med vsemi meritvami kulturnega kapitala, s tem tudi telesnega, najbolj natančne tiste, ki upoštevajo za merilo dolžino pridobivanja.

### 2.3.4 Spol

Spol ima pomemben vpliv na razlike v telesnem kapitalu, tako obliko kot funkcijo telesa; dejstvo je namreč, da se izraža predvsem preko teles. Bourdieu pravi, da ima prav proces preoblikovanja teles vlogo ustvarjanja razločujočih družbenih teles med spoloma oziroma v okviru preoblikovanja teles so razlike med spoloma tudi ustvarjene.<sup>93</sup> Ustvarjanje moških in ženskih teles zahteva veliko časa in truda, 'danes še več kot kdajkoli prej' (Bourdieu 2001, 55). Ustvarjanje spolnih teles je proces 'somatizacije razmerij nadvlade' in hkrati omogoča gledanje na razlike med telesi spolov kot naravne/biološke.

Potrebno je tudi izpostaviti dejstvo, da proces poustvarjanja spolnih teles poteka po principu moške nadvlade. Zato v naši kulturi ženske dojemajo lastna telesa, kot jih vidijo moški in jih tudi doživljajo 'kot telo za druge'.<sup>94</sup>

*'Žensko telo je, po principu 'moške nadvlade' konstituirano kot simbolni objekt, ki obstaja (esse) kot bitje zaznave (percipi), in to ima učinek, da žensko telo stalno drži v položaju telesne negotovosti oziroma simbolne odvisnosti'* (Bourdieu 2001, 66).

V polju športa in rekreacije spol igra zelo pomembno vlogo transferja: pogojuje oblike dostopa do telesnih režimov vadb in izkušnje pri udejstvovanju v polju. V preteklosti je bilo to zelo izrazito, saj so bile žensko posredno in neposredno izključne iz večine kulturnih (legitimnih) športnih praks (Hargraves 1994 v Maguire 2008). Danes se ženske lahko udeležujejo v vseh oblikah športa in rekreacije. Prav za fitnes športne je značilno, da je delež žensk večji kot moških. Fitnes športi so ženski športi. Statistični podatki v ZDA tudi kažejo, da je med strankami osebnih trenerjev tri četrtine žensk in prav tako 'fitnes' revije berejo v večini ženske (dve tretjini bralcev je žensk); spol vpliva na uporabo 'strokovnih virov', kot so terapevtski nasveti in vodenja. Seveda v polju fitnesa spol pogojuje tudi željo po 'specifični telesni nagradi', razlike v željah med spoloma so oblikovane na opozicijah vitek/nabit, oblikovanje postave/pridobivanje mišic (Maguire 2008, 16). Stempel (2005) je, v že omenjeni študiji o rekreaciji med odraslimi v ZDA, ugotovil, da spol vpliva na izbire

---

<sup>93</sup> Razlike so učinek tako 'posnemalnih' sugestij (angl. *mimetic suggestion*), izrecnih prepovedi in celotnega sistema pogledov simbolnih konstrukcij na biološko telo, ki sistematično producirajo razlike v habitusu spolov (različen in razlikujoč).

<sup>94</sup> Prav preko treniranja (vzgoje) telesa so vstavljene najbolj bazične dispozicije, te, ki osebo delajo 'nagnjeno' (angl. *inclined*) in 'sposobno' za vstop v družbene igre; tako so ženske vedno 'manj' usposobljene za vstop v moška polja delovanja (Bourdieu 2001, 56).

športa in rekreacije podobno kot razmerje v deležih kulturnega in ekonomskega kapitala; ženske izbirajo športe, ki poudarjajo element askeze, medtem ko moški izbirajo športe luksuza in tekmovalne športe.

V polju športne dejavnosti pri nekaterih posameznikih prihaja do spoznanja, da so bolj (prej kot manj) telesno sposobni, kot so mislili. Študije o pomenu telesnih vadb za različne skupine kažejo, da nekaterim skupinam, predvsem ženskam, ukvarjanje s športom in rekreacijo omogoča spreminjanje stališč o lastnih telesnih kompetencah, kljub 'privzgojenemu' prepričanju, 'da niso sposobni za vadbo' oz. 'ne marajo' telesne dejavnosti; le-ta se ženskam v procesu šolanja in v družini 'privzgoji'. Zaradi spremenjenih življenjskih okoliščin (staranje, zdravstveni problemi, osebni dohodki) lahko pride do spremembe stališč o telesni dejavnosti. Raziskava Wrighta in Dewarja o vadbah in ženskah v poznih tridesetih je pokazala, da se je mnenje pri tej starostni skupini pod vplivom vadb o športni dejavnosti spremenilo. Sprememba je posledica večjega zadovoljstva s samim seboj, tj. lastnim telesom, in 'samopotrditve', ki so jo pridobile pri strukturiranih telesnih aktivnostih. Mnenja sta, da to kaže, da pozitivne izkušnje lahko vodijo ženske v spremenjen odnos do družbenega sveta, vključno drugačnega odnosa do telesnega kapitala (Shilling 2004). Vendar pa Gilroy po Shillingu (2004) dodaja pomembno svarilo – koristi takšne aktivnosti, tj. ustvarjen 'fit kapital, je za ženske težje 'transformiran' v druge oblike kapitala kot za moške.

## **2.4 Vrednost telesnega kapitala v porabniški družbi**

V sodobnih družbah je preživljanje prostega časa aktivno, da se ukvarjamo s športom, celo plemenita dejavnost, ki pozitivno učinkuje na telo. S športno aktivnostjo si lahko pridobimo telo s statusom, ki omogoča pridobivanje tudi drugih oblik kapitala, predvsem ekonomskega in socialnega – in tako vpliva na pozicije moči.

Znotraj prostora športa, enega izmed polj proizvodnje in uravnavanja 'porabe' blaga in storitev, se odvija boj za družbeno moč med razredi in med skupinami (Bourdieu 2007a, 239). Preko teles poteka boj za prevlado na podlagi določanja legitimnih in cenjenih telesnih podob ter praks. Tekom časa športi pridobivajo ali izgubljajo družbeno vrednost; tudi akumuliran telesni kapital preko posameznih športnih aktivnosti se s časom spreminja.<sup>95</sup> V teh bojih skupine, ki imajo moč,

---

<sup>95</sup> Zlasti lahko opazujemo prehod sodobnih družb konec 80. in začetek 90. let prejšnjega stoletja v 'tiranijo trgov' spremembo moči ekonomskega in kulturnega kapitala. Tako v državi kot civilni družbi je prišlo do simbolne premoči

uravnavajo dostop do kulturno vrednih, cenjenih dobrin in storitev; prav tako koristijo prostočasne dejavnosti za doseganje ali/in ohranjanje vrednosti lastnih teles v 'simbolnih bojih' s tem, da opredeljujejo, kaj šteje kot legitimna ali nelegitimna praksa (Jarvie in Maguire 1994, 205). Na ta način koncept telesnega kapitala tudi v polju športne dejavnosti omogoča razmišljati o sodobnih oblikah oblasti.

Možnost legitimiranja praks je v kulturi porabništva pomemben mehanizem vzdrževanja pozicij moči, saj oblikuje okus za porabniške dobrine in življenjske stile. Družbene skupine si prizadevajo za legitimnost svojih lastnih 'izoblikovanih' okusov kot okusov družbe (Featherstone 1991, 87). Tako v širšem okviru poteka tekmovanje med skupinami za družbene položaje v vseh družbenih poljih v smeri postavitve monopola – lastnega okusa kot legitimnega družbenega okusa. Za 'sledenje' temu okusu je potrebna določena količina in oblika kapitala – kapital pogojuje možnosti izbir porabniških praks in kot tak vpliva na hierarhije položajev.<sup>96</sup> Na ta način se oblikuje hierarhija položajev, vključenih in izključenih družbenih skupin v 'poblagovljenem' kapitalizmu. Številne empirične študije kažejo, da je prav potrošnja ključna za družbeno stratifikacijo in je hkrati pomembno soudeležena v krepitvi različnih polj delovanj, tudi športa in prostega časa (Sassatelli 2007, 94).

Družbena stratifikacija s pomočjo potrošnje se odvija tudi na telesu. Telesa, ki so po normah popularne kulture pozitivno ovrednotena, so izredno 'živa' in dejavna. Telesa s statusom so mlada, spolno privlačna, vitalna in zdravega videza (Featherstone 1991). Ljudje si takšno podobo telesa prizadevajo (po)ustvarjati na različne načine, z uporabo (legitimnih) praks. Izbira praks je odvisna od stališč do lastnega telesa in telesnih praks, razlike v izbirah pa se odražajo v vrednosti pridobljenega telesnega kapitala. Gledano iz Bourdieujeve logike prakse imajo na odnos do teles največji vpliv socialno-demografski dejavniki: razred (ekonomski in kulturni kapital), starost in spol. So ključni dejavniki ustvarjanja razlik v količini in kakovosti telesnega kapitala. Posledica je, da je simbolna vrednost teles različnih skupin različna in je odvisna od vsakokratne sposobnosti družbenih skupin za opredelitev najbolj prestižnih telesnih oblik; vložki v boju za najbolj vreden in

---

ekonomskih oblik kapitala. S tem se je simbolna moč avtonomnih kulturnih praks šibila, posledica je tudi, da njene institucionalne strukture postajajo manj avtonomne. To se lahko vidi v upadanju podpore državnih politik univerzitetni izobrazbi in v trendu, da dominantni razredi bolj cenijo višjo izobrazbo kot ekskluzivno dobrino – si zaščitijo ekskluzivne poklice (Stempel 2005).

<sup>96</sup> Vse družbene prakse se razvijajo v smeri, da oblikujejo monopole, pri čemer se ustvarjajo določene vrednosti v odnosu do drugih elementov v polju – agentov, skupin, ali praks (Featherstone 1991, 84).

cenjen življenjski stil so veliki, končni izkupiček je 'vprašljiv'. Kot sem že pokazala, to seveda ni niti 'pošten boj', saj udeleženci nimajo enakih resursov, niti 'stabilen' boj, v katerem so 'pravila igre' nujno nedvoumna, jasna in nespremenljiva. Vladajoče skupine v družbi bolj verjetno pridobivajo telesa z višjo simbolno vrednostjo. To jim omogoča boljši veljaven dostop do posesti tako kulturnega, ekonomskega kot socialnega kapitala.

Shilling (1993) opozarja, da vladajoče skupine upravljajo in nadzirajo polja, v katerih je telesni kapital prepoznan in ovrednoten.<sup>97</sup> Če polje postane nasičeno s številnimi telesnimi podobami in družbenimi praksami, ki vse predstavljajo legitimne oblike teles z veliko telesnega kapitala, se njihova struktura lahko spremeni. Do sprememb pride v primeru, če vladajočim skupinam ne uspe 'vključiti novih stilov' v obstoječe hierarhije okusov, če se jim te razvrstitve ne priznajo kot veljavne, potem je ogrožena '*logika razlikovanj na osnovi okusa za kulturne in porabniške dobrine in življenjskostilne dejavnosti, ki veljajo za strukturirane na opozicijah*' (Featherstone 1990 v Shilling 1993, 143).

Gotovo so posamezniku na voljo številne izbire praks in dobrin, ki mu v primeru pragmatičnega delovanja<sup>98</sup> po modalnosti krize in ustvarjalnega razkritja, če preide v navado, lahko prinesejo spremembo življenjskega stila. Shilling (2004) pri tem opozarja, da ne smemo spregledati vpliva, ki ga imajo na razredu osnovani pogoji tako na situacije, v katerih se takšna dejanja pojavljajo, kot na posledice, ki jih ta dejanja imajo v okvirih možnih spreminjanj in ustvarjanj telesnega kapitala, vendar te modalnosti tudi niso v nobeni smeri reducirane na razred in ne zagotavljajo družbene reprodukcije (Shilling 2004, 485).

Dejstvo je, da je sodobna 'porabniška' družba zdravje razglasila za osebno odgovornost, videz in 'nastop' pa nujnost za gradnjo karier, pri čemer je sfera prostega časa nujno namenjena delu samoizpopolnjevanja. Kar pomeni, da je polje športa in rekreacije mesto, kjer se v sodobnih družbah odvija (pre)oblikovanje teles (in jazov) za kompetentnega družbenega akterja. Proces telesa s statusom, ki poteka v polju fitnesa, je kompleksen in vključuje tako producente kot porabnike. Telo je v tem prostoru obravnavano in razumljeno kot prostor vlaganja in instrument samoprodukcije

---

<sup>97</sup> Pri tem si prizadevajo za avtonomijo kulturnih polj, saj jim to omogoča 'poudarjati redkost' kulturnega kapitala in s tem višati njegovo vrednost (Featherstone 1991, 89).

<sup>98</sup> Shilling na 'pragmatičnem' konceptu telesne sheme opredeljuje tri velike modalnosti delovanja: (1) navada (angl. *habit*), (2) kriza (angl. *crisis*) in (3) ustvarjalno razkritje (angl. *creative revelation*), in jih navezuje na Bourdieujev koncept telesnega kapitala (več glej Shilling 2004).

(Maguire 2008, 3). To je nekaj iztočnic naslednjega poglavja, ki se ukvarja z vprašanjem, kako in zakaj poteka proces oblikovanja teles v polju fitnesa.

### **3 FITNES**

Institucija fitnesa je sodobnega nastanka. Njen pojav je posledica širitev družbenih tehnik discipliniranja teles v sfero prostega časa, tako nadomešča tradicionalne (moderne) institucije discipliniranja, kot je šola, vojska, bolnišnica ali proizvodna organizacija (Sassatelli 1999, 229). Pomembna značilnost fitnesa je, da je profiten in po tem principu nudi sredstva in storitve za izvajanje telesnih režimov praks, namenjenih preoblikovanju in vzdrževanju teles. V tem okviru so porabniku na voljo številne možnosti vadb, od klasične aerobike in 'bodybuildinga' do najnovejših kombinacij plesa, joge in borilnih veščin. Korist institucije posamezniki vidijo v pridobivanju 'fit kapitala', medtem ko zdravstvene politike 'vadbe v fitnesu' promovirajo kot 'skrb za lastno zdravje'.

Številni avtorji so se ukvarjali s sodobnim fenomenom (pre)oblikovanja teles s telesnimi režimi vadb in ga tudi različno predstavili. Avtorji, kot so Barry Glassner, Christopher Lasch in Susan Bordo so pojav preoblikovanja z režimi telesnih vadb v fitnesu označili za 'zmagoslavje porabniškega narcizma' (angl. *consumer narcissism*) ali dokaz naprednega postmodernega hedonizma (Sassatelli 1999). Drugi vadbe razumejo kot obliko stratifikacije, ki pa se po drugi strani zaradi širokega spektra vadbenih možnosti širi med različne družbene skupine in tako presega 'nov servisni razred', ki jih je originalno razvil (Bessy 1987 v Sassatelli 1999, 228). V tem kontekstu lahko fitnes obravnavamo kot sodobno kulturno polje, ki ga je ustvaril kapitalizem in posebej 'kulturo porabništva' (Maguire 2002; 2008) oziroma današnjo 'somatično kulturo' (angl. *somatic culture*) (Watcher 1984 v Monaghan 1999). V nalogi je fitnes kot sodobno kulturno polje okvir, ki omogoča gledanja na ustvarjanje teles (pridobivanje telesnega kapitala) v kulturi porabništva.

#### **3.1 Pomen vadbenih režimov v modernih in postmodernih družbah**

Dejstvo je, da človeški organizem ni nespremenljiva biološka lupina/površina jaza, je 'aktivni, samopreoblikovalni subjekt' (Freund 1988 v Wacquant 2007, 265). Telo je kot tako, za razliko od ostalih instrumentov produkcije, do neke stopnje fleksibilno; lahko ga oblikujemo in razvijamo znotraj danih parametrov. Telo kot 'nedokončana entiteta' je tako jasno mesto 'udomačitve', discipliniranja in nadzora, ki ga izvajajo družbene institucije in s tem 'ohranjajo družbeni red'



(Turner 1984/1996). Telo v tej vlogi deluje kot mesto 'udomačitve' in to zato, kot pravi Bourdieu (1990 v Jarvie in Maguire 1994, 188), *'ker je pokorščina prepričanje (poslušnost), in prepričanje je, kar telo dopušča, četudi razum pravi ne.'*

Discipliniranje teles je v nosilnih institucijah moderne kapitalistične družbe, kot so vojska, politične stranke, industrijski koncerni, dobilo pomembno mesto. Do danes je ostal pomemben proces, ki se v sodobnih družbah vrši tudi v sferi prostega časa v polju športa in rekreacije, to pa iz sledečega razloga. Vsaka telesna dejavnost, tudi šport, temelji na individualnem učenju motornih spretnosti (v smeri zavestnega nadzora nad deli telesa), ki se začnejo v otroštvu in ki z zadostnim številom ponovitev preidejo v podzavestno 'obvladovanje' telesa. Telesna dejavnost omogoča določujočo, normirano manipulacijo telesa in ima kot taka pomembno vlogo pri 'ohranjanju družbenega reda' (Jarvie in Maguire 1994, 188); discipliniranje telesa je sredstvo par excellence vsake vrste 'udomačitve'/'ukrotitve' (angl. *domestication*) (Bourdieu 1990 v Jarvie in Maguire 1994)<sup>99</sup> in se danes v okviru diskurza 'šport je dober za tebe' (Scambler 2005) vrši tudi v komercialni instituciji fitnesa.

### **3.1.1 Razvoj vadbenih centrov**

Razumevanje današnjega pojava fitnes centrov je mogoče, če najprej pogledamo v zgodovino instituta telovadnice. Za prvi pojav telovadnice lahko označimo grško 'gymnasts', ki jo je razvijala tudi rimska kultura, pojav sodobne telovadnice pa ima začetke v obdobju moderne. Razvoj sodobne telovadnice kot institucije discipliniranja teles je vezan sprva na zgodovinski proces rojstva nacionalne države, ki se je nato razvil in razširil v kapitalistični ekonomiji v svet rekreacije.

V okviru razvoja ključnih institucij moderne, kot so vojska, tovarne, zapori, šole in bolnišnice, je prišlo, kot ugotavlja Michael Foucault (1991), do 'procesa racionalizacije' telesa; proces racionalizacije je obširneje obravnavan v prvem delu naloge. V teh institucijah je telo subjekt režimov t.i. pozitivnega vodstva, to pomeni, da so prakse disciplinirajočih dejavnosti namenjene večanju/izboljševanju sposobnosti teles, in ne kot prej v verskih institucijah, kot so samostani, kjer je telo 'vodeno' v smeri ohranjanja ali zatiranja. Moderne institucije, kot so na primer vojska in

---

<sup>99</sup> Na osnovi Bourdieujevega pristopa lahko na šport (in telesno vzgojo) gledamo kot polje, ki ga vodi ideologija in je polje, v katerem se vzpostavljajo in odražajo razred, spol in nacionalna identiteta; pri tem prakse v polju niso determinacijske ali vnaprej dane in so kot take tudi potencialni prostor upora (Jarvie in Maguire 1994, 189).

tovarne, potrebujejo disciplinirana telesa, ki so sposobna izvajati nove spretnosti; optimalno služijo potrebam modernih institucij kolektivno koordinirana telesa, ki se dosežejo z razvijanjem gibanja telesa, ki je razčlenjeno, merjeno in ponovno oblikovano.

Procesi in tehnike discipliniranja telesa so se razširili v sfero prostega časa z razvojem znanstvenega in instrumentalnega pristopa k telesu; ob tem je prišlo tudi do uskladitve vadbene stroke. Širitev v prosti čas sprva ni prinesla sprememb v namenih in pomenih praks telesnih režimov; le-te so ostale vezane izključno na cilje kolektivnih in institucionalnih politik. Če pogledamo razvoj gimnastike v 19. stoletju, tako v Evropi in tudi ZDA, vidimo, da so ga določale nacionalne politike, ki so hotele ustvariti boljše 'državljan' oziroma doseči večjo funkcionalnost (koristnost) teles in izboljšati telesno higieno. Zlasti v Evropi je bila rekreativna gimnastika odraz strategije nacionalne države, ki jo je videla kot sredstvo vodenja populacij – resursov ekonomije in politike; posamezniki trenirajo s ciljem, da zavzamejo svoje mesto v družbenem redu (Defrance 1976; Hargreaves 1986; McIntosh 1963 v Sassatelli 1999). Ta trend je dosegel vrh v totalitarnih režimih prve polovice 20. stoletja, le-ti so gimnastike in športno vzgojo izrabljali za 'vcepljanje' svojih ideologij.

Danes je rekreacija v razvitem svetu depolitizirana. Trend depolitizacije vadbe se je začel na začetku dvajsetega stoletja in je po drugi svetovni vojni prevladal. Nove telovadnice so se odprle za zadovoljevanje individualni potreb po vadbi, užitku in samoizboljševanju. Ta pojav se je v Sloveniji začel v 80. letih prejšnjega stoletja. Gledanje na telesno dejavnost – šport in rekreacijo – se je spremenilo; medtem ko so se prej nameni vadbe navezovali na družbene vrednote, kot je vera v napredek ali nacionalna dolžnost, so sedaj v ospredje prišli osebni motivi. Legitimnost športnih aktivnosti je sedaj osnovana neposredno na potrebah in željah sodelujočih. Depolitizacija telovadnic<sup>100</sup> je pospremljena z novim organizacijskim modelom imenovanim fitnes, za katerega je značilno, da svojo dejavnost razvija na ustvarjanju dobička (profita).

Zanimiv pogled na razvoj pomena pojava sodobne športne dejavnosti sodobne družbe ima Graham Scambler (2005), ki se navezuje na okvir družbeno-ekonomskega reda. Tako ugotavlja, da je v obdobju liberalnega kapitalizma telesna dejavnost (šport) služila gradnji ustreznega značaja za

---

<sup>100</sup> Proces depolitizacije telesnih režimov v ZDA, kot v svojih raziskavah ugotavljata sociologa Green v študiji *Fit for America* (Fit za Ameriko, 1986) in Grover v delu *Fitness in American Culture* (Fitnes v ameriški kulturi, 1989), pomeni preobrat iz političnih v individualne motive - iz kolektivnih želja v individualne želje – in je pospremljen s 'poblagovljenostjo' teles (Green 1986; Grover 1989 v Sassatelli 2000, 398).

zasedenje elitnih položajev med vladajočimi razredi, medtem ko je pri razredu delovne mladine služila discipliniranju in podreditvi. V obdobju organiziranega kapitalizma pa se je pomen discipliniranja teles (tudi s športno aktivnostjo) preusmeril na poudarjanje splošnih kapacitet posameznikov v okvirih povečevanja individualnega zdravja. Po mnenju Scamblerja lahko tekom razvoja ekonomskih in družbenih sistemov zasledimo prevladujoč, vseskozi prisoten diskurz, 'šport je dober za tebe', ki očitno lahko dobro služi vsakokratnim potrebam političnega sistema.

### **3.1.2 Namen režimov vadb danes**

Moderne prakse telesnih režimov vadb so se začele razvijale sprva znotraj državnih in gospodarskih institucij, danes pa se njihov razvoj odvija pretežno v okviru komercialnih institucij, kot so različni rekreacijski centri ob podpori javnih medijev. Ni pa prišlo samo do spremembe institucij, kjer potekajo legitimne telesne dejavnosti, in sfere časa (danes v prostem času), v katerem se te dejavnosti odvijajo, posameznik je v okviru teh sprememb za izvajanje teh telesnih praks tudi drugače nagovorjen in motiviran.

'Kultura telovadnice' razvija motive vadb v okviru načel samoizboljševanja, večje sreče in boljšega zdravja (Foucault 1988; Gordon 1991 v Monaghan 2001, 331–332). Te paradigme danes spodbuja in uveljavlja tudi družbeni red porabniškega kapitalizma, da bi ustvaril ljudi, ki so 'sposobni za porabništvo' (angl. *fit for consumption*) (Maguire 2008) in to ne samo, ampak tudi preko institucije fitnesa. Posameznika se spodbuja, usmerja in prepričuje, da s pomočjo trajnostnega, načrtnega dela na sebi (telesu), vlaganjem truda in sredstev v lastno telo, oblikuje življenjski stil, ki ga vodita principa samonadzora in samoizpopolnjevanja. Prepričuje se ga, da si bo tako ustvaril pozitivno samopodobo in pridobil telo s statusom. To je shema, ki jo za 'potrebe' kapitalističnega razvoja družbe mediji in popularna kultura posredujejo posameznikom v diskurzih: zdravje je osebna odgovornost, privlačen videz in visoka storilnost sta poklicna nujnost ter prosti čas je potrebno namenjati samoizpopolnjevanju.

Tanja Rener (1998) v splošno popularnih in medijsko podprtih praksah telesnih režimov, kot je telesna aktivnost (in dieta), vidi mehanizem, s katerim se zdravstvene politike aktivno borijo proti kroničnim boleznim starajoče se družbe. Telesni režimi (vadb in diete) so v prvi vrsti prakse 'preventivnih ukrepov' s strani zdravstvene politike, namenjeni zmanjševanju tveganj razvoja kroničnih bolezni; zato so vadbe (dieta) danes legitimen in močno promoviran način za

zmanjševanje tveganja posameznikov za t.i. življenjskostilne bolezni moderne družbe – debelost, nedejavnost, diabetes, rak, bolezni srca (Maguire 2008, 45).

### 3.1.2.1 Prostor telesne vadbe: komercializacija in prosti čas

Sodobni pojav fitnesa je primer, ki kaže, da se sodobna telesa ne disciplinira več ekskluzivno v institucijah države ali cerkve, kot je bilo to značilno za obdobje moderne, temveč je lahko 'discipliniranje teles' del komercialnega okolja. Mesto na trgu kapitala zahteva, da se ustvari 'popolnoma učinkovit čas'. Zato je danes značilnost fitnes centrov, da so čas, prostor in gibanje razdeljeni v rigidne, neskončno majhne sekcije, ki vodijo v 'izločitev vsega, kar bi lahko motilo ali odvrčalo', kajti 'plačan' čas mora biti 'brez nečistosti ali napak'; čas dobre kakovosti, preko katerega je telo stalno uporabljeno za lastno vadbo (Foucault 1991 v Sassatelli 2000, 399). Komercializacija telesnih režimov vadb tudi pomeni, da ljudje plačujejo za čas, med katerim vadijo. Vedno se lahko odločijo, da prenehajo, zato prostor posameznika nagovarja, da si oblikuje in razvija osebne strategije, ki ga 'držijo' pri vadbi in v tem okviru reprezentira 'vztrajanje v/pri vadbenih režimih' kot odraz 'močne volje'.

Čeprav je danes v naši družbi na voljo vedno več 'komercialnih' telesnih režimov vadb, je fitnes gotovo najbolj očiten primer tega pojava; danes je koristen in 'dober' državljan tisti, ki je dober potrošnik. Pojav fitnesa predstavlja 'prakse telesnih režimov', v katerih se posamezniki učijo oblikovati telesa in sebe, da so 'sposobni za porabništvo' (Maguire 2008).

Komercializacija telesnih režimov vadb je prinesla tudi spremembo položaja posameznika znotraj institucij discipliniranja. Danes v primerjavi s preteklostjo telo, ki je 'prilagodljivo' in uporabno, v okviru kolektivne zavesti 'viša' posameznika: prej je bil subjekt, državljan, delavec, sedaj je najprej in predvsem 'suverena nedotakljiva entiteta', iz katere izhajajo želje in izbire (Sassatelli 2000, 399). Današnje telovadnice se razvijajo v smeri zadovoljevanja potreb vedno širšega kroga individualnih 'porabnikov'; seveda se danes še vedno, zlasti v okviru izobraževanja/šolanja, vrši telesna vzgoja, ki temelji na 'znanju' in strogosti (z namenom razvijanja motoričnih sposobnosti).

## 3.2 Vloga telesne dejavnosti v kulturi porabništva

Telo je v postmodernej družbi znak dobrega življenja in kulturnega kapitala – okusa razreda. Za telo s statusom je potrebno vlagati na različne načine v telo in si tako pridobivati telesni kapital; eden

izmed načinov je tudi z režimi vadb v polju športa in rekreacije. Prostori, ki omogočajo delo na sebi (telesu) – pridobivanje telesnega kapitala, so v moderni družbi doživeli razvoj in razcvet. Značilnost teh prostorov (polj) je izredna ‘poblagovljenost’, uveljavljen je princip ponudbe in povpraševanja.<sup>101</sup> To seveda nudi številne možnosti za ustvarjanje razlikovanj med skupinami na podlagi okusa, ‘vtisnjenega v telesa’ (več glej v drugem poglavju). Tako tudi t.i. fitnes športi (fitnes) predstavljajo prostor (polje), kjer lahko opazujemo (po)ustvarjanje razlik v sodobni potrošniški družbi, ki se odražajo, v prvi vrsti vidijo na telesih porabnikov.

### **3.2.1 Primer vpliva športa (telesne dejavnosti) na razlikovanja**

Športi so eno izmed polj ‘kulturnih praks’, pomembni za ustvarjanje telesnega kapitala tako kot posredno tudi kulturnega kapitala. Kot tako se polje športa tesno prepleta s še eno pomembno družbeno institucijo, ki ima ključno vlogo pri ustvarjanju kulturnega kapitala, šola. V sodobnih družbah sta šola in šport/prosti čas instituciji, ki se tesno prepletata v procesu (po)ustvarja kapitalov, telesnega in kulturnega, v katerega so vsi člani družbe vključeni že od ranega otroštva, in se odražata v obliki pridobljenih akademskih klasifikacij. Na ta način oba sodelujeta pri (po)ustvarjanju družbenih privilegijev in izključevanj po principu delovanja simbolnega kapitala.<sup>102</sup> Ta princip je pomemben, saj omogoča, da nadrejene družbene skupine legitimirajo svoje nadrejenosti kot nekaj naravnega (Stempel 2005). Na ta način je danes mogoče izključevanje na neosebni in individualiziran način na podlagi razreda (tudi rase, spola).<sup>103</sup>

Bourdieu (1998) je v študiji o ustvarjanju in ohranjanju vladajočih razredov s pomočjo instituta izobraževanja pokazal, da se individualizirana izključenost najbolj univerzalno izvaja v modernih sistemih formalnega izobraževanja, kjer je telo v vlogi indikatorja ‘osebnih kvalit’et’, ki so potrebne

---

<sup>101</sup> Bourdieu (2007a) delovanje principa trga kapitala v teh prostorih pokaže v študiji o izbirah in pomenu športa in prostega časa. V študiji izpelje tezo, da je polje športnih praks prostor produkcije ‘športnih produktov’, tj. univerzuma športnih dejavnosti in zabave, sprejetih v družbi danega časa. In drugič, prostor mnogih izbir telesnih dejavnosti in zabave, v katerem se ustvarja ‘okus’ za izbire ‘športnih produktov’ posameznih družbenih skupin.

<sup>102</sup> Značilnost simbolnega kapitala je, da je neprepoznaven kot kapital in prepoznaven kot legitimna kompetenca, kot avtoriteta, ki uveljavlja učinek (ne)prepoznavanja (Bourdieu 2004, 314).

<sup>103</sup> Kulturni kapital je v današnji družbi, kot dokazuje Bourdieu (1998) v študiji o ustvarjanju in ohranjanju vladajočih razredov s pomočjo instituta izobraževanja, ključen za družbene procese reprodukcije rasnih in razrednih privilegijev in izključitev.

za pridobitev izobraževalnih potrdil.<sup>104</sup> Šport (telesna aktivnost) ima na tej podlagi v današnji družbi že na samem začetku formalnega vstopa v družbeni prostor pomembno vlogo, sicer posredno, da kot dejavnost izven urnika prispeva k pridobivanju družbeno vrednega telesa (Stempel 2005, 412–413). Z udeleževanjem v polju športa in prostega časa si tako lahko posameznik viša telesni kapital, ki ga lahko 'prenese' v druge oblike kulturnega kapitala predvsem v polju izobraževanja<sup>105</sup>; po istem principu tudi v kasnejšem življenjskem obdobju na trgu dela v ekonomski kapital. To je mogoče zato, ker je pomembna 'zmota' formalnih institucij, kot so šole in birokratske organizacije, da habitus, oblikovan v sklopu 'izven kurikularnih' razrednih praks, prepoznavajo kot 'inteligenco', ustvarjalnost in značaj.

### **3.3 'Fitnes športi'**

Fitnes športi nudijo blago in storitve, ki so namenjeni vzdrževanju in preoblikovanju teles. Je dejavnost za odrasle, ki poteka v sferi prostega časa v 'telovadnici' oz. 'fitnes centru'. Gotovo je pomembna značilnost fitnes centra tudi ta, da je kot sodobna komercialna institucija odprta vsem, ki imajo kulturne kompetence in ekonomski kapital, da lahko v njen delujejo kot porabniki; fitnes center je odprt in zaščiten, ločen in povezan z vsakdanjim življenjem; je sfera, kjer se telo pripravlja za številne dnevne rutine (več glej v: Sassatelli 2000). Ključni proces, ki se odvija v tej instituciji, je ustvarjanje 'fit teles', kar po Bourdieuju pomeni spreminjanje 'abstraktnega' telesnega kapitala v t.i. 'fit kapital'. Za pravo sliko procesa ustvarjanja 'fit kapitala' v fitnes centru je po Bourdieuju potrebno gledati celotno kulturno polje fitnesa.

#### **3.3.1 Fitnes kot kulturno polje**

Fitnes je kulturno polje, kompleksna mreža prizorišč, produktov in praks, producentov in porabnikov, osredotočeno na vadeče telo (Jarvie in Maguire 1994). Razvoj polja fitnesa poteka znotraj razmerij med tremi pozicijami akterjev: (1) institucije, posebni družbeni prostor (zlasti fitnes

---

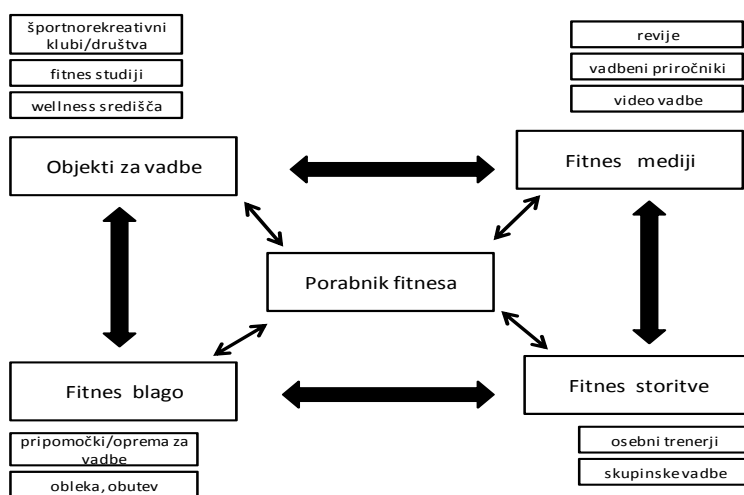
<sup>104</sup> V procesu formalnega izobraževanja univezalno/splošno priznane avtoritete priznavajo kot osebne značilnosti in osebne kvalitete družbeno strukturirane jezikovne, telesne in miselne sposobnosti ter dispozicije, kot so 'inteligenca', 'ustvarjalnost' in 'značaj' (Stempel 2005).

<sup>105</sup> Bourdieu vidi izobraževalni sistem in njegova izobraževalna potrdila kot osrednjo obliko kulturnega kapitala, ki so univezalno priznana simbolna/izmenjalna vrednost kulture in moralne odličnosti nekoga. V sklop pridobivanja 'izobraževalnih potrdil' je vključen tudi način in stopnja zanimanja za kulturo 'izven urnika', kot je umetnost, glasba in športi, 'izven kurikularno' pridobljena znanja, okuse in telesne dispozicije je vključeno v kriterije nagrajevanja.

center); (2) poklicnega kadra producentov (kot so osebni trenerji in inštruktorji aerobike), podprtega z informacijskim aparatom, množičnimi mediji; (3) porabnikov.

Znotraj teh treh pozicij se poustvarjata in uravnavata produkcija/poraba blaga in storitev fitnesa; pri čemer je vse ovito v diskurz, za katerega je značilno, da služi predstavljanju in konstituiranju fitnes vadb kot 'cenjenega načina' skrbi za telo – na ta način se širi porabniške 'okuse' za potrošnjo fitnesa (Maguire 2002, 449–450). Poleg tega poteka razvoj polja, tj. okusov in produktov (blaga in storitev), v okviru principa recipročnosti; Bourdieu (1984/2002, 241) ga imenuje 'izbirne privlačnosti' (angl. *elective affinities*) v razmerju med: (1) produkcijskim procesom dejavnosti, namenjenih porabnikom in (2) okusi, vrednotami porabnikov; polje tako nagovarja porabnike s svojimi produkti in se razvija na podlagi njihovih preferenc.

Slika 3.1: Model polja fitnesa.



Vir: Maguire, Jennifer S. (2008, 9): *Fit for Consumption: Sociology and the business of fitness*. London: Routledge.

Kulturna produkcija v polju poteka v okviru mreže, v kateri imajo akterji različne položaje in pooblastila, vpliv in ugled. Takšna mreža legitimira diskurz polja, resurse kot telo védenja in hierarhijo pozicij. Znotraj te mreže se morajo med udeleženci – tako producenti kot porabniki – vzpostaviti stalni kanali dialoga, s pomočjo katerega poteka izmenjava pogledov, razprava o praksah in sprejemanje skupnih predpostavk.

Kanal, po katerem poteka dialog v polju fitnesa, so teksti (specifična besedila), t.i. izdelki 'drugega reda', ki služijo za širjenje praks in vrednot fitnesa (kot so popularna strokovna znanja o prehrani, psihologiji in biomehaniki) (več glej v: Maguire 2002). Namen besedil je, da izobrazujejo porabnike.<sup>106</sup> Cilj polja fitnesa je namreč ustvariti kritičnega in informiranega porabnika, ki je sposoben zavestnega sodelovanja v 'fitnes porabništvu' (Maguire 2002, 450); ta način kulturne produkcije porabnika 'opremi' z znanjem, kar polju fitnesa zagotavlja razvoj in legitimnost; na podlagi tega procesa je porabnik fitnes storitev in blaga sposoben zavestnih izbir, seveda v okvirih lastnih resursov in resursov polja (Maguire 2002, 461).

Fitnes polje svojo ponudbo gradi na principu delovanj in potreb posameznika v postmodernejši družbi. To potrjuje tudi analiza 'fitnes diskurza' v ameriških priročnikih in revijah tega področja, kot ugotavlja Jennifer Maguire (2002). Besedila, ki jih producira polje fitnesa, lahko umestimo v žanr čustvenih priročnikov in metodoloških vodnikov, ki vzgajajo posameznika kot porabnika telesnih režimov vadb (tudi diete); le-ta probleme rešuje s pomočjo družbenega statusa in porabniškega življenjskega stila.<sup>107</sup>

Telo je v diskurzu fitnesa izdelek – v smislu dobrega zdravja in privlačnega videza – 'podjetja' (institucije fitnesa in porabnika), ki ga le-to ustvarja v enem in edinem projektu 'fit' življenjskega stila. Cilj tako razvitega življenjskostilnega modela je, da zna in zmore trajnostno vlagati v telo z namenom pridobivanja telesnega kapitala. Ta model pomeni 'budno' nadzorovanje in stalno delo na sebi (telesu), pri čemer uspeh za samoizpopolnjevanje in skrb zase pade na ramena posameznika. Gre za to, da se vadba predstavlja kot investiranje v osebni razvoj, večjo konkurenčnost na trgu in boljši družbeni status – na kratko: vadba je način investiranja v telesni kapital (Maguire 2008, 40).

---

<sup>106</sup> Gre za besedila, kot so priročniki za vadbo in revije, ki presegajo kratkotrajnost vadbene izkušnje in tako preoblikujejo fitnes vadbe iz neposredne dejavnosti v postopno poučevanje – vadbe se iz neposrednega doživljanja lastne telesnosti v okviru besedil razširijo v intelektualno, kritično in estetsko tematiziranje telesa (Ferguson 1998 v Maguire 2002).

<sup>107</sup> Besedila predstavljajo telesne režime zdravja in vadb kot izbire 'zdravega razuma', predvidevajo, da se bodo posamezniki na podlagi vseh informacij – zadostnega znanja – odločili/izbrali, da bodo telesno bolj dejavni. Glavni poudarek tovrstnih besedil je informiranje porabnika o telesni dejavnosti, vendar pri tem poudarjajo, da podajajo objektivne, 'prave' rešitve za probleme/dileme vsakdanjega življenja: kako izbrati med številnimi možnostmi na trgu; kako optimizirati možnosti za uspeh in srečo in ob tem skrbeti za tveganja za neuspeh in bolezen; kako oblikovati življenjski stil, ki se prilagaja družbenim normam in hkrati izstopa (v pozitivnem smislu), tj. omogoča tako sprejemanje kot razlikovanje (Rose 1996 v Maguire 2002, 462).



### 3.3.2 Telesni kapital: 'fit telo'

Telo je projekt, ki v 'porabniški družbi' zahteva neprestano produkcijo na način stalne potrošnje blaga in storitev.<sup>108</sup> Ta 'potreba' je motivirana z idealom 'estetskega telesa' in ga podpirajo stilizirane podobe teles v množičnih medijih; tako so danes ljudje obsedeni z ustvarjanjem 'estetskih teles' (Featherstone v Seymour 1997, 5). Množično občinstvo temu idealu sledi v okviru telesa kot osebnega projekta, pri čemer se mu 'idealno telo' prikazuje na doseg roke, če se seveda le odloči za eno izmed številnih izbir, praks in storitev na trgu, kot je na primer fitness.

Resurse za (po)ustvarjanje 'estetskega telesa' porabniške kulture ima tudi polje fitnesa, ki omogoča oblikovanje 'fit telesa'. Pojav 'fit telesa' (angl. *fit body*) in porabniških praks, vezanih na doseganje tega cilja, smo v zahodni Evropi pričali že vse od srede osemdesetih let 20. stoletja, pri čemer gre za zasledovanje zelo abstraktnega ideala. Pojem 'fit telo' je namreč izredno abstrakten, kot ugotavlja Sassatelli (2000) v študiji o športu in družbi v sodobni Italiji.

'Fit telo' je sinonim za vidne poteze telesa<sup>109</sup>, kot so na primer čvrstost mišic (izoblikovana/izklesana postava), malo maščobnega tkiva, in funkcionalnost telesa, kot je vzdržljivost (biti sposoben neprekinjene 30 minutne aerobne vadbe), gibljivost, in je kompatibilen z različnimi telesnimi oblikami. To omogoča individualno definicija ideala 'fit telesa', glede na različne želje, ki jih oblikuje okus – tj. razredna pripadnost (ekonomski in kulturni kapital) in do neke mere tudi spol in starost.<sup>110</sup> Na drugi strani je širša slika namena produkcije teles v polju fitnesa dokaj enotna: 'fit telo' naj bi bil sinonim za 'globoke' telesne značilnosti – v nasprotju s kozmetičnimi, kot so energija, gibkost in moč; te značilnosti telesa se ustvarja z različnimi

---

<sup>108</sup> Telo je 'tarča' za reklamiranje blaga, tehnologij in storitev, ki ima končni namen, to je 'nastop' (angl. *performance*) – razkazovanje in priznan status.

<sup>109</sup> Idealno obliko vse skupine opredeljujejo s 'čvrsto' in 'izoblikovano' postavo, ugotavlja Sassatelli (2000, 348). In tako pravi, da je telesni pluralizem sledeči: 'sprejema se vsaka oblika, če le ima mišični tonus'. tako je očitno, da je 'fitnes' napovedal vojno maščobi.

<sup>110</sup> Na področju telesnih vadb v fitnes centru je funkcija prakse preoblikovanja teles v 'fit telesa' homogena, jasno konstruirana in strokovno utemeljena (Sassatelli 1999). 'Vendar to še ne pomeni, da vsi člani pričakujejo enako stvar od enake prakse' (Bourdieu 2007b, 422). Do vadb v fitnes centru imajo različne skupine (razredi) drugačna pričakovanja, zahteve (Defrance v Bourdieu 2007b), ki zavzemajo širok spekter učinkov na telo: (1) produkcija močnega telesa, nosilca zunanjih znakov moči – popularna zahteva, zadovoljena z '*gradnjo/krepitvijo mišic*' (angl. *body-building*); (2) produkcija zdravega telesa – meščanska zahteva, zadovoljena z vadbami 'ohranjanja fit telesa' ali '*vadb vitkosti*' (angl. *slimnastics*); (3) produkcija '*sproščene, osvobojenega*' (angl. *liberated*) telesa – zahteva žensk, ki pripadajo novemu srednjemu razredu. Pričakovanja, stališča in prakse dela na telesu na ta način oblikujejo 'razredna' telesa. Vendar pa so seveda le-ta pogojena z okusom skupine, kateri vsak posameznik pripada.

vadbenimi tehnikami, razvitimi prav za ta ideal. Telesne prakse vadb veljajo kot sredstvo, ki izboljša zdravje, ohranja mladost, zviša družbeni status in viša spolno privlačnost (Monaghan 2001).

Ideal 'fit telesa' sodobna družba sprejema in ceni, seveda s tem tudi telesne prakse vadb, ki so namenjene njegovemu ustvarjanju. Vloga ideala 'fit telesa' je, da legitimira prakse vadb, katerih produkt je (Sassatelli 2000). Glassner (1990 v Monaghan 2001, 332–333) opredeljuje simbolizem 'fit telesa' in pomen vadb za njegov status v postmodernizmu na sledeč način. Podoba z asketskimi vadbami<sup>111</sup> in dietnimi režimi kultiviranega 'fit telesa' v postmodernih družbah ni preprosto obči resurs za presojanje sebe in drugih, temveč podoba tega telesa, zdravega videza brez maščob, odraža širino telesnega preoblikovanja: od telesnega, ekonomskega in estetskega, 'mešanica 'koncev' in sredstev' (angl. *a pastiche of ends and means*)(prav tam).

Fitnes vadbe ustvarjajo 'fit telo', ki nosi 'fit' telesni kapital in razvijajo dva pomembna vidika telesa: funkcijo in obliko (Shilling 1993; Featherstone 1991). Telesno funkcijo običajno opredeljuje popularni postmoderni družbeni diskurz zdravja, medtem ko je oblika telesa najpogosteje vezana na zunanji videz (Maguire 2008, 40).

### 3.3.2.1 Pomen zdravja

Sodobne družbe imajo t.i. 'kulturo namišljenega zdravja' (Greco v Maguire 2008), zdravje in bolezni se smatrata za stvar osebne volje oziroma šibkost. 'Skrb za zdravje' tudi fitnes polje razume na ta način, tj. kot individualno odgovornost, in ima na tej osnovi tudi legitimirano svojo dejavnost.

Polje fitnesa kot pojav prostora legitimnih režimov vadb korenini v politikah javnega zdravja. Ekonomija zdravstva in javne politike s promocijo zdravja danes spodbujajo posameznika v življenjsko stilne izbire, oblikovane na ideologiji individualne odgovornosti (Maguire 2008, 49). Tako naj bi vadbe sprejel v svoje vsakdanje življenje kot prakse dejavnega zmanjševanja tveganj za razvoj kroničnih bolezni sodobnega časa.<sup>112</sup> Prav telesna dejavnost je ključni element na listi

---

<sup>111</sup> Vadba je postala dejavnost, ki je 'sposojena' mešanica različnih podob, stilov in tradicij.

<sup>112</sup> Dejavniki, ki so izpostavili pomen aktivnih ukrepov preprečevanja bolezni so: spremenjeni vzorci bolezni, omejen učinek pasivnih zdravil pri kroničnih boleznih, t.i. življenjskostilnih boleznih, in potrebe vlad po spremembi ekonomije zdravstva ter dognanja medicinske stroke.

praktičnih ukrepov varovanja zdravja in je dediščina 19. stoletja, ki je konstruiralo vadbo kot zdravilo za vse osebne in družbene probleme (prav tam).<sup>113</sup>

### 3.3.2.2 Pomen videza

Skrb za zdravje je v družbi pozitivna vrednota v nasprotju z drugim vidikom telesa, ki se v polju razvija, 'skrbjo za zunanji videz, privlačnost telesa'; ta pogosto spremlja zdravje, a ima bolj negativen prizvok (Maguire 2008). Tako je posameznik, ki si z vadbami prizadeva izboljšati zdravje, običajno vrednoten kot odgovoren, medtem ko je tisti, ki ima za cilj izboljšanje videza, pogosto označen za narcisoidnega in egocentričnega.

Dejstvo je, da so motivi za 'biti fit' nič manj kot na zdravje vezani tudi na zunanje telo, 'videz telesa'. Videz telesa je v porabniški servisni ekonomiji pomemben za poklicni uspeh in družbeni status; tako posamezniki investirajo v podobo telesa tudi z vadbami v fitnesu, ki jih izvajajo kot strateško dejavnost za pridobivanje konkurenčnih prednosti, predvsem na trgu dela in v družabnem življenju.

V okviru telesa kot statusnega blaga je v postfordistični servisni ekonomiji in porabniški kulturi pozornost usmerjena na estetiko in fantazijo telesne podobe.<sup>114</sup> Lahko tudi trdimo, da za ustvarjanje statusa telesa tudi ni nujno, da posamezniki, ki si izbirajo telesne prakse (vadbe, diete) s tem tudi izboljšujejo lastno zdravje. Lahko se namreč ukvarjajo z vadbami na načine, ki za zdravje pomenijo 'tveganje'. Monaghan (1999; 2001) za primer daje 'fit' telo 'bodybuilding' odvisnikov. Ta skupina porabnikov telesnih vadb fitnesa ima ustvarjeno podobo telesa, ki je sinonim 'fit (vitalnosti) in zdravja' vsaj določenemu segmentu ljudi, pri čemer se ta podoba ustvarja s trajnostnim 'tveganim' delom na sebi (telesu); prakse vadb izvajajo v okviru pragmatičnih koristi anaerobnih vadb in čutnih zadovoljstev teles. Mnenja je, da takšnih praks in stališč do teles v polju fitnesa nimajo samo

---

<sup>113</sup> Vadbe in (uravnotežena prehrana) predstavljajo v naši družbi preventivne prakse preprečevanja bolezni v smislu, da so 'legitimne prakse upravljanja posameznikov z lastnimi telesi' in se na ta način znižuje obremenjenost zdravstvenih blagajn: individualno vedenje je postalo sredstvo zmanjševanja družbenih tveganj na način 'vstavitve' javnih politik in ekonomskih prioritete v individualne življenjske stile (O'Brien 1995 v Maguire 2008, 46)

<sup>114</sup> Richard Florida (2002), ki govori o vzponu kreativnega razreda, pravi, da je obseden biti v formi, za katerim stoji veliko več kot skrb za zdravje. Niti ne gre samo za estetiko, ki daje prednost 'velikim bicepsom'. Večanje zavedanja telesa vidi kot platno in areno za kreativni izraz. to po njegovem mnenju kažejo tudi vadbe 'telesnega kiparjenja', pojma preoblikovanja telesa kot oblika umetnosti, narcisoidni trend. Drugi 'praktični vidik' je, da se posameznik na trgu 'ženitev' in trgu dela bolje trži, če izgleda kar najbolje. In tu je še stereotip, ki je, da oseba, ki je v formi, velja za bolj zanesljivo in bolj sprejemljivo za razliko od nekoga, ki je pretežak (Florida 2002, 177-179).

‘bodybuilderji’, ampak tudi nekateri ‘vsakdanji’ porabniki vadb, ki tudi uporabljajo prakse za ‘krepitev mišic’ in so motivirani s prisotno podobo ‘močnega telesa brez maščob’, ki je znak zdravja (Monaghan 2002, 338). V tem primeru gre pri porabnikih fitnesa za ‘slabe’ izbire v pomenu ‘skrbi za zdravje’, tu tako polje fitnesa ne izpolnjuje vloge, ki ga legitimira s strani medicine in politik zdravja. Lahko se vprašamo, kateri družbeni dejavniki v primeru ‘bodybuilderjev’ vodijo v ‘tvegane’ izbire praks, v izbire, ki ne višajo telesnega kapitala, ampak ga znižujejo, v skrajni obliki celo ‘stigmatizirajo’.

### 3.3.2.3 Fit telo: oblika/funkcija telesa in samonadzor

Fitnes polje gradi na dveh oblikah telesnega kapitala: funkciji in obliki telesa; oziroma na dveh motivih, ki usmerjata prakse v polju: zdravju in videzu. Fitnes industrija, globalna panoga s centrom razvoja v ZDA, vse od 70. let 20. stoletja reklamira vadbo kot idealen način za ustvarjanje oblik telesnega kapitala v okviru diskurza ‘vadb pomaga k dobremu počutju in dobremu videzu’ (Maguire 2008, 40). Študije tega prostora kažejo, da udeleženci vadb tesno povezujejo zdravje in videz. Sodelujoči v raziskavi Watsona (2000) so povezovali zdravje z ‘zdravim videzom telesa’ (in z blagostanjem). V študiji Monaghana (1999) o ‘bodybuilderjih’ pa se enači ‘dober videz’ z ‘dobrim počutjem’.

Motivacija za vadbe kot eden ključnih problemov, s katerim se soočajo producenti in porabniki v komercialnem polju fitnesa, je vzajemno okrepljena z obema uveljavljenima področjema dela na telesu, izboljševanja tako zdravja kot videza. Še več, izboljšati zdravje in videz sta postali obveznosti znotraj projekta telesa, ki sta vezani tako na ideologijo osebne odgovornosti kot tudi logiko razkazovanja statusa v kulturi reklam (Maguire 2008, 52).

Vadeče telo nosi vidne rezultate dela na sebi (vlaganja), ki se odražajo na notranjem in zunanjem telesu. Lastnik si lahko na ta način ustvari telo s statusom (dobrega zdravja in privlačnega videza) oz. si ustvarja družbeni položaj (Hirsch 1977 v Maguire 2008, 41). Seveda polje posamezniku omogoča graditi še na eni vrsti statusa, ‘pravega’ ali ‘popolnega’ individuuma: telesni režimi vadb (in diete) so asketske prakse in kot take omogočajo izvajanje samonadzora, ki je usmerjen v omejevanje tveganj za zdravje, doživljanje pozitivnih občutkov lastne telesnosti, tj. pozitivne samopodobe, in tudi v moč za vplivanje na ljudi okoli sebe.

Modernemu posamezniku polje fitnesa nudi priložnosti za dovršitev vseh vseživljenjskih nalog, tj. izraziti svoj jaz in oblikovati lastno identiteto,<sup>115</sup> danes seveda vezanih na porabništvo (Maguire 2008, 41).

### 3.4 Legitimiranje telesnih vadb v fitnes centru

Vadbe v 'fitnesu' so v naši družbi legitimna oblika vzdrževanja in preoblikovanja teles. Glavni razlog za fitnes kot prostor legitimnih režimov vadb je v javnih politikah zdravja, ki poudarjajo aktivno skrb posameznika za lastno zdravje; zdravje kot individualna odgovornost. Polje zdravstva je ustvarilo, s pomočjo medicinske legitimnosti in politične veljave, vsakdanje znanje o koristnosti telesne dejavnosti za zdravje in s tem pogoje, da je telesna dejavnost sprejeta kot 'kakovostno preživljanje prostega časa'.

Vendar ima tudi podoba 'fit telesa', značilna za porabnike fitnes vadb, moč legitimiranja vadb, katerih produkt je (Sassatelli 2000). Dejstvo je, da je v porabniški kulturi videz tako prepričljiv argument, da podoba 'fit telesa', tj. telo z 'malo maščob in vidnimi mišicami', deluje kot družbeni simbol zdravja, celo 'zdravega življenja' (Wachter 1984 v Monaghan 2002, 338); ne glede na to, kako je pridobljena. Tako se vsi porabniki režimov vadb – seveda tudi tisti, ki se poslužujejo 'tveganih' praks dela na sebi – lahko sklicujejo na svojo podobo 'zdravega telesa', da so zdravi: '*Če sem videti zdrav, pomeni, da se počutim tako in sem torej zdrav.*' (Monaghan 2002, 339).

Polje fitnesa se razvija in legitimira tudi s t.i. izdelki drugega reda, specifičnimi besedili, objavljenimi v revijah (tiskanih medijih) in na spletu, ki posredujejo prakse in vrednote fitnes polja z namenom ustvariti porabnika polja, ki je dobro informiran, kritičen in poučen in sposoben zavestnih izbir v okvirih lastnih resursov in resursov v polju – polje se tako dodatno legitimira (Maguire 2002, 461).

---

<sup>115</sup> V kontekstu individualizacije je telo, znamenje statusa, za individuume samo na sebi prvi in najbolj pomemben projekt.

### 3.4.1 Akterji legitimiranja

‘Telesni strokovnjaki’ (Shilling 1993), kot so zdravniki, vzgojitelji, osebni trenerji, športni strokovnjaki, strokovnjaki za prehrano – Bourdieu (1984/2002) jih imenuje ‘novi kulturni posredniki’ (angl. *new cultural intermediaries*), imajo ključno vlogo v razvoju mode in okusa polja. So tisti, ki imajo največji vpliv na oblikovanje legitimnih oblik teles in telesnih praks polja.

Telesni strokovnjaki v polju fitnesa (tudi mode) ‘vzgajajo in etiketirajo’ telesa, tako da določajo legitime in deviantne načine upravljanja in doživljanja teles. To vpliva na prepoznavanje naših lastnih in drugih telesnih praks in oblik kot ‘pravilnih’ in primernih ali pa potrebnih nadzora in kazni (Shilling 1993, 145).

#### 3.4.1.1 Promovirani življenjskostilni model

‘Novi kulturni posredniki’<sup>116</sup> prevzemajo ‘intelektualni življenjski stil’ (se ga učijo), razvit med kulturno elito, tj. skupino nadvlade, in kot tak legitimen, ter ga nato promovirajo in prenašajo med širše občinstvo srednjega razreda (Bourdieu 1984/2002, 370). Prevzemanje intelektualnega življenjskega stila za novi srednji razred pomeni kultiviranje lastnega v smeri stiliziranega, ekspresivnega načina, ki ima seveda v prvi vrsti namen ustvarjanja razlik, hkrati pa ‘naučeno’ v obliki storitev in blaga nudijo tudi drugim.

Posledica tega so danes ‘skoraj vsakomur dostopne drže, igre in druga znamenja notranje bogatosti, ki omogočajo profitne distinkcije svojemu lastniku in so bila prej rezervirana za ‘intelektualce’ (Bourdieu 1984/2002, 371). Splošno ‘čuščenje’ intelektualnih dobrin in umetniških oz. intelektualnih življenjskih stilov pomaga ustvarjati občinstvo znotraj novega srednjega razreda in tudi širše, za nove simbolne dobrine in izkušnje (Featherstone 1991, 44). Tudi polje športa in rekreacije je na ta način legitimiran kot prostor, kjer se lahko razvija prevzet (intelektualni) življenjskostilni model, in je kot tako veljavno polje intelektualnih analiz.

Ključni element življenjskega stila ‘novega srednjega razreda’ je telo. Drža do lastnega telesa kot projekta omogoča, da se ga upravlja in razvija z lastnim delom in izbirami na trgu (Maguire 2002, 454); izbire ustvarjanja teles vključujejo tudi (pre)oblikovalne prakse vadb. V tem okviru se je

---

<sup>116</sup> Predstavljajo frakcijo znotraj novega srednjega razreda in so vključeni v zagotavljanje simbolnih dobrin in servisov.

razvilo tudi polje fitnesa, ki je konstruirano na izbirah, namenjenih porabniškemu življenjskemu stilu (Bourdieu 1984/2002; Featherstone 1991), 'fit telo' kot način samoprodukcije v sferi prostega časa posameznika.

V postmodernejši porabniški kulturi poznega kapitalizma je izbir vedno več, saj njihova produkcija poteka strateško in sistematično v globalnih podjetjih (korporacijah).<sup>117</sup> Danes so podjetja vključena v produkcijo razlikovanj (angl. *production of difference*) preko močno razvite marketinške mreže, ki spodbuja širjenje številnih možnosti izbir, od stilov oblačenja do ostalih storitev in blaga, ki služijo družbenim skupinam za ustvarjanje razločevalnih telesnih identitet (Shilling 1993, 143). Smer razvoja gre v smer inflacije blaga in storitev na trgu. Sodobna družba s kulturo porabništva v tem ne vidi problema, saj spodbuja življenjske stile, ki ne potrebujejo notranje koherentnosti (Sassatelli 2007, 101).

### 3.4.2 Možnosti in omejitve pridobivanja telesnega kapitala

Novi srednji razred ima interes producirati in širiti podobe in informacije porabniške kulture, saj s tem legitimira in krepi svoje lastne položaje v družbenem svetu, pridobljene s pomočjo 'prevzetega' življenjskega stila (Featherstone 1991, 84). Telo v središču tega življenjskega stila je kljub vložnemu času in trudu – pridobljenem telesnem kapitalu – zaznavano in sprejeto kot 'odtujeno' (angl. *alienated body*)<sup>118</sup>. To je posledica gledanja na lastno telo. Medtem ko vladajoči razredi z vrednotama estetskega dela na sebi (telesu) in morale, osnovane na vložnem delu (pre)oblikovanja telesa, dosegajo (lastne zaznave) teles kot 'naravno lepa', svoja telesna doživljajo kot izvir miline, privlačnosti, čudeža, saj se identificirajo z zmožnostmi lastnih teles. Novi srednji razred težje pride do takšne zaznave lastnih teles, čeprav ga v produkciji telesa vodijo iste vrednote in dosegajo enako reprezentacijo legitimnega telesa ter enake naravnosti (pre)oblikovalnih telesnih praks. Drugačno gledanje na tako ustvarjena telesa je posledica tega, da svoja lastna telesa neprestano primerjajo z idealnim telesom in jih na podlagi ocene, ki jim jo o njihovih lastnih telesih sporočajo drugi, tudi

---

<sup>117</sup> Pomemben element institucij, ki delujejo na trgu kapitala je, da vsakomur omogočajo številne izbire praks, kaj in kako bo delal – tako tudi na področju (pre)oblikovanja telesa z vadbami in dietami, kjer si vsak lahko oblikuje individualni program. na ta način področje širi krog svojih porabnikov.

<sup>118</sup> Bourdieu v *Distinction* ugotavlja, da je ta zaznava telesa zlasti značilna za ženske iz novega srednjega razreda, ki so s svojimi telesi skoraj tako nezadovoljne kot ženske iz delavskega razreda. Čeprav vlagajo v telo veliko truda in časa ter tudi prepoznavajo vladajoči ideal telesne odličnosti in se zavedajo koristi lepote, so odtujene od svojih teles: do svojih teles čutijo nelagodje – v nasprotju z zadovoljstvom, ki ga v okviru lastnih teles doživljajo vladajoče skupine žensk – in zato preko dela na telesu težje dosegajo samozavest (Bourdieu 1984/2002, 206–207).

doživljajo. Tako je kljub vloženemu delu in času veliko večja verjetnost, da lastno telo doživljajo kot težavno, z zadrego in strahom (Bourdieu 1984/2002, 206–207).

Kljub temu, da novi srednji razred in tudi ostale skupine lahko povzemajo in znajo povzemati življenjske stile vladajočih skupin preko izbir na trgu kapitala, obstaja velika verjetnost, da ostajajo v podrejenem razmerju do elitnih razredov. Nov srednji razred na zgoraj predstavljen način v prostem času tako danes samoproducira telo, v katerega ‘dvomi’/’je negotov’ – tudi v polju fitnesa.<sup>119</sup>

Srednji razred je najbolj naklonjen praksam v polju fitnesa, ker mu omogočajo ustvarjati ‘porabniški’ življenjski stil in s tem tudi ‘fit telo’ – telo, ki je usposobljeno za porabništvo (Maguire 2007). Polje namreč podpira njihov pristop k (pre)oblikovanju telesa kot prostora projekta (Maguire 2002, 454). Potrebo po takšnem pristopu do telesa pogojuje ‘novemu’ srednjemu razredu in tudi širše njihov položaj na trgu dela, kjer so vezani na servisno ekonomijo, kar pomeni, da sta ključni kapaciteti za njihovo konkurenčnost na trgu videz in vedenje, ki se morata (po)ustvarjati s treningom in disciplino (Foucault 1977 v Maguire 2008, 52); usposabljanje delavca za storitvene službe je izobraževanja modernega individuuma, ki je v prvi vrsti porabnik in hkrati producent.

Posameznik, ki v svoj življenjski stil vključuje tudi telesne režime vadb (tudi diet), odraža samonadzor, kar pri ostalih oblikah komercialnih intervencij na telesu ni mogoče. Kot taka je izbira in udeleževanje v fitnesu, vzdrževanje in (po)ustvarjanje telesa z vadbami, odraz osebne morale posameznika v smislu, da je pripravljen in sposoben prenašati napor in utrujenost s ciljem samoizpopolnjevanja. Režimi vadb omogočajo gledati na prakso (pre)oblikovanja telesa kot na proces samoizpopolnjevanja, ki ni ‘nenaraven’, to skupaj pa zagotavlja legitimnost tako preoblikovanemu telesu (Sassatelli 1999, 247).

Pristop do preoblikovanja telesa v fitnesu in poudarjene vrednote polja kažejo na dejstvo, kot ugotavlja Sassatellijeva v svoji študiji o preoblikovalnih praksah v fitnesu, da je fitnes polje produkt srednjega razreda za srednji razred; vrednote v polju, kot so samonadzor in moralna drža do telesa, so jasen odraz vrednot habitusa srednjega razreda. Na ta način je mogoče z vadbami v fitnesu

---

<sup>119</sup> Fitnes industrija svojo dejavnost legitimira na temeljih ‘intelektualnih’ strategij pristopa do telesa, na osnovi katerih ustvarja vedno nove izbire za porabnika iz ‘novega’ srednjega razreda (Bourdieu 1984/2002; Featherstone 1991).



ustvarjati koristno in 'naravno' telo, ki poudarja učinkovitost in avtentičnost subjekta, saj dosega boljše telo z lastnim trdom.

Telovadnice se razvijajo in navezujejo na individualiziranega posameznika. Obiskovanje vadb je prostovoljno, prav tako so plod lastnih želja oblike in načini izvajanja vadb in tudi cilji (pre)oblikovanja. Vendar je zanimivo, da se v okviru vadbenih režimov praks ne zanašajo na lastno svobodno izbiro, nasprotno, privlači jih ideja, da z vadbami z utežmi, 'aerobikami' itd. lahko odkrijejo lastno 'naravno' telo in s tem postanejo boljši, močnejši jazi (Sassatelli 1999, 248).

### **3.5 Sociološke študije telesnih praks (pre)oblikovanja**

Pristopi do analize (pre)oblikovanj telesa so različni, razlike so glede na izbrano tradicijo koncepta telesa in izbrano družbeno teorijo – razlago pomenov telesnih režimov praks, ali v okviru mikro analiz (Sassatelli 1999; Crossley 2004) ali makro analiz (Maguire 2002); vendar vse pristope lahko uvrstimo med konstruktivistične.

Teoretični in raziskovalni pristopi, ki se kažejo kot najbolj produktivni za razlaganje (pre)oblikovalnih praks, so delo avtorjev Giddensa, Foucaulta, Bourdieuja, Goffmana in Wacquanta; na tem mestu bom izpostavila prve tri. Pristopi po Giddensu (pre)oblikovalne prakse teles postavljajo v okvire telesnih projektov in s tem ustvarjajo pripovedne konstrukcije osebnih identitet. Veliko analiz praks preoblikovanj se zgleduje tudi po Foucaultu. Te analize na izhodišču razmerja 'telo–moč' opredeljujejo 'gimnastike, vadbe in gradnjo mišic' kot obliko v telo vložene moči, ki kot take sprožajo oblast nad telesom. Širše se ti pristopi ukvarjajo z zavedanjem telesa kot sredstva 'vstavljenе moči'. In tu je tudi pristop po Bourdieuju, ki je razvil 'teorijo prakse', ki telesne režime vadb interpretira kot način vlaganja v telo; ti pristopi se usmerjajo na stratifikacijske (razslojevalne) učinke (pre)oblikovalnih praks teles. Vsak izmed predstavljenih konceptov obravnave preoblikovalni praks ima tudi svoje pomanjkljivosti, ki jih na tem mestu ne bom obravnavala.

Na podlagi del zgoraj naštetih avtorjev so oblikovane tudi analize utelešenega družbenega akterja v prostoru fitnes vadb. Raziskave Monaghana (1999; 2001), Sassatellijeve (1999) in Crossleya (2004; 2006) vsak na drugačen način aplicirajo pomen človeške utelešenosti za ustvarjanje pomenov in vlog (pre)oblikovalnih praks vadb v fitnesu; pri čemer so usmerjene bolj na Goffmana, Foucaulta, tudi Bourdieuja, vendar v manjši meri.

Seveda tudi Bourdieu omogoča analizo prakse 'treniranja' telesa kot 'utelešene družbene prakse'. Produktivnost tega pristopa za sociološko preučevanje telesa podpirajo 'etnografske raziskave', ki uporabljajo 'bourdieujevski pristop': Lőic Wacquant (1995) o boksu, Steven Wainwright in Bryan S. Turner (2006) o baletu in Nick Crossley (2004) o krožni vadbi.

Temeljno delo, na katerem se razvija raziskovanje telesa v sociologiji, je delo Lőic Wacquanta (1995) o oblikovanju boksarskega habitusa. Wacquant je med prvimi uporabil koncept habitusa v razmerju do prakse in pokazal, kako trening in vadbe oblikujejo in upravljajo telesa profesionalnih boksarjev. Pričujoča študija boksarske telovadnice predstavlja raziskovalno izhodišče za pomen (pre)oblikovalnih praks teles; osvetljuje proces oblikovanj in upravljanj teles s praksami vadb (Turner 1996).

Njegova analiza boksarske telovadnice je pokazala, kako se Bourdiejev koncept habitusa in prakse lahko uporabi kot produktiven raziskovalni okvir za razumevanje oblikovanj in upravljanj teles s športnimi režimi. 'V študiji je pokazal, da produkcija boksarskega habitusa za posledico nima zgolj individualnega obvladovanja telesa v polju, ampak gre znotraj mikro kozmosa boksarske telovadnice za kolektivni vpis 'heroične poklicne etike' v meso' (Wacquant 2007, 262).

Wacquantova analiza polja boksarske telovadnice pokaže, kako so objektivne strukture družbenega sveta boksa utelešene v boksarjevem habitusu, s tem se strinjata tudi Weinwright in Turner (2006). Delo Wacquanta o produciranju 'boksarskih teles' sta sama vzela za model analize 'utelešenih družbenih praks' v polju baleta. V raziskavi baleta sta preučevala recipročnost odnosa med poljem profesionalnega baleta in oblikovanjem teles plesalcev (v vzorec sta vključila aktivne, trenutno poškodovane in upokojene baletnike) – 'utelešenost plesa' (Weinwright in Turner 2006, 248). Pokazala sta, da specifični družbeni prostor – balet, prav tako kot boks – (po)ustvarja 'posebna' telesa. Osvetlila sta doživljanje in odnos klasičnega baletnega plesalca do lastnega telesa, ki ga le-ta doživlja kot jedro osebne identitete. Navedeni študiji (boksa in baleta) empirično udejanjata teorijo habitusa. Ti študiji prikazujeta, da sta skupek in raba kognitivnih in motivacijskih shem, ki sestavljajo habitus, dostopne za metodično opazovanje (Wacquant 2007).

Tudi Nick Crossley (2004) je v etnografski raziskavi pri analizi procesa krožne vadbe v fitness centru uporabil Bourdiejev koncept habitusa, dopolnjenega s fenomenološkim teoretskim pogledom. Na ta način je na primeru krožne vadbe ponazoril, kako družbena struktura oblikuje aktivnost akterjev in je oblikovana s strani (oblikovanih) akterjev. Pokazal je, da praksa preoblikovanja telesa s telesno

aktivnostjo zahteva od agentov reflektivnost, sodelovanje ter 'utelešeno' znanje/sposobnosti/spretnosti. Akterji poustvarjajo prakse preoblikovanja telesa skladno s praktičnimi principi, vstavljenimi v lastne telesne sheme na način, da se 'potopijo' v izvajano prakso.

V nalogi bom izhajala iz raziskav Wacquanta (1995) in Weinwrighta in Turnerja (2006). Namen naloge je aplicirati Bourdiejev koncept habitusa in telesnega kapitala na proces preoblikovanja teles v fitnes centru. Cilj naloge je analizirati razmerje med porabniki in poljem fitnes vadb, pri čemer se bom osredotočila na vlogo telesnega habitusa skupin in njihove izbire vadb; s tem nameravam osvetliti proces (po)ustvarjanja telesnega kapitala pri različnih skupinah vadečih (na makroravni in mikroravni).

## 4 EMPIRIČNI DEL

Namen raziskave je analiza procesa investiranja, oblikovanja in razvitja teles v prostoru fitnes centra (v nadaljevanju fitnesa). Ključni vprašanja, ki si ju v raziskavi zastavljam, sta zakaj in kako različne skupine udeležencev (pre)oblikujejo lastna telesa z vadbami v fitnesu; raziskovala bom pomen oblikovanja in vzdrževanja 'fit telesa' oziroma (po)ustvarjanja 'fit kapitala' udeležencev in razlik med njimi. Pri tem bom izpostavila naslednje vidike utelešenja v prostoru fitnesa: **habitus** – dojemanje, presojanje in dejavnost individualnih teles, **namen** takšne oblike (pre)oblikovanja in pričakovane **prednosti/koristi**.

Kot okvir analize sem postavila dva tipa hipotez. Prvi tip predstavljajo hipoteze, ki izhajajo iz strukturalističnih smeri družbenih teorij in so bližje objektivističnim teorijam družbe, o telesu kot 'znamenju statusa' (Bourdieu 1984/2002; Shilling 1993; Featherstone 1991), in so:

- 'fit kapital'

H1: Ljudje obiskujejo režime telesnih vadb v prostoru fitnes centra, da pridobijo in vzdržujejo podobo družbeno zaželjenega/družbeno funkcionalnega telesa.

- razločevalno telo

H2a: Starost in spol sta dejavnika, ki najbolj vplivata na razlike v pomenih in namenih (motivih) izbir telesnih vadb.

\*H2b: Izbiri in namen uporabe telesnih praks v fitness centru določa okus skupine, ki ji pripada udeleženec.

Drugi tip hipotez izhaja iz postmoderne družbene teorije o telesu kot projektu (Giddens 1991) in so bližji subjektivističnim teorijam družbe :

- telo kot projekt

H3: Preoblikovanje in vzdrževanje družbeno zaželenega telesa, t.i. 'fit telesa', s telesno vadbo je za udeležence vadb v fitness centru trajnostni/vseživljenjski projekt.

H4: Telo s statusom, ki si ga posameznik in posameznica prizadevata pridobiti z vztrajnim delom na telesu, omogoča oblikovanje pozitivne samopodobe in hkrati daje občutek samonadzora.

## **4.1 Metode, vzorec in izvedba raziskave**

### **4.1.1 Metode zbiranja podatkov**

K raziskovanju problema (pre)oblikovanj teles v prostoru fitnesa sem pristopila s kombiniranjem kvantitativne in kvalitativne metode. Kvantitativno strategijo, anketni vprašalnik, sem uporabila za oblikovanje splošne slike o razlikah v stališčih, mnenjih in praksah pri udeležencih vadb: Katere družbene skupine in zakaj se udeležujejo 'fitnes' vadb? Namen te metode je osvetliti razlike v značilnostih, kot so prakse, stališča in motivi (pre)oblikovanja teles v polju fitnesa pri posameznih skupinah udeležencev, ki se razlikujejo na podlagi socialno-demografskih lastnosti: razred (kulturni kapital – dosežena stopnja izobrazbe)<sup>120</sup>, starost in spol. Druga uporabljena strategija zbiranja podatkov je kvalitativna metoda polstrukturiranega intervjuja in je namenjena poglobitvi razumevanja 'fitnes' habitusa – individualnih mnenj, stališč in praks, vezanih na režime telesnih vadb v fitnes prostoru.

---

<sup>120</sup> V analizi bom razrede opredeljevala na podlagi kulturnega kapitala udeležencev. pri čemer sem za merjenje kulturnega kapitala udeležencev, uporabila stopnjo pridobljene formalne izobrazbe, tj. oblike institucionaliziranega kulturnega kapitala. Sicer je Bourdieuejev koncept kulturnega kapitala veliko širši, in predstavlja tudi navade, okus, manire, življenjski stil, tj. oblike utelešenega kulturnega kapitala, oziroma kulturne dobrine (npr. slike, knjige, stroje ipd.), tj. objektivirane oblike kulturnega kapitala.

Razred je opredeljen tudi na podlagi ekonomskega kapitala. V mojem vzorcu je večina udeležencev, gledano ekonomski kapital, če vzamemo za merilo samooceno ekonomskega položaja družine glede na slovensko povprečje, pripadnikov srednjega razreda. Zato tega kazalca pri spremenljivkah nisem posebej analizirala.

Podatke za kvantitativno analizo sem zbirala z anketnim vprašalnikom (Priloga A). Cilj anketnega vprašalnika je identificiranje navzočih družbenih skupin in njihovih življenjskostilnih preferenc (izbir) – vezanih na telesni habitus – znotraj prostora fitnesa. Vprašalnik je razdeljen na tri vsebinske sklope:

A družbeni pomeni (pre)oblikovanja teles;

B1 pomembni drugi in režimi telesnih vadb;

B2 osebni telesni režimi in stališča do lastnega telesa.

Za poglobitev razumevanja procesa investiranja, oblikovanja in razvitja teles v fitnesu sem po zaključenem anketiranju uporabila še kvalitativno metodo, polstrukturiran intervju (Priloga B). Teme intervjuja so:

- motivi za vadbe, postavljanje ciljev in strategije v okviru telesnih vadb v fitnes centru;
- stališča do 'fit kapitala';
- vpliv pomembnih drugih/zasebnih mrež.

#### **4.1.2 Opis vzorca in izvedba raziskave**

Anketo sem izvedla v enem fitnes centru manjšega slovenskega mesta. Izbrala sem fitnes center, ki ga tudi sama obiskujem. Zbiranje enot za analizo samo v enem fitnesu ustreza namenu analize podatkov, saj je cilj osvetliti dinamiko med telesnim habitusom skupin in institucijo.

Vprašalnik sem razdelila samo med udeležence 'fitnes' vadb.<sup>121</sup> Cilj je bil, da vzorec zajame vse skupine (opredeljene na socialno-demografskih lastnostih: kulturnem kapitalu, starosti in spolu), ki se udeležujejo skupinskih ali individualnih vadb v ponudbi fitnes centra. Anketiranje je potekalo dva tedna (od 29. 9. 2008 do 13. 10. 2008). Na recepciji centra sem v najbolj obiskanih terminih (ponedeljek, torek in sredo od 18. do 20. ure) vsakega udeleženca po zaključeni vadbi (fitnesa ali

---

<sup>121</sup> Fitnes vadbe v nalogi zajemajo tako vadbe z utežmi in 'kardio' napravami kot tudi skupinske vadbe aerobike, pilatesa, licenčnih vadb 'less milles'. Ključno je, da so v izhodišču namenjene vsakomur.

skupinskih programov) prosila, da izpolni vprašalno polo. Vprašalnik je vsak izpolnil sam (tam ali doma) in ga vrnil v zaprto anketno škatlo na recepciji fitnesa.<sup>122</sup>

Osebnostno sem med udeležence vadb razdelila 150 anket. Tako pridobljen vzorec je kvotni vzorec in ni verjetnostni vzorec, zato statistično posploševanje na populacijo ni možno. Vrnjenih sem dobila 130 anket. V nadaljnjo analizo nisem vključila anket udeležencev, ki obiskujejo 'posebnim' skupinam namenjene vadbe, nosečnicam in seniorjem; podatke o teh dveh skupinah sem uporabila pri analizi kot podporo za dobljeno ugotovitev – 'testna skupina'. Analiza tako vključuje 109 veljavnih anket (N = 109).

Po končanem anketiranju sem izvedla intervjuje. Intervjuvance sem izbrala na podlagi osebnega opazanja in presoje po kriteriju, da se (bolj ali manj pogosto) udeležujejo vodenih ali individualnih vadb. Kvalitativni podatki so pokazali, da so razlike stališč, mnenj in praks predvsem odvisne od spola in starosti udeležencev, zato sem skušala oblikovati nabor intervjuvancev, ki se razlikujejo po starosti in spolu. Izvedla sem 9 intervjujev, ki so trajali od 30 do 45 minut. Število intervjujev sem določila po kriteriju 'točke zasičenosti'. Intervjuje sem izvajala v prostorih fitnes centra in so avdio zabeleženi.

## **4. 2 Analiza in interpretacija kvantitativnega dela raziskave**

### **4.2.1 Metoda analize kvantitativnih podatkov**

Podatke ankete sem analizirala z univariatnimi in bivariatnimi statistikami. Univariatno metodo, ferkvenčne porazdelitve, in bivariatno, procentnih tabel, sem uporabila za prikaz socialno-demografskih značilnosti vzorca ter ostalih športnih dejavnosti udeležencev. Z bivariatno tehniko, korelacij - povezanost med spremenljivkami sem merila s Pearsonovim koeficientom korelacije =  $r$  - , sem preučevala zveze neodvisnih spremenljivk (vzročnih) kot je spol, starost in izobrazba in odvisne spremenljivke (izida) telesnih habitusov. Uporabila sem tudi bivariatno metodo procentnih tabel za prikaz stopnje podpore zasebnih mrež.

---

<sup>122</sup> Moja opažanja glede načina reševanja vprašalnika so, da je prišlo pri reševanju do opazne razlike med spoloma: moški so vprašalnih izpolnili na mestu samem, medtem ko ženske, v večini, 'niso imele časa', da bi takoj izpolnile vprašalnik, zato so ga povečini vzele 'domov'.

#### 4.2.2 Socialnodemografske značilnosti vzorca

- Spol

Vzorec sestavlja 52 % žensk in 48 % moških. Žensk je sicer nekoliko več (4 %), vendar je delež obeh spolov veliko bolj izenačen kot je to značilno za raziskave o športnih dejavnostih; podatki študije SJM iz leta 2004 o ukvarjanju s skupinskimi vadbami in fitnessom kažejo, da je razmerje med spoloma v razmerju 2:1 v prid ženskemu delu populacije; takšno razmerje udeležbe spolov v 'fitness športih' kažejo tudi študije ameriške populacije.<sup>123</sup> Razloga za razlike v deležih spolov med mojim vzorcem in raziskavo SJM gre po mojem mnenju pripisati naslednjim značilnostim zbiranja in določanja enot analize v mojem vzorcu. Skoraj vsi moški, katerim je bil vprašalnik dan, so izpolnjen vprašalnik tudi vrnil, medtem ko je bil delež izpolnjenih vprašalnikov pri ženskah nekoliko nižji. Drugi pomemben razlog je, da v vzorec nisem vključila 'posebnih skupin', nosečnic in seniorjev, ki se udeležujejo samo njim namenjenih skupinskih vadb; v obeh primerih pa gre izključno za žensko populacijo.

- Starost

V vzorcu se kaže prevladujoč delež (68 %) udeležencev starih pod 30 let, torej mladih. Najmočnejše je zastopana starostna skupina od 21 do 30 let (44 %). Sledita starostni skupini pod 21 let in od 31 do 40 let, ki imata enak delež (24 %). Udeležencev starih Nad 41 let je občutno manj (8 %).

Tabela 4.1: Starostne skupine po spolu.

<i>Starost</i>	<i>Spol % (frekvenca)</i>		<i>Skupno</i>
	<i>moški</i>	<i>ženski</i>	
pod 21 let	21,2 (11)	26,3 (15)	23,9 (26)
od 21 do 30 let	51,9 (27)	36,8 (21)	44,0 (48)
od 31 do 40 let	23,1 (12)	24,6 (14)	23,9 (26)
nad 41 let	3,8 (2)	12,3 (7)	8,3 (9)
Skupno po spolu	47,7 (52)	52,3 (57)	100 (109)

<sup>123</sup> Značilnost fitness športov je, da za razliko od ostalih športov ženske prevladujejo (razmerje ženske : moški je 2:1); če pogledamo podatke o pogostosti športne aktivnosti (ukvarjanja z rekreacijo) med spoloma, pridejo na pet aktivnih moških štiri aktivne ženske (Sila 2006). Na lestvici razširjenosti posameznih športnih dejavnosti po spolu pri ženskah aerobika zaseda 5. mesto in fitness 11. mesto, pri moških se fitness uvršča na 9. mesto, aerobika pa ni uvrščena na lestvico (Završnik in drugi 2005 v Sila 2006, 3).

Če pogledamo razmerja med spoloma v posameznih starostnih skupinah, ugotovimo (glej Tabela 4.1). V starostni skupini pod 21 let je žensk za 16 % več v primerjavi z moškimi. V najmočnejše zastopani starostni skupini 21 do 30 let se razmerje obrne v prid moških, moških je za 12 % več kot žensk. Upad deleža žensk v tej starostni skupini gre pripisati dejstvu, da se odločajo za rojstvo otrok. Ta domneva se potrди, če pogledamo ‘testno’ skupino nosečnic (N = 7), med njimi prevladuje starostna skupina 21 do 30 let z 71 %. Skupina med 31 in 40 letom je gledano spol najbolj izenačena, delež je le za 8 % v prid ženskam. To ravnovesje med spoloma pa se v starosti nad 41 let opazno poruši in je žensk kar za dobro polovico (56 %) več kot moških; v ‘testni’ skupini seniorjev sploh ni nobenega moškega.

- Izobrazba (element kulturnega kapitala)

Doseženo stopnjo izobrazbe sem vzela za merilo kulturnega kapitala udeležencev (višja kot je izobrazba več kulturnega kapitala ima anketiranec).

Tabela 4.2: Izobrazba po spolu.

<i>Izobrazba</i>	<i>Spol % (ferkvenca)</i>		<i>Skupno</i>
	<i>moški</i>	<i>ženski</i>	
Srednja ali manj (5.stopnja in manj)	59,6 (31)	40,4 (23)	49,5 (54)
Višja (6.stopnja)	11,5 (6)	17,5 (10)	14,7 (16)
Visoka ali več (7. stopnja in več)	28,8 (15)	42,1 (24)	35,8 (39)
Skupno po spolu	47,7 (52)	52,3 (57)	100 (109)

Iz Tabele 4.2 lahko razberemo, da ima največ (49,5 %) udeležencev srednjo šolo ali manj, dobra tretjina (36,0 %) ima visoko šolo ali več, najmanj pa ima dokončano višjo šolo (15,0 %), pri čemer se jih še vedno redno šola več kot tretjina (35,0 %). Dosežena izobrazba pri udeležencih je veliko višja v primerjavi s slovenskim povprečjem (po podatkih SURS-ove ankete o delovni sili iz leta 2007 ima 83,05 % delovno aktivne populacije v Sloveniji srednjo šolo ali manj, 5,24 % ima dokončano višjo in 11,71 % visoko ali več).

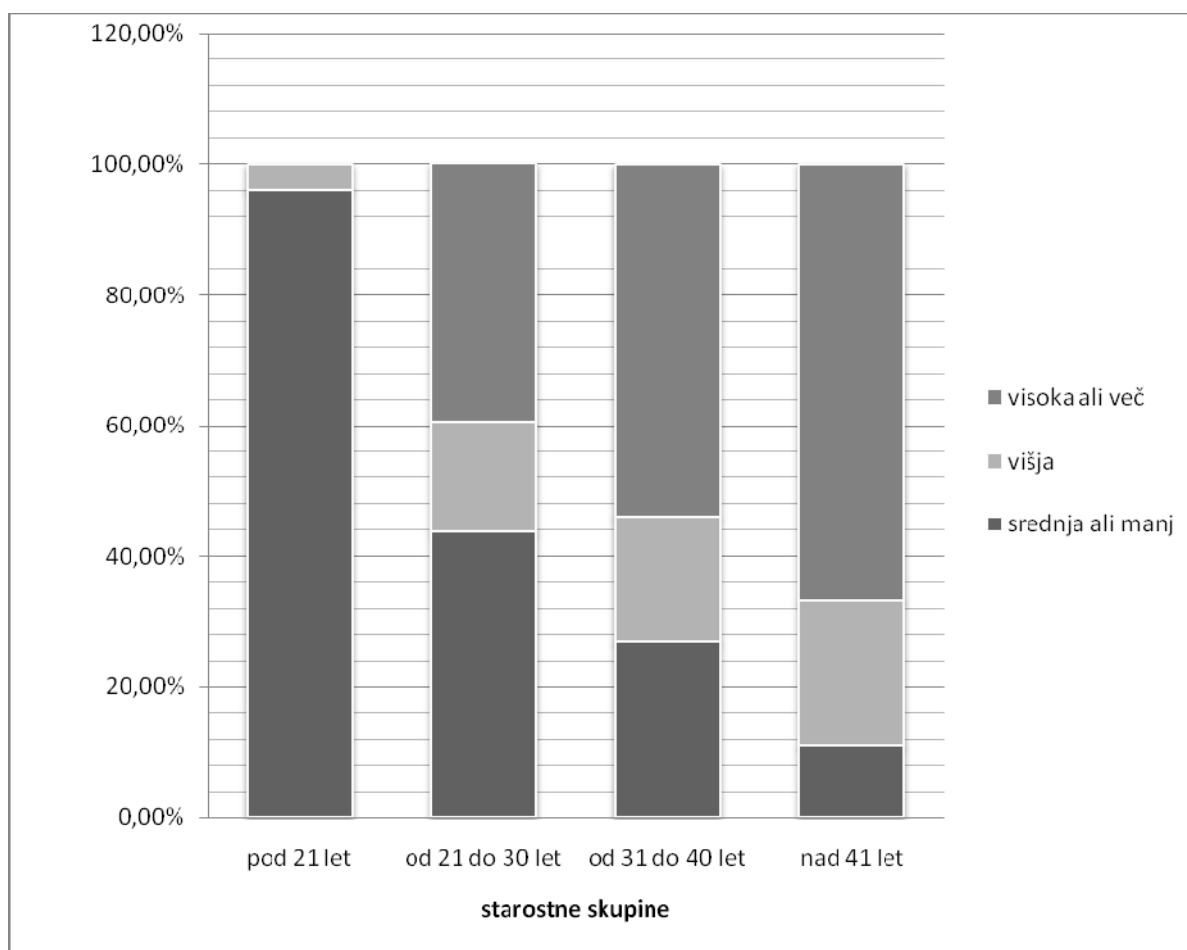
Značilnost vzorca je, da prihaja do močne korelacije spola in izobrazbe ( $r = 0,51$ ,  $p < 0,001$ ). Gledano izobrazbo po spolu (glej Tabela 4.2), so ženske bolj izobražene kot moški; kar je značilno tudi za celotno slovensko populacijo po podatkih SURS-a iz leta 2007. Med udeleženci ima doseženo 7.



stopnjo ali več 13 % več žensk kot moških, 6. stopnjo pa 6 % več žensk. V skupini z najnižjo izobrazbo (5. stopnja ali manj) pa po spolu prevladujejo moški za 10,1 %.

Če pogledamo graf (glej Sliko 4.1), ki prikazuje deleže starostnih skupin po stopnjah izobrazbe, lahko ugotovimo, da v višjih starostnih skupinah (od 31 do 40 in nad 41 let) po izobrazbeni strukturi prevladujejo udeleženci s 7. stopnjo in več (nad 50,0 %).

Slika 4.1: Grafični prikaz dosežene stopnje izobrazbe po starostnih skupinah.



Vir: Lastna raziskava (Priloga C, točka 1).

- Delo in ekonomski položaj (elementa ekonomskega kapitala)

Udeleženci se na podlagi samoocene materialnega položaja svoje družine glede na slovensko povprečje uvrščajo v dveh tretjinah v srednji razred (69,7 %), ki mu, sledi podpovprečni (23,9 %) in ne nadpovprečni (5,5 %) ekonomski položaj. Nihče se ni samouvrstil v visoko podpovprečno

kategorijo, le en sam pa se je v visoko nadpovprečno (0,9 %) (glej Tabelo 4.3). Ta statistični opis se sklada z ostalimi raziskavami o udeležencih fitnes športov (Maguire 2008; Stempel 2005; Crossley 2006), ki tudi ugotavljajo, da se poslužujejo teh oblik prostočasne rekreacije predvsem pripadniki srednjega razreda, ki se širi tudi v druge razrede;<sup>124</sup> smer (v zahodnih državah) je v razrede (skupine) s prevlado kulturnega kapitala pred ekonomskim.

Tabela 4.3: Samoocena ekonomskega položaja družine glede na slovensko povprečje

<i>Samoocena</i>	<i>% (ferkvenca)</i>
visoko nadpovprečno	0,9 (1)
nadpovprečno	5,5 (6)
povprečno	69,7 (76)
podpovprečno	23,9 (26)
visoko podpovprečno	0
Skupno	100 (109)

Delovna aktivnost udeležencev je prikazana v Tabeli 4.4. Več kot polovica anketirancev je zaposlenih (63,3 %), dijakov in študentov je dobra tretjina (34,9 %), upokojenki sta v manjšini.

Tabela 4.4: Delovna aktivnost po spolu.

<i>Delovna aktivnost</i>	<i>Spol % (ferkvenca)</i>		Skupno
	<i>moški</i>	<i>ženski</i>	
zaposlen/samozaposlen	67,3 (35)	59,6 (34)	63,3 (69)
dijak/študent	32,7 (17)	36,8 (21)	34,9 (38)
upokojenec	0	3,5 (2)	1,8 (2)
Skupno po delovni aktivnosti	100 (52)	100 (57)	100 (109)

Razlike deležev po delovni aktivnosti med spoloma so majhne. Pa vendar med zaposlenimi prevladajo moški (za 7,7 %), med dijaki in študenti pa ženske (za 4,1 %), moških upokojenecv ni. Po pričakovanjih je veliko udeležencev zaposlenih, saj je za dejavnost potrebno plačevati. Da v

<sup>124</sup> Smer širjenja fitnes športov, navzgor ali navzdol po razredni hierarhiji na podlagi ekonomskega kapitala, je odvisna, po ugotovitvah Stempela (2005), od načina izvajanja aktivnosti. To pomeni, bolj kot fitnes šport poudarja elemente vadbe, kot so vzdržljivost, visok srčni utrip dalj časa, pogostost obiskov, bolj je v domeni razredov z višjim ekonomskim in kulturnim kapitalom. Ker je v polju fitnes športov v ospredju askeza in ne luksuz, se z njim ukvarjajo ljudje z višjim kulturnim kot pa ekonomskim kapitalom.

skupini dijakov in študentov prevladujejo ženske, je verjetno vzrok v razlikah pomena telesa za oblikovanje osebne identitete pri spolu. To bom skušala pojasniti v kvalitativnem delu raziskave.

Na podlagi standardne klasifikacije poklicev in kategorizacije v glavne poklicne skupine (po klasifikaciji SURS-a), lahko ugotovimo, da zaposleni udeležence(k) prevladujejo v poklicnih skupinah strokovnjaki/inje<sup>125</sup> (razmerje med moškim in ženskim spolom je 2 : 3) in tehniki/ce in drugi/e<sup>126</sup> strokovni/e sodelavci/ke (razmerje med moškim in ženskim spolom je 3 : 2) (Priloga C, točka 2.1). Značilnost v strukturi zaposlenih udeležencev/k je tudi, da moški na delovnem mestu pogosteje zasedajo vodilne, vodstvene in nadzorne položaje (51,3 %), medtem ko dobra polovica vseh zaposlenih žensk (59,5 %) opravlja operativna dela (Priloga C, točka 2.2).

- Športne dejavnosti poleg vadb

Sliko življenjsko-stilnih/življenjskostilnih usmeritev vezanih na telesno dejavnost udeležencev lahko dopolnimo z analizo izbir drugih športnih aktivnosti. Anketiranci so morali naštetih do štiri športe, s katerimi se poleg fitnes športov še ukvarjajo. Športe sem klasificirala po kategorizaciji Stempela (2005), v šest kategorij.

Udeleženci se ukvarjajo predvsem z aerobnimi športi (44,59 %), sicer so dejavni tudi v vseh ostalih kategorijah športov, vendar v izrazito manjšem deležu (glej Tabelo 4.5). Pri tem se samo 6,4 % vprašanih ne ukvarja z nobeno drugo obliko rekreacije in skoraj polovica (43,10 %) je dejavnih vsaj še v štirih drugih aktivnostih.

Tabela 4.5: Preostale športne dejavnosti udeležencev.

Športi po kategorijah	FERKVENCE	%
<b>Vadbe:</b> tek, hoja, plavanje, kolesarjenje	<b>136</b>	<b>44,59</b>
<b>Netekmovalni športi:</b> jahanje, planinarjenje, ples, drsanje, rolanje, smučanje, tek na smučeh	<b>69</b>	<b>22,62</b>
<b>Nekontaktne tekmovalne športe:</b> tenis, badminton, namizni tenis, golf, odbojka, atletika, gimnastika	<b>52</b>	<b>17,05</b>

<sup>125</sup> Raven znanja za opravljanje teh poklicev v tej poklicni skupini: programi do- in postdiplomskega univerzitetnega izobraževanja ([www.stat.si/doc/klasif/skp\\_metnav.doc\\_klip\\_iz\\_Googla\\_-\\_6/2009](http://www.stat.si/doc/klasif/skp_metnav.doc_klip_iz_Googla_-_6/2009)).

<sup>126</sup> Raven znanja za opravljanje teh poklicev v tej poklicni skupini : programi srednjega\* in postsrednjega izobraževanja brez univerzitetnih (prav tam).

<b>Kontaktne tekmovalne športe:</b> nogomet, košarka, vaterpolo	40	13,11
<b>Nevarni športi:</b> kajak na divjih vodah, surfanje, motociklizem	6	1,97
<b>Borilni športi:</b> boks, kikkoks	2	0,66
<b>SKUPAJ</b>	<b>305</b>	<b>100,00</b>

Kot kaže podatek o preostalih športnih aktivnostih udeležencev, prevladujejo športne aktivnosti, kjer je v ospredju princip askeze, vendar so prav tako dejavni v t.i. netekmovlanih in tekmovalnih športih – kjer se do določene stopnje pojavlja tudi princip luksuza - vendar je udeležba nižja.

#### 4.2.2.1 Ugotovitve analize socialnodemografskih značilnosti vzorca

Dobljen vzorec potrjuje ugotovitve študij fitness polja (Stempel 2005, Maguire 2008, Sassatelli 1999; 2000), da so fitness športi ‘športi za odrasle’ in ‘ženski športi’. V vzorcu med starostnimi skupinami prevladujejo udeleženci/ke iz ‘mlajših’ skupin, od 21 do 30 let in 31 do 40 let; v dobljenem vzorcu tudi ni nobenega udeleženca, ki spada v skupino pod 18 let. Gledano spol, je več žensk kot moških, in so za razliko od moških zastopane v vseh starostnih skupinah. Njihova značilnost je tudi, da imajo več kulturnega kapitala od slovenskega povprečja in moških v vzorcu. Na drugi strani med moškimi udeleženci prevladujejo mlajše starostne skupine, ki imajo nižji kulturni kapital kot ženske. Vendar na splošno imajo moški udeleženci v vzorcu več ekonomskega kapitala kot ženske, saj jih je več kot žensk, ki so že zaključili izobraževanje in so že zaposleni ter pogosteje kot ženske udeleženke zasedajo vodilne, vodstvene in nadzorne položaje.<sup>127</sup>

Če združimo demografska dejavnika starost in spol, lahko ugotovimo, da izstopata dve skupini udeležencev: mladi moški (od 21 do 30 let) in starejše ženske (nad 41 let). Primerjava med tema dvema skupinama pokaže, da je značilnost prvih prevlada ekonomskega kapitala v primerjavi s kulturnim, ženske pa imajo prevlado kulturnega kapitala pred ekonomskim kapitalom; pri čemer gre pri obeh skupinah za srednji razred. Vzorec potrjuje že ugotovljene značilnosti udeležencev(k) ‘novih telovadb’, da se jih večinoma udeležujejo posamezniki/ce z več kulturnega kapitala kot ekonomskega oziroma visokim kulturnim in srednjim ekonomskim kapitalom (ženske) – udeležujejo se predvsem vodenih skupinskih vadb (tj. aerobike) - , ali v našem primeru tudi srednjim

<sup>127</sup> Za udeležence ‘novih telovadb’ je po Bourdieu (1984/2002) značilno, da so pripadniki srednjega razreda z mobilnostjo navzgor. V moji raziskavi tega podatka o udeležencih nimam.

kulturnim in srednjim ekonomskim kapitalom (mlajši moški) – udeležujejo se predvsem individualnih vadb (tj. fitesa).

### 4.2.3 Analiza vsebinskih sklopov

#### 4.2.3.1 Pomen posameznih razlogov za vadbo

V tem sklopu sem preučevala, kakšen pomen udeleženci pripisujejo splošno sprejetim (uveljavljenim) prednostim, kot so dobro počutje, dober videz, druženje, priprava na šport, izdelani programi, ugled 'fit telesa', preventiva pred poškodbami, ki jim jih telesna dejavnost (šport) lahko prinaša (Berčič in drugi 2007; Maguire 2008). V anketi sem pomembnost posameznih razlogov obiskovanja fitnes centra ugotavljala z Likertovo lestvico s kategorijami od 1 do 4 (1 – zelo pomembno, 2 – pomembno, 3 – malo pomembno do 4 – nepomembno). Dobljene podatke bom predstavila v obliki prevladujočega odločanja za enega od polov. Merska lestvica je narejena po principu: odgovore 1 in 2 sem združila v kategorijo pomembno, 3 in 4 v kategorijo nepomembno.

Tabela 4.6: Razlogi za vadbo v fitnesu po največjih razlikah.

<i>Razlogi</i>	<i>Pomembno % (ferkvenca)</i>	<i>Nepomembno % (ferkvenca)</i>
1 dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)	98,2 (107)	1,8 (2)
2 telesna priprava na šport	81,5 (88)	18,3 (20)**
3 dober izgled, privlačen videz	72,5 (79)	27,6 (30)
4 oblikovani programi vadb	69,2 (74)	30,2 (33)*
5a ugled, ki ga ima podoba 'fit telesa'	66,1 (72)	33,9 (37)
5b preventiva in postrehabilitacija poškodb	66,1 (72)	33,9 (37)
6 druženje	48,6 (53)	51,3 (56)

\* manjkajoče 1,8 % , \*\* manjkajoče 0,9 %

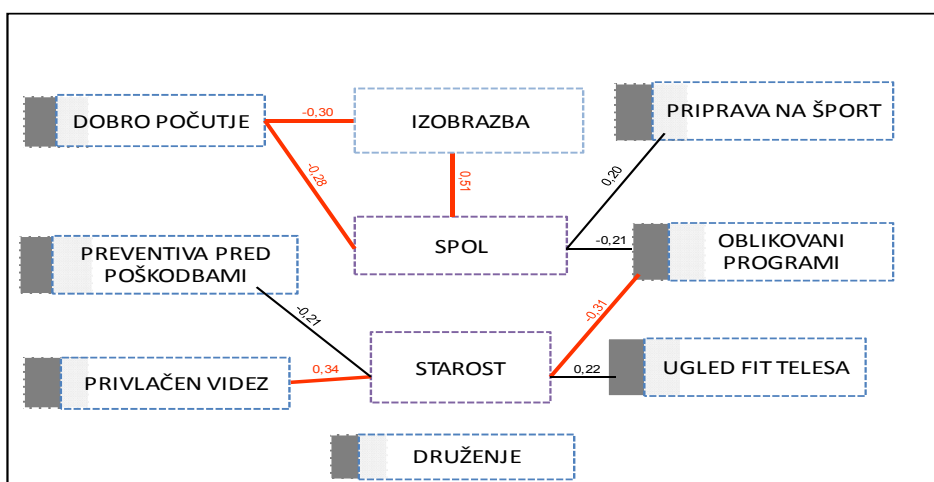
Udeleženci najbolj enotno obiskujejo vadbne zaradi (1) dobrega počutja in (2) priprav na športne dejavnosti (glej Tabela 4.6). Razlogi, kot so (3) privlačen videz, (4) oblikovani programi vadb, (5a) ugled fit (pre)oblikovanega telesa v družbi in (5b) preventiva ter postrehabilitacija poškodb, delijo udeležence na dva pola, pol pomembno in pol nepomembno v razmerju 2 : 1. Element (6) druženje edini deli udeležence na dva dokaj enaka pola, pri čemer nekoliko večji polovici (za 2,7 %) ni pomemben ali je malo pomemben razlog za obiskovanje vadb v fitnesu.

H1: Ljudje obiskujejo režime telesnih vadb v prostoru fitnes centra, da pridobijo in vzdržujejo podobo družbeno zaželjenega/družbeno funkcionalnega telesa.

V vzorcu je pri udeležencih/kah izpostavljen razlog 'dobro počutje', ki kaže, da vadeči v osnovi kultivirajo telesa v okviru kulta zdravja. Na splošno lahko tudi postavimo ugotovitev, da sprejemajo razloge, ki temeljijo na predpostavki 'vere' v znanost – to pomeni, znanstveno potrjene, predvidene koristi izvajanih telesnih režimov; ti udeleženci/ke vadb so motivirani z odložljivimi, tudi nepredvidljivimi učinki vadb kot je ohranjanje dobrega zdravja, pridobivanje kondicije, ohranjanje mladostnega videza, preventiva pred poškodbami (Bourdieu 1984/2002, 214).

Kot je razvidno iz grafa (glej Slika 4.2) so med skupinami opredeljenih na socialnodemografskih značilnostih – spol, starost in izobrazba - statistično značilne razlike v pomembnosti posameznih razlogov za obiskovanje vadb.

Slika 4.2: Grafični prikaz korelacij križanj odvisnih in neodvisnih spremenljivk.



Rdeča debela črta - Korelacija je statistično značilna pri 1% testu značilnosti (2-stransko).  
 Črna tanka črta - Korelacija je statistično značilna pri 5% testu značilnosti (2-stransko).

Vir: lastna raziskava (Priloga C, točka 3).

- Dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)

Polje fitnesa svojo legitimnost gradi na diskurzu zdravja v smislu 'šport je dober za tebe (tvoje zdravje)'. Ta razlog je večini (83 %) vprašanih zelo pomemben motiv za vadbe ali vsaj pomemben (16 %), samo 2 % je nepomemben, nikomur pa ni malo pomemben (Priloga C, točka 4.1). Med udeleženci pri tej spremenljivki ne prihaja do razlik v smislu, da je to pomemben ali nepomemben

razlog za vadbe, vendar pa iz korelacijske tabele (Priloga C, točka 5) lahko razberemo, da izobrazba ( $r = -0,30$ ,  $p < 0,01$ ) in spol ( $r = -0,28$ ,  $p < 0,01$ ) povzročata statistično značilne razlike znotraj rekodirane kategorije 'pomembno'; pri tem razmerju je potrebo upoštevati tudi značilnost obravnavanega vzorca, ki kaže močno korelacijo spola z izobrazbo ( $r = 0,51$ ,  $p < 0,01$ ).

Kot kaže izobrazba najbolj vpliva na stopnjo pomena 'dobrega počutja', in sicer bolj izobraženi udeleženci/ke ta razlog za vadbe vrednotijo kot bolj pomembnega. Tudi spol igra pomembno vlogo pri razlogu 'dobro počutje'. Ženske 'dobremu počutju' pripisujejo večji pomen za obiskovanje fitnesa kot moški, kar za slabo tretjino (29,00 %) več žensk, v primerjavi z moškimi, temu dejavniku pripisuje zelo velik pomen.

Zanimivo, da zveza 'dobro počutje' in starost ni pokazala statistično značilnih razlik. Vendar izračun povprečne vrednosti odgovorov posameznih starostnih kategorij pokaže, da je v kategoriji pod 21 let, po pričakovanjih, ta vidik manj pomemben (1,39), vendar še vedno pomemben, kot v kategorijah 21 do 30 let (1,17) in 31 do 40 let (1,19), pri čemer pride med tema dvema kategorijama do preobrata in je mlajši kategoriji bolj pomemben dejavnik kot starejši, medtem ko je nad 41 let absolutno zelo pomembno (1,00) za udeležbo 'dobro počutje', ki ga prinaša vadba.

- Telesna priprava na šport

Iz Tabele 4.6 lahko razberemo, da je priprava na šport dejavnik (tako za zdravjem), ki mu večina udeležencev pripisuje zelo velik pomen, da se ukvarjajo s 'fitnes športi'. Več kot polovici vprašanih (55,6 %) so vadbe zelo pomembne kot priprava na druge športne aktivnosti, četrtini vseh (25,9 %) je ta razlog pomemben. Na drugi strani jih je malo (12,0 %), ki jim je to malo pomemben in nepomemben (6,5 %) motiv za ukvarjanje s 'fitnes športi'; delež odgovorov 'nepomembno' je praktično enak deležu udeležencev, ki se ne ukvarjajo z nobeno drugo športno aktivnostjo (6,4 %) (Priloga C, točka 4.2).

Pri križanju spola s 'telesno pripravo na šport' so se pokazale statistično značilne povezanosti ( $r = 0,20$ ,  $p < 0,05$ ), in sicer, moškim je ta razlog bolj pomemben za udeležbo pri vadbah; delež moških v primerjavi z deležem žensk, ki jim je to zelo pomemben ali pomemben razlog, je večji za 13 %. Razumljivo je, da moški temu razlogu pripisujejo večji pomen, saj v svoje življenjske stile vključujejo kot kažejo številne raziskave, več športa in rekreacije kot ženske; čeprav je 93,6 % vseh anketirancev dejavnih vsaj še v eni vrsti telesne aktivnosti.

- Dober izgled, privlačen videz

Polje fitnesa postavlja v ospredje poleg funkcije (zdravja) tudi obliko (podobo) telesa. Obiskovalcem vadb je ta vidik za ukvarjanje s fitnes športi sicer manj pomemben kot zdravje in priprava na športe, vendar je še vedno za več kot dve tretjini anketirancev zelo pomemben (27,5 %) in pomemben (45,0 %) in skoraj tretjini malo (23,9 %) oziroma nepomemben (3,7 %) (Priloga C, točka 4.3). Po pričakovanjih se je pokazala statistično značilna povezava med starostjo in 'dobrim videzom', ki ga obljublja redna vadba (s stopnjo značilnosti nižjo od 1 %). Pri videzu kot razlogu za vadbo se je pokazalo, da mlajši, kot so udeleženci, bolj pomemben jim je ta učinek vadbe na telo. Tako je glede na povprečje vrednosti odgovorov pri posameznih starostnih kategorijah v starostni skupini pod 21 let videz veliko bolj pomemben (1,65) – samo malo manj pomemben kot zdravje (1,39) – kot v skupini od 21 do 30 let (2,00) in od 31 do 40 let (2,31), najmanj pa videz kot razlog pomeni skupini nad 41 let (2,56). Zanimivo je, da križanje spola in videza ni pokazalo statistično značilne zveze, vendar izračun povprečne vrednosti posameznih odgovorov po pričakovanjih kaže, da je ženskam videz nekoliko bolj pomemben motiv (1,91) kot moškim (2,17) za obiskovanje vadb.

- Oblikovani programi vadb

Pomembna specifičnost fitnes športov je trženje storitve, ki bi jo lahko poimenovali 'strokovno vodenje/usmerjanje' pri vadbah. Udeležencem je ta storitev sicer pomembna (39,3 %) in nekoliko manjšemu deležu zelo pomembna (29,9 %), vendar tudi že tretjini udeležencev manj (18,7 %) ali nepomembna (12,1 %) (Priloga C, točka 4.4). Zanimivo je, da pokažeta statistično značilne razlike križanji starosti (s stopnjo značilnosti nižjo od 1 %) in spola (s stopnjo značilnosti nižjo od 5 %) z 'oblikovanjem programov'. Starejšim skupinam je bolj kot mlajšim pomembno, da imajo na voljo 'strokovno' izdelane programe. Prav tako so razlike med spoloma; ženskam je bolj pomembno, da imajo na voljo strokovno oblikovane programe vadb kot moškim (povprečje odgovorov pri ženskah je 1,93, pri moških pa 2,35). Vzroke za razliko med spoloma lahko iščemo v zgodovini športne aktivnosti spolov in s tem povezano kompetenco za šport, ki jo imajo udeleženci glede na spol. Fitnes športi nudijo 'strokovno usposobljene kadre' (Sila 2006, 4) in s tem zapolnjujejo vrzel 'gibalnega neznanja' pri ženski populaciji. Prav pojavu fitnes športu gre po mnenju Sile (2006) iz Fakultete za šport pripisati, statistično ugotovljen porast športne aktivnosti pri ženskah. Statistično značilne razlike povzroča tudi starost, ki še močneje kot spol korelira z navedenim razlogom. Vzrok je po mojem mnenju v dejstvu, da fitnes športi predstavljajo novejšo obliko rekreacije, ki je danes vključena v kurikulum izobraževalnih institucij (mlajše skupine so si in si tam pridobijo osnovno



znanje), kar v prejšnjih obdobjih seveda ni bila praksa; to dokazuje tudi trditev Veliko vem o tem, kako imeti fit telo, ki kaže statistično značilno zvezo med starostnimi skupinami, in sicer, mlajše skupine svoje znanje o telesnih praksah vrednotijo višje kot starejše.

- Ugled, ki ga ima podoba fit telesa (tj. mladostno, vitalno, privlačno telo)

Fit telo je podoba, ki ima visoko vrednost med uveljavljenimi podobami pop/porabniške kulture. Fit telo je sinonim za čvrsto, vitalno, privlačno in mladostno telo in predstavlja nasprotje 'sedečega, neaktivnega' telesa. Pomen vadbe za pridobivanje družbenega položaja s 'fit telesom' je, kot kaže vzorec, sprejet predvsem v skupini mladih. Kot statistično značilna se pokaže zveza med starostjo (s stopnjo značilnosti nižjo od 5 %) in pomenom razloga družbeni ugled fit telesa. Višja, kot je starost, manj pomemben je kot razlog za obiskovanje vadb družbena vrednost telesa oblikovanega s telesno aktivnostjo. Kot kaže, so mladi, ki so najštevilčnejše zastopana skupina v fitness centru, bolj kot druge starostne skupine motivirani za (pre)oblikovati telesa zaradi pričakovanega višjega statusa tako (po)ustvarjenega telesa v družbi. Povezanosti ugleda fit telesa in izobrazbe ni ( $r = 0,995$ ,  $p < 0,01$ ), kar pomeni, da stopnja dosežene izobrazbe nima nobenega vpliva na željo po pridobivanju vrednosti, ki jo ima fit telo.

- Preventiva in postrehabilitacija poškodb

Fitnes športi se tržijo tudi kot športi, ki omogočajo telesno aktivnost telesu, ki ni popolnoma funkcionalno oziroma takšno telo usposobijo za telesno aktivnost. Križanje razloga preventive in starosti se pokaže kot statistično značilno (s stopnjo značilnosti, nižjo od 5 %), se pravi, da starejši kot so udeleženci, bolj jim je ta vidik vadbe pomemben, da hodijo na vadb. Tu lahko rezultate navežemo na upadanje telesnega kapitala kot posledico biološkega staranja telesa, ki, kot kaže pomembno vpliva na motiviranost za obiskovanje vadb. Zanimivo je, da se spol ni pokazal kot dejavnik, ki bi imel značilen vpliv na stopnjo pomembnosti tega razloga, če upoštevamo statistiko med profesionalnimi športniki, ki kaže, da je žensko telo bolj nagnjeno k poškodbam kot moško.

- Druženje

Druženje je razlog, ki udeležence deli na polovico, tako je malo manj kot polovici (12,8 %) zelo pomemben in pomemben razlog (35,8 %) ter drugi polovici manj pomemben (38,5 %) in

nepomemben (12,8 %) (Priloga C, točka 4.5). Zanimivo je tudi, da izračun korelacije pokaže, da nikakor ne moremo trditi, da je želja po druženju povezana s starostjo udeležencev ( $r = 0$ ).

- Funkcija ali oblika/ zdravje ali videz

Fitnes industrija ima svojo strategijo razvoja osnovano na dveh elementih telesnega kapitala, zdravja in videza; lahko rečemo, da v polju fitnesa prevladujeta in se prepletata diskurza zdravja in videza. Za ugotavljanje, kateremu izmed diskurzov anketiranci dajejo prednost, so se morali odločiti za eno izmed naslednjih dveh trditev: (1) Telesna aktivnost mi omogoča, da si oblikujem postavo, ki si jo želim; (2) Telesna aktivnost mi omogoča dobro počutje (telesno in duševno zdravje).

Tabela 4.7: Stališče udeležencev do telesne dejavnosti po deležih starostnih skupin pri vsaki trditvi.

Trditvi	Starostne skupine									
	pod 21 let		od 21 do 30 let		od 31 do 40 let		nad 41 let		skupaj	
	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N
Telesna aktivnost mi omogoča dobro počutje (telesno in duševno zdravje).	19,8	17	43,2	37	27,9	24	9,3	8	79,6	86
Telesna aktivnost mi omogoča, da si oblikujem postavo, ki si jo želim.	40,9	9	50,0	11	4,5	1	4,5	1	20,4	22

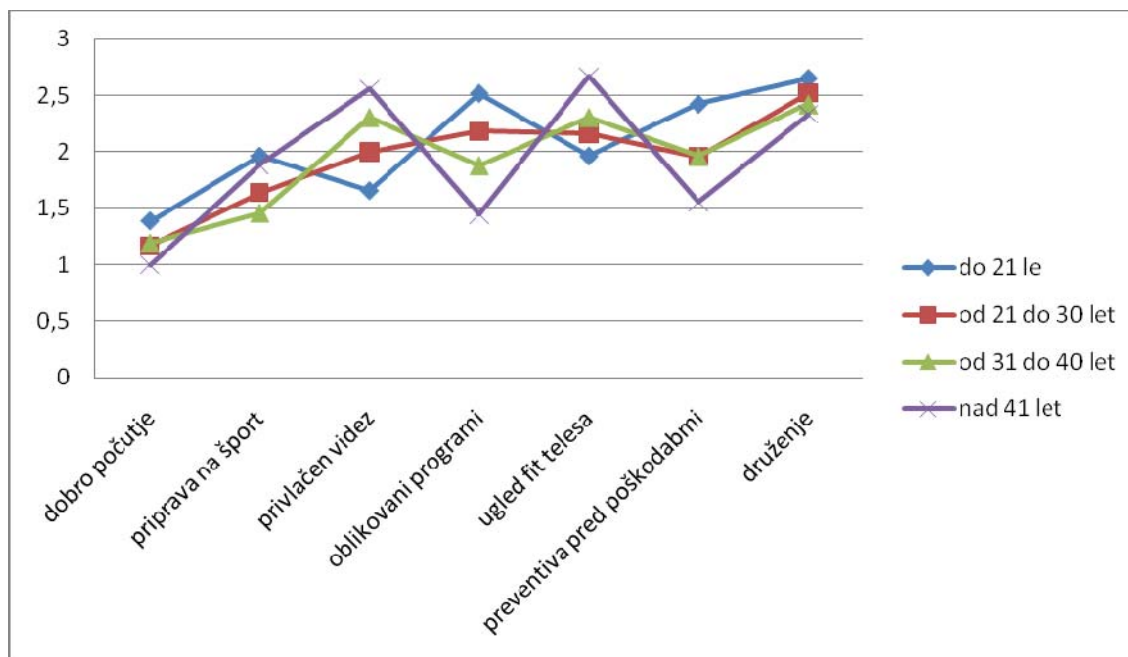
Iz Tabele 4.7 je vidno, da je večina (79,6 %) izbrala 'zdravje'. Križanje obeh trditev s starostjo pokaže na statistično značilno povezanost izbire odgovora in starosti ( $\Phi = 0,045$ , Priloga C, točka 5). Izbira videza pred zdravjem prevladuje pri starostni skupini od 21 do 30 let s 50,0 % deležem in pod 21 let s 40,9 % deležem.

#### 4.2.3.2 Ugotovljene razlike v razlogih za obiskovanje vadb med skupinami

*H2a: Starost in spol sta dejavnika, ki najbolj vplivata na razlike v pomenih in namenih – motivih izbir telesnih vadb.*

Starost in spol sta dejavnika – ter v primeru razloga 'dobro zdravje' izobrazba, ki povzročata statistično značilne razlike med razlogi za vadbo (Priloga C, točka 3).

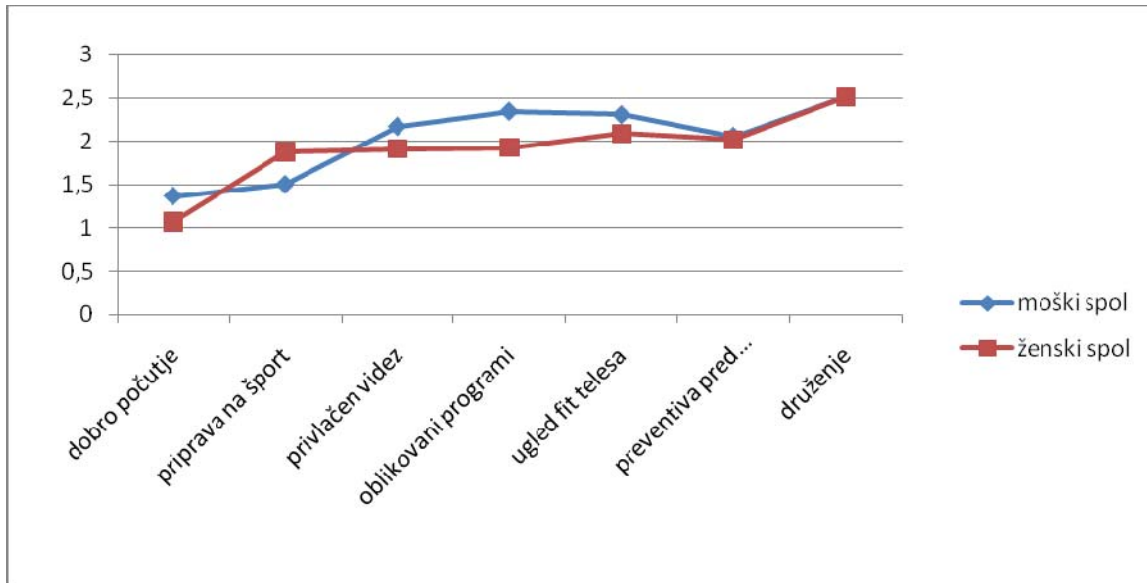
Slika 4.3: Grafični prikaz razlogov za vadbe po starostnih skupinah.



\*Vrednosti na y osi prikazujejo stopnje pomembnosti posameznih razlogov obiskovanja fitness centra, pri čemer 1 pomeni zelo pomembno, 2 pomembno, 3 malo pomembno ter 4 nepomembno.

Graf (glej Slika 4.3) prikazuje pomembnost naštetih razlogov za obiskovanje vadb v fitnessu za posamezne starostne skupine. Razlogi, ki med starostnimi skupinami povzročajo statistično značilne razlike v stopnji pomembnosti, so naslednji: 'privlačen videz', 'oblikovani programi', 'ugled fit telesa', 'preventiva pred poškodbami'. Na podlagi statistično značilnih ugotovljenih razlik med starostnimi skupinami lahko ugotovimo, da je mlajšim starostnim skupinam vadba v fitnessu bolj kot starejšim pomembna za (po)ustvarjanje zunanjega telesnega kapitala – oblika telesa. Starejši pa so motivirani s 'preprečevanjem/zaustavljanjem' staranja in vidijo večjo prednost vadb kot mlajše skupine v 'strokovnih programih vadb', ki jim omogočajo osmisliti diferencirane vadbene prakse in doseči želene 'odložljive' koristi, kot je preventiva pred staranjem telesa – 'preprečevanje' biološko pogojenega upadanja telesnega kapitala.

Slika 4.4: Grafični prikaz razlogov za vadbe po spolu.



\*Vrednosti na y osi prikazujejo stopnje pomembnosti posameznih razlogov obiskovanja fitnes centra, pri čemer 1 pomeni zelo pomembno, 2 pomembno, 3 malo pomembno ter 4 nepomembno.

Med spoloma se pokažejo statistično značilne razlike v stopnji pomembnosti naslednjih razlogov: 'dobro počutje', 'oblikovani programi', 'priprava na šport'. Ženske večji pomen v primerjavi z moškimi pripisujejo vadbam v fitnesu za 'dobro počutje' in si izberejo vadbe tudi zaradi izdelanega programa, ki 'obljublja' dolgoročne koristi za 'lepo in zdravo telo'. Lahko ugotovimo, da se ženske bolj zanašajo na legitimnost praks v okvirih dejstva, da so nastale v 'intelektualnih krogih' in so tako gotovo 'prave' in 'pravilne' za ustvarjanje fit telesnega kapitala – tj. mladostno, privlačno telo zdravega videza. Moški pa si v primerjavi z ženskami bolj prizadevajo za ustvarjanje 'funkcionalnega' telesnega kapitala, ki jim bo prinašal koristi (prednosti) pri drugih športnih aktivnostih (glej Slika 4.4).

Tudi stopnja dosežene izobrazbe je dejavnik, ki statistično značilno vpliva na stališče udeležencev o telesnih režimih vadb kot pomembnih praksah, ki so del individualnih režimov 'skrbi za zdravje'. Višja, kot je izobrazba udeležencev, bolj jim je vadba pomembna kot sredstvo za 'vzdrževanje/pridobivanje dobrega zdravja'.

#### 4.2.3.3 Podpora zasebne mreže

Podporo zasebnih mrež udeležencev je informacija o stališčih ožje okolice do izbrane telesne dejavnosti po oceni anketiranca, ki sem jo ugotavljala na petstopenjski lestvici (od 1 – ‘zelo podpirajo’ do 5 – ‘nasprotujejo’).

Tabela 4.8: Podpora zasebne mreže udeležencev, odstotki (ferkvence).

<i>Osebe</i>	<i>Zelo podpirajo</i>	<i>Me podpirajo</i>	<i>Me niti podpirajo niti ne podpirajo</i>	<i>Me ne podpirajo</i>	<i>Nasprotujejo</i>	Nimam 100 % vzorca (N = 109)
Intimni partner 72,2 % vzorca (N = 79)	54,43 (43)	36,71 (29)	8,86 (7)	0	0	27,8 (30)
Prijatelji/ce, družba 97,3 % vzorca (N = 106)	28,30 (30)	46,23 (49)	23,58 (25)	1,89 (2)	0	2,7 (3)
Starši 95,4 % vzorca (N = 104)	21,15 (22)	44,23 (46)	32,69 (34)	1,92 (2)	0	4,6 (5)
Bratje, sestre 86,3 % vzorca (N = 94)	27,66 (26)	32,98 (31)	37,23 (35)	1,06 (1)	1,06 (1)	13,7 (15)
Sodelavci/ke 87,1 % vzorca (N = 95)	17,90(17)	43,16 (41)	35,79 (34)	3,16 (3)	0	12,9 (14)
Sošolci/ke 75,2 % vzorca (N = 82)	15,85 (13)	45,12 (37)	35,37 (29)	3,66 (3)	0	24,8 (27)

Groba ocena podpore zasebnih mrež udeležencev do njihove dejavnosti, vadb v fitnes centru, je, da jih večinoma podpirajo (odgovori zelo podpirajo in podpirajo) ali vsaj ne nasprotujejo (odgovori niti – niti) tej dejavnosti. Vendar je podpora večja s strani ožje mreže (partnerja, prijateljev, staršev, bratov/sester) in manj izrazita na strani širše mreže (sodelavci, sošolci).

Tako najmočnejšo podporo večina (91,01 %) dobiva s strani intimnih partnerjev (upoštevajoč odgovore zelo podpirajo in me podpirajo). V tej skupini je izrazito nizek delež (8,86 %) niti – niti podpornikov in tudi ni osebe, ki ga partner, če ga ima, ne bi podpiral ali celo nasprotoval. Intimnim partnerjem kot najizrazitejšim podpornikom sledijo prijatelji/družba, s strani te skupine ima podporo dobri dve tretjini (74,53 %) udeležencev (upoštevajoč odgovore zelo podpirajo in me podpirajo), toda ne tako zelo močno kot pri partnerju, pri čemer je na drugi strani že skoraj slaba tretjina (23,58 %) udeležencev, ki v tej skupini nima izrazite podpore (odgovori niti – niti). Še bolj se razmerje na

stran neizrazitega spodbujanja obrne pri starših (odgovorov niti – niti je 32,69 %), vendar jih še vedno v večini zelo podpirajo in podpirajo (65,38 %). Podobna razmerja podpore kot pri starših imajo udeleženci v skupini bratov in sester, slabi dve tretjini (60,64 %) jih dokaj izrazito podpirajo bratje in sestre, vendar je na drugi strani eden, ki ima samo v tej skupini izrazitega nasprotnika tej dejavnosti. Najmanj podpore anketiranci dobijo s stani sošolcev/k in sodelavcev/k. Zanimivo je, da sta ti dve skupini zelo izenačeni glede na deleže različnih stopenj podpore.

Križanje podpore zasebnih mrež s spolom ni pokazalo statistično značilnih razlik (Priloga C, točka 6), vendar povprečje skupinske statistike pri spolih kaže na nekoliko višjo oceno podpore zasebnih mrež pri ženskah ( $M = 20,96$ ,  $SD = 3,26$ ) kot moških ( $M = 21,67$ ,  $SD = 3,10$ ).

Med osebami, ki so jim v podporo pri vadbah, so anketiranci, poleg naštetih oseb, dodali soudeležence vadb, soigralce pri drugih športih, poslovne partnerje in otroke. Zanimivo je, da je v 'testni skupini' starostnikov polovica anketirancev (50 %,  $N = 8$ ) dopisalo otroci.

#### 4.2.3.4 Osebni telesni režimi in odnos do telesa

Ljudje lastna telesa doživljamo in s tem v skladu imamo oblikovana tudi stališča, mnenja, prakse in samoocene teles oziroma telesne habituse. Telesne habituse udeležencev – dojetanje, presojanje in dejavnost individualnih teles – sem merila s spremenljivkami oblikovanimi v raziskavi Mladina 2000 in spremenljivkami vprašalnika za oceno samopodobe Thomasa F. Casha ([http://www.twu.edu/womenshealth/pioneerproject\\_forms/19\\_MBSRQ.htm](http://www.twu.edu/womenshealth/pioneerproject_forms/19_MBSRQ.htm)) (Priloga A, vprašanja 1B in 2B). Mnenja, stališča in prakse vezane na telo sem ugotavljala s petstopenjsko lestvico (s kategorijami od 1-Sploh se ne strinjam; 2-Ne strinjam se; 3-Niti strinjam niti ne strinjam, 4-Se strinjam do 5-Močno se strinjam). Podatke bom predstavila po kategorijah (dejavnost, presojanje in doživljanje) v obliki, ki prikazuje, pri katerih trditvah je prišlo do prevladovanja enega od polov. Merska lestvica je rekodirana tako, da sta odgovora 1 in 2 združena v kategorijo 'ne strinjam se', odgovora 4 in 5 v kategorijo 'strinjam se' in odgovor 3 'niti strinjam niti ne strinjam'.

Tabela 4.9: Odnos do lastnih teles po največji razliki med ne strinjam in strinjanjem po posameznih kategorijah trditvev in modalni razred.

Skupina	Trditve	Ne strinjam se % (ferkvenca)	Strinjam se % (ferkvenca)	Niti strinjam niti ne strinjam % (ferkvenca)	Modalni razred
<b>DEJAVNOST</b>					
1	<b>Delam za izboljšanje telesne vzdržljivosti.</b>	<b>1,8 (2)</b>	<b>95,4 (103)</b>	<b>2,8 (3)</b>	<b>4</b>
2	Vse leto sem telesno/fizično aktiven.	5,5 (6)	83,5 (91)	11,0 (12)	4
3	Nikoli ne razmišljam o svojem videzu/zunanji podobi.	78,9 (86)	6,4 (7)	14,7 (16)	2
4	Namerno sem razvil/a zdrav življenjski stil.	7,3 (8)	77,0 (84)	15,6 (17)	4
5	Delam na povečanju telesne moči.	11,0 (11)	71,5 (78)	17,4 (19)	4
6	Poskušam biti kar najbolj telesno privlačen/na.	6,4 (7)	60,5 (66)	33,0 (36)	4
7	Ne delam ničesar, za kar vem, da bi lahko škodovalo mojemu zdravju.	29,7 (32)	49,1 (53)	21,3 (23)	4
<b>PRESOJANJE</b>					
1	<b>Pomembno je, da je moje telo kar najbolj čvrsto.</b>	<b>2,8 (3)</b>	<b>90,7 (97)</b>	<b>6,5 (7)</b>	<b>4</b>
2	Giblјivost mojega telesa je dobra.	9,2 (10)	75,2 (82)	15,6 (17)	4
3	Biti fit (imeti vitalno in privlačno telo) je v mojem življenju zelo pomembno.	7,4 (8)	71,6 (78)	21,1 (23)	4
4	Veliko vem o tem, kako imeti 'fit telo'.	11,0 (12)	58,7 (64)	30,3 (33)	4
5	Imam zelo dobro koordinacijo.	9,3 (10)	54,6 (59)	36,1 (39)	4
6	Dobra postava je ključ do uspeha na mnogih življenjskih področjih.	24,8 (27)	39,5 (43)	35,8 (39)	3
<b>DOŽIVLJANJE</b>					
1	<b>Ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim.</b>	<b>2,7 (3)</b>	<b>92,7 (101)</b>	<b>4,6 (5)</b>	<b>4</b>
2	Zadovoljen/na sem s svojo zunanјostjo.	14,8 (16)	72,2 (78)	13,0 (14)	4
3	Ne maram svoje postave.	77,0 (84)	5,5 (6)	17,4 (19)	1

4	Opazim že majhne spremembe telesne teže.	16,5 (18)	56,8 (62)	26,6 (29)	4
5	Godi mi, ko ljudje občudujejo videz mojega telesa.	16,5 (18)	49,5 (54)	33,9 (37)	4
6	Ponosen/na sem na videz/izgled svojega telesa.	11,0 (12)	48,7 (53)	40,4 (44)	3 in 4

Modus je pri večini spremenljivk pri odgovoru 4 'se strinjam' (modalni razred). To pomeni, da udeleženci vadb v splošnem sprejemajo diskurz oblikovan v porabniški/popularni kulturi o 'fit telesu' (mladostno, vitalno, privlačno telo). Na podlagi česar lahko pričakujemo, da svoje spoznavne in mentalne sheme – telesni habitus in posledično prakse oblikujejo v okvirih porabniške in popularne kulture.

Seveda niso vse trditve enako podprte. Iz Tabele 4.9 lahko razberemo, da je pri štirih trditvah prišlo do premika modusa iz odgovora 'se strinjam' v druge odgovore. Tako je pri trditvi o telesni samopodobi – 'ne maram svoje postave' modus v odgovoru 1 'sploh se ne strinjam' (44,0 %), kar kaže na jasno/odločno pozitivno opredelitev do lastnega telesa. Pri spremenljivki 'nikoli ne razmišljam o svojem videzu' je modus v odgovoru 2 'ne strinjam se' (45,9 %) in je posledica nikalno postavljene trditve. Do premika modusa pride tudi pri trditvah, vezanih na vrednotenje, družbeno in osebno, zunanje podobe. Ocena vrednosti kapitala 'fit telesa', trditev 'dobra postava je ključ do uspeha' da modus v odgovoru 3 'niti – niti' (35,8 %), tesno pa mu sledi odgovor 4 'se strinjam' (31,2 %). Podoben primer je tudi trditev 'ponosen sem na videz svojega telesa', ki ima dva modusa, odgovor 3 'niti – niti' (40,4 %) in odgovor 4 'se strinjam' (40,4 %). To kaže na to, da udeleženci (po)ustvarjen vizualni telesni kapital – obliko telesa ne postavljajo najbolj enotno na najbolj pomembno mesto z vadbami ustvarjenega kapitala .

Trditve, ki odražajo telesni habitus udeležencev sem za lažjo interpretacijo razvrstila v tri skupine: **dejavnost** (vedenje vezano na telo), **presojanje** (razmišljanje o telesu) in **doživljanje** (čutenje telesa). Od vseh treh kategorij so najbolj enotno podprte trditve: telovadim za boljšo vzdržljivost (95,4 %), dober videz mi pomeni dobro počutje (92,7 %) in pomembna mi je čvrstost telesa (90,7 %) – hkrati so to tudi najbolj homogeno podprte trditve med vsemi zastavljenimi. Iz tega podatka lahko sklepamo, da udeleženci pristopajo do ustvarjanja in vzdrževanja lastnega telesa 'celostno' – to pomeni, da vključujejo v (po)ustvarjanje lastnega telesnega habitus tako vidik institucije, diskurzov in doživljanja lastnih teles: pomembna jim je tako funkcionalnost kot oblika telesa (sicer za 5 % manj), ki omogočata dobro telesno in duševno zdravje – pozitivno samopodobo.



- Dejavnost (vedenje)

Skupina 'dejavnost' prevladuje odgovor 4, 'strinjam se' (glej Tabelo 4.9). Med vsemi postavljenimi trditvami se najbolj enotno (95,4 %) strinjajo, da telovadijo z namenom izboljšanja telesne vzdržljivosti in to je za veliko večino (83,5 %) trajnostni projekt, ki pri več kot dveh tretjinah (77,0 %) vključuje namerno oblikovan zdrav življenjski stil. Vendar zanimivo, da jih je na drugi strani slaba tretjina (29,7 %), ki priznavajo, da njihov življenjski stil vključuje tudi prakse, za katere sicer vedo, da so škodljive za njihovo zdravje. Lahko postavimo grobo oceno o deležu udeležencev na eni in drugi strani praks za dobro zdravje, in sicer prakse za boljše zdravje prevladujejo pred 'škodljivimi' praksami za zdravje v razmerju 2 : 1.

Drugo vprašanje, na katerega lahko iščemo odgovor je, kako vpliva na prakse udeležencev fitnesa pomen zunanje podobe v porabniški kulturi. Videz za anketirance ni nepomemben, še posebej za doživljanje 'dobrega počutja' (glej Tabela 4.9, skupina Doživljanje). Vendar se z videzom ukvarjajo tudi bolj neposredno, saj več kot dve tretjini udeležencev (78,9 %) priznava, da razmišljajo o svoji zunanji podobi. Več kot dobra polovica (60,5 %) je udeležencev, ki si prizadevajo biti telesno privlačni; ker obiskujejo fitnes lahko sklepam, da tudi s pomočjo (pre)oblikovalnih telesnih praks, in na drugi strani je zelo malo takih(6,4 %), ki se s to trditvijo ne strinjajo.

Če pogledamo razmerje v zastopanosti diskurzov zdravja in videza v praksah vezanih na telesne habituse udeležencev, lahko zaključimo, da je diskurz 'dobrega zdravja' nekoliko bolj enotno podprt kot diskurz 'privlačnega videza' (pomen, ki ga ima zunanja podoba v porabniški kulturi) v sklopu dejavnosti teles; pri obeh namenih telesnih praks (zdravja in videza) je zelo nizek delež na strani 'nestrinjanja' (razteza se od 1,8 % do 11 %).

Med trditvami izstopa 'ne delam ničesar, za kar vem, da bi lahko škodovalo mojemu zdravju', ki ima najvišji delež 'ne strinjam se' odgovorov (29,7 %) in najnižji delež odgovorov 'strinjam se' (49,1 %) med vsemi trditvami v skupini 'dejavnost'. Očitno je slaba tretjina udeležencev vadb, ki trdno stojijo na strani vlaganja predvsem v obliko telesnega kapitala (glej Tabela 4.7, videz pred zdravjem je izbralo 20 % vprašanih); njihova osnovna motivacija za vadbo je (iz)boljševanje zunanje podobe.

V skupini dejavnost križanje s spolom pokaže na statistično značilne razlike pri v nadaljevanju navedenih trditvah.

Tabela 4.10: Prikaz trditev skupine dejavnost po spolu s statistično značilnimi razlikami po aritmetičnih sredinah.

Skupina: dejavnost	Spol					
	moški		ženski		skupaj	
	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm. sred.	N
Nikoli ne razmišljam o svojem videzu/zunanji podobi.*	2,27	52	1,68	57	1,96	109
Delam na povečanju telesne moči.*	4,04	52	3,53	57	3,77	109
Poskušam biti kar najbolj telesno privlačen/na.**	3,52	52	3,86	57	3,69	109

\*Razlike med spoloma so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 1 %.

\*\* Razlike med spoloma so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 5 %.

Na nekatere motive, vezane na dejavnost telesnega habitusa udeležencev, statistično značilno vpliva tudi spol (glej Tabela 4.10). Ženske povečanje in vzdrževanje telesnega kapitala navezujejo na zunanji izgled bolj kot moški udeleženci vadb. To se pri primerjanju izračunane povprečne vrednosti odgovorov kaže na sledeč način. Ženske, v primerjavi z moškimi (2,27), več časa namenijo razmišljanju o svojem videzu (1,68) in si pri tem s telesnimi režimi vadb dejavno prizadevajo povečevati 'privlačnost telesa' (3,86) (moški 3,52). Seveda je tudi pri moških prisotna težnja po večji privlačnosti telesa, vendar dajejo pri tem velik poudarek na 'povečevanju moči' (4,04), medtem ko ženskam to niti ni tako pomembno (3,53). Če primerjamo povprečja zadnjih dveh trditev (glej Tabela 4.10), je pri ženskah v ospredju abstrakten cilj, 'privlačnost telesa', medtem ko je pri moških izpostavljen bolj konkreten cilj dela na telesu, 'večanje moči telesa'.

Tudi križanje skupine dejavnost s starostjo pokaže na statistično značilne razlike pri spodaj navedenih trditvah.

Tabela 4.11: Prikaz trditev skupine dejavnost s statistično značilnimi razlikami med starostnimi skupinami po aritmetičnih sredinah.

Skupina: dejavnost	Starostne skupine									
	pod 21 let		od 21 do 30 let		od 31 do 40 let		nad 41 let		skupaj	
	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N
Delam za izboljšanje telesne vzdržljivosti.	4,00	26	4,50	48	4,50	26	4,50	8	4,38	108
Delam na povečanju telesne moči.	3,65	26	3,79	48	3,92	26	3,56	9	3,77	109

Poskušam biti kar najbolj telesno privlačen/na.	3,92 26	3,75 48	3,58 26	3,11 9	3,69 109
---	---------	---------	---------	--------	----------

\*Razlike med starostnimi skupinami so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 1 %.

Udeleženci iz vseh starostnih skupinah imajo za najpomembnejši cilj izboljšanje telesne vzdržljivosti, vendar se med starostnimi skupinami kažejo statistično značilne razlike. Najmlajša skupina pod 21 let z vadbami želi izboljševati vzdržljivost telesa (4,00), vendar v primerjavi z ostalimi starostnimi skupinami manj odločno (4,50). Tudi izvajanje vadbenih praks za povečevanje moči kaže na statistično značilne razlike med starostnimi skupinami. Vadba, usmerjena v pridobivanje moči, je najmanj pomembna (3,56) najstarejši skupini nad 41 let, kjer prevladuje ženska populacija; zanimivo, jo najbolj izpostavlja skupina od 31 do 40 let, sledi ji skupina od 21 do 30 let (3,79). Prizadevanje za 'boljši videz' prav tako kaže statistično značilne razlike med starostnimi skupinami. Izpostavljanje motiva 'bolj privlačnega telesa' je, po pričakovanjih, najbolj izrazito v najmlajši starostni skupini (3,92) in s starostjo vedno bolj upada, v starostni skupini nad 41 let je tako ta vidik najmanj podprt (3,11).

Kot statistično značilno povezana z izobrazbo se v skupini dejavnosti pokaže trditev: 'delam za izboljšanje telesne vzdržljivosti' (glej Tabela 4.12).

Tabela 4.12: Prikaz trditve skupine dejavnost s statistično značilnimi razlikami med stopnjami dosežene izobrazbe po aritmetičnih sredinah.

Skupina: dejavnost	Izobrazba							
	srednja in manj		visoka		višja in več		skupaj	
	aritm. sred.	N	aritm.sred.	N	aritm. sred.	N	aritm. sred.	N
Delam za izboljšanje telesne vzdržljivosti.	4,32	54	4,63	16	4,37	38	4,38	109

\*Razlike med stopnjami dosežene izobrazbe so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 5 %.

Vadba z namenom večje vzdržljivosti je, glede na stopnjo izobrazbe, najbolj v ospredju pri skupini, ki ima visoko izobrazbo, kar lahko povežemo s tem, da višja izobrazba 'omogoča' oziroma 'naredi' ljudi, sposobne za zasledovanje bolj abstraktnih ciljev in tudi bolj asketskega življenjskega stila (v našem primeru telesnih režimov vadb) v smislu, da vadba za večanje/vzdrževanje vzdržljivosti (tj. aerobna vadba z višjo stopnjo intenzivnosti) predpostavlja več truda in samoodpovedovanja.

- Presojanje telesa

Rezultati kažejo, da ima pri oblikovanju in vrednotenju telesnih habitusov udeležencev najbolj pomembno vlogo globalni koncept 'fit telesa', tj. vzdržljivo, čvrsto, vitko telo brez maščob. Na podlagi Tabele 4.9 lahko ugotovimo, da je 'fit telo' okvir, na podlagi katerega imajo posamezniki izoblikovano vrednotenje lastnih teles in oblikovane telesne režime. Veliki večini (90,7 %) je pomembno, da imajo kar se da čvrsto telo; več kot dve tretjini (71,6 %) se jih tudi strinjata, da jim je v življenju zelo pomembno, da so fit; in kot kaže, si to prizadevajo dosežati tudi z vadbbami za moč (71,5 %), samo 11 % je takšnih anketirancev, ki ne delajo na moči telesa. Občutljivost na telesno težo je prisotna pri polovici udeležencev (56,8 %). Pri tem se jih slabi dve tretjini (58,7 %) strinja, da veliko vedo o tem, kako imeti 'fit telo', izredno malo (11,0 %) pa se jih s tem ne strinja. Zanimivo je, da ni izraziteje podprta trditev, 'dobra postava je ključ do uspeha na mnogih življenjskih področjih' ('se strinjam' ima 39,5 % delež), glede na to, da so izrazito podprte (pre)oblikovalne telesne prakse. Na osnovi tega bi lahko predpostavljala, da skušajo na izvajanja teh praks gledati kot na odraz lastne kompetence, discipline in odrekanja in si v okviru tega oblikovati osebno identiteto kot izključno znak osebne vrednosti. Izogibajo se enačiti prakse z 'družbeno' ustvarjenim statusom 'fit telesa', ki se veže bolj na narcisoidno telo. To kaže na to, da si svoje delo na telesu v fitnessu prizadevajo poosebljati kot tudi 'moralizirati' – nanj gledati kot na vrednoto. To domnevo bom skušala razviti v kvalitativnem delu raziskave.

- Doživljanje

Doživljanje teles je pomemben element odnosa do telesa, ki med drugim odraža telesno samopodobo. V Tabeli 4.9 je trditev, 'ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim', skoraj enotno podprta (92,7 %), kar kaže na velik pomen, ki ga pripisujejo videzu in njegovi povezanosti z zdravjem. Pri dobrih dveh tretjinah (77,0 %) prevladuje pozitiven odnos do lastne postave in tudi zadovoljstvo s svojo zunanostjo (72,2 %). Na drugi strani je zelo malo udeležencev (5,5 %), ki ne marajo svoje postave, nekaj več je tistih (14,8 %), ki s svojo zunanostjo niso zadovoljni. S trditvijo 'godi mi, ko ljudje občudujejo videz mojega telesa' se strinja polovica (49,5 %) udeležencev in je praktično izenačena deležu udeležencev (48,7 %), ki so na svoje telo ponosni. V primerjavi z nasprotnim stališčem pri obeh trditvah je nekaj več takih (16,5 %), ki ne uživajo biti gledani in manj tistih, ki na svoj videz telesa niso ponosni (11,0 %).

V skupini doživljanja se pokaže statistično značilna razlik med spoloma pri spodnji trditvi.

Tabela 4.13: Prikaz trditve skupine doživljanja s statistično značilnimi razlikami med spoloma.

<i>Skupina: doživljanje</i>	<i>Spol</i>					
	moški		ženski		skupaj	
Tditev	aritm. sred.	N	aritm.sred.	N	aritm. sred.	N
Godi mi, ko ljudje občudujejo videz mojega telesa.	3,15	52	3,67	57	3,42	109

\*Razlike med spoloma so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 1 %.

Med spoloma očitno prihaja do razlik v doživljanju oziroma zaznavanju lastnih teles, in sicer ženske v povprečju bolj pozitivno sprejemajo, če je njihovo telo predmet pogledov (3,67) kot moški (3,15). To razliko bom skušala razložiti v kvalitativnem delu analize.

V skupini doživljanje se pokaže tudi statistično značilna razlika med starostnimi skupinami pri spodnji trditvi

Tabela 4.14: Prikaz trditve skupine doživljanja s statistično značilnimi razlikami med starostnimi skupinami po aritmetični sredini.

<i>Skupina: doživljanje</i>	<i>Starostne skupine</i>									
	pod 21 let		od 21 do 30 let		od 31 do 40 let		nad 41 let		skupaj	
Trditev	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N	aritm.sred.	N
Ponosen/na sem na videz/izgled svojega telesa.	3,65	26	3,48	48	3,31	26	3,11	9	3,45	109

\*Razlike med starostnimi skupinami so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 5 %.

Statistično značilne razlike v sprejemanju lastne telesne podobe kot predmeta ponosa so med starostnimi skupinami, in sicer so starejši na svojo podobo telesa manj ponosni kot mlajši udeleženci. To je po mojem mnenju odraz porabniške kulture, ki v okviru podob trži starost kot kriterij vrednosti (statusa) telesa in ima za posledico, da s starostjo upada samopercepcija lastnega telesa kot predmeta, ki nam predstavlja kapital, s katerim dosegamo družbene položaje; v starosti stopijo v ospredje druge vrste in oblike kapitalov.

#### 4.2.3.5 Zadovoljstvo s svojim telesom

Zadovoljstvo udeležencev z lastnimi deli in vidiki telesa kaže na vrednotenje, pričakovanja in zahteve do telesa v okvirih kulturnih norm. Stopnjo zadovoljstva delov in vidikov lastnih teles udeležencev sem ugotavljala s petstopenjsko lestvico (od 1-Zelo nezadovoljen do 5-Zelo zadovoljen). Dobljene podatke bom predstavila v obliki povprečnih vrednosti odgovorov po naraščajočem vrstnem redu.

Tabela 4.15: Zadovoljstvo z deli ali vidiki teles po naraščajočih vrednostih aritmetičnih sredin.

<b>Del ali vidik telesa</b>	Aritmetična sredina	N	Standardni odklon
podkožna maščoba	3,05	108	1,07
teža	3,19	109	1,11
srednji del trupa (pas, trebuh)	3,23	109	1,06
spodnji del trupa (zadnjica, boki, stegna, noge)	3,53	109	0,91
mišični tonus (napetost mišic)	3,61	109	0,79
zgornji del trupa (prsa, rame, roke, hrbet)	3,73	109	0,81
celotna postava	3,78	109	0,65
višina	3,80	109	0,96

V splošnem so udeleženci vadb bolj zadovoljni kot ne s svojimi telesi, med odgovori prevladuje odgovor 4 'v glavnem zadovoljen' (47,1 %), sledi odgovor 3 'niti zadovoljen niti nezadovoljen' (26,2 %). To se sklada tudi z rezultati (glej Tabela 4.15), ki kažejo na sorazmerno povprečno visoko oceno celotne postave (3,78 %), iz česar lahko sklepam, da med udeleženci vadb prevladuje pozitivna samopodoba. Vidiki telesa z najnižjimi povprečji stopnje zadovoljstva so: kožna guba (3,05 %), teža (3,19 %) in predel pasu (3,23 %). Če dele in vidike telesa, s katerimi so najbolj nezadovoljni, razumemo kot elemente, ki si jih prizadevajo najbolj spremeniti oziroma izboljšati, to napeljuje na sklep, da udeleženci delo na telesu – (pre)oblikovalne prakse usmerjajo v vitko telo brez maščobnih oblog.

Statistično značilna zveza se je pokazala pri križanju starosti s spremenljivko podkožna maščoba.

Tabela 4.16: Povprečne vrednosti vidika podkožne maščobe po starostnih skupinah.

Vidik telesa	Starostne skupine									
	pod 21 let		od 21 do 30 let		od 31 do 40 let		nad 41 let		skupaj	
	aritm. sred.	N	aritm.sred.	N	aritm. sred.	N	aritm. sred.	N	aritm. sred.	N
podkožna maščoba	3,23	26	3,11	47	3,00	26	2,67	9	3,05	108

\*Razlike med starostnimi skupinami so statistično značilne s stopnjo, nižjo od 5 %.

Podkožna maščoba se je pokazala kot statistično značilno povezana s starostnimi skupinami. In sicer se z višjo starostjo viša tudi nezadovoljstvo z deležem maščobnega tkiva. To pomeni, da proces upadanja telesnega kapitala kot posledica staranja telesa vpliva na motiv vzdrževanja oziroma zniževanja maščobnega tkiva.

#### 4.2.3.6 Ugotovljene razlike v osebnih telesnih režimih in odnosu do telesa

*\*H2b: Izbiro in namen uporabe telesnih praks v fitnes centru določa okus skupine, ki ji pripada udeleženeec.*

Statistično značilne razlike med skupinami udeležencev so v skupinah, ki opredeljujeta dejavnost teles in doživljanje teles, medtem ko skupina presojanje, ki opredeljuje predvsem stališča do pomena, oblike in funkcije 'fit telesa', ne kaže statistično značilnih razlik (Priloga 5) med skupinami. Starost tudi statistično značilno vpliva na samooceno podkožne maščobe.

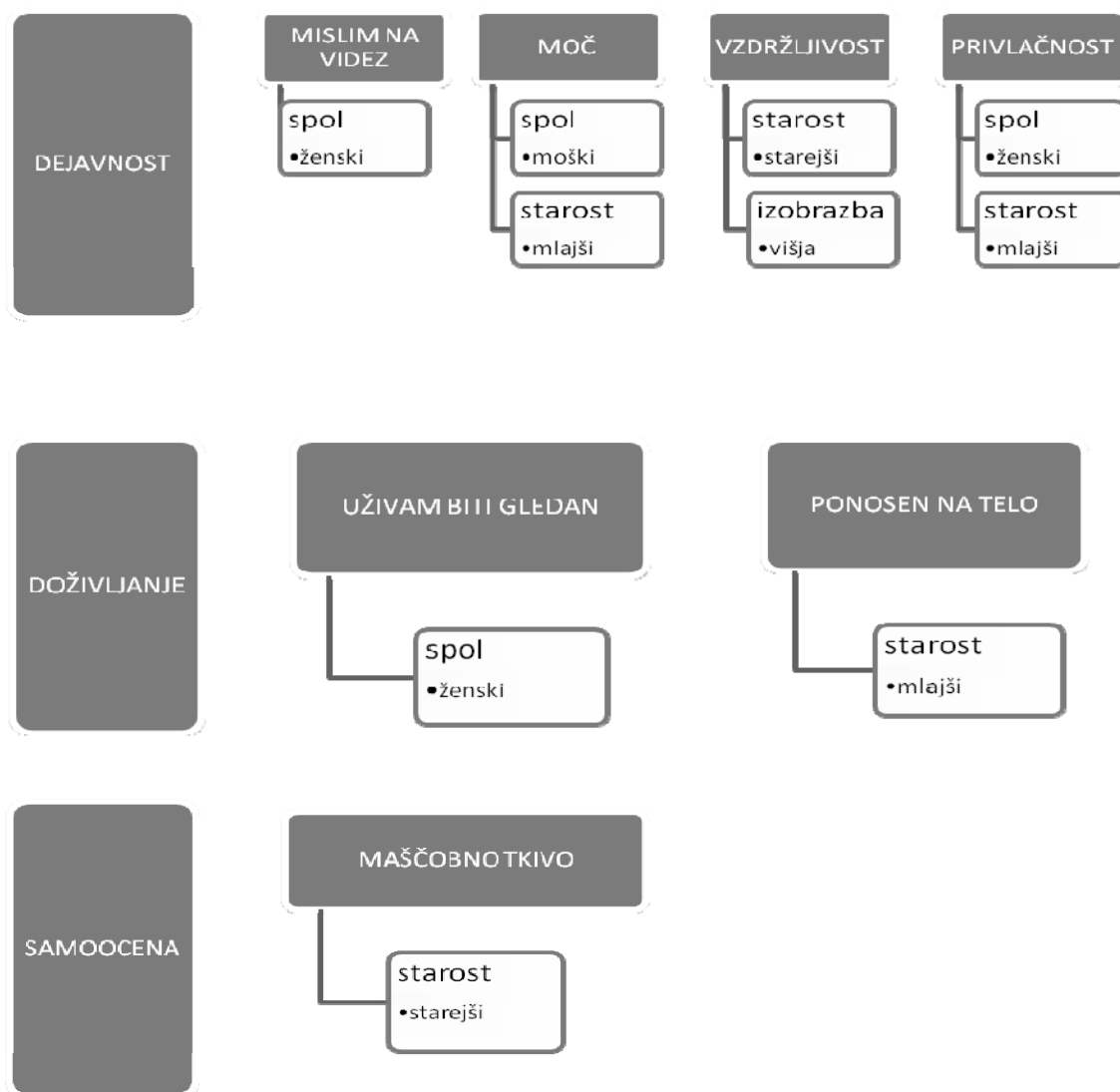
Ponovno se kaže – kot pri ugotavljanju razlogov za obiskovanje vadb, da spol in starost povzročata razlike v odnosu do lastnega telesa. Ženske vidijo pomembne koristi vadb v možnosti (po)ustvarjanja telesa za 'pogled drugih', saj iščejo 'priznanje vrednosti ustvarjenega fit kapitala v ocenah drugih (tako moških kot žensk). Telo kot objekt samopromocije (reprezentacije) doživljajo pozitivno, če je opažen. Na drugi strani moški pomembnejše prednosti fit kapitala vidijo v (po)ustvarjanju fizične moči.

Starost je drug pomemben dejavnik, ki povzroča razlike v telesnem habitusu, in sicer starejši udeleženci vidijo bistvene prednosti vadb v ohranjanju/izboljševanju vzdržljivosti telesa, kar je tesno povezano s prizadevanjem zaustavljanja (odlaganja) biološkega procesa staranja – to pomeni upadanja telesnega kapitala; z upadanjem telesnega kapitala kot posledico staranja je, kot kaže raziskava, povezano tudi nezadovoljstvo z deležem maščobnega tkiva. Značilno za starejše skupine udeležencev je, da v primerjavi z mlajšimi na svoje telo ne gledajo, kot na objekt dosežkov oziroma

predmeta ponosa. Mlajši vadeči vidijo ključne koristi vadb v (po)ustvarjanju privlačnega telesa, ki vključuje tudi krepitev mišic.

Analiza je pokazala, da tudi izobrazba statistično značilno vpliva na razlike v telesnih habitusih, in sicer bolj izobraženi udeleženci, kar pomeni z višjim kulturnim kapitalom, vidijo – prav tako kot starejše skupine udeležencev – prednost v cilju vzdržljivosti, ki predpostavlja askezsko delo telesa, ‘treninga (angl. *askesis*) zavoljo treninga samega’ (Bourdieu 1984/2002, 213).

Slika 4.5: Grafični prikaz statistično značilnih razlik telesnega habitusa med skupinami.





- Prakse za vzdrževanje telesnega zdravja

Prakse, ki kažejo na stopnjo skrbi za telesno zdravje pri udeležencih, sem ugotavljala na tristopenjski lestvici (1-Nikoli, 2-Redko in 3-Pogosto) s spremenljivkami, oblikovanimi v vprašalniku za ocenjevanje kakovosti življenja (Edwards in drugi 2002), ki preverjajo vse strokovno utemeljene preventivne prakse, vezane na fizično zdravje telesa.

Tabela 4.17: Prakse vzdrževanja fizičnega zdravja po najbolj rednem izvajanju, procenti (ferkvence).

	<b>Izjava</b>	<b>Pogosto</b>	<b>Redko</b>	<b>Nikoli</b>
1	Ukvarjam se s športnimi aktivnostmi, ki pomagajo vzdrževati moje telesne sposobnosti.	86,1 (93)	13,9 (15)	0
2	Svoje telesne sposobnosti ohranjam z redno telesno aktivnostjo in vzdrževanjem telesne teže.	83,5 (91)	16,5 (18)	0
3	Popijem vsaj 8 kozarcev (1l) vode na dan.	78,7 (85)	17,6 (19)	3,7 (4)
4	Rad/a se družim z ljudmi, ki so telesno zdravi.	75,9 (82)	19,4 (21)	4,6 (5)
5	Pred vadbo se ogrevam in s tem preprečujem poškodbe.	71,6 (78)	21,1 (23)	7,3 (8)
6	Imam sprejemljivo stopnjo telesne gibljivosti in delam vaje za vzdrževanje svojih gibalnih sposobnosti.	56,9 (66)	40,4 (44)	2,8 (3)
7	Imam vsaj 3 obroke dnevno in jem priporočeno količino maščob, ogljikovih hidratov in beljakovin.	52,8 (57)	38,0 (41)	9,3 (10)
8	Imam uravnoteženo prehrano z malo (nasičenih) maščob in holesterola.	47,2 (51)	46,3 (50)	6,5 (7)

Splošna ocena praks telesnega zdravja pri udeležencih bi bila, da zelo dobro 'skrbijo za svoje telesno (fizično) zdravje (skupinska vrednost aritmetičnih sredin je 2,65). Rezultati v Tabeli 4.17 kažejo, da se vsi vsaj redko (13,9 %) velika večina pa pogosto (86,1 %) ukvarjajo s športno aktivnostjo in s tem vzdržujejo fizične sposobnosti telesa. Prav tako ni nikogar, ki ne bi sposobnosti telesa poleg vadb ohranjal tudi z vzdrževanjem telesne teže, pri čemer je praksa med udeleženci glede telesne dejavnosti in režima diet bolj na strani prvih. Vse druge dobre prakse, vezane na telesno dejavnost za ohranjanje telesnega zdravja, jih vsaj polovica izvaja redno. Sledijo usmeritvam, da je potrebno redno obiskovati vadbe, vendar so nekoliko manj dosledni pri dobrih praksah, vezanih na vadbe. Tako se jih dobri dve tretjini pred vadbo redno ogreva in s tem preprečuje poškodbe (71,6 %), samo dobra polovica (56,9 %) pa se redno trudi za vzdrževanje gibljivosti.

Zanimivo je, da so najbolj redno izvajane prakse, ki so vezane na režime telesne aktivnosti, najnižje deleže odgovora 'redno' pa imata trditvi o dietnih režimih. Vadbene in dietne režime v okviru skrbi za zdravje bi bilo zanimivo primerjati med udeleženci fitnes športov in drugih aktivnosti (športov), kot so na primer joga/pilates ali košarka/nogomet.

Primerjava skupinskih srednjih vrednosti trditev o zadovoljstvu z deli in vidiki telesa ter izjavami o skrbi za fizično zdravje (dobljenih na tristopenjski lestvici) pokaže, da je zadovoljstvo s telesom manjše kot vložen čas in trud v dobre prakse skrbi za zdravje udeležencev (glej Priloga C, točka 7). To potrjuje Bourdieujevo tezo, da 'novi srednji razredi', ki sprejema in izvaja novo nastale telesne prakse, ki izhajajo iz 'intelektualnih krogov', kljub vloženemu delu in času v telo dajejo lastnim telesom dokaj nizko oceno zaradi dvoma in negotovosti/nelagodnosti do lastnih teles.

### **4.3 Kvalitativna analiza in razprava**

S kvalitativno analizo bom rezultate kvantitativnega dela poglobila. Namen analize je osvetliti motive in stališča udeležencev, vezana na prakse vadb v procesu oblikovanja fit habitusa; na tej osnovi bom nato oblikovala razpravo. Prepise intervjujev sem analizirala s tematskima analizama besedila (Titscher in drugi 2007), uporabila sem metodo deduktivnega kodiranja tem (osnovanega na v intervjujih obdelanih splošnih temah in postavljenih hipotezah) in induktivnega kodiranja po zgledu etnografskih analiz besedil. Preko teh analiz se je izoblikovalo več med seboj prepletenih tem (izpostavila jih bom pet, ki so v okvirih postavljenih hipotez naloge): (1) pomen zdravja in videza, (2) ustvarjanje 'fit' habitusa in spol (3) nadzor in užitek; (4) vrednote fitnesa in samopodoba; (5) vloga pomembnih drugih. Vse osebe, ki so sodelovale v intervjujih, so imenovane z lažnimi imeni.

#### Motivi za obiskovanje vadb

Polje fitnesa se razvija na dveh vrstah motivov investiranja v telesni habitus – vlaganje v notranje in zunanje telo, izboljševanja zdravja in izgleda (glede na vrsto telesnega kapitala: funkcijo in obliko). Dobro zdravje in privlačen videz podpirata in soustvarjata dve vrsti družbenih institucij: javni mediji in zdravstvo. Pomen videza se promovira v javnih medijih z diskurzom 'dober videz mi prinaša dobro počutje', medtem ko je zdravje promovirano in podprto s državnimi zdravstvenimi politikami, ki skušajo vzbuditi skrb za lastno zdravje in tako izpostavljajo individualno odgovornost za zdravje ljudi. Lahko trdimo, da je motiv skrbi za zdravje institucionaliziran, motiv privlačnega izgleda pa

ima prizvok 'narcisoidne osredotočenosti vase'. Prav zato se zastavlja vprašanje, kako se ta dva motiva prepletata pri individualnih habitusih različnih skupin obiskovalcev fitnesa?

- Motiv zdravja

Skrb za dobro zdravje je v naši družbi moralna dolžnost vsakega posameznika, ki ji lahko zadostimo tudi z redno telesno dejavnostjo. In prav to ljudje, ki si izberejo vadbe v fitnesu, tudi delajo: redno izvajajo prakse za vzdrževanja fizičnega zdravja, kar jim prinaša 'dobro počutje', pri čemer so (zanimivo) bolj usmerjeni v telesne režime športne aktivnosti kot telesne režime diet (glej Tabelo 4.17). Motiv zdravja je nekoliko bolj poudarjen pri ženskah, starejših skupinah udeležencev in bolj izobraženih, vendar je na splošno skrb za zdravje s pomočjo režimov telesnih vadb tako v anketi kot v intervjujih enotno podprta paradigma. Telesna aktivnost v fitnesu udeležencem v prvi vrsti predstavlja prakso, ki jim pomaga izboljšati oziroma vzdrževati telesne sposobnosti, kar vpliva na boljše počutje. Če uporabim Bourdieujevo izrazoslovje, izbrane vadbe v fitnesu predstavljajo najprej in predvsem vlaganje v notranje telo. Vendar, kaj to pomeni? Udeleženci so najbolj nezadovoljni s podkožno maščobo in telesno težo (glej Tabelo 4.15), iz česar lahko sklepam, da je osnovni motiv (in povod) za obisk fitnesa hujšanje, kar je v naši kulturi (in medicinskem diskurzu zdravja) razumljeno tudi (seveda poleg učinka na obliko telesa) kot skrb za zdravje.

V intervjujih se kaže, da je ohranjanje dobrega zdravja s telesnimi praksami vadb v prostoru fitnesa motiv, ki je razumljen predvsem v smislu zniževanja oziroma vzdrževanja telesne teže. Tako Manja (18 let) gleda na vadbo kot prakso, ki omogoča izboljševanje zdravja – hujšanje, in pri tem poudarja, da ji sama vadba prinaša predvsem dobro počutje (in ne toliko sprememb v obliki telesa):

*'Ja jest sem začela zato, ker imam probleme s ščitnico in se dosti hitro zredim, recimo. Ampak pol sem ugotovila, da niti hujšati ne morem, mislim, počasi mi gre, ampak se dobro počutim .... Zaradi počutja. In mi paše, da grem za eno uro in se dober počutim ...'*

Udeležencem trening in posledice treninga pomenijo 'čutne izkušnje', ki jim prinašajo 'takojsnje koristi' v doživljanju 'boljšega počutja' (Monaghan 1999). Oceno boljšega počutja si udeleženci oblikujejo na podlagi refleksije doživljanja lastnega telesa, vezane na primerjavo obdobj, ko se niso udeleževali vadb, in čas po tem. Vidik izboljševanja počutja, ki ga pripisujejo boljši funkcionalnosti telesa, kot 'osnovnega' učinka vadb, je zlasti izrazit pri intervjuvancih, ki so imeli prekomerno

telesno težo, ki je že imela negativne učinke na zdravje. Maja (31 let) o doživljanju lastnega telesa pred obdobjem obiskovanja vadb in potem pripoveduje:

*'... v pol leta sem se ful zredila, pol pa počutje in težave s hrbtenico, išias in te zgodbice. Zdaj se čist drugače počutim ....Najbolj mi je pomembno počutje in da nimam težav s hrbtenico, to sem bila res tak, zlo boga. Nisem se počutila: trebuh moti, z išiasom sem zelo imela težave, pa ponoči ne moreš spat ...pol pa eno z drugim ... Zdaj se perfektno počutim.'*

Boštjan (22 let) na vprašanje, zakaj se je odločil obiskat fitness, odgovarja podobno, pri čemer poleg boljšega telesnega počutja poudarja tudi vidik izboljšanja duševnega počutja:

*'Slabo sem se počutil, to je bil razlog. Bil sem ogromen, težak, komaj sem se premikal, imel sem neke zdravstvene probleme. Sam mi je ful smešen, če me vprašaš, če sem se zaradi tega odločil? Ne vem. Ful sem se sekiral, da sem tak, bil sem neokreten, vse mi je bilo težko naredit, skoz sem bil slabe volje, skoz sem bil depresiven. Pol sem začel trenirat, se je to izboljšalo. Zmeraj več energije sem imel, zmeraj bolje sem se počutil.'*

Pomemben dejavnik, ki postavlja v ospredje zdravje, je tudi staranje, ki je vezano na upadanje telesnih funkcij in s tem povezanimi zdravstvenimi problemi. Proces upadanja telesnega kapitala zaradi biološkega staranja telesa želijo udeleženci preprečiti, 'zadržati' z načrtno telesno aktivnostjo – usmerjeno delo telesa za ohranjanje funkcij telesa. Ključni motiv za Jasno (41 let) da redno vadi je prav izboljševanje/ohranjanje telesnih sposobnosti:

*'Na vsak način mi je glavno to, da krepim mišice in za zdravje. Imam probleme s hrbtenico in ko delam za te mišice, tega problema ni. Tako da v bistvu, poglaviten del je zdravje, pa kondicija, mogoče pol tud zraven prispeva videz, ampak pretežno je pa preventiva.'*

Anketa je pokazala, da s starostjo in stopnjo izobrazbe narašča pomen praks, ki povečujejo funkcionalnost telesa. Skrb za učinkovito (funkcionalno) telo v okviru vadbenih strategij usmerja poudarek na pridobivanje (ohranjanje) elementov atletskega telesnega kapitala – vzdržljivosti in

moči (glej tabeli 4.11 in 4.12).<sup>128</sup> V tem okviru na fitness vadbe gledajo kot možnost, da lahko zaradi 'poškodb', upadanja telesnega kapitala nadaljujejo z delom telesa.

*'Prvi cilj je, da imam kondicijo. Pa tudi, da izboljšam hrbet in trebušne mišice. To pa zato, ker sem imel težave s križem. In zato sedaj hodim v fitness, za preventivo pred poškodbami in bolečino. To potrebujem. Dokler tega nisem delal, me je bolel križ. In zdaj vidim fitness kot nujo, če se želiš ukvarjati z nekim športom, ker tako zmanjšaš možnost poškodbe. Pri drugih športih ni časa za krepitev mišic in kondicijo, kar pa povišuje možnost za določene poškodbe.'* (Anton, 55 let)

Seveda to lahko označimo tudi za dejavnost z motivom 'povrnitev starega mene' (Crossley 2005); vendar bolj v smislu zmanjševanje deleža maščobnega tkiva. V anketi se je podkožna maščoba pokazala kot statistično značilno povezana s starostnimi skupinami. In sicer se z višjo starostjo viša tudi nezadovoljstvo z deležem maščobnega tkiva. To kaže tudi v intervjujih izpostavljen motiv 'hujšanja' pri nekoliko starejših udeležencih (nad 30 let), ki so v preteklosti opustili prakse nadzora nad telesno težo in bi želeli ponovno povrniti 'telo v prejšnjo obliko'. Zato telovadijo s ciljem *'da mi bodo moje hlače iz srednje šole spet prav'* (Maja, 31 let).

- Motiv privlačnega telesa

Drug pomemben motiv je (pre)oblikovanje telesa, spreminjanje zunanje podobe (vlaganje v zunanje telo); vadbe kot sredstvo (pre)oblikovanja telesa nastopajo kot motiv v ozadju. Pri tem motivu prihaja do razlik med starostnimi skupinami in spolom. Kot kažejo rezultati ankete, je za mlajše udeležence to bolj pomemben motiv kot starejše, prav tako je pri ženskah ta cilj bolj poudarjen kot pri moških. Te razlike med skupinami udeležencev kažejo na vlogo telesa pri različnih skupinah, ki jo sociologi strukturalističnih smeri vidijo kot posledico njihovih družbenih položajev. Telo kot projekt, ki omogoča ustvarjati/pridobiti določen status, je predvsem pomemben za podrejene družbene skupine, torej mlade in ženske. Prav ti skupini sta najmočnejše zastopani med udeleženci fitnesa v vzorcu.

Nadzorovanje telesne teže gotovo prinaša čisto zdravstvene koristi, vendar pa se učinek te prakse močno navezuje tudi na obliko telesa. Bolj vitko telo v naši kulturi (še zlasti za ženske) pomeni

---

<sup>128</sup> Vzdržljivost ima statistično značilno povezanost s starostnimi skupinami in stopnjo izobrazbe. Moč ima statistično značilno povezanost s starostnimi skupinami.

lepše telo, tj. višji telesni kapital, ki je prenosljiv tudi v drug kapital (ekonomski, socialni) in tako sredstvo pridobivanja statusa in pozitivne samopodobe. Prav mladi moški in ženske si želijo preko (pre)oblikovanja telesne podobe ustvariti pozitivno samopodobo in pridobiti družbeni status, tudi s pomočjo vadb v fitnesu. Tako za Vesno (19 let) vitkejšo telo prinaša boljšo samopodobo in telesni kapital, ki ga lahko spremeni v socialnega:

*'Zato ker jaz sem zadovoljna sama s sabo takrat, ko sem bolj suha. Ko se počutim dober, sem tudi bolj uspešna, zato ker imam že glavo bistro. Saj najbrž je to samo v glavi. Ampak se počutiš bolje in če se počutiš bolje ... in zaradi tega bolje delujem. In to svojo psiho tudi prenašam na druge. In mislim, da tudi oni takrat, ko so bolj suhi, ko so bolj fit, bolj zdravi, lahko bolje delujejo.'*

Tudi Saša (24 let) poudarja oblikovanje telesa v skladu z družbenimi normami, ki jim po njenem mnenju prinaša možnost oblikovanja pozitivne samopodobe in posredno ustvarjanje socialnega kapitala:

*'Mislim, da je videz pomemben. Če nas vseskozi obremenjujejo z idealom popolnega telesa, zdrav duh v zdravem telesu in če ti nisi zadovoljen s svojim izgledom, to vpliva na tvojo psiho. Postavljaš okrog sebe en tak obrambni mehanizem in sam sebe ne vidiš v redu. Oziroma tisti, ki pa po tvojem mnenju z gledajo v redu, jih pa ne maraš in se zapiraš vase, nesramen si in izgubljaš stike, tudi sam nočeš stika.'*

Želja po preoblikovanju telesa je v intervjujih najizrazitejša pri mladih ženskah, skupini, ki se pri oblikovanju svoje osebne in socialne identitete močno navezuje na svoje telo, predvsem obliko telesa. In tako ji vadbe predstavljajo sredstvo za večanje vrednosti svoje zunanje podobe, ki ji prinaša dobiček v smislu pridobivanja pozitivne samopodobe in s tem več možnosti za aktivno prevzemanje družbenih vlog. Razlog, da ženskam telo predstavlja objekt (projekt), preko katerega ustvarjajo (pozitivno) samopodobo, je po Bourdieuju (2001) v percepciji (doživljanju) lastnega telesa kot telesa za druge. Da je za ženske značilno, da na svoje telo gledajo kot telo za druge, se potrди tudi v anketi (glej tabeli 4.10 in 4.13).

- Ustvarjanje 'fit' habitusa in spol

Pri mlajših udeležencih je želja po privlačnem telesu izrazitejši motiv za vadbe kot pri ostalih skupinah udeležencev. Vendar se morajo že po prvih korakih v fitnesu soočati z dejstvom, da to ni enostavno in hitro dosegljiv cilj oziroma, da način ni nujno takšen, kot se ga oglašuje.

*'No, ni tako, kot bi hotela, ali pa tako, kot si mislijo, zdaj boš šel pa dvakrat, pa bo ne vem kaj 'uau'. Pa ni. Ampak tako počasi pa gre ... Zdaj samo vzdržujem to težo, ki jo imam, da ne grem kaj gor.'*  
(Manja, 18 let)

*'Sem se odločil, zdaj bom šel pa jaz na fitnes in probal nekaj naredit. S tem, da sem imel ful napačno predstavo. Sem šel v fitnes in do trenerja. Sem rekel trenerju, daj mi ti program napiši, daj mi ti vaje pokaži, jaz bom pa kar shujšal. On mene gleda in reče, da on tega meni ne more narediti, ti moraš najprej delat, toliko in toliko časa, aerobne vaje, šele pol ti jaz to lahko napišem. Mene je to pol mal zabil nazaj, ker jaz sem se'', po eni strani, spravil, da bom šel v fitnes ...'* (Boštjan, 22 let)

Spoznanje, da so postavljeni cilji nedosegljivi – kar je posledica 'nezadostnega' vstopnega kapitala 'igralca' v polje fitnesa, pri udeležencih lahko sproži vsakega od modelov pragmatičnih praks delovanj: od opustitve in torej v staro navado 'neaktivnega' življenjskega stila, krize do ustvarjalnega razkritja; gotovo je velika verjetnost, da se izbrana dejavnost opusti, če ne uspe priti do prevrednotenja pomena dejavnosti. Sama izbira, ki je svobodna ob ustreznem ekonomskem kapitalu, še ne pomeni doseganja individualno postavljenih ciljev/želja – oblikovanih seveda na podlagi medijsko podprtih diskurzov zdravja in lepega izgleda. V intervjujih se kaže, da vstopni kapital (tako telesni kot kulturni) pogojuje dejanske možnosti udeležencev v fitnesu. Vprašanje je, na kakšen način.

Če pogledamo primer žensk, so skupina v polju športa, ki imajo 'nižji' vstopni telesni kapital kot moški (tudi kulturnega, v smislu znanja o telesni dejavnosti), kar pravzaprav pomeni tudi večje tveganje za pridobivanje telesnega kapitala v polju. Tega se zavedajo in zato, kot kaže anketa, storitev 'strokovnega vodenja' ocenjuje kot zelo pomembno za izbiro fitnes športov. To je način – in rešitev (ponudba), ki jo daje polje fitnesa, da pomanjkanje znanja o praksah telesnih režimov premostijo in uresničijo realne cilje, ki si jih postavijo s trenerjem – (pre)oblikovanja telesa:

*'S trenerjem sva se pogovorila. Da delam na mišicah, da krepim mišice na vseh telesnih predelih, ki jih imam jaz malo švoh. ... Tko, da sva nekako cilj postavila, da okrepim vse, da ni tolk poudarka, da je tonus, da je mišica vidna ...Ja zdaj jaz gledam to čisto drugače. Zdaj gledam, da sem prišla do zaključka, da če ti delaš na tem, to že itak zraven spada. Jaz sem včasih rekla, pa dajva bolj poudarek na trebušnih mišicah, na zadnjičnih, in mi je on že sam povedal, da v bistvu te vaje, ki jih*

*delava, itak zraven vse dela, tako da posebej za to delat nima smisla, da tega on ne vidi ...* (Jasna, 41 let)

Vendar se v intervjujih kaže, da 'želje' udeleženk ostajajo nespremenjene, kljub 'realno/strokovno zastavljenim ciljem'.

*'Mam še nekaj zastavljen. Da moram še malo kil dat dol. Sam pri sebi, čeprav trener tega ne dovoli. Ne, moram še ene tri kile dat dol, da bom čist zadovoljna, tko kot sem si zamislila.'* (Maja, 31 let)

Pri ženskah se kaže razmik med reklamiranimi podobami fit teles in realnimi (strokovno sprejetimi) možnostmi njihovih teles. Ta prepad omogoča tako ohranjanje stalnega 'hrepenenja' po fit telesu kot stalno negotovost v svoje telo. To pomeni, da je malo možnosti, da zaradi vadbe pride do sprememb spolnega habitusa.

Drug način, ki ga imajo predvsem mlajši udeleženci, je, da se od soudeležencev in medijev ter šolske športne vzgoje učijo vadb. Značilnost v intervjujih, ki se je pokazala pri tej skupini je, da si na začetku 'ne upajo' postaviti konkretnih ciljev, vezanih na (pre)oblikovanje telesa. Do postavljanja konkretnih ciljev pride po določenem času obiskovanja vadb, ko so mnenja, da *'sami sebe bolje poznajo'* v smislu, da poznajo možnosti in učinke (pre)oblikovalnih telesnih režimov. Maša (21 let), ki obiskuje vadbe dve leti, je iz prvotnega motiva želje po dobrem počutju ('več energije') tekom časa razvila nov cilj, ki se osredotoča na (pre)oblikovanje telesa. Na vprašanje, ali ima postavljene kakšne cilje odgovarja:

*'Ja no, to tudi mogoče, pol s časoma sem zastavila, sem pač izpostavila mogoče obliko svojega telesa, da se bo to poznal in da bo mogoče enkrat v življenju trebuh tako oblikovan, kot meni paše, pol sem pa videla vmes, da ti lahko dosežeš to tudi s tem, da se ti lahko še boljše počutiš. Ja zdaj v bistvu, včasih si nisem tako upala cilje postaviti kot sedaj. Zdaj pa, ko sama sebe že bolje poznam ...'*

Boštjan (22 let) pa si je po prvotnem cilju, da zniža telesno težo, postavil 'nov' cilj, da izboljša sposobnosti telesa:

*'Na začetku sem imel cilj skoz pred sabo, da izgubim kilažo... jez sem imel takrat tisto v glavi, kar ima večina, ko se tega loti: bom shujšal, pol mi pa ni treba tega več delat. To je bilo v glavi. Zdaj mi je en izmed glavnih ciljev biti fit. Da bom dobro gibljiv, da bom zmožen delati določene vaje v*



*fitnesu, da bom šel lahko ven tečt, da bom lahko, ko bom hotel, šel v hribe, da bom na splošno fajn aktiven, da bom razgiban in to je to.'*

Pri oblikovanju telesnega habitusa v fitnesu se poudarjajo razlike, osnovane na družbenih vlogah med spoloma. Iz zgornjih primerov lahko razberemo, da udeležence tudi pri postavljanju novih motivov močno vodijo sprejete spolne družbene vloge. Ženske delajo na telesu za druge in se pri tem močno usmerjajo v (pre)oblikovanje telesa, moški želijo predvsem pridobiti na funkcionalnosti telesa.

Fitnes polje ima oblikovan enoten (androgen) ideal fit telesa – 'skladno, vitko, čvrsto telo, brez maščobe', vendar različne skupine (razlike so predvsem med spoloma) usmerjajo prakse in poudarjajo različne elemente tega ideala. V okviru motiva lepega izgleda prihaja do razlik med spoloma, ne samo v stopnji želje po preoblikovanju telesa, ampak tudi oblike telesnega kapitala, ki ga želijo pripadniki vsake izmed skupin (moški in ženske) v fitnesu ustvariti. Tako ženske delo telesa usmerjajo v ustvarjanje telesa, ki je 'kolikor se le da vitko' in ima tudi 'lepe' mišice:

*'Moraš imeti skladno postavo. Tudi če imaš mišice, ravno prav in ne preveč ...'* (Manja, 18 let)

*'Fit postava recimo, to ni neka nabildanost, ampak neki, ki ni vmes, ampak je že mal bolj proti tisti, proti minusu no, kako naj rečem, vitkost. Vitko, pa tudi tisto ne, strigla. Neko lepo telo, no.'* (Pia, 19 let)

Moški želijo 'normalno' telo, telo ki ima 'naravne' mišice, kot ga imajo atleti:

*'Meni je fit telo, kot je v takšnem športu, atleti, ki so malo bolj suhi, imajo mišice. To mi je dober. Ne pa tisto neki napihnjen, ker itak vidiš, da je to umetno. Poleti je tak, pol ko shujša, pozimi pa ... Vizualno mi je ... .. atleti, ki tečejo, ki imajo mišice, tako naravno.'* (Jan, 29 let)

*'Ni mi pa za cilj biti neki nabildan, pol tudi nimaš nič od tega, si močan, si kos mesa, to je to. Jaz hočem v taki meri delat, kombinirat, da bom normalen.'* (Boštjan, 22 let)

V intervjujih je zaslediti dve vrsti postavljanja ciljev, vezanih na videz: stranski produkt in načrtno delo – oblika cilja je odvisna od tega, kako dolgo že nekdo obiskuje vadbe in s tem pozna svoje telo, v smislu učinkov vadb na lastno telo in spremljajočih režimov (predvsem diet) oziroma, ali ima osebne trenerja. Sta tudi dva vodilna motiva, oblike in funkcije, pri čemer je motiv

(pre)oblikovanja telesa v fitnesu vezan na veliko več tveganj in manj 'nadzora' v primerjavi z motivom zdravja ali funkcije telesa, ki je cilj, ki je dosežen že z osebno oceno 'dobrega počutja' ali večjih telesnih zmožnosti ali 'več energije' – in temelji na 'osebni' oceni stanja telesa prej – potem.

- Nadzor in užitek

Telesni režimi vadb so sredstvo družbenega discipliniranja in nadzora. Udeleženci lastna telesa v okviru vadbenih režimov razumejo/sprejemajo kot sredstva, nad katerimi lahko oziroma celo morajo vršiti nadzor; nadzor, ki je sooblikovan s strani družbenih institucij (polj) in uporabnikov. Zanimivo, da takšno razumevanje telesa učinkuje in se odraža v situaciji, ko pride do poškodb, kot intenzivno doživljanje občutka nemoči.

*'Da nisem mogla telovadit, me je zlo spravl, bom rekla, kar v neko, v narekovaju, depresijo, ker nisem mogla nič.'* (Jasna, 41 let)

*'Zdravnica je rekla, da moram nehat laufat. To pri meni ni bilo ravno v opciji ..., vendar sem imel vneto pokostnico in to me je prisililo, da sem dva tedna počival ... Besen sem bil, nisem mogel delat tko, kot sem hotel in mi je bilo prav grozen pomislit na to, da bi mogel takrat nehat.'* (Boštjan, 22 let)

Doživljanje nemoči kot posledica neizvajanja izbranega nadzora in discipline telesa z režimi vadb korenini v razumevanju telesa kot sredstva oblikovanje 'ustrezne' osebne identitete in pridobitev družbenega statusa. Udeleženci, ki sprejemajo paradigmo, 'ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim' – izjava, s katero se prepričljiva večina anketirancev strinja, vlaganje dela v fit telo sprejemajo kot jasen odraz osebne vrednosti. Tako na vprašanje, kako bi ocenili ljudi, ki so telesno dejavni v primerjavi z nekom, ki ni telesno dejaven, Maša (19 let) odgovarja:

*'Ja se imajo bolj radi ... ..da dobro ješ, da prav ješ, pač da tudi trudiš se za sebe, svoje zdravje, za svoj fit.'*

Ali stališče Jasne (41 let) in Manje (18 let) o ljudeh, ki so neaktivni:

*'Moram reči, da me to moti, da je človek zanemarjen, da nič ne naredi na sebi. Ker jaz mislim, da vsak si lahko vzame tisti čas zase in nekaj naredi zase. Ker tisto pred televizor, pa čips, pa daljinec v roke. To jaz ne sprejemam. Meni ni všeč.'*

*'Ja, če se oni dobro počutijo v svojem telesu. Ne vem. Moje prijateljice, ki vse dneve samo jejo, se mi zdi, da se jim nič ne pozna, sam ne vem, kako se počutijo. No sam jaz vseen mislim, da moraš nekaj zase naredit, da se dobro počutiš.'*

Za doseganje fit telesa je potrebna določena disciplina telesa, tako režimov vadbe kot prehrane, kar je sprejeto kot pozitivna osebna lastnost, ki kaže na veliko stopnjo samonadzora, pri nekaterih udeležencih (celo) do te mere, da so do ljudi, ki ne sledijo tem praksam, nenaklonjeni; vzorec kaže, da se kar dve tretjini udeležencev rajši družijo z zdravimi ljudmi (glej Tabela 4.17). Stališče v intervjujih pri ženskah je tudi, da za 'dobro počutje' ni potrebno samo odrekanje in disciplina, temveč tudi določena mera egoizma v smislu, da si moraš vzeti čas samo zase in nekaj narediti samo zase:

*'Je pa tko, v torek 18.30 imam fitness in mi je vseeno za druge stvari. Ne bom rekla, ja bom pustila fitness, da bom to ... .. to mora res že nujno bit, da rečem to.'* (Saša, 24 let)

*'Pridejo tudi dnevi, da sem zelo na tesno s časom in sem dobila, a moreš it na fitness. Ampak jaz sem vztrajala na tem, da ja, moram it. Ker nekak se mi zdi, ne smeš kar pustit. Moraš imet neki svojega. Da moraš neki zase naredit.'* (Jasna, 41 let)

Nadzor telesa preko telesnih režimov vadb je po mnenju udeležencev nujna praksa, da dosežejo 'dobro počutje'. To pomeni, če vlagajo čas in delo v telo preko vadb, potem se bolje počutijo –imajo v prvi vrsti popolnoma pragmatične koristi. Vendar, ko to prakso enkrat sprejmejo v svoj habitus, od nje postanejo 'odvisni'.

*'Zdaj sem odvisna od tega in če ne grem, sem tečna, sem zoprna, tako da moram iti na vadbo, da dobim energijo.'* (Maja, 31 let)

*'Od te stvari postaneš precej odvisen in moraš jet. Če ne greš, se slabo počutiš, si slabe volje in tko. Saj jaz vem, da to je tko, odvisen rataš.'* (Saša, 24 let)

Odrekanje in nadzor v okviru praks (pre)oblikovanja telesa v fitnessu pa prinaša tako tudi konkretne užitke, kot je 'dobro počutje', ki ga prinaša prepoznava podobe lastnega telesa kot fit:

*'Fit telo mi v prvi vrsti pomeni to, da se jaz dober počutim, ko se v ogledalo pogledam. Da imam zaradi tega mogoče majčkeno več samozavesti. Ne bi rekla, da si zdaj napumpan s samozavestjo, da pokaš po šivih, ker si tako lep in fit, ampak čist tko.'* (Tina, 21 let)

- Vrednote fitnesa in identiteta

(Pre)oblikovanje telesa z režimi vadb je tudi identitetno delo in poteka v recipročnem razmerju med institucijo in posameznikom. Uporabnik skuša v okviru izbir fitnesa ustvariti telo kot jasen znak osebne vrednosti. Kajti, kot ugotavlja Sassatellijeva (1999), 'pokorno' (angl. *docile*) objektivnost vadečega telesa 'mehča' niz identitetnih mehanizmov, ki omogočajo posamezniku, da ni zreduciran nanjo. Vadbe omogočajo, da vadeči preoblikuje in usmerja telo na podlagi lastne realnosti (Sassatelli 1999, 244). Telo je osebno prilagojen idealu 'fit telesa'. Tako se v intervjujih kaže, da pragmatičen namen vadbe v okviru oblikovanja osebne identitete ni toliko v samem družbenem statusu fit telesa kot v utelešanju moralnih vrednot, ki jih podoba sporoča.<sup>129</sup>

Možnost za oblikovanje pozitivne samopodobe v fitnesu omogočata dva mehanizma. Prvič je za vadbo kot legitimno obliko dela na telesu – pod vplivi polja zdravstva – značilno, da jo intervjuvanci sprejemajo kot osebno vrednoto, ki odraža aktivno naravnost posameznika do skrbi za lastno zdravje ('dobro počutje') in ima kot taka sama po sebi pozitivni učinek na njihovo doživljanje telesa in s tem tudi na samopodobo.

*'Odločila sem se, ker se res bolje počutim, ful bolje počutim ...Ja prej sem se slabo počutila, ker nisem nič delala. Vedela sem, da imam energijo in možnosti in da uživam v športu in da sem prelena ...To pa zato, ker sem doma poležavala in sem razmišljala, da bi lahko kaj iz sebe naredila, da bi se mal bolje počutila, in ne, da si ves čas melanholičen.'* (Tina, 21 let)

Drugič, fitnes prakse omogočajo uporabnikom udejanjati asketsko naravnost do telesa. V okvirih delovanja tega mehanizma oblikovanja telesnega kapitala je delo telesa, ki zahteva trud in samoodpovedovanje. Pridobivanje telesnega kapitala v fitnesu je mogoče samo, če si se pripravljen samožrtvovati – v smislu pripravljenosti 'iztrošiti' lastni telesni kapital z namenom ustvarjanja fit kapitala. Seveda pa je stopnja 'iztrošenja' tu individualna izbira, glede na pomen (motiv), ki ga

---

<sup>129</sup> Kot kaže anketa, se pomen družbenega statusa telesa niža s višanjem starosti, medtem ko so moralne vrednote polja fitnesa bolj pomembne ženskim udeleženkam.

pripisujejo vadbam za oblikovanje osebne identitete. Tako odgovarjata dve mlajši intervjuvanki o tem, kako pri vadbah doživljata lastne meje teles:

*'Sem ful trmasta in grem čez rob. Čeprav me recimo pol boli in imam probleme zaradi tega, ampak v trenutku, ko tukaj neki delam, se mi zdi vreden, da kaj naredim do konca. Ne bom zdaj prekinila, čeprav bo lahko kaj narobe ...Po eni strani me boli, po drugi strani si pa rečeš, saj bo, saj zdajle boli, pa sem naredil na treningu, ajt dober je. V bistvu si v glavi bolj prepričan, da tist, da si naredu trening, ne pa da si sam sebi kaj poškodoval na ta način.'* (Tina, 21 let)

*'Odvisno od tvoje volje, koliko si dejansko pripravljen narest, da v bistvu ...Kdaj grem telovadit pa moram dat en kilogram manj. Ni pa tko, da bi rekla, zdaj pa tega ne morem narest, mislim se tolik ne sekiram, da bi bilo ne vem kaj.'* (Manja, 18 let).

Po drugi strani je samoodpovedovanje v okviru cilja ustvarjanja fit habitusa sprejeto kot samo poseben užitek. Vadba je čutna izkušnja, ki se jo udeleženci 'naučijo uživati' in pomeni dodatno motiviranost za režime vadb (Monaghan 1999).

*'Jaz sem imel takrat tisto v glavi, ki ima večina, ko se tega lot, bom shujšal pol mi pa ni treba nič več delat. To je bilo v glav. Pol postopoma, mi je pa začel užitek ratvat.'* (Boštjan, 22 let)

Asketska naravnosti do telesa ustvarja pogoje in možnosti za vrednotenja lastnih življenjski stilov kot moralnih in odgovornih v primerjavi z drugimi, ki se teh praks ne poslužujejo. Tako askeza kot princip samovsiljenega kljubovanja naravi, potrebi, želji (Bourdieu 1984/2002, 254), predstavlja orodje za vrednotenje lastnega življenjskostilnega modela kot delavnega, sposobnega odpovedovanja in žrtvovanja; ga konstituira kot antagonizem neaktivnemu življenjskemu – stilu. Tako so mnenja, da jim 'drugi' – kolegi – zavidajo zaradi (po)ustvarjenega telesnega kapitala v fitnesu.

Janja (41 let) o podpori kolegov na delovnem mestu pravi:

*'V službi me zelo pohvalijo: 'Ja se mi zdi, da delaš neki na sebi.'Ja, me pohvalijo ... Negativno? Ne da bi mi kdo konkretno povedal, to ne. Ne, konkreten mi ni noben povedal. Mogoče, da sem parkrat slišala, tko posredno, saj fitnes ni nič, pa kaj rabiš to. Sam, da bi mi kdo konkretno, v oči povedal, tega ne. Mogoče je tukaj malo ljubosumja ... Ja tukaj je bolj ženski spol bil, kar se tiče teh negativnih. Moški ne. Verjetno moški radi vidijo, očitno, da ženska neki naredi na sebi.'*

- Vloga pomembnih drugih

Udeleženci vadb so mnenja, da njihovi bližnji (ožja socialna mreža) sprejemajo in podpirajo njihovo dejavnost v fitnessu oziroma vsaj ne nasprotujejo. To stališče se odraža tudi v intervjujih, kjer se pokaže, da je stopnja podpore bližnjih (partnerja oziroma staršev) vezana na njihovo lastno telesno aktivnost. Tako je največja, če se tudi sami udeležuje vadb v fitnessu. Na vprašanje, ali jih bližnji podpirajo pri obiskovanju fitnesa, intervjuvanci pravijo:

*'Ja, moja mama tudi hod in tudi teče in kolesar. Tko da ona, ja. Saj me vsi.'* (Maša, 19 let).

*'Starši me podpirajo. Zdi se jim samo to, ker ni v naravi, a ne, pa zato, ker je to kar nekaj denarja. Mislim pač oni plačujejo in se jim zdi, da dost ne hodim. Drugače pa jim je prav, da je neka organizacija ... Drugač sem sama predlagala, da pač grem na fitnes.'* (Manja, 18 let).

*'Ja, tukaj je zelo veliko poudarka. Saj pravim, žena me kar zelo podpira pri tem ...Kakšna dva meseca nazaj, moram reč, da sploh nisem nič hodil. Tko, ni se mi dal. Ful sem len ratal, pa to. Pol pa ona, doma sama, dej pejt na fitnes in deli kakšen šport. Tko je, tudi ona me mogoče mal priganja. Pa sem itak sam vedel, da moram jet.'* (Jan, 29 let)

*'Pol sva v bistvu kar oba začela, ker sva ugotovila, da si potem tuki dve uri, da več počneš skupaj. Ja, prej je bilo tko. Pa zakaj tja, pa zakaj, pa pejt mal ven, pa pejt sam za pol ure ... Ker pač ni razumel, da za pol ure ne moreš v fitnessu nič naredit. Pol pa je enkrat začel on, je začel razmišljat, da res, za to rabiš velik časa, da si pol utrujen, po pol mogoče se ti ne da več kakšnih drugih stvari delat ... Ja, ful je lažje, če te fant razume, da ve, kaj se tukaj dela, kot če recimo nekdo, ki nima pojma. Težko to, mal, gre no.'* (Tina, 21 let)

Bližnji jih podpirajo pri dejavnosti tudi v smislu, da jih v trenutkih 'šibkosti' spodbudijo, da gredo na vadbo. Pri mlajših je podpora tudi ekonomska in tako je obiskovanje vadb za mlajše bolj 'obvezno'.

Vendar je podpora ljudi, s katerimi preživljajo prosti čas, za udeležence zelo pomembna, celo tako, da se je intervjuvanec, ki ni dobil podpore za dejavnost v svoji socialni mreži, odločil za spremembo 'družbe/kolegov'.

*'V moji družbi je bilo vse, povezano s športom, tema posmeha. Jaz sem probaval v fitnes hodit in so me ful spodbijal, kaj bom hodil, naj grem rajš na pivo in take ... Sem se odločil zase. Ker mislim, da sem dost časa porabil. Zdaj gledam nazaj, oni so še zmeraj isti, tako, da mi ni čisto nič žal.'* (Boštjan, 22 let).

V intervjujih je zaslediti enotno stališče, da podpora ni 'ustrezna', če bližnji ne pozna polja športa in rekreacije in ne sprejema 'igre v polju', torej tudi sam ni telesno dejaven. Problem, ki ga vidijo udeleženci pri 'podpori neaktivnih bližnjih', je, da kljub načelnemu podpiranju/strinjanju z dejavnostjo le-ta vadečemu daje občutek nerazumevanja. Ta 'občutek nerazumevanja' vadeči lahko zelo hitro prenese na sprejemanje/zavračanje svojega jaza zaradi razumevanja lastne prakse v fitnesu kot oblikovanja osebne identitete.

Širša mreža, kot so sošolci in kolegi v službi ter sosedje, je do življenjskostilne izbire fitnesa bolj 'kritična'. Prevladujoče mnenje med intervjuvankami je, da imajo zlasti ženske kolegice negativen odnos do njihovega obiskovanja vadb, medtem ko so moški kolegi njihovi dejavnosti bolj naklonjeni.

*'Predvsem od žensk imam zelo negativne odzive. Ker je tko, da jaz se ene par let nisem z ničimer ukvarjala in potem ljudje o tebi dobijo eno podobo. Ta pa je len, pa tko. Pa mogoče mal bolj debela pa tko. K pa se spremeni in če se spremeniš na boljš, tko kot sem se jaz, ženske ratajo ljubosumne. Ful. In potem dobivaš take nizke. Ljudje to, da si redno fizično aktiven, dojemaš prej kot nekaj negativnega v tem, kot nekaj pozitivnega. Ker če so sami precej pasivni, si potem ti v njihovih očeh tolik dugačen, da te ne.'* (Saša, 24 let)

*'Drugače spodbujajo. Sam opažam pa res velike razlike. Verjetno je, mogoče zaradi fitnesa, me morijo, ker jem, to kar jem. Ne vem, ker posledično razmišljam, da bom mogla tolik več delat. Drugače pa podpirajo in se jim zdi ful fajn, da imam voljo, da sploh hodim. Velik ljudi nima, a ne. No se jim ne da.'* (Tina, 21 let)

*'Hodeš uau, pa to, ne. V službi pravijo, da že pretiravam. Ker jaz sem skor vsak dan tuki, na telovadbi, če nisem na fitnesu sem na teh vadbah. V službi pravijo, da pretiravam. Tko da, ne vem. Jaz se na druge ne oziram.'* (Maja, 31 let)

Podobno 'neodobravanje' doživlja starejši intervjuvanec s strani sovrstnikov, pri čemer je mnenja, da sicer mlajše generacije njegovo dejavnost v fitnesu bolj podpirajo.

*Mlajši te bolj podpirajo. Bolj čutijo potrebo po aktivnosti. Starejši pa pravijo, kaj je pa to potrebno. Ni potrebe, da to delaš. Ta logika. Predvsem imajo take izjave ljudje, ki se ne ukvarjajo z nobeno rekreacijo. Pravijo, da je nepotrebno, izguba časa. Mogoče tudi iz zavisti. Ker je prvi korak najtežji, da pridobiš kondicijo, če ljudje niso bili nikoli telesno aktivni. Sram jih je, da bi začeli pri teh letih.'* (Anton, 55 let).

Prepričanje med intervjuvanci je, da družba ne sprejema fitnes športov oziroma življenjskega stila, ki vključuje redno rekreacijo, pri čemer je takšno mnenje nekoliko bolj prisotno pri ženskah. Med obiskovalci vadb na splošno prevladuje stališče, da ljudje, ki niso tudi sami telesno dejavni, ne sprejemajo njihovega življenjskega stila, 'ker ga ne razumejo'.

## **5 SKLEP**

Ljudje (pre)oblikovalne prakse v fitnesu razumejo kot osebna vlaganja v same sebe. Pri tem jih seveda vodijo številni motivi, oblikovani v polju fitnesa, kot so, večja telesna in duševna moč, fleksibilnost in vzdržljivost do zmanjševanja tveganj za zdravje in izboljšanje videza telesa<sup>130</sup>; in jih lahko, širše, uvrstimo v kategoriji, ki nista popolnoma jasno ločeni, se prepletata: dobrega zdravja (tj. dobre funkcionalnosti telesa) in privlačnega videza.

Udeleženci vadb so v anketi mnenja, da je najbolj pomembna korist vadb v fitnesu 'dobro počutje', tj. dobro telesno in duševno zdravje. Pri tem se želja po 'dobrem počutju' pri udeležencih prepleta z različnimi koristmi, le-te pa se razlikujejo od skupine do skupine (opredeljene na spolu, starosti in izobrazbi/kulturnem kapitalu).<sup>131</sup> Nastajajo razlike med koristmi, ki jih skupine, znotraj (novega) srednjega razreda zasledujejo z vadbami. Te razlike so najbolj izrazite glede na spol in starost, manj pa na kulturni kapital. Glede na spol lahko opredelimo naslednje razlike: ženske skušajo (po)ustvariti telo, ki bo 'privlačilo' poglede in 'odobravanje' drugih, medtem ko moški želijo (po)ustvarjati telo, ki bo izkazovalo 'fizično moč' in bo zmoglo premagovati fizične napore. Tudi starost pomembno vpliva na motive v okviru (pre)oblikovalnih telesnih praks v polju fitnesa. Starejše skupine udeležencev vidijo ključne koristi dejavnosti v preprečevanju staranja, t.i. 'anti-

---

<sup>130</sup> Te motive se lahko širše razume tudi kot (po)ustvarjanje teles in jazov, sposobnih za porabništvo (Maguire 2008, 190).

<sup>131</sup> Poleg spola, starosti, razreda (kulturnega in ekonomskega kapitala) tudi rasa deluje kot dejavnik stratifikacije v poljih porabniških praks.



aging' učinku vadb na telo, mlajše skupine pa si želijo (po)ustvarjati telo, ki bo spolno privlačno. Izobrazba (višji kulturni kapital) se kaže kot dejavnik, ki vpliva na sposobnost dolgoročnosti načrtovanja in osmišljanja pomena (visoko diferenciranih) telesnih režimov v fitnesu; predvsem omogoča, da je vadba kot dejavnost vzdrževanja 'psihofizične kondicije' sama po sebi cilj v okviru strategije 'skrbi za zdravje'; na ta način omogoča motiviranost za trajnostno zasledovanje abstraktnih ciljev, kot je na primer vzdržljivost telesa.

Glede na poudarjene koristi vadb posameznih skupinah udeležencev lahko najdemo analogijo z njihovimi položaji podrejenosti/nadrejenosti v družbenem svetu (družbenih poljih).<sup>132</sup> Vadeči z vadbami (po)ustvarjajo telesa, ki sledijo nasprotjem (kot so nadrejeni/podrejeni, nad/pod, aktiven–prodirajoč/pasiven–prodiran) in so skladna z njihovimi položaji v družbenem svetu. Nadrejene družbene skupine (moški, odrasli in z visokim kulturnim kapitalom) z vadbami zasledujejo telo, ki je funkcionalno in kot tako aktivno, medtem ko podrejene družbene skupine (ženske, mladi in z manj kulturnega kapitala) v vadbah vidijo sredstvo, ki jim omogoča (po)ustvariti 'lepo/privlačno obliko telesa' in tako v odnosu do telesa v polju fitnesu vlagajo v pasivno estetizirano/gledano telo. Homologna nasprotja so tudi na ravni estetike vezane na obliko teles pri spolu. Moški vlagajo v mišičasto telo (telo, ki odraža moč), medtem ko ženske poudarjajo vitko telo (telo, ki odraža šibkost). Lahko ugotovimo, da samo polje (po)ustvarja opozicije obstoječih socialnih struktur družbenega sveta. To pomeni, da vzdržuje spoznavne sheme, značilne za posamezne frakcije habitusa srednjega razreda in na ta način ne omogoča spreminjanja estetskih ali spoznavnih sodb (Bourdieu 1984/2002).

Postavlja se vprašanje, kakšne možnosti spreminjanja telesnega habitusa imajo vadeči v fitnesu kot pojavu telesnih režimov porabniške kulture. Predvsem, kakšno možnost imajo skupine (predvsem ženske in mladi), da na svoje telo ne gledajo več kot na stvar, ki zadovoljuje 'druge', ampak postane telo za samega sebe oziroma pasivno telo postane aktivno in delujoče telo. (Pre)oblikovanje telesa oziroma ustvarjanje telesa s statusom v fitnesu ima pomembno značilnost, in sicer (pre)oblikovalna praksa vključuje element gibanja telesa. Na točki pripisanega pomena koristnosti same gibalne dejavnosti lahko ugotovimo možnosti za razhajanje med habitusom institucije in habitusom udeležencev vadb. Institucija fitnesa storitve (vadbe) trži kot prakse nadzora in 'instrumentalnega

---

<sup>132</sup> Na podlagi koristi, ki jih uporabniki vidijo za svoja telesa, identificiramo delovanje nadvlade in podrejanja (osnovanega na razlikovanju moško in žensko). Mehanizma, ki ga Bourdieu (1998/2002) imenuje simbolno nasilje (angl. *symbolic violence*).

užitka' (angl. *instrumental pleasure*) (Maguire 2008) in delo telesa pri vadbah razume kot način pridobivanja nagrad – bolj vitkega in čvrstega telesa, možnost za nakup manjše številke oblačil, povečevanje statusa z najetjem osebnega trenerja. Vse to usmerja odnos uporabnikov storitev v porabniško vedenje. Vedenje, ki ne kaže možnosti za spreminjanje telesnega habitusa pri spolu ali starostnih skupinah, ampak iskanju poti za (pre)oblikovanje lastnih teles v skladu z normami zdravstvenih politik in telesnih idealov popularne kulture; v okviru storitev fitnesa se ne spodbuja sprejemanja lastne telesnosti (to pomeni omejitvev, tj. mej biološkega telesa)<sup>133</sup> kot načina vzdrževanja dobrega telesnega in duševnega zdravja in pozitivne samopodobe.

Na drugi strani telesni habitusi udeležencev polja kažejo, da je prva korist, ki jo doživljajo pri obiskovanju vadb, povezana z učinki samega 'gibanja telesa', kot je dobro počutje, več energije, sprostitvev, in je na začetku dovolj velik motiv za nadaljevanje vadb. Odvisno od posameznikovega habitusa je, ali nadaljuje pot v smeri iskanja koristi v dejavnosti sami – doživljanje užitka in s tem koristi (občutka nadzora, užitka in veselja) zaradi zmogljivosti telesa samega ali se usmeri bolj na koristi, ki jih promovirajo v polju 'teksti drugega reda' (glej Maguire 2002; 2008). Stopnja intenzivnosti – pripravljenosti vlaganja dela/truda v vadbo – pomembno vpliva, ali pride do sprejemanja vadb zgolj kot racionalnega mehanizma upravljanja z zdravjem in videzom v okviru norm porabniške in popularne kulture ali se proces usmeri v iskanje možnosti za 'spontano uživanje in sprejemanje lastne telesnosti', kar je potencialnost za spreminjanje telesnega habitusa (spola, starosti). Kot pravi Bourdieu (2001), intenzivno ukvarjanje s telesno dejavnostjo (športom) lahko vodi v temeljito preoblikovanje osebnega in objektivnega doživljanja telesa. To za telesni habitus žensk in mladih pomeni, da lastno telo nič več ne doživljajo kot telo za druge, temveč postane telo za sebe samega, pasivno telo postane dejavno in delujoče telo. Možnosti spreminjanja spolnega habitusa ali habitusa starostnih skupin (predvsem starostnikov) v okviru reflektivnosti v polju športa in rekreacije vidim kot temo za sledeče raziskovalno delo.

Na tem mesu bi izpostavila še problem vadbe kot dejavnosti upravljanja s statusom telesa oziroma konstituiranja telesa kot družbene identitete v porabniški kulturi. Ljudje, ki se odločijo za obiskovanje vadb v fitnesu, se zelo zavedajo pomena statusa telesa, manj pa tveganj, ki jim jih vlaganja v telo v tej družbi predstavljajo. Vadbo sicer razumejo kot aktivni pristop uravnavanja

---

<sup>133</sup> Vendar je po mnenju Sassatellijeve (1999) vadba dejavnost, ki za razliko od lepotnih operacij omogoča udeležencem učenje o mejah telesne 'plastičnosti', pri čemer ustvarja bolj 'resnične' spremembe (od plastičnih operacij), pa tudi osnovni princip vadb je 'izbira' v okviru meja naših teles.

tveganj in negotovosti, ki pa se izkaže za veliko bolj tveganega, kot so to sposobni prepoznati. Problem se namreč pojavi, ko zaradi 'izrabe telesnega kapitala' vadba ni več mogoča in s tem tudi ta oblika nadzora nad funkcijo in obliko telesa. Pride do doživljanja občutka nemoči. To kaže, da vadba kot (pre)oblikovanje telesa v polju fitnesa, osnovana na normah porabniške kulture, ki temeljijo na maksimi biti sposoben za življenje v porabniški kulturi in servisni ekonomiji, porabnika preko dela na telesu ne opremlja (konstituirajo) za subjekt, ki črpa moč v sebi samem, temveč temelji (po)ustvarjen telesni habitus zgolj na sposobnostih: biti porabnik (tu in zdaj). Vprašanje, ki se postavlja, je, kakšne možnosti ima posameznik za opolnomočenje lastnega položaja v družbenem svetu preko porabniških praks; na primer v polju fitnesa, v kakšni meri uporabnik lahko oblikuje osebno identiteto (telesni habitus) na osnovi prepoznavanja lastnih telesnih zmožnosti in kako vpliva na to navezovanje na trenutne norme, oblike in funkcije telesa, porabniške kulture. Ta tematika je tudi zanimiva za nadalje raziskovanje.

Polje fitnesa gradi svoje prakse v okviru mehanizma pogajanja med užitkom in nadzorom. V skladu s temi praksami je tudi nosilna vrednote polja skrb za zdravje – omogoča legitimiranje polja kot takega – udejanjena s principi praks samoodpovedovanja oziroma askeze. Vzorec potrjuje ugotovitve Bourdieuja (1984/2002, 214), da storitve in dobrine, ki jih nudi polje fitnes športov, koristijo posamezniki z asketskimi dispozicijami do telesa – po Bourdieuju navzgor mobilni posamezniki.<sup>134</sup> Ti najdejo zadoščenje v trudu samem in 'odložljiva' zadovoljstva v sedanjih odrekanih in prihodnjih (pričakovanih) koristih. Po mnenju Maguirejeve (2008) pa ti mehanizmi in spremljajoče vrednote spodbujajo vedenje, ki ni toliko zdravo, kot je porabniško.

Telesna dejavnost v fitnessu ni užitek, temveč resno delo, ki prinaša posredne užitke, in sicer biti lastnik 'fit telesa'. Fit telo je 'jasen znak osebne vrednosti' (Sassatelli 1999) in omogoča razlikovanje in status. Da so prakse vadb v našem kulturnem prostoru sprejete kot porabniške in ne toliko prakse 'ohranjanja zdravja', kažejo tudi stališča ožje in širše družbene mreže udeležencev. Člani (širše) družbene mreže uporabnikov so mnenja, da je to 'nepotrebno zapravljanje časa in denarja', medtem ko udeleženci to razumejo kot odraz 'zavisti in ljubosumja'.

Stvarnost polja fitnesa je, da pozitivno doživljanje telesa samega na sebi ni v ospredju. Osnovni namen investiranja v telo – pridobivanje telesnega kapitala – je pridobiti profitne distinkcije

---

<sup>134</sup>Zlasti ženske se tudi v okviru telesne dejavnosti, kot ugotavlja Bourdieu, izrazito zatekajo k disciplini in nadzoru teles, da bi se lahko sprejele in bile sprejete.

svojemu lastniku. To v porabniški kulturi pomeni (po)ustvarjati (družbeno normirane) oblike telesa in si s tem omogočiti kar najboljšo samopredstavitev. Seveda sama udeležba v praksah (pre)oblikovanja teles vsem skupinam ne prinaša enakih možnosti v družbenem svetu, kajti ne šteje, kdo je lep (tudi zdrav), ampak kdo določa, kdo je lep (zdrav). To moč še vedno ohranjajo moški (tudi nekatere starejše ženske) in tako naloga žensk (in vedno bolj tudi mladih moških) ostaja, postati objekt lepote. Prav v uspešnem izvajanju (pre)oblikovalnih telesnih režimov pa se kaže tudi možnost 'osvobajanja' nadvlade. Za podrejene družbene skupine (ženske in mlade) pomeni doseganje oblike telesa, ki je v skladu z normami porabniške kulture, predpogoj za preseganje doživljanja in gledanja na sebe in seveda lastno telo kot entiteto za druge (Bourdieu 1984/2002). Drugače rečeno, šele 'podreditev podrejanju' omogoča tekmovalni vstop v družbeni areni poznega kapitalizma.

## 6 LITERATURA

Bauman, Zygmund. 2000. *Liquid modernity*. Cambridge: Blackwell.

Beck, Ulrich. 2001. *Družba tveganja: na poti v neko drugo moderno*. Ljubljana: Krtina.

Berčič, Herman, Sila Boris, Tušak Matej, Semolič Andreja. 2007. *Šport v obdobju zrelosti*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za Šport.

Bourdieu, Pierre. 1997. *Outline of a theory of practice*. Cambridge: University Press.

--- 1998. *The state nobility: elite schools in the field of power*. Cambridge: Polity Press.

--- 2001. *Masculine Domination*. Cambridge: Polity.

--- 1984/2002. *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. London: Routledge.

--- 2004. Oblike kapitala. V *Kompendij socioloških teorij*, ur. Adam, Frane in Tošič, Matevž, 311 - 322. Ljubljana. Študentska založba.

--- 2007a. Sport and social class. V *The sport studies reader*, ur. Tomlinson, Alan, 237 - 241. London: Routledge.

--- 2007b. The universes of stylistic possibles. V *The sport studies reader*, ur. Tomlinson, Alan, 421 - 425. London: Routledge.

Bourdieu, Piere in Loic Wacquant. 2006. *Načela za reflektivno družbeno znanost in kritično preučevanje simbolnih dominacij*. Koper: Univerza na Primorskem.

- Crossley, Nick. 2001. *The Social Body: Habit, Identity and Desire*. London: Sage
- 2004. The Circuit Trainer's Habitus: Reflexive Body Techniques and the Sociality of the Workour. *Body & Society* 10 (1), 37 - 69.
  - 2005. Sociology and the Body. V *Sage handbook of sociology*, ur. Calhoun, Craig J, Rojek, Chris, Turner, Bryan S., 442 - 456. London: Sage.
  - 2006. In the Gym: Motives, Meaning and Moral Careers. *Body&Society* 12 (3), 23 - 50.
- Edwards, Todd C., Huebner, Colleen E., Connell, Frederick A., Patrick, Donald C., ur. 2002. Adolescent quality of life, Part I: Conceptual and measurement model. *Journal of Adolescence*, 25 (3), 275 - 286.
- Elias, Norbert. 2000-2001. *O procesu civiliziranja: sociogenetske in psihogenetske raziskave*. Ljubljana: Založba/\*cf.
- .2000 Zv. #1: Vedenjske spremembe v posvetnih višjih slojih zahodnega sveta.
  - .2001. Zv.#2: Spremembe v družbi; Osnutek teorije civilizacije.
- Emirbayer, Mustafa in Johnson, Victoria. 2008. Bourdieu and organizational analysis. *Theory and Society* 37 (1), 1 - 44.
- Entwistle, Joanne. 2003. *The Fashion Body: Fashion, Dress, and Modern social theory*. Cambridge: Blackwell.
- Featherstone, Mike. 1991. *Consumer Culture and Postmodernism*. London: Sage.
- 1996. The Body in Consumer Culture. V *The Body: Social Process and Cultural Theory*, ur. Fetherstone, Mike, Hepworth, Mike in Turner, Bryan S, 170-196. London: Sage.
  - 2006. Body Image/Body without Image. *Theory, Culture&Society* 23 (5), 233 - 236.
- Florida, Richard L. 2002. *The rise of the creative class: and how it's transforming work, leisure, community and everyday life*. New York: Basic Books.
- Foucault, Michel. 1991. *Vednost-oblast-subjekt*. Ljubljana: Krt.
- 1994. *Znanje i moć*. Zagreb: Globus.
- Giddens, Anthony. 1991. *Modernity and Self-Identity*. Cambridge: Polity.
- Jarvie, Grant in Maguire, Joseph. 1994. *Sport and leisure in social thought*. London: Routledge.

- Latour, Bruno. 1996. On interobjectivity. *Mind, Culture, and Activity: An International Journal* 3 (4): 228-245. Dostopno na: <http://www.bruno-latour.fr/articles/article/63-INTEROBJECTIVITY-GB.pdf> (18. 3. 2008).
- Mellor, Philip A. in Shilling, Chris. 1997. *Re-forming the Body: Religion, Community and Modernity*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage.
- Maguire, Jennifer S. 2002. Body Lessons: Fitness Publishing and the Cultural Production of the Fitness Consumer. *International Review for the Sociology of Sport* 37 (3-4), 449-464.
- 2008. *Fit for Consumption: Sociology nad the business of fitness*. London: Routledge.
- McNay, Lois. 1999. Gender, Habitus and the Field: Pierre Bourdieu and the Limits of Reflexivity. *Theory, Culture & Society* 16 (1), 95 - 117.
- Miheljak, Vlado, ur. 2002. *Mladina 2000: slovenska mladina na prehodu v tretje tisočletje*. Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport, Urad Republike Slovenije za mladino, Maribor : Aristej.
- Monaghan, Lee. 1999. Creating 'The Perfect Body': A Variable Project. *Body & Society* 5 (2-3), 267-290.
- 2001. Looking good, feeling good: the embodied pleasures of vibrant physicality. *Sociology of Health&Illness* 23 (3), 330-356.
- Reay, Diane. 2004. 'It's all becoming a habitus': beyond the habitual use of habitus in educational research. *British Journal of Sociology of Education* 25 (4), 431 - 444.
- Renner, Tanja. 1998. Sociopatologije vsakdanjosti: Anorexia nervosa. *Družboslovne razprave* 27/28 (14), 55-62.
- Sassatelli, Roberta. 1999. Interaction Order and Beyond: A Field Analysis of Body Culture within Fitness Gyms. *Body&Society* 5 (2-3), 227-248.
- 2000. 'The Commercialization of Discipline. Fitness and its Values' *Journal of Italian Studies, Special Issue on Sport* 9 (4), 396-411.
- 2007. *Consumer Culture: Hisotory, Theory and Politics*. London: Sage.
- Scambler, Graham. 2005. *Sport and Society: history, power and culture*. Maidenhead : Open University Press [etc.].
- Seymour, Wendy. 1998. *Remaking the body*. London: Routledge.

Shilling, Chris. 1993. *The Body and Social Theory*. London: Sage.

--- 2004. Physical capital and situated action: a new direction for corporeal sociology. *British Journal of Sociology of Education* 25 (4), 473-487.

Sila, Boris. 2006. Fitnes in aerobika – simbioza razvoja in perspektive. *Šport* 54 (3), 3-4.

Stankovič, Peter. 2001. *Družbena struktura in človeško delovanje: kaj prinaša sinteza dveh pristopov socioloških teorij?*. Ljubljana. ZPS.

Stempel, Carl. 2005. Adult participation sports as cultural capital. *International Review for the Sociology of Sport* 40 (4), 411-432.

Synnott, Anthony. 1993. *The Body Social: symbolisem, self and society*. London: Routledge.

Škerlep, Andrej. 2004. Pierre Bourdieu (1930-2002). V *Kompendij socioloških teorij*, ur. Adam, Frane in Tošič, Matevž, 307-310. Ljubljana. Študentska založba.

Titscher, Stefan, Meyer Michael, Wodak, Ruth in Vetter, Eva. 2007. *Methods of Text and Discourse Analysis*. London: Sage.

Turner, Bryan S. (1984/1996): *The Body and Society*. London: Sage.

--- 1996. Recent Developments in the Theory of the Body. V *The Body: Social Process and Cultural Theory*, ur. Fetherstone, Mike, Hepworth, Mike in Turner, Bryan S, 1 - 35. London: Sage.

Wacquant, Löic. 1995. Pugs at work: bodily capital and bodily labour among professional boxers. *Body & Society* 1 65-93

--- 2006. Habitus. V *Načela za refleksivno družbeno znanost in kritično preučevanje simbolnih dominacij*, Bourdieu, Piere in Löic Wacquant, 125 - 132. Koper: Univerza na Primorskem.

--- 2007. Bodily capital among professional boxers. V *The sport studies reader*, ur. Tomlinson, Alan, 261 - 266. London: Routledge

Wainwright, Steven P. 2002. *Bourdieu and the body: 'Bourdieu – the legacy'*, Institute of Education, University of London, 20. junij. Dostopno prek:

<http://www.kcl.ac.uk/schools/sspp/interdisciplinary/cbas/research/projects/bebb.html> (11. 3. 2009).

Wainwright, Steven P. in Turner, Bryan S. 2006. 'Just Crumbling to Bits?' An Exploration of the Body, Ageing, Injury and Career in Classical Ballet Dancers. *Sociology* 40 (2), 237 - 255.

Wainwright, Steven P., Williams, Clare in Turner, Bryan S. 2006. Varieties of habitus and the embodiment of ballet. *Qualitative Research* 6(4), 535 - 558.

Weber, Marx. 1952. Science as a vocation. V *From Max Weber: essays in sociology*, ur., Gerth, H. in Mills, C.W. London: Routledge.

Westhaver, Russell. 2006. Flaunting and Empowerment: thinking about Circuit Parties, the Body, and Power. *Journal of Contemporary Ethnography* 35 (6), 611 - 644.

## INTERNETNI VIRI

Cash, Thomas F. 2008. *Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire*. Dostopno na: [http://www.twu.edu/womenshealth/pioneerproject\\_forms/19\\_MBSRQ.htm](http://www.twu.edu/womenshealth/pioneerproject_forms/19_MBSRQ.htm) (12. 7. 2008)

SURS. *SKP*, Standardna klasifikacija poklicev. 2000. Dostopno prek: [http://www.stat.si/klasje/kodirni\\_s.aspx?cvn=1182](http://www.stat.si/klasje/kodirni_s.aspx?cvn=1182) (12. 3. 2009).

SURS. *KLASIUS*, Klasifikacijski sistem za izobraževanje in usposabljanje. 2008. Dostopno prek: <http://www.stat.si/klasje/klasje.asp> (12. 3. 2009).

SURS. *Anketa o delovni sili: Prebivalstvo, staro 15 let in več, po stopnjah dosežene izobrazbe po starostnih razredih in spolu*. 2007. Dostopno na: [http://www.stat.si/letopis/2008/06\\_08/06-01-08.htm](http://www.stat.si/letopis/2008/06_08/06-01-08.htm) (12. 3. 2009).

## 7 PRILOGE

### Priloga A: Anketni vprašalnik

#### 1A Razlogi za vadbo v fitnes centru

Na lestvici od 1 (zelo pomemben) do 4 (sploh ni pomemben) se odločite, **kako pomemben je za Vas vsak od naštetih razlogov, da se ukvarjate s fitnesom/skupinskimi vadbami**. V vsaki vrstici posebej obkrožite samo eno številko.

Razlogi	Pomembnost			
	Zelo pomemben	Precej pomemben	Malo pomemben	Sploh ni pomemben
1. dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)	1	2	3	4
2. ugled, ki ga ima podoba "fit telesa" (tj. mladostno, vitalno, privlačno telo)	1	2	3	4



3. druženje	1	2	3	4
4. dober izgled, privlačen videz	1	2	3	4
5. oblikovani programi vadb	1	2	3	4
6. preventiva in postrehabilitacija poškodb	1	2	3	4
7. telesna priprava na šport	1	2	3	4

**2A S katerimi športi - poleg fitnesa/skupinskih vadb - se še ukvarjate?**

*Napišite do 4 najbolj pogoste.*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

**3A Stopnja podpore ali ne podpore ljudi, s katerimi imamo stike**

Na lestvici od 1 (zelo podpirajo) do 5 (nasprotujejo) **ocenite osebe na spodnjem seznamu, koliko vas podpirajo pri obiskovanju skupinskih vadb oziroma fitnesa.**

*Obkrožite samo eno številko v vsaki vrstici. Če osebe nimate, obkrožite v stolpcu Nimam številko 6.*

Osebe	Podpora					
	Zelo podpirajo	Me podpirajo	Me niti podpirajo- niti ne podpirajo	Me ne podpirajo	Nasprotujejo	Nimam
1. intimni/a partner/ica (fant, mož, dekle, žena)	1	2	3	4	5	6
2. starši	1	2	3	4	5	6
3. prijatelji/ce, družba	1	2	3	4	5	6
4. sošolci/ke, študijski/e kolegi/ce	1	2	3	4	5	6
5. bratje, sestre	1	2	3	4	5	6
6. sodelavci/ke	1	2	3	4	5	6
7. drugi (imenujte)	1	2	3	4	5	6

**4A Katera od naslednjih dveh izjav bolj odraža Vaše stališče do telesne dejavnosti?**

- samo en okvir.*
- Telesna aktivnost mi omogoča, da si oblikujem postavo, ki si jo želim.
- Telesna aktivnost mi omogoča dobro počutje (telesno in duševno zdravje).

**1B** V nadaljevanju sledi vrsta trditev o tem, kako ljudje razmišljajo, čutijo in ravnaajo s svojim telesom.

**Prosimo, da vsako trditev pozorno preberete in na lestvici od 1 (sploh se ne strinjam) do 5 (močno se strinjam) ocenite, koliko trditev za vas osebno velja.** Pri vsaki trditvi  *samo eno okno, ki se najbolj nanaša na vas osebno. Ni pravih in napačnih odgovorov.*

**V kolikšni meri se strinjate ali ne strinjate z naslednjimi trditvami:**

*samo eno okno pri vsaki trditvi.*

	1	2	3	4	5
Trditve	Sploh se ne strinjam	Ne strinjam se	Niti strinjam-niti ne strinjam	Se strinjam	Močno se strinjam
1. Delam za izboljšanje telesne vzdržljivosti.					
2. Vse leto sem telesno/fizično aktiven.					
3. Pomembno je, da je moje telo kar najbolj čvrsto.					
4. Opazim že majhne spremembe telesne teže.					
5. Biti 'fit' (imeti vitalno in privlačno telo) je v mojem življenju zelo pomembno.					
6. Ne delam ničesar, za kar vem, da bi lahko škodovalo mojemu zdravju.					
7. Zadovoljen/na sem s svojo zunanostjo.					
8. Ne maram svoje postave.					
9. Imam zelo dobro koordinacijo.					
10. Nikoli ne razmišljam o svojem videzu/zunanji podobi.					

**Ocenite, koliko se strinjate oz. ne strinjate še z ostalimi trditvami:**

*samo eno okno pri vsaki trditvi.*

11. Giblјivost mojega telesa je dobra.					
12. Delam na povečanju telesne moči.					

13. Namerno sem razvil/a zdrav življenjski stil.					
14. Ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim.					
15. Poskušam biti kar najbolj telesno privlačen/na.					
16. Veliko vem o tem, kako imeti "fit telo"					
17. Ponosen/na sem na videz/izgled svojega telesa.					
18. Godi mi, ko ljudje občudujejo videz mojega telesa.					
19. Dobra postava je ključ do uspeha na mnogih življenjskih področjih.					

**2B** Uporabite spodnjo lestvico za prikaz, kako zadovoljni ste z naslednjimi deli ali vidiki svojega telesa. V vsaki vrstici s

✓ označite tisto okno, ki odraža stopnjo vašega zadovoljstva.

✓ samo eno okno v vsaki vrstici.

Del ali vidik telesa	Zelo nezadovoljen	Vglavnem nezadovoljen	Niti zadovoljen – niti nezadovoljen	Vglavnem zadovoljen	Zelo zadovoljen
1. spodnji del trupa (zadnjica, boki, stegna, noge)					
2. srednji del trupa (pas, trebuh)					
3. zgornji del trupa (prsa, rame, roke, hrbet)					
4. mišični tonus (napetost mišic)					
5. podkožna maščoba					
6. teža					
7. višina					
8. celotna postava					

**3B** Prakse in značilnosti, ki vplivajo na telesno počutje

Vsaka izjava spodaj opisuje določeno vedenje. Na lestvici od 1 (nikoli) do 3 (pogosto) označite, kako pogosto velja za vas. V vsaki vrstici posebej obkrožite samo eno številko

Izjava	1	2	3
	Nikoli	Redko	Pogosto
1. Svoje telesne sposobnosti ohranjam z redno telesno aktivnostjo in vzdrževanjem telesne teže.	1	2	3
2. Imam sprejemljivo stopnjo telesne gibljivosti in delam vaje za vzdrževanje	1	2	3

svojih gibalnih sposobnosti.			
3. Pred vadbo se ogrevam in s tem preprečujem poškodbe.	1	2	3
4. Imam vsaj 3 obroke dnevno in jem priporočeno količino maščob, ogljikovih hidratov in beljakovin.	1	2	3
5. Imam uravnoteženo prehrano z malo (nasičenih) maščob in holesterola.	1	2	3
6. Ukvarjam se s športnimi aktivnostmi, ki pomagajo vzdrževati moje telesne sposobnosti.	1	2	3
7. Popijem vsaj 8 kozarcev (1l) vode na dan.	1	2	3
8. Rad/a se družim z ljudmi, ki so telesno zdravi.	1	2	3

Prosim, da na koncu odgovorite še na nekaj splošnih vprašanj.

1. Katerega spola ste?

moški

ženski

2. Starost:

pod 18 let

od 18 do 21 let

od 21 do 30 let

od 31 do 40 let

od 41 do 50 let

od 51 do 60 let

nad 61 let

3. Katero stopnjo izobrazbe ste dosegli?

Osnovno izobrazbo

Nižjo ali srednjo poklicno izobrazbo

Srednjo strokovno izobrazbo

Srednjo splošno izobrazbo

Višjo strokovno izobrazbo

Visoko strokovno izobrazbo

Visoko univerzitetno izobrazbo

Specializacijo, Magisterij,

Doktorat

4. Kakšna je vaša sedanja delovna aktivnost; ali ste sedaj zaposleni, ali kaj drugega?

Ali ste:

zaposleni

samozaposleni (samostojni obrtnik, svobodni poklic, kmet)

pomagata na družinski kmetiji, v podjetju, obrti

brezposelni

učenec, dijak, študent

skrbite za gospodinjstvo

upokojeni

nezmožni za delo (bolezen, invalidnost)

drugo, prosim napišite:

Na vprašanje 5A odgovarjajte, če ste (bili) zaposleni. Drugače pojdite na 5 vprašanje.

4A Kakšen je (bil) vaš položaj na delovnem mestu?

- vodilni položaj na ravni podjetja/ustanove
- vodstveni položaj na ravni delovne enote (vodja službe, sektorja, oddelka, ipd.)
- neposredno vodenje in nadzor dela izvršilnih delavcev (mojster, delovodja, ipd.)
- nimam vodilnega, vodstvenega položaja (izvršilni delavec)
- ne vem

5. Kako ocenjujete materialni položaj svoje družine glede na slovensko povprečje?

- visoko nadpovprečno
  - nadpovprečno
  - povprečno
  - podpovprečno
  - zelo podpovprečno
  - ne znam oceniti, ne želim povedati
- Hvala za sodelovanje!

## Priloga B: Vprašanja polstrukturiranega intervjuja

1. Zakaj ste se odločili za obiskovanje skupinskih vadb/fitnessa?

Kakšne **cilje** ste si zastavili? Kakšen **motiv** imate? Zakaj? Kako ste jih oblikovali/ na podlagi česa?

Ste kaj spremenili cilje/motive (od začetka do danes)? Zakaj? Kako?

Kako te cilje dosegate/ jih nameravate doseči? Kaj ste pripravljene storiti? S čim si pomagate? **Na koga se obrnete** – trenerje, internet, revije.....Katero mnenje najbolj upoštevate? Zakaj?

Kaj vam najbolj otežuje doseganje ciljev? Kaj vam je najtežje delati - narediti, čemu se morate odpovedati, da bi dosegli cilje? (prehrana, urnik, motivacija....)

2. Kakšna je ?/ Kaj vam pomeni podpora partnerja, staršev, prijateljev? Kakšno bi si želeli?

Kako okolica gleda na vašo dejavnost bližnja/širša? Moški – ženske?

3. Ste pri vadbi naleteli na kakšne ovire – telesne? Npr. niste zmogli, ste bili pretrujeni, niste osvojili giba, ste se med vadbo poškodovali itd.

Kako ste se počutili? Kaj ste naredili?

\*Spremembe

4. Ste opazili kakšne spremembe? Kje?

4a. Kaj si spremenil v svojem vsakdanu?.Kakšnim spremembam je po tvojem prispevala vadba, glede na prej (počutje, prehrana, odnosi)?

5. Kaj vam pomeni / predstavlja "fit telo"?

6. Mislite, da so ljudje, ki imajo "fit telo" tudi bolj zdravi, bolj uspešni? Zakaj?

7. Vas ljudje drugače sprejemajo od kar telovadite? Kje vse? Kako si to razlagate/pojasnjujete?

8. Ali se trditev: Ko dobro izgledam, se tudi dobro počutim?, za vas drži? Zakaj? Kako si to razlagate?

9. Kakšno je tvoje mnenje o ljudeh, ki niso telesno aktivni? Kako bi označil ljudi, ki ne telovadijo v primerjavi s teboj? V čem meniš, da se razlikujejo?

## Priloga C: Predstavitev kvantitativne analize - izpis iz SPSS

### 1 Izobrazba po starostnih skupinah

			Katero stopnjo izobrazbe ste dosegli?			Skupno
			srednja ali manj	višja	visoka ali več	srednja ali manj
Starost	pod 21 let	Število	25	1	0	26
		% po izobrazbi	96,2%	3,8%	,0%	100,0%
	od 21 do 30 let	% po starosti	46,3%	6,3%	,0%	23,9%
		Število	21	8	19	48
	od 31 do 40 let	% po izobrazbi	43,8%	16,7%	39,6%	100,0%
		% po starosti	38,9%	50,0%	48,7%	44,0%
	nad 41 let	Število	7	5	14	26
		% po izobrazbi	26,9%	19,2%	53,8%	100,0%
		% po starosti	13,0%	31,3%	35,9%	23,9%
		Število	1	2	6	9
		% po izobrazbi	11,1%	22,2%	66,7%	100,0%
		% po starosti	1,9%	12,5%	15,4%	8,3%
Skupno		Število	54	16	39	109
		% po izobrazbi	49,5%	14,7%	35,8%	100,0%
		% po starosti	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

## 2 Poklici in položaj na delovnem mestu

### 2.1 Delež med spoloma po poklicih

			Katerega spola ste?		Skupno
			moški	ženski	
Kakšno delo oziroma poklic opravljate sedaj?	vojaški poklici	Število	2	0	2
		% po spolu	100,0%	,0%	100,0%
		% po poklicu	3,8%	,0%	1,8%
zakonodajalci/zakonodajalke, uradniki/visoke menedžerji/menedžerke	visoki uradnice,	Število	4	4	8
		% po spolu	50,0%	50,0%	100,0%
		% po poklicu	7,7%	7,0%	7,3%
strokovnjaki/strokovnjakinje		Število	10	20	30
		% po spolu	33,3%	66,7%	100,0%
		% po poklicu	19,2%	35,1%	27,5%
tehniki/tehnice in drugi strokovni sodelavci/druge strokovne sodelavke		Število	13	8	21
		% po spolu	61,9%	38,1%	100,0%
		% po poklicu	25,0%	14,0%	19,3%
uradniki/uradnice		Število	1	2	3
		% po spolu	33,3%	66,7%	100,0%
		% po poklicu	1,9%	3,5%	2,8%
poklici za storitve, prodajalci/prodajalke		Število	3	2	5
		% po spolu	60,0%	40,0%	100,0%
		% po poklicu	5,8%	3,5%	4,6%
poklici za neindustrijski način dela		Število	1	0	1
		% po spolu	100,0%	,0%	100,0%
		% po poklicu	1,9%	,0%	,9%
upravljalci/upravljalke strojev in naprav, industrijski izdelovalci/industrijske izdelovalke in sestavljalci/sestavljalk		Število	1	0	1
		% po spolu	100,0%	,0%	100,0%
		% po poklicu	1,9%	,0%	,9%
POKLICI ZA PREPROSTA DELA		Število	4	0	4
		% po spolu	100,0%	,0%	100,0%
		% po poklicu	7,7%	,0%	3,7%
nima poklica		Število	13	21	34
		% po spolu	38,2%	61,8%	100,0%
		% po poklicu	25,0%	36,8%	31,2%
Skupno		Število	52	57	109
		% po spolu	47,7%	52,3%	100,0%
		% po poklicu	100,0%	100,0%	100,0%

## 2.2 Delež med spoloma po položaju na delovnem mestu

		Katerega spola ste?		Skupno
		moški	ženski	moški
Kakšen je (bil) vaš položaj na delovnem mestu?	vodilni položaj na ravni podjetja/ustanove	Število 9	4	13
	% po spolu	69,2%	30,8%	100,0%
	% po položaju	23,1%	10,8%	17,1%
	vodstveni položaj na ravni delovne enote (vodja službe, sektorja, oddelka, ipd.)	Število 4	8	12
	% po spolu	33,3%	66,7%	100,0%
	% po položaju	10,3%	21,6%	15,8%
	neposredno vodenje in nadzor dela izvršilnih delavcev (mojster, delovodja, ipd.)	Število 7	2	9
	% po spolu	77,8%	22,2%	100,0%
	% po položaju	17,9%	5,4%	11,8%
	nimam vodilnega, vodstvenega položaja (izvršilni delavec)	Število 15	22	37
	% po spolu	40,5%	59,5%	100,0%
	% po položaju	38,5%	59,5%	48,7%
	ne vem	Število 4	1	5
	% po spolu	80,0%	20,0%	100,0%
	% po položaju	10,3%	2,7%	6,6%
Skupno	Število	39	37	76
	% po spolu	51,3%	48,7%	100,0%
	% po položaju	100,0%	100,0%	100,0%



3. Korelacije križanj odvisnih in neodvisnih spremenljivk, vprašanje 1A		dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)	ugled, ki ga ima podoba "fit telesa"(tj. mladostno, vitalno, privlačno telo)	druženje	dober izgled, privlačen videz	oblikovani programi vadb	preventiva in postrehabilitacija poškodb	telesna priprava na šport	Katerega spola ste?	Starost	Katero stopnjo izobrazbe ste dosegli?	
	dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)	Pearsonova korelacija	1,00	,20(*)	,04	,24(*)	,31(**)	,09	,15	-,28(**)	-,17	-,30(**)
		Signifikanca. (2-stranska)		,04	,65	,01	,00	,36	,11	,00	,07	,00
		N	109,00	109,00	109,00	109,00	107,00	109,00	108,00	109,00	109,00	109,00
	ugled, ki ga ima podoba "fit telesa"(tj. mladostno, vitalno, privlačno telo)	Pearsonova korelacija	(*)	1,00	,04	,76(**)	,17	-,16	-,02	-,13	,22(*)	-,01
		Signifikanca. (2-stranska)			,68	,00	,08	,10	,87	,18	,02	,89
		N		109,00	109,00	109,00	107,00	109,00	108,00	109,00	109,00	109,00
	druženje	Pearsonova korelacija			1,00	,00	,26(**)	,31(**)	,26(**)	-,01	-,11	,04
		Signifikanca. (2-stranska)				,99	,01	,00	,01	,95	,26	,66
		N			109,00	109,00	107,00	109,00	108,00	109,00	109,00	109,00
	dober izgled, privlačen videz	Pearsonova korelacija	(*)	(**)		1,00	,11	-,18	,06	-,16	,34(**)	,01
		Signifikanca. (2-stranska)					,25	,06	,56	,10	,00	,94
	N				109,00	107,00	109,00	108,00	109,00	109,00	109,00	
oblikovani programi vadb	Pearsonova korelacija	(**)		(**)		1,00	,29(**)	,24(*)	-,21(*)	-,31(**)	-,18	
	Signifikanca. (2-stranska)						,00	,02	,03	,00	,07	
	N					107,00	107,00	106,00	107,00	107,00	107,00	
preventiva in postrehabilitacija poškodb	Pearsonova korelacija			(**)	(**)	1,00		,45(**)	-,02	-,21(*)	,01	

	Signifikanca. (2-stranska) N						,00	,84	,03	,96
telesna priprava na šport	Pearsonova korelacija Signifikanca. (2-stranska) N		(**)		(*)	(**)	109,00	108,00	109,00	109,00
							1,00	,20(*)	-,11	-,05
Katerega spola ste?	Pearsonova korelacija Signifikanca. (2-stranska) N	(**)			(*)		108,00	108,00	108,00	108,00
							(*)	1,00	,07	,18
Starost	Pearsonova korelacija Signifikanca. (2-stranska) N		(*)		(**)	(**)		109,00	109,00	109,00
									,44	,06
									1,00	,51(**)
Katero stopnjo izobrazbe ste dosegli?	Pearsonova korelacija Signifikanca. (2-stranska) N	(**)							109,00	109,00
									(**)	1,00
										109,00

\*\* Korelacija je statistično značilna pri 1% testu značilnosti (2-stransko).

\* Korelacija je statistično značilna pri 5% testu značilnosti (2-stransko).

#### 4. Ferkvenčne porazdelitve za spremenljivke vprašanja 1A

##### 4.1 Dobro počutje (tj. duševno in telesno zdravje)

	Frekvenca	Odstotek	Veljavni Odstotek	Kumulativni Odstotek
Veljavni Zelo pomemben	90	82,6	82,6	82,6
Precej pomemben	17	15,6	15,6	98,2
Sploh ni pomemben	2	1,8	1,8	100,0
Skupno	109	100,0	100,0	

##### 4.2 Telesna priprava na šport

	Frekvenca	Odstotek	Veljavni Odstotek	Kumulativni Odstotek
Veljavni Zelo pomemben	60	55,0	55,6	55,6
Precej pomemben	28	25,7	25,9	81,5
Malo pomemben	13	11,9	12,0	93,5
Sploh ni pomemben	7	6,4	6,5	100,0
Skupno	108	99,1	100,0	
Manjkajoče Manjkajoče	1	,9		
Skupno	109	100,0		

##### 4.3 Dober izgled, privlačen videz

	Frekvenca	Odstotek	Veljavni Odstotek	Kumulativni Odstotek
Veljavni Zelo pomemben	30	27,5	27,5	27,5
Precej pomemben	49	45,0	45,0	72,5
Malo pomemben	26	23,9	23,9	96,3
Sploh ni pomemben	4	3,7	3,7	100,0
Skupno	109	100,0	100,0	

#### 4.4 Oblikovani programi vadb

		Frekvenca	Odstotek	Veljavni Odstotek	Kumulativni Odstotek
Veljavni	Zelo pomemben	32	29,4	29,9	29,9
	Precej pomemben	42	38,5	39,3	69,2
	Malo pomemben	20	18,3	18,7	87,9
	Sploh ni pomemben	13	11,9	12,1	100,0
	Skupno	107	98,2	100,0	
Manjkajo če	Manjkajoče	2	1,8		
Skupno		109	100,0		

#### 4.5 Druženje

		Frekvenca	Odstotek	Veljavni Odstotek	Kumulativni Odstotek
Veljav ni	Zelo pomemben	14	12,8	12,8	12,8
	Precej pomemben	39	35,8	35,8	48,6
	Malo pomemben	42	38,5	38,5	87,2
	Sploh ni pomemben	14	12,8	12,8	100,0
	Skupno	109	100,0	100,0	

## 5 Križanje vprašanja 4A s starostnimi skupinami

### Crosstab

		Starost				Total
		pod 21 let	od 21 do 30 let	od 31 do 40 let	nad 41 let	pod 21 let
Katera od naslednjih dveh izjav bolj odraža Vaše stališče do telesne dejavnosti?	Telesna aktivnost mi omogoča, da si oblikujem postavo, ki si jo želim.	Count 9	Count 11	Count 1	Count 1	Count 22
	% within Katera od naslednjih dveh izjav bolj odraža Vaše stališče do telesne dejavnosti?	40,9%	50,0%	4,5%	4,5%	100,0%
Telesna aktivnost mi omogoča dobro počutje (telesno in duševno zdravje).	Count	17	Count 37	Count 24	Count 8	Count 86
	% within Katera od naslednjih dveh izjav bolj odraža Vaše stališče do telesne dejavnosti?	19,8%	43,0%	27,9%	9,3%	100,0%
Total	% within Starost	34,6%	22,9%	4,0%	11,1%	20,4%
	Count	26	48	25	9	108
	% within Katera od naslednjih dveh izjav bolj odraža Vaše stališče do telesne dejavnosti?	24,1%	44,4%	23,1%	8,3%	100,0%
	% within Starost	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

### Symmetric Measures

	Value	Asymp. Std. Error(a)	Approx. T(b)	Approx. Sig.
Nominal by Phi	,273			<b>,045</b>
Nominal by Cramer's V	,273			,045
Interval by Interval Pearson's R	,246	,085	2,615	,010(c)
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	,259	,085	2,766	,007(c)
N of Valid Cases	108			

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c Based on normal approximation.

## 6 Križanja podpore zasebnih mrež s spolom

### Group Statistics

Katerega spola ste?	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
podpora moški	42	21,6667	3,59991	,55548
ženski	53	20,9623	4,80770	,66039

		podpora	
		Equal variances assumed	Equal variances not assumed
Levene's Test for Equality of Variances	F	3,393	
	Sig.	,069	
t-test for Equality of Means	t	,790	,816
	df	93	92,736
	Sig. (2-tailed)	,432	,416
	Mean Difference	,70440	,70440
	Std. Error Difference	,89184	,86294
95% Confidence Interval of the Difference	Lower	-1,06662	-1,00929
	Upper	2,47543	2,41810

## 7. Skupinske srednje vrednosti zadovoljstva s telesom in dobrih praks.

Zadovoljstvo s svojim telesom skupinska srednja vrednost	Prakse za dobro fizično zdravje skupinska srednja vrednost
2,42	2,58

### \$telo Frequencies

		Responses		Percent of Cases
		N	Percent	N
Kako ste zadovoljni s svojim telesom(a)	Nezadovoljen	138	15,9%	126,6%
	Niti - niti	228	26,2%	209,2%
	Zadovoljen	503	57,9%	461,5%
Total		869	100,0%	797,2%

a Group mean: 2,420023

### \$skrb Frequencies

		Responses		Percent of Cases
		N	Percent	N
Skrb za telo(a)	Ne strinjam se	217	10,5%	199,1%
	Niti - niti	432	20,9%	396,3%
	Zadovoljen		68,6%	1299,1%
Total		1416	100,0%	1894,5%

a Group mean: 2,58063

### \$skrb\_daljse Frequencies

		Responses		Percent of Cases
		N	Percent	N
\$skrb_daljse(a)	Sploh se ne strinjam	47	2,3%	43,1%
	Ne strinjam se	170	8,2%	156,0%
	Niti strinjam-niti ne strinjam	432	20,9%	396,3%
	Se strinjam	957	46,3%	878,0%
	Močno se strinjam	459	22,2%	421,1%

a Group mean: 3,780145

**\$telo\_daljse Frequencies**

	Responses		Percent of Cases	
	N	Percent	N	
\$telo_daljse( a)	Zelo nezadovoljen	33	3,8%	30,3%
	Vglavnem nezadovoljen	105	12,1%	96,3%
	Niti zadovoljen – niti nezadovoljen	228	26,2%	209,2%
	Vglavnem zadovoljen	409	47,1%	375,2%
	Zelo zadovoljen	94	10,8%	86,2%
Total	869	100,0%	797,2%	

a Group mean: 3,452244