

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FILOZOFSKA FAKULTETA  
ODDELEK ZA PEDAGOGIKO IN ANDRAGOGIKO

DIPLOMSKO DELO

RAZUMEVANJE POMENA TELESA  
V SODOBNI DRUŽBI IN IZOBRAŽEVANJE  
STAREJŠIH ODRASLIH

Študijski program:  
pedagogika – andragoška smer

Mentorica: doc. dr. Dušana Findeisen

NINA CENKAR

LJUBLJANA, 2012

## **Zahvala**

Moja iskrena zahvala gre mentorici doc. dr. Dušani Findeisen za znanje in zamisli, ki mi jih je darovala, pa tudi za njeno potrpežljivo usmerjanje in spodbujanje.

Prav tako si moja iskreno zahvalo zaslužijo moji domači, ki so mi pomagali, me spodbujali in verjeli, da bom študij pripeljala do konca.

Zahvaljujem se lektorici Saši Grčman za strokoven pregled besedila.

Zahvala gre tudi Jerneji Vrbančič in Klemnu Jerincu za pomoč pri nastajanju tega dela, pa tudi vsem drugim prijateljicam in prijateljem ter kolegicam in kolegom s fakultete, da so bili ob meni in da sem se od njih lahko veliko naučila.

## **Povzetek**

Sredi potrošniške družbe, ki se vse bolj zanima za telo, je raziskava Nine Cenkar posvečena telesu (starejših), pa tudi individualnim, družbenim in kulturnim predstavam o telesu. Prve preuči tako, da sledi njihovi evoluciji skozi posameznikovo življenje, slednje pa tudi tako, da sledi njihovi evoluciji skozi zgodovino, kajti telo je, ugotavlja avtorica, odvisno tudi od časa in prostora ter dejavnikov, ki delujejo v njunem okviru: primarna družina, partner, spol, izobrazba, stroka, poklic, spolnost, staranje itd. Še več, avtorica poroča, da se identiteta telesa skozi življenje spreminja tudi zaradi učenja o telesu in s telesom zaradi vzgoje in izobraževanja. Nina Cenkar tako telo preučuje z vidika andragoške vede, a ga sprva osvetli z zorišča temeljnih psiholoških in socioloških teorij telesa. Nadalje se usmeri k vprašanju učenja in izobraževanja starejših odraslih. S tem v zvezi predstavi nekatere primere dobre prakse izobraževanja in učenja starejših odraslih o telesu in s telesom tako v slovenskem kakor tudi evropskem prostoru. Avtorica ugotavlja, kakšne so potrebe starejših odraslih po izobraževanju na temo telesa, in razmišlja o tem, kakšne izobraževalne programe za starejše odrasle bi bilo na temelju ugotovitev te raziskave mogoče razviti.

***Ključne besede:*** telo, izobraževanje odraslih, izobraževanje starejših odraslih, andragogika, psihologija, sociologija, identiteta telesa, zgodovina telesa, koncept telesa, potrošniška družba, učenje o telesu, učenje s telesom.

## **Abstract**

With the increasing interest in the body within our society of consumption, Nina Cenkar's research examines education and learning about (the older people's) body and learning by the body, and along with that, also individual, social and cultural representations of the body. She studies the individual representations of the body from the point of view of their evolution through one's life whereas the latter she examines by studying their evolution through history. She has found out that our body is dependent also on both time and space and the different factors in their context exerting and impact on the body (primary family, partner, secondary family, gender, education, professional, occupation, sexuality, ageing process, etc.). Moreover, the author argues that the identity of the body changes lifelong, also under the impact of learning about body and by body as well as education. The author examines the body from the point of view of andragogy, but first she deals with it dwelling upon psychological and sociological theories of the body. Nina Cenkar then studies the issue of older people's learning and education and introduces some best Slovenian and European practices related to both older people and their learning about the body and by body. The author reports that the relation to the body and the identity of the body keep changing. She studies the older people's educational needs concerning their body and hypothesizes about what educational programmes for older people could be developed associated with the body and taking into account the findings of this research.

**Key words:** body, education of adults, education of older adults, andragogy, psychology, sociology, identity of the body, history of the body, concept of the body, society of consumption, education, learning about the body, learning by the body.

# Kazalo vsebine

<b>UVOD.....</b>	<b>1</b>
<b>1 OPREDELITEV, FUNKCIJE IN ZNAČILNOSTI TELESA TER TEMELJNE TEORIJE TELESA .....</b>	<b>4</b>
1.1 OPREDELITEV, FUNKCIJE IN ZNAČILNOSTI TELESA .....	4
1.2 TEMELJNE PSIHOLOŠKE IN SOCIOLOŠKE TEORIJE TELESA IN NJIHOVI AVTORJI.....	7
1.2.1 <i>Michel Foucault in disciplinirano telo</i> .....	8
1.2.2 <i>Bryan Turner in nadzor nad telesom</i> .....	11
1.2.3 <i>Arthur Frank in strukturacijska teorija</i> .....	11
1.2.4 <i>Erving Goffman in uprizarjajoči se Jaz</i> .....	13
1.2.5 <i>Pierre Bourdieu in razredno telo</i> .....	14
1.2.6 <i>Norbert Elias in civilizirano telo</i> .....	15
1.2.7 <i>Giddens, Lasch, Sennet in Butler - telo kot projekt</i> .....	15
<b>2 PERCEPCIJA TELESA IN IDENTITETA STAREJŠIH.....</b>	<b>17</b>
2.1 OPREDELITEV IDENTITETE .....	17
2.2 TELO IN IDENTITETA TELESA .....	21
2.3 IDENTITETA OD TRADICIONALNE DO MODERNE DRUŽBE .....	22
2.4 STAROST, TRETJE IN ČETRTO ŽIVLJENJSKO OBDOBJE IN STAREJŠI.....	24
<b>3 EVOLUCIJA DRUŽBENIH IN KULTURNIH PREDSTAV O TELESU SKOZI ZGODOVINO.....</b>	<b>30</b>
3.1 TELO KOT VIR UŽITKA IN TELO KOT POKVARJENOST ALI TRUPLO V ANTIKI .....	30
3.2 TELO KOT PREDMET ČAŠČENJA / ČLOVEKU SOVRAŽNO TELO V KRŠČANSTVU.....	31
3.3 JAVNO IN ZASEBNO TELO V RENESANSI .....	32
3.4 REVOLUCIJA TELESA DO RENE-JA DESCARTESA IN MODERNOSTI.....	33
3.5 SPREMENJENA VLOGA IN PERCEPCIJA TELESA V POTROŠNIŠKI DRUŽBI .....	36

<b>4 VZGOJA, UČENJE IN IZOBRAŽEVANJE STAREJŠIH O TELESU IN S TELESOM.....</b>	<b>44</b>
4.1 DRUGI UNESCO-V PROGRAM: »IZOBRAŽEVANJE ZA VSE« .....	44
4.2 IZOBRAŽEVANJE STAREJŠIH ODRASLIH, METODE, OBLIKE, VSEBINE IN CILJI.....	46
4.3 IZOBRAŽEVANJE V INSTITUCIONALNI OSKRBI S Poudarkom NA TELESU .....	53
4.4 PRIMERI DOBRE PRAKSE V SLOVENSKEM IN EVROPSKEM PROSTORU .....	55
<b>5 RAZVOJ IDENTITETE TELESA IN ODNOSA DO TELESA TER UČENJE O TELESU IN S TELESOM PRI STAREJŠIH ČLANIH UČNE SKUPINE ZA PREPREČEVANJE PADCEV NA INŠTITUTU ANTONA TRSTENJAKA V LJUBLJANI .....</b>	<b>62</b>
5.1 IZOBRAŽEVANJE ZA PREPREČEVANJE PADCEV PRI STAREJŠIH NA INŠTITUTU ANTONA TRSTENJAKA V LJUBLJANI .....	62
5.2 PREDMET PROUČEVANJA IN NAMEN RAZISKAVE .....	64
5.3 HIPOTEZE IN RAZISKOVALNA VPRAŠANJA .....	65
5.4 METODOLOGIJA .....	67
5.4.1 <i>Opis raziskovalne metode</i> .....	67
5.4.2 <i>Vzorec raziskovanja</i> .....	67
5.4.3 <i>Zbiranje in urejanje empiričnega gradiva</i> .....	68
5.5 IZSLEDKI RAZISKAVE IN INTERPRETACIJA .....	69
5.5.1 <i>Vpliv primarne družine na identiteto telesa in odnos posameznika do njegovega telesa</i> .....	69
5.5.2 <i>Dejavniki oblikovanja identitete telesa in odnosa do telesa skozi življenje</i> ...	78
5.5.3 <i>Doživljanje telesa v starosti</i> .....	90
5.5.4 <i>Načini pridobivanja znanja in spoznanj o telesu skozi življenje</i> .....	92
<b>UGOTOVITVE IN RAZPRAVA .....</b>	<b>99</b>
<b>ZAKLJUČEK.....</b>	<b>105</b>
<b>LITERATURA IN VIRI.....</b>	<b>106</b>
<b>PRILOGE .....</b>	<b>111</b>

## **Kazalo slik**

<i>Slika 1:</i> Primer okrasitve moškega mednožja s kristalčki ali pejazzing .....	38
<i>Slika 2:</i> Primer moškega, ki uporablja kozmetične izdelke .....	40

## **Kazalo tabel**

<i>Tabela 1:</i> »Tečaj za preprečevanje padcev v starosti« .....	56
<i>Tabela 2:</i> »Kultura telesa«.....	57
<i>Tabela 3:</i> »Ali v zrelih letih res potrebujemo toliko zdravil?«.....	58
<i>Tabela 4:</i> »Animacijsko gibanje starejših«.....	59
<i>Tabela 5:</i> »My Life My Way«.....	60
<i>Tabela 6:</i> »Telovadba na stolu«.....	61

## Predgovor

V času odraščanja sem si pogosto želela, da bi bilo moje telo podobno telesu tega ali onega. Občudovala sem vse tiste, ki so znali uspešno obvladati svoje telo, še posebej športnike. Tudi sama sem vedno verjela v moč gibanja in v to, da sta telo in duša eno. Spoznala sem tudi, kako zelo smo v doživljanju svojega telesa odvisni od naključnih pripomb in pogledov drugih ljudi, zato sem se pogosto spraševala, kako se v svojem telesu počutijo drugi ljudje. Skratka telo je bilo zame zmeraj nekaj skrivnostnega, nedoumljivega.

Prav ta radovednost me je nazadnje nezavedno pripeljala do tega, da sem se odločila obiskovati tečaj za vaditelja športne rekreacije odraslih. Tam sem se dokaj hitro srečala s starejšimi in s telovadbo zanje. V telovadni skupini starejših sem opravila tudi študijsko prakso. Takrat sem prvič začela pobližje spoznavati telesno dejavnosti starejših in njihovo zmogljivost. Ker smo se spoznali in zblížali, sem takrat izgubila tudi marsikateri predsodek do starajočega se in starega telesa, ki bi me lahko odvrnil od kasnejšega, mojega zdajšnjega, predmeta raziskovanja.

Po tistem sem se s telesom starejših srečala v vlogi voditeljice *tečaja za preprečevanje padcev v starosti*, ki sem ga vodila v okviru Inštituta Antona Trstenjaka. Tam sem se s starejšimi udeleženci veliko pogovarjala. Ni šlo zgolj za telesno vadbo, saj so se ob vadbi odvijale tudi različne dejavnosti neformalnega izobraževanja, potekalo je recipročno in vzajemno učenje. Izobraževalne dejavnosti sem tudi predhodno načrtovala. Ob tem je bilo veliko učenja o marsičem, ne le o telesu in s telesom. Takrat sem začela bolj kontinuirano in poglobljeno razmišljati, da bi lahko v diplomski nalogi preučila, kako se star človek počuti v svojem telesu, kako ga doživlja in kako ga obravnava, pa tudi kako je potekalo njegovo učenje o telesu in s telesom skozi življenje, kakšne vzgoje glede telesa je bil deležen v primarni družini, kdo vse je kasneje vplival na njegov odnos do njegovega telesa, katere okoliščine so povečale njegovo vedenje o telesu ipd. Zanimalo me je, kako starejši, moški in ženske, obvladajo svoje telo in z njim živijo kljub funkcionalnim pomanjkljivostim, ki se pojavijo v poznejših letih življenja; kako vsakič znova ustvarijo ravnotežje, četudi po večjih boleznih. Obetala sem si, da se bom ob tem naučila tudi bolje razumeti svoje telo in telo drugih in morda tudi psihične procese, ki se odvijajo v nas in so povezani s telesom.

Avtorica



## Uvod

Z razcvetom potrošniške družbe so postali tudi starejši pomembna tržna niša. Prodajalci iluzij so se začeli obračati tudi k njihovi podobi in njihovem telesu in duši. Tako tudi starejši niso izvzeti iz današnjega marketinškega malikovanja potreb telesa. Tudi starejše skuša potrošniška družba navajati na zaznavanje in »razvajanje« njihovega telesa. Vrhu tega je današnji čas čas pomembnih družbenih sprememb, ena med njimi je nedvomno obča želja po tem, da bi ohranili zdravje za vsako ceno. Da bi to res bilo tako, je treba prisluhniti telesu; zato je potrebno znanje o telesu. Je to resnična potreba, je to bilo zmeraj tako? Pa tudi znanje o telesu ni rezultat današnjega časa, marveč je tudi rezultat preteklosti posameznega življenja in družbe, zato si bomo v tej nalogi prizadevali podati evolucijo pogledov na telo.

Georges Vigarello<sup>1</sup> je dejal: »Telo sem jaz.« Ste se tudi vi kdaj vprašali, kaj je telo? Ste kdaj razmišljali o tem, kaj vam telo pomeni in kakšen pomen mu pripisujejo drugi? Zdi se, da je razlag telesa prav toliko, kolikor je ljudi, saj je vsako doživljanje lastnega telesa in posledično interpretacija telesa povsem subjektivna zadeva. Nekaj pa lahko zagotovo trdimo: »Telo je fizična struktura vsakega živega bitja, ki nam je dana z rojstvom.« Takoj ko mu začnemo pripisovati določen pomen, pa gre bolj za predstavo o telesu kot za telo samo.

Skozi zgodovino je bilo telo izpostavljeno različnim okoliščinam in pojmovanjem. V *antičnih časih* so razmišljali o duši in telesu kot o dveh nepovezanih enotah, pri čemer je bila duša vrednejša od telesa. Tudi v *srednjem veku* so poveličevali lepoto duše, ne telesa, nato pa je v *renesansi* prišlo do preobrata. Takrat so znova »odkrili« telo in spremenili odnos do telesa. Z renesanso so začele zamirati asketske ideje o telesu kot sovražniku in začele so se krepiti ideje o telesu kot o lepem, dobrem, osebnem in zasebnem. V *18. st.* je znanost začela ločevati moške in ženske na podlagi nekaterih bioloških razlik in tako so se ženske, ki niso imele moških lastnosti, znašle v podrejenem položaju. Ženske so tudi na podlagi njihovega telesa začeli obravnavati kot podrejene in manj inteligentne od moških. V *začetku 19. st.* pa so šli z razlikovanjem še dlje, saj so začeli ženska telesa obravnavati

---

<sup>1</sup> Vir: Vigarello 2000.

kot patološka. To pojmovanje ženskih teles kot drugačnih in manjvrednih od moških se je ohranilo vse do *druge polovice 20. st.*

V *postmoderni družbi* je telo dobilo novo in vidno mesto. Čeprav so skrb za zdravje, videz, lepoto telesa poznali že zgodaj in čeprav je bila ta bolj ali manj navzoča v vseh družbah, se zdi, kot da so šele danes telo »odkrili« oz. »znova odkrili«. Danes se zdi telo pomembnejše, kot je bilo nekoč, saj ga v vsakdanjem življenju omenjamo pogosteje, kot so ga omenjali naši predniki. Telo je del vsakdanjih praks in postalo nam je vodilo na različnih področjih osebnega in družbenega življenja. Še več, današnja individualistična potrošniška družba daje poseben pomen posamezniku in njegovim telesnim razsežnostim. Današnja družba je hedonistična, zato v tej družbi dajemo velik pomen ugodju in užitkom, tudi tistim, ki jih ponuja telo. Tedaj ni nenavadno, da je telo pogost predmet raziskovanja in odkrivanja, in sicer z vidika različnih ved (medicina, sociologija, psihologija, antropologija, umetnostna zgodovina, pedagogika, andragogika, ekonomija itd.).

V tej nalogi nas zanima razumevanje in ustvarjanje identitete telesa in zanima nas mesto, ki ga telo zavzema v izobraževanju starejših odraslih. Zanima pa nas tudi *učenje o telesu ter s telesom*. Zanimajo nas dejavniki, ki vplivajo na identiteto telesa.

Diplomsko delo smo razdelili na dva dela, teoretični in empirični del, in na pet vsebinskih sklopov:

- (1) Opredelitev, funkcije in značilnosti telesa ter temeljne teorije telesa;
- (2) Percepcija in identiteta telesa ter starejši odrasli;
- (3) Evolucija družbenih in kulturnih predstav o telesu skozi zgodovino;
- (4) Vzgoja, učenje in izobraževanje starejših o telesu in s telesom;
- (5) Razvoj identitete telesa in odnosa do telesa ter učenje o telesu in s telesom pri starejših članih učne skupine za preprečevanje padcev na Inštitutu Antona Trstenjaka v Ljubljani.

V prvem sklopu *Opredelitev, funkcije in značilnosti telesa ter temeljne teorije telesa* opredelimo pojem telesa, ki ga nadalje obravnavamo z vidika temeljnih psiholoških in socioloških teorij telesa in poglobitvenih teoretikov.

V drugem sklopu *Percepcija in identiteta telesa ter starejši odrasli* sledi opredelitev identitete, predstavitev povezave telesa in identitete telesa ter prikaz razvoja identitete telesa od tradicionalne do moderne družbe. V nadaljevanju tega sklopa pa se lotimo še opredelitve pojma starosti, tretjega in četrtega življenjskega obdobja ter starejših odraslih.

V tretjem sklopu *Evolucija družbenih in kulturnih predstav o telesu skozi zgodovino* prikažemo telo v luči različnih zgodovinskih obdobj od antike do danes, pri čemer se ob koncu sklopa obširneje razpišemo o spremenjeni vlogi in percepciji telesa v potrošniški družbi.

V četrtem sklopu *Vzgoja, učenje in izobraževanje starejših o telesu in s telesom* najprej na kratko opišemo drugi UNESCO-v program »Izobraževanje za vse«, nato pa opredelimo izobraževanje starejših odraslih, spregovorimo o metodah, oblikah, ciljih in o vsebini takšnega izobraževanja. Dotaknemo se področja izobraževanja starejših v institucionalni oskrbi s poudarkom na telesu, v nadaljevanju pa poiščemo tudi nekaj primerov dobre prakse izobraževanja starejših na temo telesa v slovenskem in evropskem prostoru.

V petem, empiričnem delu, *Razvoj identitete telesa in odnosa do telesa ter učenje o telesu in s telesom pri starejših članih učne skupine za preprečevanje padcev na Inštituta Antona Trstenjaka v Ljubljani*, na podlagi pričevanj vprašancev ugotavljamo, kako se skozi življenje oblikujeta identiteta telesa in odnos do telesa, kako poteka učenje o telesu in s telesom ter na tej podlagi nadalje raziskujemo, kakšne so izobraževalne potrebe starejših odraslih v zvezi s telesom in kakšne vsebine v povezavi s telesom bi lahko zajeli v izobraževalnih programih za starejše.

Struktura naloge je takšna, da ustreza raziskovalnim vprašanjem, ki smo si jih postavili, pa tudi naslovu naloge.

# 1 Opredelitev, funkcije in značilnosti telesa ter temeljne teorije telesa

## 1.1 Opredelitev, funkcije in značilnosti telesa

Kdor želi razumeti telo in njegovo mesto v izobraževanju starejših odraslih, mora najprej opredeliti pojem telesa. Le tako lahko kasneje gradi izobraževalne programe o telesu in v takšne programe vnaša ustrezne vsebine. Z izobraževalnimi programi o telesu širimo vedenje in znanje o telesu in o pomenu telesa za življenje posameznika in skupnosti.

Telo nam je vsem dano z rojstvom. Je tisto, na čemer stojimo, s čimer obstajamo, je naša »materialna« osnova, pravimo, a je v resnici še veliko več. *Telesa tako ni mogoče dobro opredeliti, kajti največkrat gre bolj za predstavo o telesu kot za telo samo.* »Telo je fizična struktura človeka ali živali; je fizičen in minljiv vidik osebe, ki je nezdružljiv z dušo.« (Oxford Dictionaries ... 2011) Ta opredelitev se zdi že na prvi pogled preveč okrnjena za našo obravnavo.

Telo je ločeno od duše. V zahodni civilizaciji imamo namreč navado *ločevati dušo in telo*, kar je duhovno in kar je materialno. Telo, ki ga dojemamo predvsem kot *organizem*, je postalo v največji meri predmet preučevanja *anatomije* in *fiziologije*. Zato, ker v grščini beseda »soma« ne pomeni telo, temveč truplo, in zaradi kasnejših odkritij klinične medicine, so psihologi znova začeli preučevati telo. Pri tem so dali poudarek predvsem *ustvarjanju pomena telesa in predstav o telesu*. Z vidika psihologije je telo sredstvo, ki omogoča posamezna ravnanja in podpira identiteto (Doron in Parot 1991, str. 166).

Zavedanje o telesu prinaša tudi védenje o razvoju telesa, védenje o telesnih avtomatizmih, o drži in kretnjah, o izrazu telesa in vodi v odkrivanje Jaza, v odkrivanje drugih in v odkrivanje predmetov. *Telo je orodje ali sredstvo, ki nam je med vsemi orodji najprej dano na razpolago* (prav tam).

Za našo obravnavo se zdi pomembna naslednja opredelitev, ki pokaže, da je na telo mogoče vplivati z znanjem, ki ga pridobimo v socialnem okolju in v interakcijah z drugimi. Če za govor vemo, da se ne more razviti brez navzočnosti drugih, pa morda

dejstvo, da je s telesom podobno, ni toliko znano. »*Telo se naučimo obvladovati podobno, kot se naučimo obvladovati govor.*« Tako za obvladovanje telesa, kot za obvladovanje govora, pa je pomembna navzočnost drugih. Način, kako obvladovati telo, pridobimo s tradicijo in kulturo, ki nas obdajata (prav tam). V današnji, neoliberalni družbi in kulturi pa smo postali prepričani, da telo lahko povsem obvladamo, denimo z obiskovanjem fitness centrov, s pretiranim gojenjem različnih vrst športa, z obilico zdravil, nemalokrat tudi z jemanjem poživil. Mislimo, da telo obvladujemo, da imamo to orodje v rokah, a ga pogosto s takšnim ravnanjem tudi uničujemo in zlorablamo (Vigarello 2000).

*Filozofi, fenomenologi*, ki skušajo doživljanje telesa opisati, ga obravnavajo kot nekaj, *kar je dano in objektivno, a hkrati tudi subjektivno in odvisno od našega doživljanja*. Da obstaja subjektivno doživljanje telesa, ugotovimo še posebej dobro, če opazujemo *psihopatologe*, ki preučujejo podobo telesa in motnje, ki nastajajo v doživljanju organizacije telesa. Doživljanje pacientov se močno razlikuje (Doron in Parot 1991, str. 166).

V klinično psihologijo so se vključila tudi spoznanja *psihoanalitikov*, pri čemer je bil poudarek na zunanji podobi telesa in pomenu fantazmov v doživljanju telesa (prav tam).

Že doslej smo našli vrsto opredelitev telesa, a smo pri preučevanju telesa skozi zgodovino prišli do spoznanja, da o telesu govori veliko mislecev, teoretikov in praktikov, da vsakdo podaja svojo definicijo telesa. Tako je v stari Grčiji veljalo, da je telo človekova grobnica (Platon) in svetišče (sv. Pavel). Mauss in Mead menita, da je telo sredstvo učenja in človekovo najbolj priročno in najbolj naravno orodje, medtem ko Foucault trdi, da je telo orodje političnega nadzora in *zapornik duše*. Goffmanu telo predstavlja simbol Jaza, Giddensu pa osebni pripomoček in družbeni simbol (Synnott 1993). Južnič (1993) pa navaja, da je telo najočitnejši kazalec identitete in še bi lahko naštevali, saj vsak avtor telo prikaže v svoji luči, skozi svoje razmišljanje o telesu.

Leta 1489 Léonardo Da Vinci začne poglobljati svoje poznavanje anatomije v želji, da bi razumel, kako telo deluje in kaj skriva v sebi. Sprašuje se o tem, kar poimenuje *pet kategorij telesa*: duševna, časovna, življenjska, čutna kategorija in kategorija »vrste stvari«. Poglobi se v skrivnosti telesa, secirajoč živali, da bi bolje razumel in si predstavljal človeško telo. Nariše deformirane obraze, da bi pokazal, kaj naredi obraz »grd« in tako

postane začetnik *fiziognomije*. Pod njegovimi prsti nastajajo lepe risbe telesno grdih ljudi. Tako želi pokazati, da »duša ni razširjena po vsem telesu«, da duša domuje le v središču možganov, »kajti zmožnost presoje je tam, kjer se vse sreča«, kjer nastaja domišljija, kjer nastaja intelekt in se rojeva zdrava pamet. V neskončnost preučuje padec telesa, riše zarodek. Opazuje, kajti opazovanje in sklepanje sta zanj temeljni metodi odkrivanja in pot do splošnih zakonitosti telesa (Da Vinci, 1983).

Zanimanje umetnikov za to, kar skriva telo, ni popustilo vse do današnjih dni. Tako so se danes nekateri umetniki lotili prikaza notranjosti telesa tako, da so se oprli na slike telesa, ki jih ponujajo skenerji, preiskave z magnetno resonanco in posnetki cerebralne tomografije. Srečanja z notranjostjo telesa, ki jih omogočajo tovrstne razstave, so lahko pretresljiva, zlasti če gre za notranjost *našega* telesa.<sup>2</sup>

Kot smo že nakazali, telo obravnavajo na bolj ali manj ekspliciten način *številne vede ali študijska področja*, vse od *psihologije, psihoanalize, filozofije, sociologije, umetnostne zgodovine, medicine, anatomije, fiziologije, fiziognomije, ekonomije, antropologije* itd. *Antropologija telesa*, denimo, je veda, ki preučuje značilnosti telesa in kako so se te skozi zgodovino spreminjale; kako se je skozi zgodovino telo morfološko spreminjalo, kako je dobivalo drugačne oblike.

Eden pomembnih *antropologov*, ki so preučevali povezavo med uporabo telesa, tehnikami telesa in spreminjanjem telesa s spreminjanjem kulture, je francoski antropolog *André Leroy-Gourhan*. V svojem znamenitem delu »Kretnja in govorica« (»Le geste et la parole«) prikaže povezavo med uporabo rok, razvojem govora in družbo. Danes pa se razvija tudi nova podoba antropologije telesa, utemeljena na poznavanju sodobne družbe. Ta nova antropologija telesa je utemeljena na delih *Mary Douglas, Norberta Eliasa, Michela Foucaulta* itd. (Leroi-Gourhan 1969).

Prav poseben odnos do telesa razvijajo *igralci* in *plesalci*. Njihova definicija telesa je zato drugačna od onih, ki jih srečujemo sicer, denimo pri slikarjih in drugih, ki jim je telo blizu.

Danes telo vidimo kot *izraz učinkovitosti, kot lastnino in kot izraz svoje identitete*.

---

<sup>2</sup> Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 26. 5. 2011.

## 1.2 Temeljne psihološke in sociološke teorije telesa in njihovi avtorji

V tem poglavju bomo podali pregled pogledov na telo v luči različnih zgodovinskih obdobj in z vidika različnih mislecev in ved. Razumeli bomo, kako se skozi čas spreminjajo *ideje o telesu, predstave o telesu, moralni pomen telesa, dožemanje meja telesa ter uporabna in simbolična vrednost telesa*. Četudi se zdi, da smo v današnjem času in današnji družbi telo spontano odkrili, da smo po besedah Vigarella vstopili v *civilizacijo telesa* in da smo komaj danes razvili čaščenje telesa ali kult telesa (kar pomeni odnos do telesa kot do nekakšnega božanstva), moramo vedeti, da je odnos do telesa, četudi ni bil tako viden kot danes, obstajal že v preteklih zgodovinskih obdobjih, ali drugače povedano, da bi razumeli današnjo družbo, moramo na kratko poseči v preteklost.

Natančnejše preučevanje telesa nam prinese spoznanje, da je v preteklosti obstajala *distanca do telesa*, a hkrati tudi prepričanje, da je telo vedno temeljna razsežnost človekovega izraza. V *srednjem veku* je bila distanca do telesa velika, v *renesansi* pa telo znova odkrijejo in upodablajo. René Descartes se zanima za telo, saj želi odkriti način prehrane, ki bi močno podaljšal življenje. Jean-Jacques Rousseau je kritiziral strogo vzgojo in telesno kazen, kritiziral je nošenje steznika itd. *Civilizacija telesa* pa je nastopila okrog leta 1936, skupaj s plačanim dopustom in prostim časom. Telo vsekakor ni odkritje današnjih časov.<sup>3</sup>

### Telo in zdravje

V povezavi s telesom srečujemo še en koncept, to je koncept *zdravja*. Že leta 1905 se pojavi prva kompleksna definicija zdravja, ki jo poda Svetovna zdravstvena organizacija. Zdravja ne pojmuje le kot odsotnost bolezni ali hibe, ampak kot *stanje popolne telesne, duševne in socialne blaginje* (Definition of ... 2011). Telo postane prostor učinkovitosti, učinkovito ravnanje pa je seveda povezano tudi z znanjem o telesu. *Ko se človek začne bolj zanimati za svoje telo, se poveča tudi število »izraženih bolezni«*. Kot kaže študija, ki jo v svojem predavanju navede Georges Vigarello, so leta 1970 vprašanci enake starosti in podobnega socialnega izvora ter podobne izobrazbe izjavili, da imajo 30.000 različnih bolezni, deset let kasneje pa je število izraženih bolezni naraslo že na 60.000 (Vigarello 2000).

---

<sup>3</sup> Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 26. 5. 2011.

## Sociologija telesa

Sociologi so se s telesom začeli ukvarjati dokaj pozno, šele v devetdesetih letih prejšnjega stoletja, saj se primarno sociologija ukvarja s temami, ki navidezno nimajo ničesar skupnega z odnosom posameznika do svojega telesa. Na v sociologiji zelo razširjeno zanimanje za telo opozori pojav nove sociološke paradigme, t. i. *sociologije telesa* (angl. *sociology of the body*) (Kuhar 2004, str. 58). Sociologi so se s telesom začeli ukvarjati, ko je prišlo do krhanja industrijskega kapitalizma – ta temelji na disciplinirani delovni sili in množični produkciji za svetovni trg – do rasti storitvenega sektorja in do razvoja novih življenjskih stilov sredi potrošnje in prostega časa (Turner v Kuhar 2004, str. 58).

V nadaljevanju bomo predstavili nekaj pomembnih mislecev in njihove teorije, ki so obogatile *sociologijo telesa*.

### 1.2.1 Michel Foucault in disciplinirano telo

Ko govorimo o razvoju sociologije telesa, je v prvi vrsti treba omeniti dela francoskega filozofa Michela Foucaulta. Foucault velja za enega najvplivnejših teoretikov telesa in iz njegovih del je v veliki meri izhajala tudi sociologija telesa. V svojih študijah o discipliniranih sistemih in o zgodovini spolnosti Foucault analizira spremembe, ki so se dogajale na prehodu od tradicionalnih k modernim družbam (Shilling 2005, str. 66).

Najpomembnejši koncept Foucaultovega dela je *diskurz*. »Diskurz lahko razumemo kot zaporedje principov, kot mreže pomenov, ki podpirajo, rojevajo in ustvarjajo odnose med vsem, kar je mogoče videti, misliti in izreči.« V središču Foucaultovega diskurza je telo, ki predstavlja povezavo med vsakodnevnimi navadami na eni strani in veliko organizacijo moči in nadvlade na drugi strani (Dreyfus idr. v Shilling 2005, str. 66).

Z nastopom *moderne* pa je prišlo do *premikov v diskurzu o telesu*. Diskurz o telesu se tako ni več nanašal na telo kot skupek mesa, temveč se je odslej nanašal na misleče telo. Telo je bilo dolgo časa viden predmet kazenske represije (zatiranja) in storilec kaznivih dejanj so bile kazni podrobno zapisane v telo. Seveda je bilo v preteklosti telesno kaznovanje javno (Foucault v Shilling 2005, str. 67).



Foucault (2004, str. 14) v svojem delu »Nadzorovanje in kaznovanje« navaja: »V nekaj desetletjih je izginilo mučeno, razkosano in pohabljenno telo, ki je bilo simbolično zaznamovano na obrazu ali na ramenu, živo ali mrtvo izpostavljeno, izročeno pogledom. Izginilo je telo kot glavna tarča in predmet kazenske represije.«

Ob koncu 18. st. in začetku 19. st. je veliki javni prikaz telesne kazni že skoraj povsem izginil. Postopoma vstopamo v dobo *kaznovalne zadržanosti*. Kaznovanje je začelo težiti k temu, da bi postalo najbolj skrit del kazenskega postopka. Pojavijo se zapor, pripor, prisilno delo, internacija, prepoved bivanja in deportacija, ki v modernih kazenskih sistemih dobijo pomembno mesto. Še vedno gre za fizične kazni, a te ne zadevajo telo neposredno, temveč zgolj posredno. Glavni cilj kazni je bil izguba kakšne dobrine ali pravice. Ta kaznovalnost zajame telo v sistem prisile (prisilno delo), prikrajševanja (zapor: omejitev pri hrani, spolno prikrajšanje, tepež, jetniška celica), obveznosti in prepovedi. Fizično trpljenje in bolečina telesa nista več tvorna elementa kazni, saj je kazen postala predvsem začasno odvzemanje pravic. Kaznovanje v najstrožjih oblikah ni bilo več namenjeno telesu, ampak se je oprijelo duše. Morda se je v zadnjih stoletjih zmanjšala intenzivnost telesnega trpljenja (manj okrutnosti, več blagosti, več spoštovanja, več humanosti), zagotovo pa se je spremenil cilj. Kazen je učinkovala v globino, prizadela je srce, misel, voljo, nagnjenja. Kaznovanje so upravičevali s tem, da želijo zločinca ozdraviti. Rablja so tako nadomestili nadzorniki, zdravniki, psihiatri, psihologi in vzgojitelji (prav tam, str. 14–30).

V *fevdalizmu* je bilo telo največkrat edina zasegljiva dobrina, zato so telesne kazni hitro naraščale: poboljševalnica, obvezno delo, kazensko manufakturno delo. V industrijskem sistemu pa je tovrstne kazni nadomestil zapor, katerega cilj je bil poboljšanje (a je v resnici vselej povzročal tudi neko količino telesnega trpljenja). Čeprav kazenski sistemi v naših družbah uporabljajo »mehke« metode, ki zapirajo ali poboljšujejo, gre vselej za telo – za telo in njegove sile, za njihovo uporabnost in krotkost, za njihovo porazdelitev in podreitev. Vse to je zvezano z gospodarsko uporabo telesa in telo se kot delovna sila lahko vzpostavi le, če je zajeto v sistem podrejanja. *Telo postane koristna sila šele tedaj, ko je hkrati produktivno in podjarmljeno*. Oblast svoje naloge sicer izvršuje na telesu, a s tem učinkuje na dušo. Duša je ječa za telo (prav tam, str. 32–38).

Foucault meni, da je poleg mučenja in kaznovanja telesa prišlo do sprememb tudi na *področju discipline*. V stari Grčiji je bilo telo predmet in tarča oblasti, posvečali so mu veliko pozornosti – z njim so manipulirali, ga oblikovali, ga dresirali. Telo je ubogalo, odgovarjalo, postajalo spretno in njegova moč se je večala (prav tam, str. 154).

*18. st. je posvečalo veliko pozornosti krotkosti telesa.* Krotko je bilo tisto telo, ki se ga je dalo podrediti, uporabiti, preoblikovati in izpopolniti. Poudarek je bil na urjenju telesa in stalni prisili, na disciplini. Veliko disciplinskih postopkov je obstajalo že veliko prej – v samostanih, v vojski, tudi v delavnicah, v 17. in 18. st. pa je disciplina postala splošna formula gospodovanja (prav tam).

Zaporniški sistem 19. st. je torej telesa prestopnikov namestil v institucionalizirani prostor (sodobni zaporniški objekti), da bi s tem imel dostop do razuma zapornikov. Kot primer te prakse se nam na tem mestu zdi primerno omeniti *panopticon*, Benthamov model zapora iz 19. st., ki predstavlja temelj Foucaultovega razumevanja discipliniranja družbe (Shilling 2005, str. 67).

Zaporniki, ki so v celicah sami, so v stanju zavestne in stalne vidnosti, saj nikdar ne vedo, kdaj so opazovani. To zagotavlja, da vsak zapornik postane svoj lastni ječar. Nadzorovanje telesa začne posledično obvladovati tudi misli in telo postane ujetnik duše (Bartky v Kuhar 2004, str. 72).

O preobrazbi telesa Foucault govori tudi v svojih analizah spolnosti. V krščanstvu, v srednjem veku, se je duhovnik ukvarjal s spolno dejavnostjo vernikov in prevladujoči diskurz o spolnosti je bil takrat povezan s telesom kot mesom. Reformacija in protireformacija pa sta uvedli procese, ki ostajajo vplivni še danes. Duhovniki poizvedujejo o namerah ljudi kot tudi o njihovih dejanjih in področje spolnosti se je začelo pomikati od subjektovega telesa k njegovemu razumu (Shilling 2005, str. 67). Ustvarjalo se je vedenje o telesu.

Prehod od tradicionalne k moderni družbi je spremljala sprememba na področju diskurza o telesu. Moderni zaporniški sistem se je vse bolj ukvarjal z obnašanjem *družbenega telesa* in panoptični model nadzorovanja se je razširil na šole, vojašnice, bolnišnice in druge institucije (prav tam, str. 68).

### 1.2.2 Bryan Turner in nadzor nad telesom

Tako Turner kot Foucault sta se ukvarjala z nadzorom telesa. Razlika med njima je le v njunem pristopu, saj Foucault meni, da se s posegi v telo konstruira njegova narava, za Turnerja pa je nadzor nad telesom pomemben za ohranjanje zdravja.

Turner že v svoji knjigi »Body and Society« (1984) poudarja, da je za večje razumevanje pomena telesa treba poznati družbene spremembe. Omenja naslednje družbene spremembe, ki so vplivale na telo: (1) *Zaton kapitalizma* – ki prinese nov življenjski slog, ki je posledica prostega časa in porabe. Telo dobiva vse večji pomen in predstavlja osnovo predstave o samem sebi. Telo je kot stroj, saj mora biti nenehno usklajeno, oskrbovano, rekonstruirano ter skrbno oblikovano s pomočjo redne fizične vadbe, zdrave prehrane in modnega oblačenja. (2) *Vzpon feminizma* – v drugi polovici 20. st. odpre vprašanja glede pravice do splava in nadzora nad rojstvom otrok. Z zahtevami žensk po nadzoru nad svojimi lastnimi telesi je telo postalo tudi predmet akademskih razprav; veliko se je razpravljalo o odnosu do telesa, narave in kulture. (3) *Staranje prebivalstva* – daljšanje pričakovane življenjske dobe prebivalstva vpliva na naraščanje stroškov zdravstvene oskrbe, števila socialnih služb in stanovanj. S staranjem prebivalstva se pojavi tudi potreba po širjenju svetovanja o zdravi prehrani, hujšanju, telesni vadbi, lepotičenju ipd. (Turner v Featherstone idr. 1991, str. 1–35).

Nadzor nad posameznikom je za državo zelo pomemben, saj bolni posamezniki puščajo tudi ekonomske posledice, kot so zdravljenje, manjša delovna učinkovitost, odsotnost z dela, nesposobnost za delo, socialna pomoč, zdravstveni dodatki ipd., za kar mora država dati denar. V interesu države je torej ohranjati prebivalstvo zdravo, kar pa počne predvsem s komuniciranjem o zdravju, zdravi prehrani in redni telesni aktivnosti preko medijev ter medicinskih diskurzov (prav tam).

### 1.2.3 Arthur Frank in strukturacijska teorija

Arthur Frank ponudi alternativo Turnerjevemu pogledu na telo in poda *strukturacijsko teorijo telesa in družbe*. Zanj telo ni toliko abstraktni družbeni problem, temveč je bolj telo kot problem sam po sebi. Za Franka je *telesnost ključna razsežnost pri oblikovanju*

*družbenega konstrukta o telesu*. Na ta konstrukt vplivajo še diskurz in institucije. Družbenokonstruktivistični pristop k telesu si Frank prisvoji do te mere, da prepozna *pomembnost in razvoj teles kot neločljivo povezana z družbenimi silami in družbenimi odnosi* (Shilling 2005, str. 82–83).

Frank telo opredeli kot *proizvod telesnih tehnik*, družbo pa kot *produkt vsote teh tehnik*. V svoji teoriji telesa izpostavi štiri vprašanja oz. akcijske probleme, s katerimi se človeško telo spopada pri odločitvi za akcijo v odnosu do nekega objekta. Ta vprašanja obsegajo nadzor (ki vključuje predvidljivost igre telesa), željo (bodisi da telesu primanjkuje želje ali jo proizvaja), odnos do drugih (telo je zaprto samo vase ali pa je v medsebojnem odnosu z drugimi telesi) ter odnos do lastnega telesa (bodisi da se telo v sebi počuti povezano in domače ali pa se odtuji od lastne telesnosti) (Featherstone idr. 1991, str. 50–54; Shilling 2005, str. 83).

Glede na odgovore na zastavljena akcijska vprašanja Frank izpelje štiri idealne tipe uporabe telesa. Prvi idealni tip predstavlja *disciplinirano telo, ki ne proizvaja nikakršne želje, je odtujeno od lastne telesnosti in zaprto samo vase*. Je le orodje, nesposobno dajati ali prejemati sočutje (Featherstone idr. 1991, str. 54–89; Shilling 2005, str. 84–86).

Drugi idealni tip telesne uporabe po Franku je *zrcalno telo, ki je sicer odprto za zunanje dražljaje, a telo zrcali le samo sebe*. Frank pravi, da zrcalno telo nima dovolj poželenja, a to skriva v podzavesti (prav tam).

Sledi *dominantno telo*, ki se neprestano zaveda sebe; njegov svet je vojna, neprestano se počuti ogroženo. *Telo občuti željo. Odtujenost od samega sebe* je tudi lastnost dominantnega telesa (prav tam).

Četrty idealni tip uporabe telesa po Franku pa je *komunikativno telo*. To telo je izmed vseh štirih tipov idealnih teles najmanj resnično, saj obstaja le kot možnost in želja, ki se morda izpolni v prihodnosti. Glavna lastnost tega tipa telesa je, da je v *neprestanem procesu ustvarjanja samega sebe* ob pomoči interakcije z drugimi telesi (postmoderni ples) (prav tam).

#### 1.2.4 Erving Goffman in uprizarjajoči se Jaz

Freund pravi, da je Goffman dojel telo le kot sredstvo družbene reprodukcije, ureditve in nadzora. Turner pa trdi, da Goffmanova študija govori o tem, da *človeško telo stalno in sistematično proizvajamo, vzdržujemo in da je telo navzoče v vsakdanjem življenju*. Telo pa je najbolje razumeti kot *skupek potencialnih zmožnosti, ki se uresničijo z raznolikimi dejavnostmi, ki jih uravnava družba* (Freund 1988, str. 840; Featherstone idr. 1991, str. 24; Shilling 2005, str. 66).

Goffmana zanima predvsem pomen telesa za vsakdanje življenje, pri tem pa gleda na telo s treh zornih kotov: (1) Telo kot *materialna lastnina* posameznika: s telesom je mogoče pospešiti družbeno interakcijo, telo je upravljalec gibanja in nosilec videza. (2) V nasprotju s Foucaultom pa Goffman trdi, da telo *ni produkt družbenih sil*, je pa nosilec različnih pomenov. Oblačenje telesa je, denimo, način sporočanja, sredstvo neverbalne komunikacije in je zdaleč najpomembnejša sestavina obnašanja v javnosti. (3) Telo je *individualna last*, hkrati pa je pomembno za družbo (telo igra pomembno vlogo v posredovanju odnosa med individualno in socialno identiteto; navadno *pomen, ki ga družba pripisuje posameznim telesnim oblikam, in predstave o njih ponotranjimo*, kar močno vpliva na to, kako občutimo sebe (Shilling 2005, str. 72–73). Če nam nekdo reče, da imamo npr. velika stopala, premajhne oči, široke boke, se nas, še posebno v mladosti, dotakne. Sugerirane predstave o teh delih telesa ponotranjimo, osvojimo in zadržimo.

Goffman trdi, da je telo bistvenega pomena za *strukturiranje medsebojnih srečanj*. Vsak dan se (na delu, v prostem času, v družinskem življenju) srečujemo z drugimi in pri vsakem srečanju smo bolj ali manj osredotočeni na drugega, pri tem pa naši gibi in videz našega telesa pošiljajo sporočila o tem, kaj čutimo, mislimo, želimo in nameravamo. V naši kulturi je, denimo, pogled v oči, ko nekoga srečamo, pomemben; kaže na to, da smo osredotočeni na drugega, medtem ko pogost pogled na uro izda, da si želimo oditi (prav tam, str. 73–74).

### 1.2.5 Pierre Bourdieu in razredno telo

*Pierre Bourdieu* posveča veliko večjo pozornost človeškemu telesu, njegovemu delovanju v posameznih situacijah ter družbenim procesom, ki obdajajo telo v nekem času in prostoru. Ne zanimajo ga mentalitete (tj. psihološki koncept telesnosti), zgodovina ali spremembe v telesnosti, temveč sam prostor utelešenja oz. *habitus*, delovanje telesa v enkratni družbeni situaciji ter odnos med človeškim telesom in različnimi družbenimi razredi (Cregan 2006, str. 64–71).

Bourdieu opozarja na to, kako pripadnost družbenemu razredu vpliva na razvoj telesa in na simbolično vrednost nekaterih vrst telesnosti (višji razredi, z večjo družbeno močjo, si vedno znova izborijo privilegij, da lahko celotni družbi določajo, kateri tipi telesnosti, znanja ipd. so bolj cenjeni in kateri manj). Kljub prepričanju, da nas omejujeta tako *habitus*<sup>4</sup> kot omejen dostop do družbeno cenjenega kulturnega kapitala<sup>5</sup> pa Bourdieu ni povsem pesimističen. Poleg pojmov *habitus* in kulturni kapital se Bourdiejeva teorija razvija še okoli *pojma utelešenosti*<sup>6</sup>. Človeško telo je za Bourdieuja nosilec simboličnih vrednosti in nedokončana entiteta, na kateri je treba graditi. Pravi, da so sodobna telesa ena izmed oblik kulturnega kapitala in na svoj način tako deluje tudi telesni kapital. Če se je v preteklosti družbena moč uprizarjala neposredno, imajo danes človeška telesa ključno vlogo pri proizvodnji neenakosti in ohranjanju statusa quo. Različni družbeni razredi proizvajajo različne tipe teles, ti pa so skladno z družbenimi razmerji moči tudi različno vrednoteni. Npr. delavski razred telo dojema bolj kot stroj oz. sredstvo za doseg ciljev, medtem ko dominantni razredi sredstva in čas imajo, zato telo obravnavajo kot projekt (negovanje telesa za »razkazovanje drugemu« in za lastno zdravje, gospodarjenje nad lastnim telesom itd.) (Shilling 2005, str. 112–116; Cregan 2006, str. 65–82).

---

<sup>4</sup> Cregan (2006) *habitus* opredeli kot »politični, socialni in psihološki prostor, kjer bivajo družbena bitja in preko katerega se prepoznamo in smo prepoznani«. Vsakdo torej uteleša določen *habitus*, ki ga od rojstva dalje sestavljajo kompleksne zmesi družbenih vezi, izobrazba, zaposlitev, vrednote, preživljanje prostega časa, okus, razredna pripadnost itd.

<sup>5</sup> Bourdieu ga opredeli kot vse družbeno cenjene aspekte kulture, ki si jih posamezniki lahko lastijo. Enak kulturni kapital pa ni vsem enako dosegljiv, saj ga omogoči ali prepreči razredna pripadnost oz. *habitus*.

<sup>6</sup> Bourdieu pravi, da gre za politični izraz kompleksnih zmesi elementov, ki določajo *habitus* posameznika. Pri tem je pomembno vedeti, da so različni tipi telesnosti, ki jih oblikujejo različni *habitusi*, tudi različno družbeno vrednoteni.

### 1.2.6 Norbert Elias in civilizirano telo

*Norbert Elias* je napisal delo z naslovom »Civilizacijski proces«, ki je celovitejši pogled na *odnos med telesom in družbenim nadzorom*, pri katerem ključno vlogo igra vednost. Spremembo stopnje civilizacijskega procesa Eliasu predstavljajo sprememba v odnosih moči ter druge širše družbene spremembe. *Spremembe v telesnih normah in v nadzoru telesa so torej del civilizacijskega procesa*, ta pa se je pojavil hkrati z oblikovanjem aristokratskega in dvornega življenja v poznem srednjem veku in močnih centraliziranih državah, ki družbeno moč skoncentrirajo v eni sami instituciji (običajno gre za vladarja) (Freund 1988, str. 843–844; Cregan 2006, str. 19–25).

### 1.2.7 Giddens, Lasch, Sennet in Butler - telo kot projekt

*Giddens, Lasch, Sennet in Butler* so avtorji, ki telo razumejo kot *osebni projekt* v sodobnih potrošniških družbah. *Ti sociologi telo pojmujejo kot primarno in najrazvidnejšo individualno identiteto oz. kot izhodišče identitete* (Kuhar 2004, str. 59).

*Christopher Lasch* opredeli *narcisizem* kot ključno lastnost novodobne osebnosti. Lastnosti narcisističnega posameznika, pomembne za našo obravnavo telesa, so med drugim tudi *kronična zaskrbljenost glede zdravja, strah pred staranjem in smrtjo ter fantazije o vsemogočnosti in večne mladosti*. Pojavi se nov odnos med telesom in sebstvom. Znotraj potrošniške kulture, ki približno sovпада s kulturo narcisizma, se je pojavilo novo pojmovanje Jaza, ki ga lahko imenujemo tudi *nastopajoči ali uprizarjajoči se Jaz* in daje večji poudarek videzu, pojavnosti in upravljanju z občutki (Featherstone idr. 1991, str. 187).

*Richard Sennett* preučuje zgodovinski izvor novih prepričanj o tem, da *videz in telesna podoba izražata Jaz*. Sennett trdi, da se je vse spremenilo, ko so se pojavili nakupovalni centri v drugi polovici 19. st. Nakupovalni center prodaja nova, poceni in serijsko izdelana oblačila z uporabo vse bolj popačenih tehnik oglaševanja in razstavljanja. Oblačenje, ki nakazuje določen socialni status, izginja, obleka in obnašanje vse bolj postajata izraz osebnosti, ne pa pripadnosti družbenemu sloju in razredu. Vse to je spodbudilo večje telesno samozavedanje in samonadzor v javnem življenju (prav tam, str. 189).

Potrošniška družba deluje na dveh ravneh:

- ustvarja in nudi množico podob, ki so oblikovane tako, da stimulirajo potrebe in želje;
- pomaga spremeniti materialno ureditev družbenega prostora (tj. preko gradnje novih nakupovalnih centrov, modernih gostiln, plaž itd. gradi okolje, ki pomaga pri razkazovanju telesa) in s tem naravo družbenih interakcij (prav tam, str. 192).

*Anthony Giddens* je glavni oblikovalec besedne zveze in koncepta *telo kot projekt*. S svojo *strukturacijsko teorijo* preučuje razmere razvite modernosti, v katerih se zdi telo za sebstvo izjemnega pomena. Poudari, da je naše telo edini preostali temelj, na katerem lahko gradimo identiteto in občutek varnosti ter gotovosti. Giddens se začne zavedati družbenih akterjev in njihovih teles, ki so s porastom hedonistične kulture ponovno osvojili družbeni prostor (Shilling 1993, str. 2–183; Kuhar 2001, str. 79).

*Judith Butler* pravi, da telo ustvarja identiteto in da je ta identiteta izjemno gnetljiva. Zmeraj jo je mogoče preoblikovati. Telo pa pride do izraza, ko nekdo nekaj hoče. *Telo naj bi se že danes utelesilo pod vplivom jezika, ki mu določa pomen*. Družba nadzoruje telo oz. oblikuje identiteto individualnega telesa ob pomoči diskurza in jezika. Butlerjeva teorija je feministična, saj skuša dokazati, da je *spol zgolj družbeni konstrukt* in tako je družbeni konstrukt tudi žensko telo (Cregan 2006, str. 113–131).



## 2 Percepcija telesa in identiteta starejših

### 2.1 Opredelitev identitete

Zanimanje za telo kot psihološki fenomen se je v zadnjem desetletju močno povečalo. Pred tem je bila tematika telesa v psihologiji povsem zapostavljena in celo prezrta. Telo je bilo omenjeno le v preučevanjih, ki so se izrecno ukvarjala z videzom in komuniciranjem (Kuhar 2004, str. 82).

Kot pomembna avtorja v psihologiji telesa je treba omeniti *Sigmunda Freuda*, o katerem bomo več povedali v nadaljevanju (19. st.), in *Julijo Kristevo*, ki govori o abjektu (fr. abjet, kar je neologizem tudi v tem jeziku), nečemu kar predstavlja del nas in hkrati nekaj tujega. Govori o zavedanju telesnih mej, ki so hkrati nuja in nevarnost za oblikovanje subjekta. Brez zavedanja meja se po njenem mnenju ne moremo oblikovati kot (čisto in urejeno) družbeno bitje, hkrati pa se moramo nenehno soočati s stvarmi, ki so in niso del nas, pri čemer imamo v mislih onesnaženost v obliki telesnih izločkov (Cregan 2006, str. 96).

Identiteto obravnavamo, ker nas zanima predvsem identiteta telesa. Predpostavljamo, da tudi identiteta telesa ni stalna, da se spreminja skozi življenje ob soočanju s spremembami, ki so bodisi biološke, družbene, kulturne ali druge narave. Tako *se spreminja tudi identiteta in identiteta telesa starejših, ki se soočajo z mnogo izgubami*. Da ne bi izgubili podobe sebe, so starejši dokaj prilagodljivi, stvarnosti ne podrejajo več sebi za vsako ceno, prilagodijo svoje cilje svojim zmožnostim in so precej manj vztrajni. Takšno prilagajanje ni slabo, saj pripomore k temu, da starejši zaradi izgub ne zapadejo v depresijo ali izgubijo identiteto, podobo samega sebe. Da, starejši se začnejo zavedati omejenosti svojih funkcionalnih zmožnosti in izgub, ki so jih doživeli, se prilagodijo. Sicer ne bi vedeli več, kdo so, in bi zgubili svojo identiteto.

Beseda identiteta izvira iz latinske besede *idem* in ima dva pomena. Prvi pomen se nanaša na identiteto oz. koncept popolne identičnosti, enakosti, pri drugem pa gre za koncept *značilnosti, ki ohranjajo konsistentnost v vseh okoliščinah in kontinuiteto skozi čas* (Jenkins 1996, str. 3).

Poznamo *individualno* (osebno) in *skupinsko identiteto*. Osebna identiteta se nanaša na posameznika. Sestavljena je iz procesa istovetenja, ki ga izvedemo sami, tj. tiste identitete, ki jo pripišemo sami sebi, na eni strani, in identitete, ki nam je določena, kar pomeni, da nam jo prisodi ali določi družba, na drugi strani. Tako je ta identiteta družbeno dodeljena in priznana ali človeku celo vsiljena skupaj s položajem, ki ga nekdo dobi ali ima, s tem pa dobi ali ima tudi ugled, pravice in dolžnosti, ki so družbeno opredeljene. S tem pa se dotaknemo tudi skupinske identitete, ki je lahko le *razdeljena istost, če gre za manj razčlenjene družbe; je pa v razviti družbi večje število, več vrst in vidikov pripadnosti in tako več identitet* (Južnič 1993, str. 11–12). V ilustracijo te trditve navajamo primer kraljice Elizabete II. in papeža Benedikta XVI. Kraljico Elizabeto II. skozi celo življenje spremlja *vsiljena* ji *identiteta*, vse življenje so ji drugi sporočali o njenem položaju, medtem ko papeža vsiljena mu identiteta spremlja od njegove izvolitve za papeža, pred tem pa ta ni obstajala. Gre za razliko v kontinuiteti identitete vsakega od njiju.

*Bauman* pravi, da sta za razumevanje posameznikove identitete pomembni tako socialna kot individualna razsežnost, ki sta med seboj povezani in tvorita posameznika kot celoto. *Identiteta torej ni le tisto, kar izoblikujemo sami, temveč tudi to, kako nas vidijo drugi* (Bauman 2004, str. 13).

*Nastran Ule* identiteto opredeljuje kot sistem, po katerem je oseba poznana sebi in drugim. Identiteta predstavlja mentalno stanje in se v splošnem nanaša na zavedanje oz. percepcijo trajne *istosti med dvema ali več stvarmi ali stanji*. Občutek identitete se nanaša na subjektivno izkušnjo istosti med lastnim telesom in duševnostjo ter med pričakovanji, spoznanji in vsakodnevno izmenjavo, ki jo ima posameznik z okoljem (Nastran Ule 2000, str. 86–87).

Identiteta omogoča, da subjekt postane kompetenten družbeni akter. Omogoča družbeno prepoznavanje posameznika ali kake druge družbene enote. Zaradi identitete nekoga vidimo, da deluje enako v različnih družbenih situacijah. Identiteta tako postane *družbeni označevalec osebe ali družbene enote* (skupine, kategorije, sloja itd.). Tako je zapisana beseda označevalec pomena, ki ga besedi pripisujemo. *Identiteta kot skupek socialnih vlog in naših vsakdanjih reprezentacij sebe* drugim ljudem omogoča, da z nami navežejo trajnejše socialne odnose (prav tam, str. 312).

Identiteto opisuje tudi *Castells*, in sicer kot *človekov vir izkušenj in proces gradnje pomena na temelju kulturnih vrednot*. Opozarja, da je *posamezniku kot kolektivnemu akterju na voljo več identitet*, ki jih v različnih situacijah menja kot maske. Ta množičnost pri izbiri identitet pa stresno vpliva na naše predstave o nas in na naše družbeno delovanje (*Castells* 1997, str. 6–7).

Ključna določilnica ali določevalec osebne identitete izhaja iz *konceptije individualnosti*. Z individualnostjo označujemo in izpostavljamo zasebne, od drugih ločene posameznikove lastnosti. Z individualnostjo pa vežemo tudi pojem osebnosti, ki predstavlja zapleteno celost fizičnih in psihičnih lastnosti (*Južnič* 1993, str. 113–114).

*Vsak človek je neponovljiv in ni enak nikomur drugemu*. Je individuum, ki mora to svojo individualnost neprestano srkati vase, v svojo notranjo psihično strukturo, tako da se zaveda samega sebe, pa tudi tako, da prireja, kar drugi povedo o njem. Posplošeno rečeno je individualna identiteta vsota dveh različnih pogledov, zunanjega, ki prihaja od drugih, in notranjega, ki ga imamo nase. Gre za dva pogleda, ki sta različna, tudi kontrastna, vsekakor pa prepletena. To prepletenost sestavlja:

- na eni strani človekova *zasebna telesnost, ki je vir zasebnosti in življenjske ločenosti*;
- na drugi strani pa človekova *družbenost*, brez katere človek ne more obstajati, hkrati pa ga bistveno pogojuje (prav tam, str. 101).

Razkorak med *individualno* in *družbeno identiteto* je vir mnogih napetosti, zlasti med občutkom posamičnosti in ločenosti od vseh drugih in pripadanjem skupnosti, ki individualnost utaplja v skupinskosti. Med tema mejnikoma se odvija človekova reflektivna zavest, usmerjanje identitete. Vselej je v tej reflektivnosti družba soudeležena, razen če gre za posameznike, ki zaradi družbene neprilagojenosti niti niso zmogli opredeliti svoje identitete (prav tam).

Da bi človek lahko živel v družbi, mora izmeriti svoj položaj v odnosu do drugih. Brez drugih se ne more ločiti, saj je od njih odvisen glede svoje identitete. *Drugi zrcalijo njegov obstoj in njegovo navzočnost*, od njih se odbija njegovo početje. Nenazadnje človeku identiteto določajo drugi. Spominjam se filma z naslovom »Skrivnost njihovih oči« (»El

ecreto de sus ojos«), v katerem eden glavnih junakov poišče morilca, ki je kruto posilil in ubil njegovo mlado ženo. Ker storilec ni dobil pravične kazni, saj je bil predčasno izpuščen iz zapora, vzame mož zakon v svoje roke. Morilca poišče in ga zapre v kletko, v osamljeno hišo. Živi skupaj z njim, a v ločenih prostorih. Prinaša mu nekaj hrane in vode, a z njim ne spregovori niti besedice. Ko preiskovalec, ki mu primer po dolgih letih še vedno ne da miru, odkrije zapornika, ga ta prosi le ene stvari: »Prosim, vi ga prosite, prosite ga, da vsaj govori z menoj.« Ta prizor v filmu veliko pove o tem, kako je človek odvisen od drugega, da sploh ve, kdo je, in da bi brez tega znorel.

Večplastnost in slojevitost človekovega identificiranja se kažeta predvsem v njegovi družbeni oz. skupinski identiteti. Skupina pa pomeni *agregacijo ljudi, takšno, ki je povezana s formalnimi oz. institucionaliziranimi pravili*. Značilnost skupine je njena stalnost in povezanost njenih članov. Ljudje pa se ločimo od drugih tudi tako, da se včlenimo v družbene kategorije, kar je lahko ožje ali širše od tega, da pripadamo neki skupini. Družbeno kategorijo lahko predstavljajo, če upoštevamo telo, npr. belci v večinskem okolju črncev ali pa Indijci v vzhodni Afriki, kjer so etnična manjšina. Pripadanje kaki kategoriji je lahko razvidno, še pogosteje pa nerazvidno oz. nerazpoznavno (Južnič 1993, str. 102-103).

Ljudje lahko pripadajo različnim skupinam tudi v drugačnem smislu, in sicer takim, ki so ustaljene in obstojne, ter takim, ki so bolj ali manj začasne, celo prehodne. Še posebej pomembne so tiste vsestranske vrste pripadnosti. Npr. pripadnost svojemu spolu, starostni ali generacijski skupini itd. *Zelo veliko je družbenih agregatov, večjih ali manjših skupin ljudi, ki so si lahko fizično blizu, a ni med njimi stalnih, institucionaliziranih odnosov*. Sem spadajo npr. začasno zbrani demonstranti, udeleženci kakega javnega izražanja stališč ali mnenj, navijači na tekmah, ki spodbujajo kako moštvo ali tekmovalca (prav tam).

Skupinske identitete so torej zapletene, mnoge so neustaljene in nekatere se prekrivajo. Človek moderne družbe je v tem smislu begavček in *spreminjajoče se okoliščine ga silijo k spreminjanju identitete* (prav tam).

## 2.2 Telo in identiteta telesa

Južnič pravi, da je telo najzaznavnejši, najočitnejši, najvidnejši in najrazpoznavnejši znak vsake identitete. To velja predvsem za individualno (osebno) identiteto, v veliki meri pa tudi za skupinsko identiteto. V primerjavi z drugimi identitetami, ki se lahko preneajo, spreminjajo, tajijo ali izmišljajo, telesna identiteta ostaja vsakomur z rojstvom dana, temeljna in izhodiščna za mnoge druge identitete. Človek pa ni bitje, ki bi se identificiralo samo s telesom, saj lahko to počne celo mimo njega. Kot ekscentrično bitje je telo, po drugi strani pa mu je to na voljo, z njim razpolaga. V tem smislu je vsekakor s telesom in v telesu biološko bitje, kajti njegova eksistenca je telesna. Človek pa se lahko vede tudi tako, kot da bi ne bil istoveten z lastnim telesom in ga skuša na razne načine presegati (Južnič 1993, str. 17).

S telesom in skozi telo se identificirajo tako posamezniki kot tudi cele človeške skupine. Telo je naša pričujočnost v svetu, med drugimi ljudmi. V njem je sedež našega zavedanja take prisotnosti in je hkrati sporočanje prezenca, zato ga skuša človek obvladovati. S svojo prezenco ni vedno zadovoljen, spreminja videz telesa in se skuša vmešavati v njegovo delovanje. Telo je vsekakor predmet manipulacije (prav tam, str. 20–21).

Do telesa in telesnosti imajo ljudje dokaj različna stališča. Človek svoje telo nenehno postavlja drugim na ogled. Drugi so naše ogledalo in vsakdo med nami je ogledalo drugim. Ta vidnost pa prav gotovo ni popolna, saj se vidimo le od zunaj in še to zunanost je mogoče z oblačili urejati in preurejati. Notranji telesni ustroj pa je neviden, včasih skrivnosten in v tem je lahko njegova identifikacijska posebnost. Posameznik na določen način zanemari svoj notranji videz, razen ko je o notranjosti telesa prisiljen razmišljati kot bolnik oz. zdravnik. Prav to človekovo koncentriranje pozornosti na telesno zunanost pa je značilno za identificiranje s telesom (prav tam).

Predstavljanje s telesom in izkazovanje telesa predstavljata izhodišče in zasnovo vsake identitete. Skozi telo se prepoznamo in v telesu prepoznavamo drugega. Sebe v telesu vidimo skozi samospoznavne posplošitve, ki temeljijo na tem, kar doživimo z lastnim telesom in v lastnem telesu. Poleg tega pa telo doživljamo v zaporedju njegovih sprememb, ki se biološko spreminja s starostjo. Tako svoje telo vselej presojujemo z zmogljivostmi, ki jih od telesa zahtevamo oz. z bremenami, ki mu jih nalagamo. Posameznik ima potemtakem

določeno koncepcijo o samem sebi, ki izhaja iz doživljanja in dojetanja telesa, kar predstavlja tudi izhodišče za prepoznavanje drugih. Telo pa ni le predstavitev v svojem čisto fizičnem videzu, ampak je temelj in izhodišče mnogih drugih identitet in nemalokrat druge identitete pripišemo, izhajajoč iz telesnih značilnosti. Telo je pogojeno s svojo fizičnostjo, predvsem pa minljivostjo, kar je izhodišče človekovega zavzemanja za vsakovrstne sublimacije telesa in telesnosti (prav tam).

Lahko rečemo, da se osebna identiteta spreminja z njegovo starostjo. *Posameznik si ustvarja identiteto skozi celo življenje, pri čemer pomembno vlogo igrata tako lastna stališča o svojem telesu kot tudi stališča drugih o njegovem telesu.* S staranjem izgubljamo nekatere psihofizične sposobnosti, zaradi česar začnemo dvomiti vase, kar družba zazna in s tem začne vplivati na spremembo naše identitete. Zaradi teh sprememb so starejši pogosto odrinjeni na rob družbe, kar se zrcali v njihovem počutju in identiteti.

S svojim telesom človek naznanja svojo navzočnost in pri srečanju z drugimi ljudmi je telo najzaznavnejši identifikacijski vložek. Na osnovi telesa človek ustvarja temeljni vtis, se kaže v tisti razvidnosti, ki največ šteje. Telo je zasnova človekove individualizacije, hkrati pa je izhodišče njegove identifikacije s celotno (človeško) vrsto in pogosto z ožjo skupino, v katero je rojen. Telo se skozi življenjska obdobja kar močno spreminja. To spreminjanje od rojstva do smrti vsaka kultura beleži na poseben način in te stopnje v zaporedju imajo izjemen pomen v določanju identitete (Južnič 1993, str. 21–29).

Vsako identiteto prežemajo stališča do telesa in telesnosti. Ker je telo najintimnejši del identitete, je tudi središnji del identitete. Lastno telo doživljamo na različne načine in na podlagi tega uravnavamo identiteto.

### 2.3 Identiteta od tradicionalne do moderne družbe

Južnič pravi, da je med tradicionalno, negibljivo in ustaljeno družbo in moderno družbo velika razlika. V tradicionalnih družbah ni bilo težav pri iskanju identitete in družbenem samoumeščanju posameznika v družbo, kot je to značilno za moderno družbo. V tradicionalni družbi ni bilo problemov identitete, saj je vsak vedel, kdo je, kakšen je njegov status in katere so njegove vloge. Vedel je tudi, kam sodijo drugi in v kakšnih odnosih je

sam do drugih. Identiteta je, razen v smislu njenega spreminjanja v telesnem smislu in psihičnega razvoja, skorajda vnaprej določen in ustaljen življenjski program. Dodeljena je z rojstvom in odvisna od porekla. V ustaljeni fevdalni družbi je vitez pač vitez, kmet in tlačan pa kmet in tlačan. V tradicionalni družbi je torej posameznikova identiteta nedvoumni in dokončni družbeni proizvod; posameznikov vnaprej določen in predvidljiv življenjski program lahko izjemoma spremenijo le nepredvidene in nepredvidljive okoliščine. Nad tem programom stoji vsa silina institucionalno ustaljenega reda, ki neusmiljeno pritiska na posameznika, še posebej na takega, ki bi si drznil premakniti se z mesta, ki mu je določeno. V moderni družbi pa te siline ni več. Več je možnosti, da se posameznik izmuzne, kar pa pomeni tudi vse več posameznikov, ki se izgubljajo oz. niso več natančno identificirani (Južnič 1993, str. 120–121).

Za moderno družbo je značilno, da izjemno poveča število različnih življenjskih alternativ, npr. možnosti, ki ponujajo posamezniku uspeh ali socialno promocijo oz. število izbir, smeri delovanja itd. Tradicionalna družba je ponujala le malo resničnih alternativ, pa še te so bile povezane z veliko tveganja in možnostjo socialnega propada. Šele z industrializacijo, modernejšim in hitrejšim prometom, z neznanskim povečanjem trga blaga in trga dela se je izoblikoval tudi širok spekter možnosti in izbir za posameznika, celo za člane nižjih družbenih slojev. Ta proces je spremenil pogled posameznika na lastno življenje: spremenil je identiteto, ni bil več zavezan določenemu kraju bivanja, določenim navadam, pravilom vedenja, verovanjem (Nastran Ule 2000, str. 9).

Tu lahko dodamo še mnenje Woodwardove, ki pravi, da posamezniki živijo znotraj različnih institucij, kot so družina, izobraževalne ustanove, služba, politične skupine itd., čeprav sami sebe vidijo kot isto osebo, je v vseh teh številnih in različnih interakcijah čutiti, da so različno pozicionirani v različnih situacijah in priložnostih, v skladu z različnimi socialnimi vlogami, ki jih igrajo. Tak položaj pa lahko vodi do t. i. identitete krize, pojava v sodobni družbi, za katerega so značilne konfliktne in konkurenčne si identitete (Woodward 1997, str. 22).

Nastran Ule ugotavlja, da se je identiteta v pozni moderni v več vidikih bistveno spremenila. Prvi vidik sprememb je pluralnost identitetnih ponudb ali izbirnost identitet, ki je po njenem mnenju subjektivni odgovor na pluralnost življenjskih priložnosti, tveganj, realnosti, svetov in stilov v pozni moderni. Pluralnost identitetnih ponudb se dobro ujema s

predstavo vsesplošne izbirnosti, kontingentnosti, ki jo gojijo in podpirajo sodobni trg in vzorci potrošnje. Že sama predstava o tem, da identiteta ni več enkrat za vselej utrjena in definirana stvarnost, temveč jo lahko posameznik modificira in celo zamenja s kako drugačno, bolj ustrezno, deluje kot dejavnik osvoboditve od nekaterih socialnih determinacij, ki so doslej uokvirjale življenjski potek posameznika (Nastran Ule 2000, str. 305–310).

Izbira identitet je danes zelo velika, opaziti je pravi porast identitet: nacionalne, kulturne, spolne, lokalne identitete, identitete potrošnikov, mladih, starejših, marginalna, označena, normalna, večinska, manjšinska identiteta, identiteta jaza oz. sebstva, privzeta identiteta, kriza identitete itd. Na identiteto se sklicujejo oglaševalci, podjetniki, politiki, terapevti, psihologi, pravniki in sodniki, učitelji itd. Identiteta danes ni usojena ali vnaprej dana zaradi posameznikovega porekla, nacionalne, slojne, rasne ali etične pripadnosti, zaradi spola ali starosti, ampak se posamezniki odločijo za določeno identitetno ponudbo, ki je le ena izmed možnih. Gre za izbiro identitet. Posameznikova identiteta se kaže kot vse bolj nestabilna, nejasno določena in spremenljiva mreža delnih identitet, ki pa se vseeno dobro ujema s sedanjimi prav tako nestabilnimi, nejasnimi in spremenljivimi razmerami v družbi (prav tam, str. 313–314).

## 2.4 Starost, tretje in četrto življenjsko obdobje in starejši

### S t a r o s t

Vse pogosteje lahko beremo in slišimo, da se svetovno prebivalstvo vse bolj stara oz. da je delež starih ljudi na svetu vse večji. To se, po mnenju Hojnik-Zupanc (1999, str. 39), pojavlja kot stranski proizvod razvojnih sprememb industrijskih družb. Pravi, da sta manjša umrljivost in podaljševanje življenjske dobe posledici boljšega življenjskega standarda in zdravstvenih razmer ter zmanjševanja rojstev in usmerjanja življenja v nuklearno družino. Hojnik-Zupanc ne omenja izobraženosti, ki bistveno pripomore k ohranjanju in krepitvi zdravja, pa tudi ekonomske razvitosti zdravstvenega in socialnega sistema ne omenja, pa vendar se zdita bistvena za zdravje. Stari ljudje, ki so revni, socialno izolirani, ki nimajo dostopa do prostočasnih in izobraževalnih dejavnosti ali si teh ne želijo, načeloma učkajo manj let.



O starosti in staranju se torej danes vse več govori, težko pa je opredeliti, kdaj starost pravzaprav nastopi, saj neke enotne definicije o tem ni. Po mnenju, ki ga podaja Findeisen (2010a, str. 19–20), je starost danes slabo opredeljena tako z vidika posameznika kot z vidika družbe. Findeisen navaja francoskega misleca Alberta Jacquarda, ki pravi: »Stari smo, kadar nas obdajajo mlajši od nas in mladi smo, kadar nas obdajajo starejši od nas.« Tudi ta misel nam nekaj pove o mladosti in starosti, veliko pa o tem, ali smo stari ali ne, pove tudi odnos družbe do nas.

Pečjak (1998, str. 14) je razdelil tretje življenjsko obdobje na štiri podobdobja:

- 50–60 let (pozna srednja leta);
- 60–70 let (mlajša starost);
- 70–80 let (srednja starost);
- 80 let in naprej (visoka starost).

Pri večini ljudi traja tretje življenjsko obdobje od 25 do 30 let, se pravi, da gre za zadnjo tretjino življenja (prav tam).

Pri vsakem človeku lahko razlikujemo tudi:

- kronološko starost: kolikor ste stari po koledarju;
- biološko oz. funkcionalno starost: spremembe, kolikor je staro vaše telo glede na pravilno delovanje osnovnih telesnih funkcij in celičnih procesov;
- psihološko (doživljajsko) starost: kolikor stari se počutite (Hojnik-Zupanc 1997, str. 3–4).

*Kronološka starost* je določena z rojstnim datumom in nanjo ne moremo vplivati. Povezana je z normativnimi življenjskimi dogodki, prehodi, kot so vstop v šolo, vstop v poklicno življenje, upokojitve. Vendar pa pogoste ugotovitve, da je videti človek drugače, kot bi sodili po njegovih letih, pričajo o tem, da je prav kronološka starost nezanesljiv podatek (prav tam, str. 4).

*Biološko starost* težko merimo. Medicina žal ne razpolaga z biološkimi testi, ki bi dovolj zanesljivo določali dejansko starost telesa. Če bi takšni testi obstajali, potem upokojitve ne

bi bilo treba določati po kronološki starosti, ampak bi se lahko pri različnih ljudeh razlikovala glede na njihove telesne in duševne zmožnosti (prav tam).

*Psihološka starost* je prepletanje osebnih in socialnih dejavnikov. Če upoštevamo različno biološko staranje in individualno doživljanje življenja in okolja, ugotovimo, da je vsak posameznik unikat: enkratno, neponovljivo človeško bitje. V starosti si niti dva človeka na svetu nista podobna: vsak posameznik v starosti odseva edinstvenost svoje življenjske poti (prav tam).

Pečjak (1998, str. 11–12) pravi, da so vse tri opredelitve starosti med seboj povezane in se lahko hkrati med seboj zelo razlikujejo. Koledarsko enako stari ljudje se nam zdijo različno stari, saj se njihova biološka starost ne ujema s kronološko. Njihova psihološka starost pa je lahko še bolj varljiva.

Findeisen opozarja na to, da kronološka starost in razvoj pogosto ne sovpadata, kar s starostjo postaja vse bolj očitno. Pravi, da je primerneje od kronološkega opredeljevanja starejših odraslih govoriti o življenjskih obdobjih v povezavi z družbeno vlogo posameznika, npr. starejšega zaposlenega delavca, upokojenca ipd. (Findeisen v Bogataj in Findeisen 2008, str. 8).

Mnogi so skušali neenotnost opredelitve in nehomogenost starejših po njihovih starostih, značilnosti vedenja in družbeni vpetosti kar poenotiti z grupiranjem oz. tipiziranjem (npr. Trstenjak jih v 70. letih razdeli po tipičnih lastnostih, Finci po izkušnjah in biografiji) (Pečjak v Bogataj in Findeisen 2008, str. 9).

Ramovš pravi, da je starost obdobje, ko človek dozori do polne človeške uresničitve. Skrb za materialni razvoj prepušča naslednji generaciji, njemu pa se z upokojitvijo pojavi nova kakovost svobode in življenjskih možnosti za dejavno življenje, ki ni manj razgibano in polno kakor v srednjih letih, pač pa bolj sproščeno in zbrano v skladu z osebnimi potrebami, sposobnostmi in okoliščinami (Ramovš 2003, str. 68).

Starost Ramovš (2003, str. 74–75) deli v:

1. zgodnje starostno obdobje od 66. do 75. leta, ko se človek privaja na upokojsko svobodno življenje, ponavadi je dokaj zdrav in trden ter živi zelo dejavno;
2. srednje starostno obdobje od 76. do 85. leta, v katerem se v svojih dejavnostih prilagaja ter doživljajsko privaja na upadanje svojih moči in zdravja, naglo izgublja vrstnike in večini že umre sozakonec;
3. pozno starostno obdobje po 86. letu starosti, ko postaja kot prejemnik pomoči za mlajši dve generaciji nemi učitelj najglobljih temeljev človeškega dostojanstva, sam pa opravlja zadnje naloge v življenju.

Razvrstitev odraslih v izobraževanju odraslih se glede na starost spreminja, kar je odvisno od različnih družbeno-ekonomskih dejavnikov. Novejše delitve odraslih glede na starost zrcalijo dinamiko hitro spreminjajočih se družb. Tako skupino starejših odraslih delimo na različne skupine odraslih:

- starejši odrasli med 40 in 50 let;
- starejši odrasli nad 50 in nad 60 let;
- starejši odrasli tik pred upokojitvijo;
- starejši odrasli po upokojitvi, ki so v t. i. terciarnem obdobju;
- in starejši starejši, stari 70 let in več ali odrasli v t. i. kvartalnem obdobju (Vilič Klenovšek v Rupert in Vilič Klenovšek 2010, str. 13).

### Tretje in četrto življenjsko obdobje

Tretje življenjsko obdobje je obdobje, ki nastopi po upokojitvi. Findeisen (1999, str. 159) pravi, da v tem obdobju človek manj gradi ali povsem preneha graditi svojo identiteto iz javnega, poklicnega dela, socialnega statusa v službi, zato lahko nastopi ena najmočnejših kriz identitete, kar jih človek lahko občuti skozi življenje. Nekateri avtorji pa pravijo, da to obdobje lahko nastopi že pred dokončno upokojitvijo.

Erikson pravi, da je tretje obdobje človekovega življenja tudi obdobje, ko lahko posameznik družbi vrača znanje, vire in izkušnje, nabrane in artikulirane skozi življenje. To z drugo besedo imenuje *generativnost* (Erikson v Pečjak 1998, str. 14).

V četrtem življenjskem obdobju pa se človek znajde takrat, ko gre za nepopravljivo stanje. V povezavi s četrtem življenjskim obdobjem vlada strah, saj ga po mnenju Franklina spremljajo disfunkcije, okvare, invalidnosti, bolezni oz. upad fizičnih in mentalnih sposobnosti. Ta upad pa neizogibno prizadene vse stare ljudi, vendar ne enako niti v enakem vrstnem redu. Ta proces je od osebe do osebe drugačen (Franklin v Findeisen 1999, str. 173).

Ramovš pa meni, da je delitev na četrto življenjsko obdobje strokovno neutemeljena, »saj zadnje starostno obdobje loči od življenja zaradi onemoglosti in funkcionalne nesamostojnosti. To sta lahko značilnosti kateregakoli obdobja; v zgodnjem otroštvu je človek povsem zanesljivo nesamostojen in potreben nege, pa nikomur ni prišlo na misel, da bi zaradi tega prva leta odtrgal od otroštva kot samostojno obdobje.« (Ramovš 2003, str. 75–76)

Tretje življenjsko obdobje danes ni več obdobje, ki nastopi za tistim, ko se človek upokoji, je bolj stanje, ki se lahko vzpostavi tudi večkrat vzdolž življenja. Četrto življenjsko obdobje ali obdobje odvisnosti, ki človeku lahko odvzame družbeno identiteto, in velikokrat tudi dostojanstvo, je lahko zelo kratko in včasih sploh ne nastopi.

## Starejši

Kump in Jelenc Krašovec (2005, str. 258) sta v andragogiki pojem *starejši odrasli* opredelili kot »ciljno skupino, ki jo sestavljajo ljudje stari 65 let in več (v nekaterih opredelitvah so to osebe starejše od 60 let) in so v t. i. tretjem življenjskem obdobju«.

Starejše je torej nemogoče razdeliti v skupine in jim prisoditi neke značilnosti, ki naj bi veljale za vse. Nenazadnje kakršnakoli opredelitev starejših vpliva tudi na javno mnenje, to pa povratno vpliva na samopodobo starejših, razvoj družbenih predsodkov in osebno in družbeno odzivanje starejših. Pri starejših odraslih je še posebej vidna družbena zakonitost izrivanja manjšin, saj socialno okolje ne prepozna in priznava pestrosti potreb družbeno marginaliziranih (npr. brezdomcev, alkoholikov, skratka drugačnih starejših) in istoveti družbeno skupino s tistim, kar je pri posameznikih drugačnega (Bogataj in Findeisen 2008, str. 10).

Starejši odrasli so pred zakonom enako odgovorni kot vsi drugi, zato s pravnega vidika niso posebna kategorija in tudi na drugih področjih starejši niso razvrščeni zunaj kategorije odraslih. Toda starejši odrasli se vseeno močno razlikujejo od odraslih ljudi srednjih let, saj se potrošniška družba do njih obnaša mačehovsko, kot da so to bitja z drugačnimi potrebami. V svetu, ki mu ne vlada človek, ampak mu vladajo trg in individualni interesi, starejši ne morejo postaviti svojih zahtev. Nimajo niti politične moči, saj je populacija starejših tako zelo heterogena, da »ne predstavlja skupine, ki bi imela politično udarno moč, moč spreminjanja« (Findeisen 2010a, str. 20–21).

Starejši razvijajo tudi novo življenjsko filozofijo, da bolje preživijo: zanimajo se za vse okrog sebe. Nekateri ostanejo dobro povezani z ljudmi in skrbijo za njih, nekaterim je pomembno, da so družbeno koristni in verjamejo v moč prostovoljnega dela, drugi se odločijo skrbeti za zdravje, telo, poravnavaajo odnose z otroki. Želijo se učiti in načrtujejo dejavnosti, ki so največkrat enake, kot so jih imeli poprej (Findeisen 1999, str. 69).

Starejši odrasli spadajo med ranljive družbene skupine odraslih in so lahko različno prikrajšani: materialno oz. finančno, izobrazbeno, zaposlitveno, stanovanjsko ipd. Pri dostopu do pomembnih družbenih virov, tudi do izobraževanja so lahko v neugodnem položaju (Trbanc idr. v Rupert in Vilič Klenovšek 2010, str. 7).

### 3 Evolucija družbenih in kulturnih predstav o telesu skozi zgodovino

#### 3.1 Telo kot vir užitka in telo kot pokvarjenost ali truplo v antiki

Dejali smo že, da je podoba telesa odvisna od kulturnega in socialnega okolja, od habitusa, sredi katerega živimo. Skozi različna zgodovinska obdobja je tako telo bilo izpostavljeno različnim okoliščinam in pojmovanjem. Četudi smo danes prepričani, da je naše veliko zanimanje za telo (zaradi pomanjkanja možnosti transcendence, ki ga prinaša gojenje kulture) novo, da smo telo šele zdaj odkrili in ga komaj zdaj začeli častiti, pa temu ni tako. Zato je z vidika boljšega razumevanja telesa v današnji družbi pomembno, da si ogledamo, kaj se je glede telesa dogajalo v preteklih družbah.

Stari Grki so telo poveličevali. Kiparji, slikarji in lončarji so slavili lepoto golega človeškega telesa in ga upodabljali s kamenjem, barvo in glino. Grki so prvi razvili teorijo lepote in njihova stališča do lepote so bila precej drugačna od sodobnih. Kot osnovni, univerzalni lepotni standard so predstavljali zlato sredino. Grki so prvi uporabljali pojem idealno človeško telo in pri upodobitvah je bilo bistveno, da je bil *človek upodobljen tak, kakršen naj bi bil, ne pa tak, kot je bil v resničnosti*. Tudi bogove so upodabljali v človeški podobi. Prvi akti so upodabljali lepe, mlade moške z izklesanimi telesi, ki so bili po navadi goli, kasneje pa so začeli upodabljati še lepe mlade ženske, ki pa so bile za razliko od moških, največkrat prekrite z draperijami. Moško telo je veljalo za lepše in bolj privlačno od ženskega (Synnott 1993, str. 8; Kuhar 2004, str. 37–38).

Kljub temu da je telo predstavljajo središče grške kulture, pa ni bilo enotnega mnenja o pomenu in funkciji telesa. Prevladovale so različne teorije. Za hedoniste so bili telesni užitki veliko boljši od mentalnih. Epikurejci so trdili, da so užitki alfa in omega človeškega življenja, a so imeli miselne užitke za vrednejše od telesnih (Synnott 1993, str. 8–9).

*Sokrat* poudarja, da *telo ovira dušo*, saj jo neprestano vznemirja, prekinja in odvrča od tega, da bi lahko spoznali resnico. *Telo in duša nista le ločena, ampak tudi nezdržljiva in neenaka*. Dušo dojema Sokrat kot absolutno superiorno. *Platon* je na telo gledal nekoliko drugače; prevzel je sicer idejo o ločenosti telesa in duše, a do telesa ni bil povsem negativen in zavračajoč. Lepo telo je zanj prvi korak k absolutni lepoti in bogu in to lahko

filozofa bodisi navdihuje bodisi omejuje. *Aristotel* zavrne dualizem in telesni negativizem svojega učitelja ter dušo opredeli kot osnovo življenja in jo opiše kot formo posameznega živega telesa (prav tam, str. 9–10).

V nasprotju s starogrško kulturo, ki je poudarjala zmernost v vsem, pa je sodobna zahodna kultura bolj ekstremistično naravnana. Tako pri tujem kot pri lastnem telesu pričakujejo popolnost in si nenehno prizadevajo, da bi dosegli idealno telo, tudi s pomočjo znanosti in tehnologije (Kuhar 2004, str. 38).

*Stoicizem* je veljal za dominantno filozofijo *Rimskega cesarstva* in je močno vplival na krščansko miselnost. *Seneka* s teorijo dualizma in superiornosti duše odseva Platonove ideje, ne prevzame pa njegovega negativnega pogleda na telo. Seneka pravi, da je bolj kot sam plašč (telo) zanj pomemben nosilec tega plašča (lastnik telesa). *Epiktet* gleda na telo bolj dualistično in negativno. Za človeštvo pravi: »Ob rojstvu se združita dva elementa, telo, ki ga imamo mi in ga imajo tudi živali, ter razum in duh, ki ga imamo mi in tudi bogovi.« Podobno je razmišljal tudi *Mark Avrelij*. Zanj je telo glina in simbol pokvarjenosti, telo more osvoboditi le smrt (Synnott 1993, str. 10–11).

Skratka v antičnih časih so razmišljali o povezanosti ali boljše nepovezanosti duše in telesa. Ugotovili pa so, da naj bi duša bila vrednejša od telesa, kar pomeni, da v antičnih časih telesa niso postavljali v ospredje, še posebno ne ženskega.

### 3.2 Telo kot predmet čaščenja / človeku sovražno telo v krščanstvu

Zgodnje krščanstvo je gojilo kar nekaj različnih paradigem telesa. Razločevali so med *fizičnim, duhovnim in mističnim telesom*. Odnos do fizičnega telesa je bil dvoumen in v nenehni napetosti med pozitivnim in negativnim. *Sveti Pavel* je tako kot njegovi predhodniki *telo delil na fizično in duhovno plat*. Nasprotoval je tistim, ki so telo zaničevali, in bil je prepričan, da je skrb (hranjenje in zdravljenje) za telo pomembna. *Telo pa ni vse, nujno je ravnovesje med telesom in dušo. Kljub temu da se je zavedal nevarnosti telesa, ga ni enačil z grehom in zlom. Učil je, da je telo treba raniti, a častiti; križati, a slaviti; mu gospodovati, a ga tudi posvetiti*. To dvojno sporočilo je v zgodnji Cerkvi povzročilo razcep med asketi in zmerneži (Synnott 1993, str. 11–15).

Kasneje, v drugem tisočletju krščanstva, je asketizem ubral nove smeri. Red benediktincev, ki so bili poznani že od prej, so nasledili novi meniški redovi kartuzijanov, cistercijanov, frančiškanov in dominikancev. *Asketizem je postal institucionaliziran in pojavi se praksa namernega povzročanja bolečine.* Na primer Frančišek Asiški je v enem od svojih pisem pozval ljudi, naj sovražijo svoje telo, ki je vir zla in grehov. Po njegovem mnenju je *telo medij in s trpinčenjem tega komuniciramo z Bogom, odrešujemo dušo ter hkrati lahko skrbimo tudi za odrešitev drugih ljudi* (prav tam, str. 16–17).

*Tomaž Akvinski*, vodilni teolog 13. st., pa ni bil sovražen in nezaupljiv do telesa. Razvil je novo *enotnost telesa in duše, nesmrtnost duše in ponovno vstajenje telesa. Telo ima zanj resnično moralno vrednost in Akvinski poudarja, da je božja dobrot dobro vsega telesnega* (prav tam).

Krščanski etos si je prizadeval s pomočjo asketskih režimov *zatreti človeško telo, krotiti njegovo seksualno plat in podrediti telo višjim duhovnim ciljem.* Do telesa je gojil prezir (Kuhar 2004, str. 25).

*Srednjeveška krščanska religiozna tradicija* je poznala skrajnosti, kot so odklanjanje hrane, telesne muke in prenašanje bolečine, kar naj bi predstavljalo močno voljo, moralno neomajnost, disciplino, čistost itd., skratka vse vrline, ki naj bi jih dosegli svetniki. *Krščanska tradicija je poveljevala lepoto duše, ne telesa.* Za navadne smrtnike pa je po krščanskem nauku požrešnost eden izmed sedmih smrtnih grehov (prav tam). Srednji vek in vodilna srednjeveška ideologija krščanstvo tako nista bila naklonjena telesu, ki ga je veljalo prezreti ali vsaj trpinčiti, da bi presegli sebe in dosegli višje, posvečene cilje. Poveljevali so lepoto duše, ne telesa. Vse drugače je bilo v renesansi.

### 3.3 Javno in zasebno telo v renesansi

V renesansi (začetek v 14. st. v Italiji) so ponovno odkrili telo in odnos do telesa se je spremenil. Renesansa je naznanila *začetek konca asketske ideje o telesu kot sovražniku in krepitev ideje o telesu kot lepem, dobrem, osebnem in zasebnem.* Filozofi so poveljčali lepoto v sveto stvar in v pravi znak notranje dobrote. Prišlo je do *ponovne integracije telesa in duše, do fizične in notranje lepote. Fizična lepota je bila cenjena zaradi nje same,*



čisto iz posvetnih razlogov in ne zgolj kot prečka na lestvi, ki vodi do Boga (Synnott 1993, str. 18–21). *V renesansi se je torej lepota začela sekularizirati*, kar pomeni, da se je prvič v zahodni zgodovini preusmerila s pobožnih na posvetne in zemeljske teme. *Vzor lepote postane ženska, njeno telo pa postane močno erotizirano* (Kuhar 2004, str. 28–29).

Treba je ločevati biološki in družbeni spol (angl. sex and gender). V renesansi sta tako obstajala najmanj dva družbena spola z odločno drugačnimi pravicami in dolžnostmi. Običajno je bil *družbeni spol* določen na podlagi očitnega prepoznavanja dojenčka kot moškega ali ženske. Novorojenčki z zunanjim penisom so bili razglašeni za moške in dobili so tudi vse privilegije, izhajajoče iz tega dejstva, medtem ko so bili tisti z notranjim penisom (tj. nožnico) dodeljeni v manjvredno kategorijo žensk. Edini diagnostični znak za razlikovanje po spolu je bil torej zunanji in notranji penis, ki je določal spol in z njim povezano pravno kategorijo (Laqueur v Shilling 2005, str. 39).

### 3.4 Revolucija telesa do Rene-ja Descartesa in modernosti

*Pogledi na telo so se spreminjali skupaj s spreminjanjem družbe, družbenih razmerij in s spreminjanjem položaja spolov.*

*Thomas Laqueur* meni, da so vse do 18. st. človeško telo dojemali kot brezspolno, generično telo. Veljalo je, da imajo ženske enaka spolovila kot moški, le da se ženska spolovila nahajajo znotraj telesa, moška pa zunaj tega. *Moško telo je bilo pravilo, žensko telo pa je bilo kljub vsem sestavinam moškega telesa razvrščeno v drugačen in manjvreden model*. Po tej teoriji so ženske veljale za manjvredne od moških, vendar njihove pomanjkljivosti niso bile vedno prikazane s telesom (Shilling 2005, str. 38–39).

V 18. st. je znanost začela moške in ženske razločevati na podlagi bioloških razlik. Geografija telesa in sestava telesa sta v 18. in 19. st. bolj pomembni. Na telo so vedno bolj gledali kot na temelj individualne identitete in družbenega razlikovanja. Žensko telo so obravnavali zlasti kot živ in mesen pojav, kot truplo in okostje. Ta pogled je vplival na to, da so žensko telo začeli obravnavati predvsem kot biološki pojav, s čimer so utemeljevali manjvrednost in podrejenost žensk (prav tam, str. 39–40).

Martin (1989) navaja, da je bilo v zgodovini *več poskusov, da bi oslabili položaj žensk v družbi. Telo naj bi tako ženski gospodovalo, gospodovalo naj bi nad njenim slabotnim razumom*. Veljalo je, da žensko telo in razum nista zmožna kljubovati težkim telesnim in miselnim naporom. *Ženska telesa* naj bi bila ustvarjena samo za rojevanje, skrb za otroke in za ustvarjanje naravne morale na temelju družinskega življenja (Martin v Shilling 2005, str. 40).

V začetku 19. st., kot navaja Shuttleworth (1990), je prišlo do *okrepljene delitve med strukturo in delovanjem moških in ženskih teles*, kar je pomenilo, da so ženska telesa videli kot patološka telesa. Na primer menstruacijo so opisovali kot nekaj, kar najverjetneje povzroča bolezen med ženskami in vpliva na njihovo obnašanje (Shuttleworth v Shilling 2005, str. 40).

Ženske so začele nasprotovati teoriji biološke podrejenosti žensk in skušale so doseči državljanske, politične in socialne pravice. Začele so s kampanjo za pravice vstopa žensk na univerze, vendar so pri tem naleteli na številna nasprotovanja. Ena od razprav nasprotnikov vstopa žensk na univerze zadeva celo velikost in prostornino ženskih možganov. Pisci o vzgoji in izobraževanju v 19. st. so širili mišljenje, da intenzivna in podaljšana intelektualna aktivnost žensk lahko privede do specifičnih ginekoloških motenj in splošnega poslabšanja zdravja (Shilling 2005, str. 41).

Pojmovanje, da je žensko telo manjvredno in drugačno od moškega telesa zaradi reproduktivnih funkcij, se je ohranilo vse do druge polovice 20. st. V 60. letih 20. st. pa so ženske zase vse bolj zahtevale možnost, da bi tudi same lahko zasedle vodilne položaje v poslovnem svetu. Istočasno so na teorijah predhodnikov gradili medicinske in laične teorije, ki so jih utemeljevali z argumenti, da na žensko obnašanje vplivajo hormoni in da v obdobju predmenstrualne napetosti postanejo čustveno in intelektualno blodeče, nezanesljive in nepredvidljive. Vse to le zato, da bi moški zaščitili svoje poklicne privilegije (prav tam, str. 43).

*René Descartes* (1596–1650) je ustanovitelj moderne filozofije in utemeljitelj kartezianizma, filozofije, ki podpira dosežke moderne znanosti. Prvo načelo njegove filozofije se glasi: »Mislim, torej sem.« Descartes pravi, da je razum popolnoma ločen od telesa in določa, da smo, kar smo (Synnott 1993, str. 22–23).

*Benedict Spinoza* je bil eden prvih, ki je nasprotoval Descartesu in je gladko *zavrnil kartezijsko ločnico med telesom in razumom*. Spinoza trdi, da brez boga ni obstoja, da sta duša in telo združena in *enakovredna odseva božje resničnosti*. Razum in telo sta si po njegovem mnenju enakovredna in nista ločena, sta le dve plati iste resničnosti – boga (prav tam, str. 23–24).

V 19. st. se je v filozofiji in znanosti o telesu zelo veliko razpravljalo in poglobitve prispevke k razpravam so na svojih (različnih) področjih prispevali Feuerbach, Marx, Darwin, Nietzsche in Freud (prav tam, str. 24). *Ludvig Feuerbach* vztraja na materialni (fizični) osnovi človeštva: »Človek je človek samo zaradi svojega fizičnega življenja.« (Turner 1996, str. 70) *Karl Marx* za razliko od Feuerbacha ljudi preneha dojemati kot čutna in čustvena bitja, ki imajo telo (prav tam, str. 182–183). *Marx in Engels* sta raziskovala uničenje, mehanizacijo in živalskost teles delavcev. Delavec zanj postaja dodatek stroja in odkar se je spustil na to raven, se sooča s strojem kot tekmečem. Neizogiben rezultat tega pa je prenaporno delo in z njim povezana prezgodnja smrt. Telesa so postala razpoložljiva sredstva (Synnott 1993, str. 24). *Marx* je v delu »Kapital« povezal kapitalistični nadzor proizvodnje z zdravjem delavcev. Ugotovil je, da so fizične okoliščine dela zdravju škodljive, socialno okolje pa odvzema možnost za osebno rast. Hiter tempo delovnega dne in stroji kalijo ritem fiziološkega delovanja, slabijo sposobnosti in izčrpavajo fizično (telesno) vitalnost (aktivnost). *Kapitalistični delavec je v težavah tudi zato, ker sistem ločuje umsko in fizično delo in s tem razum in telo* (Freund 1988, str. 851–852).

*Hobbes* razvije pojem političnega telesa in trdi, da ima človek *naravno pravico do svojega telesa*, s čimer pod vprašaj postavi starševsko nadvlado nad otroki. Stabilnost političnega telesa počiva na patriarhalnem gospodinjstvu, v katerem dogovor med možem in ženo zagotavlja družinski mir. Za Hobbsa je telo posameznika bistvo znotraj političnega prostora, gibanje telesa pa motivirata apetit in odpor telesa (Turner 1996, str. 103–107).

*Friedrich Nietzsche* je telo opeval in ga označil za *mogočnega gospodarja, ki stoji za našimi mislimi in občutji, imenuje se Jaz, živi v našem telesu in je naše telo*. Racionalnost je zanj bolj lastnost telesa kot uma. Zavračal je krščanstvo in njegovo *ideologijo telesa*, imenovano *asketizem in negativizem*. Krščanstvo je razglasil za svojega največjega sovražnika (Synnott 1993, str. 25). Nietzsche pravi, da *se v telesu zbirajo mnogotere sile*, ki so povezane preko skupnega načina prehranjevanja. *Nietzsche meni, da je znanje*

*funkcionalno za telo*, medtem ko Foucault trdi ravno nasprotno, in sicer da je telo prepredeno z močjo znanja. *Najpomembnejši »organ« človeškega telesa je za Nietzscheja sposobnost pridobivanja znanja* (Featherstone idr. 1991, str. 270–276). *Sigmund Freud* je preučeval simptome (ženske) histerije in pri tem prišel do sklepa, da sta *razum in telo eno* in da *se psihološki in fiziološki pojavi medsebojno določajo* (Freund 1988, str. 842).

V začetku 20. st. so nastali konstrukti o telesu, ki zadevajo predvsem moralo, spol in raso. Po prvi svetovni vojni so nastopila bučna dvajseta leta, v katerih je bila lepota telesa institucionalizirana. Hollywood je lepe ženske in postavne moške uporabljal za prodajo filmov. Telo tedaj ni več nekaj, česar bi se morali bati, nekaj potencialno nevarnega in kar bi morali nenehno opazovati; *telo postane nekaj, kar se uživa*. Napredek medicine je prispevala k bolj *sproščeni naravnosti do telesa*. Pospešil je tudi razvoj iz svetega v posveten odnos do telesa. *Adolf Hitler* je sebe in druge prepričal o biološki, kulturni in duševni večvrednosti nad svetlolaso arijsko raso. Ta *politizacija telesa* (tj. telo kot orodje politike) pa ni bila nova, saj je bila prej institucionalizirana v suženjstvu in kolonializmu, seksizmu in rasizmu. Nacizem je le najnovejša ideologija telesa, ki temelji na barvi kože (kot podlaga za družbene neenakosti) (Synnott 1993, str. 27–31).

### 3.5 Spremenjena vloga in percepcija telesa v potrošniški družbi

Sodobno telo in pogledi nanj se rodijo z nastankom potrošništva oz. porabništva. Campbell (2001, str. 22) trdi, da se je porabništvo začelo razvijati vzporedno z industrijsko revolucijo. Od tistih začetkov v 18. st. pa do današnjih pogledov na telo, ki ga obravnavamo kot predmet potrošnje, pa je minilo precej let.

*Porabništvo* je v zadnjih letih postalo priljubljena tema in zdi se, kot da bi že s samo analizo tega družbenega pojava lahko opisali temeljne značilnosti in dinamiko modernih družb. Lahko bi rekli, da ima poraba v okviru sodobnih družb mesto privilegiranega diskurza, saj je *pogovor o potrošnji in storitvah nadomestil tradicionalne oblike družbenega diskurza, npr. družinskega in religioznega* (Kurdija 2000, str. 79). Videti je, da ima porabništvo pomemben vpliv na naše vsakdanje življenje. Porabništvo se je razvijalo skozi več obdobj, danes pa narekuje način življenja sodobne družbe.

Ker je porabništvo družbeni pojav, ga velja razložiti z družbenim, bi dejal Emil Durkheim. Porabništvo se najbolj razvije z nastopom civilizacije prostega časa, z nastopom plačanih dopustov. Nastop prostega časa tako bistveno vpliva tudi na odnos do telesa, ki postane predmet razvajanja (Nastran Ule 2000, str. 288).

Industrija je v porabniški družbi ena najmočnejših družbenih sil. Poznamo *kozmetično, dietno, vadbeno in druge industrije*, ki promovirajo telesne ideale v zahodni družbi. Nenehno smo pod vplivom oglaševalcev in marketinških gurujev, ki nas spodbujajo h kritičnemu odnosu do telesa. »Ženske niso toliko stare, da bi morale biti stare,« je napovedovala kampanja DOVE. Rešitve so seveda v nakupu v bistvu istih, a drugače zavitih proizvodov tega večnacionalnega podjetja. »Postajamo negotovi glede svojega videza in smo z njim nenehno obremenjeni, kar nas vodi v nezadovoljstvo, to pa posledično prinaša večji dobiček podjetjem, saj negotovi ljudje navadno trošijo precej več.« (Kuhar 2004, str. 63) Opažamo, da nam industrija skuša z idealiziranimi podobami telesa ob pomoči reklam in oglasov v elektronskih medijih, tiskanih medijih, na radiu, televiziji, na jumbo plakatih itd. ustvarjati oz. ohranjati problem, to je nenehno nezadovoljstvo s telesom, hkrati pa nam po isti poti ponuja rešitve zanj. Podobe idealnih teles najdemo povsod, vsiljene so nam od zunaj. S temi podobami si ustvarjamo namišljene potrebe, te pa nas vodijo k potrošništvu.

»Določene teme, neskončno prilagodljive, neskončno združljive se vedno znova pojavljajo v oglaševanju in v podobah potrošniške kulture: mladost, lepota, energija, čilost, gibanje, svoboda, romanca, eksotika, luksuz, užitek, zabava.« (Featherstone idr. 1991, str. 174)

Mediji ženske na različne načine skušajo prepričati, da njihovo telo ni dovolj lepo in da se vsak del telesa da polepšati. Ženske, ki sledijo temu prepričanju, porabijo ogromno časa in denarja, da bi se približale idealu. Paradoks vidimo v tem, da npr. ženska, ki s trdom skuša doseči idealno zunanjo podobo, temu posveti ogromno časa in seveda tudi denarja z obiskovanjem fitnessov, kozmetičnih salonov ipd. To ustvarja vedno večjo potrebo po doseganju še idealnejše zunanje podobe, kar predstavlja vedno večji finančni zalogaj in večjo potrošniško naravnost, hkrati pa ženske sili k pretirani skrbi za telo.

»Ustvarjanje negotovosti v zvezi s telesom ne prazni samo žepov žensk, temveč tudi njihovo moč in potencial, ki ju imajo kot ljudje, ter jih odtuji od samih sebe. V

kapitalističnem patriarhalnem sistemu so namreč vrednost, status in uspešnost žensk odvisni od tega, koliko se približajo modnemu idealu lepote.« (Bartky v Kuhar 2004, str. 68)

Kuhar (2004, str. 63) trdi, da prizadevanje za dosego popolnega telesa zahteva trdo delo v obliki aerobike, diet, uporabe različnih lepotnih pripomočkov na eni strani, po drugi strani pa telo postane objekt igre, igrivega okraševanja, oblačenja, estetskega eksperimentiranja v obliki piercinga, tatujev idr. V obeh primerih gre po njenem mnenju za trošenje.

Telo igra zelo pomembno vlogo v različnih aspektih družbenega življenja. Telesu določamo vrednost in pomen na podlagi njegove oblike in videza. Featherstone (2000, str. 21) navaja, da je v potrošniški kulturi prezentacija telesa, poudarjanje stila in zunanjega videza *vir identitete*. Skrb za telo ni več izbira, je celo pričakovana. Nova podoba telesa v potrošniški kulturi je močno sekularizirana, *na telo pa gledamo kot na predmet užitka in izražanja samega sebe*.

V nadaljevanju prikazujemo skrajni primer popredmetenosti telesa. Gre za t. i. vajazzling, okrasitev mednožja s kristalčki v različnih oblikah in barvah. Kmalu se je poleg ženske pojavila tudi moška različica tovrstnega postopka, imenovana pejazling, in je največ zanimanja zbudila pri heteroseksualcih. Samooklicani idejni vodja Mark Wright je prepričan, da si ženske želijo novodobnih moških, ki so radi negovani in skrbijo za videz (Pejazling: Kristalčki ... 2011). Zdi se, kot da s to izjavo želi upravičiti še en postopek, ki posega v najbolj intimne dele telesa in kaže na popredmetenje človeka.

*Slika 1: Primer okrasitve moškega mednožja s kristalčki ali pejazling*



Vir: (Pejazling: Kristalčki ... 2011)

*Zanimanje za telo je danes predvsem tržno in potrošniško usmerjeno. Zelo pomemben je vtis, ki ga daje. Telo se rado kaže, rado bi bilo lepo na pogled, hkrati pa je nenehno razpeto med asketsko disciplino, disciplino odrekanja ter hedonizmom oz. uživanjem na drugi strani. *Disciplina in hedonizem sta postala združljiva* (Kuhar 2004, str. 62). Opažamo, da potrošniška kultura zavrača krščanski pogled na telo, v ospredje pa postavlja lepoto telesa in s tem povezan užitek. *Pri krščanstvu je v ospredju lepota duše, zanemarja pa se lepota telesa.* »V potrošniški kulturi je telo razglašeno za sredstvo užitka: je zaželeno in poželjivo, in bolj ko se približuje idealizirani podobi mladosti, zdravja, čilosti in lepote, višja je njegova *menjalna vrednost.*« (Featherstone v Kuhar 2004, str. 62)*

Menimo, da je v bogatih zahodnih državah vedno bolj v ospredju obremenjenost s telesom. Bolj ko je telo oddaljeno od idealizirane podobe, nižja je njegova vrednost. *Telo je za nas lahko prednost ali ovira* na različnih področjih življenja, npr. pri iskanju zaposlitve, iskanju partnerja, spoznavanju prijateljev ipd.

Čeprav potrošništvo v veliki meri povezujemo z ženskami, ne smemo pozabiti, da tudi moški postajajo čedalje bolj obremenjeni s svojim telesnim videzom. »Potrošniška družba vabi tako moške kakor ženske, da živijo v svetu videza in da mu posvečajo vedno več pozornosti.« (Barthell v Kuhar 2004, str. 62)

Navajamo primer reklamiranja moške kozmetike, podjetja Ilirija d. d.:

*»Tako v svetu kot pri nas je nastal trend in je nastala potreba, da moški kožo redno negujete. Za negovano podobo ne zadostujeta samo redna osebna higiena in britje, ampak je potrebno uporabljati tudi dodatne kozmetične izdelke. Moška koža se razlikuje od ženske kože. Je od 16 do 22 odstotkov bolj debela, bolj mastna, hitreje poroženi in izloča več nečistoče. Moška koža ima razširjene pore, se bolj sveti in je velikokrat razdražena zaradi britja. Ne glede na spol, vsaka koža potrebuje nego. Zato izberite prave izdelke.« (Moška kozmetika, 2007)*

*Slika 2: Primer moškega, ki uporablja kozmetične izdelke*



Vir: (Pejazzling: Kristalčki ... 2011)

Žižek (1985) pri obravnavi patološkega narcisa ugotavlja, da ta nima stalne identitete, ampak niz identitet, kjer nobena ne prevlada. Ker narcis ne ve, kaj hoče, pričakuje, da mu bodo to povedali drugi. To pa učinkovito počnejo oglasi, saj mu dajejo smernice in v njem budijo željo po posedovanju čim večjega števila čim novejših stvari.

Ker je s potrošniško kulturo zunanji videz stopil v ospredje, je potrošnik prisiljen skrbeti za urejenost. K temu pomembno pripomoreta kozmetika in moda, ki sta postala sestavni del našega življenja. Ker vsakdo lahko spreminja svoje telo po lastnem okusu, s pomočjo diet, telesne vadbe, estetske kirurgije ipd., pomeni, da smo sami odgovorni za svoje telo. Skrb za telo pa se nikoli ne konča, saj temelji na konstantnem trdem delu. V pozni moderni je namreč telo postalo izraz individualne identitete (Shilling 1993, str. 5).

Nedavno so tako marketinški delavci, dosti prej kot politiki, ugotovili, da starejši niso homogena skupina, da imajo različen življenjski slog, da jih je v starajoči se družbi veliko in da posedujejo razmeroma stabilen dohodek. Odkrili so novo nišo potrošnikov in njihovo telo. Tako so velika kozmetična podjetja domala hkrati dala na trg proizvode za negovanje starejših obrazov (če dobro pogledamo fotografije, pa gre za mlajše ženske, z ovalnim obrazom, ki pripada mladim, a okrašene s sivimi lasmi ...). Telo starejših marketinški delavci pogosto dojemajo kot bolno telo, patološko telo in nanj lepijo številne potrebe, s katerimi vodijo starejše v potrošnjo. Vendar pa je pridobiti starejše potrošnike trd oreh, saj je tretje življenjsko obdobje čas, ko so potrebe dosti bolj usmerjene k osebni rasti in doživljanju. Telo se spremeni in starejši človek se z njim sprijazni, če ga to ne ovira. V poznejših letih življenja se spreminja tudi identiteta telesa.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup>Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, ki se je 29. januarja 2008 udeležila okrogle mize na temo lepote in staranja, s katero se je začela tudi kampanja Dove pro age, dne 17. 6. 2011.



Po našem mnenju kot primere telesnih projektov v naši družbi lahko navedemo vadbo, diete, estetsko (plastično) kirurgijo in zdravje. Za uresničevanje teh projektov potrebujemo veliko časa, truda in sredstev, saj tako lahko dosežemo in ohranjamo »ustrezen« videz.

## T e l e s n a v a d b a

Telesna čilost je v ZDA že sredi sedemdesetih, v Sloveniji pa v devetdesetih postala glavni simbol zdravja, individualne produktivnosti in uspešnosti. Pomembno je biti v formi, za kar pa je treba biti predan cilju in zanj trdo delati. Vitka postava naj bi poleg zdravega telesa pomenila tudi zdrav um. Motivi za vadbo so zelo različni, pri tem pa izstopata predvsem dva. Nekateri ljudje uporabljajo vadbo predvsem za nadzorovanje teže in poudarjajo motive, ki so povezani z videzom in privlačnostjo, medtem ko drugi zagovarjajo vadbo zaradi zdravja in čilosti. Gre torej za bolj notranjo ali bolj zunanjo motivacijo. Na primer čezmerno težki vadijo zato, da bi shujšali, hkrati pa jim to pomaga izboljšati tudi zdravje in čilost (Kuhar 2004, str. 109–110). V naših očeh je vadba dejavnost, ki navadno dobro vpliva na telo in počutje. Zaradi vadbe se bolj spoštujemo in smo bolj zadovoljni s svojim telesom. Z redno vadbo skrbimo tudi za zdravje in počutje. Opažamo pa, da nekateri pričakujejo hitre rezultate ali se preveč primerjajo z drugimi in so zato razočarani, na drugi strani pa srečujemo tudi take, ki so z vadbo postali obsedeni in ji posvečajo vse več časa.

Pri telesni vadbi je vredno omeniti še *bodybuilding*, ki je najbolj jasno povezan z izboljšanjem telesne samopodobe pri moških. Pojavlja se predvsem pri moških, od osemdesetih dalje pa se ukvarja z *bodybuildingom* tudi vedno več žensk. Danes mišice veljajo za privlačne, zaželene in zdrave (prav tam, str. 111–112).

## D i e t a k o t n a č i n ž i v l j e n j a i n k o t t e l e s n i p r o j e k t

Pogosto slišimo pregovor »Za lepoto je treba potrpeti.« Tako so ženske za vitko postavo pripravljene storiti marsikaj, celo prestajati bolečino in lakoto. Shujševalna dieta je tako predvsem tehnika, s katero spreminjamo in oblikujemo telo. Turner (1996) pravi, da beseda dieta izhaja iz grške besede diaita, ki pomeni način življenja. Dieta je lahko ženskam celo način življenja, moški pa hujšajo redkeje, morebiti tudi zato, ker hujšanje ne

vodi neposredno k mišičasti postavi, ki je kulturni ideal za moške. Vendar pa tudi moške revije priporočajo omejevanje vnosa kalorij (Kuhar 2004, 106–107).

Zaviršek (1995) v svojem članku z naslovom »Motnje hranjenja: žensko telo med kaosom in nadzorom« pravi, da ima veliko žensk ritualiziran odnos do hrane in da so mnoge ženske prepričane, da niso dovolj vitke. Navaja, da so razlike, ki se pojavljajo med lastno oceno debelosti in objektivnimi meritvami lastne teže, osupljive. Upamo si trditi, da imajo pri tem pomembno vlogo mediji, saj nas vsakodnevno zasipajo z nasveti o različnih dietah, ponujajo hitre rešitve, npr. hujšanje s pomočjo tablet, praškov in čajev, ter priporočajo razne specializirane klinike za hujšanje. Med motnje hranjenja uvrščamo *anoreksijo, bulimijo in kompulzivno prenajedanje*.

*Ortoreksija pa je novejša motnja hranjenja. Človek s to motnjo se obsedeno ukvarja s kvaliteto hrane in pazi na vsak grižljaj, da bo ustrezen.* Izraz je prvi uporabil ameriški zdravnik Steven Bratman pred približno desetimi leti. Pretiravanje z zdravim načinom prehranjevanja se lahko hitro preobrazi v anoreksijo, lahko pa se zgodi tudi obratno. Motnja se razvija postopoma z izključevanjem posameznih vrst živil iz prehrane. Osebe z ortoreksijo so obsedene s tem, kaj bodo pojedle in česa ne, vsa njihova razmišljanja in dejavnosti se vrtijo samo še okrog hrane. Postopno se socialno izolirajo, ne vstopajo v odnos z drugimi, ne potrebujejo partnerja, njegovo vlogo prevzame hrana (Pandel Mikuš 2009, str. 50–51).

Menimo, da je za ohranjanje zdravega telesa pomemben vidik tudi normalen način prehranjevanja, kar pomeni, da se prehranjujemo redno in zmerno ter pri tem uživamo. Problem pri motnjah hranjenja predstavlja zapletenejša odvisnost, saj hrane ne moremo prenehati uživati ali jo zavračamo. Odprava teh motenj je dolgotrajen in zelo zahteven proces, pri katerem je treba doseči, da se posameznik nauči normalnega uživanja hrane in pri tem čuti tudi užitek.

## Estetska ali lepotna kirurgija

Opažamo, da poleg diet in telesne vadbe danes marsikdo poseže tudi po veliko bolj drastičnih lepotnih praksah, s katerimi odpravljamo pomanjkljivosti telesa, ki jih z dieto in telesno vadbo ni mogoče odpraviti. Pri tem mislimo na estetsko ali lepotno kirurgijo, ki je

sestavni del plastične kirurgije. Omembe vreden je tudi problem »odvisnežev« od estetske kirurgije, ki imajo obsesivno-kompulzivno željo po vedno novih lepotnih operacijah. Njihova želja po nenehnem kirurškem lepšanju telesa se vedno znova poraja ne glede na bolečine in stroške za prestale operacije (Davis v Kuhar 2004, str. 115). Pomembno se nam zdi še omeniti, da se danes z estetsko kirurgijo ne spreminja več samo poškodovanih teles, ampak tudi telesa, ki se starajo.

## 4 Vzgoja, učenje in izobraževanje starejših o telesu in s telesom

### 4.1 Drugi UNESCO-v program: »Izobraževanje za vse«

Tradicija izobraževanja za vse je v francoskem okolju, kjer se je kasnejši UNESCO-v koncept utrdil, dolga. Zasnovo koncepta zasledimo v 18. st. (obdobju razsvetljenstva) pri Condorcet-u<sup>8</sup>, ki pravi: »Znanja je potrebno razširiti in dati vsakomur toliko intelektualnega orožja, kot ga lahko nosi.« Condorcet v svojem delu »Načrt za javni uk« zapiše, da morajo tudi ženske prejeti enako vzgojo in učenje kot moški (žal predvsem zato, da bi lahko vzgajale otroke in da v družini ne bi bilo neenakosti). Razmišlja tudi o izobraževanju odraslih, ki se morajo izobraževati na najrazličnejše načine. Izobraženost vseh je potrebna, da lahko oblast preide iz rok vladarja v roke ljudstva, da lahko prevlada razum. Ljudstvo le z znanjem doseže pravo svobodo. Da bo ljudstvo sposobno zagovarjati svoje pravice ter opraviti svoje dolžnosti, mu je treba najprej omogočiti, da uporablja razum, kar pomeni, da mora razum postati ljudski (Findeisen 1995, str. 33–38). Tudi začetnika teorije permanentnega izobraževanja Paul Lengrand in Edgar Faure podpreta potrebo po izobraževanju skozi vse življenje in na vseh področjih, izobraževanju, ki povezuje rodove in je tako mišljeno za vse.

O programu »Izobraževanje za vse« je bil govor tudi na UNESCO-vi četrti mednarodni konferenci o izobraževanju odraslih v Parizu leta 1985. V tem programu si je UNESCO prizadeval, da bi vsi (otroci in odrasli) dosegli primerno izobrazbo tako po količini kot po kakovosti. Za nas pa je bil ta program še posebej pomemben, saj se je loteval tudi vprašanja izobraževanja starejših (Izobraževanje starejših ... 1989, str. 15). V drugem delu poročila zasledimo težnjo po razvoju izobraževalnih programov tudi na področju telesa. V teoriji in praksi gre za eno izmed poti za preprečevanje oz. zaustavljanje prezgodnjega staranja (prav tam, str. 55). Ti programi lahko izhajajo iz izobraževanja za upokojence ali pa izobraževanje za upokojence dopolnjujejo. Gre za širok razpon kolektivnih in skupinskih dejavnosti, med katerimi bomo izpostavili:

- a) *zdravstveno vzgojo in izobraževanje*, ki zajemata:
  - informacije in napotke za zdravo življenje in prehrano;

---

<sup>8</sup>Orig. Jean Antoine-Nicolas Caritat, markiz de Condorcet

- informacije o življenju v skupnosti in o spolnosti;
- nasvete za ohranjanje lokomotornih funkcij, športne in telesne aktivnosti, ustrezne določeni starosti;
- bolezenska stanja in bolezni v starosti, pravilna uporaba zdravil, nevarnosti nenadzorovane uporabe zdravil, nekatera opozorila;
- razmišljanja o predsodkih, tabujih, vkoreninjenih razvadah;
- cepljenje, preprečevanje bolezni, zdravniški pregledi;
- socialna varnost, bolniški oddelki itn. (Izobraževanje starejših ... 1989, str. 58–59).

b) *telesno utrjevanje in športne dejavnosti*, ki zajemajo:

- različne oblike telovadbe;
- skupinske športne igre (bolj zaradi druženja kot tekmovanja);
- plavanje v odprtih in zaprtih bazenih, jezerih, rekah ali morju;
- tenis, namizni tenis in golf (le za nekatere);
- hoja, izleti, planinarjenje, tek na smučeh;
- priljubljeni so tudi plesni večeri (prav tam).

Politični forumi in evropske institucije pa so izobraževanje starejših odraslih odkrile pozno, komaj zdaj na pragu evropskega leta dejavnega staranja in solidarnosti med generacijami 2012. Zdi se, kot da so odkrili izobraževanje starejših odraslih, imenujejo ga novo, vznemirljivo področje izobraževanja odraslih. Izobraževanje starejših odraslih pa se je začelo razvijati že takoj po drugi svetovni vojni in v času, ko je bila industrializacija na višku ter z nastopom potrošniške družbe in prostega časa. Razmislek o prostem času zaposlenih je prinesel tudi razmislek o prostem času starejših in izobraževanje starejših se je sprva rodilo kot prostočasna dejavnost.<sup>9</sup> Seveda pa lahko zometke izobraževanja starejših odraslih iščemo tudi v skupnostnem izobraževanju (Močnik 2009, str. 52–63), pa tudi v oblikah izobraževanja za prostovoljstvo. Začetke je težko določiti. Zanesljivo pa lahko povemo, da se je v bivši Jugoslaviji kontinuirano izobraževanje starejših odraslih pojavilo šele z Univerzo za tretje življenjsko obdobje, leta 1984, kot odgovor na slutene potrebe starejših po osebni rasti, razvoju, potrjevanju osebnosti in pripadnosti (prva dokumentirana oblika izobraževanja za starejše je »Odprti dan za starejše«, ki so ga pripravili na pedagoški fakulteti na Rijeki) (Findeisen 1989).<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup>Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 15. 9. 2011.

## 4.2 Izobraževanje starejših odraslih, metode, oblike, vsebine in cilji

### O p r e d e l i t e v i z o b r a ž e v a n j a s t a r e j š i h o d r a s l i h

Če želimo opredeliti izobraževanje starejših odraslih, se nam zdi treba najprej vsaj bežno opredeliti pojem izobraževanje odraslih. Jarvis (1990, str. 105) navaja UNESCO-vo opredelitev izobraževanja odraslih, in sicer gre za »organizirano in nepretrgano poučevanje, namenjeno prenašanju znanja, spretnosti in spodbujanju razumevanja, kar je koristno v vseh dejavnostih življenja odraslih«.

Ličen (2006, str. 17) pravi, da »izobraževanje odraslih pomeni vse dejavnosti, v katerih sodelujejo odrasli z namenom, da bi si pridobili znanje, spretnosti, oblikovali stališča, vrednote«.

Izobraževanje starejših odraslih ali izobraževanje v poznejših letih življenja (ang. education in later life) se od izobraževanja drugih skupin odraslih razlikuje predvsem po tem, da so motivi za izobraževanje v tem življenjskem obdobju dosti bolj povezani s celoto življenja. Človek se v poznejših letih uči drugače, ker je njegov položaj v družbi drugačen, ker ga doletijo številni normativni dogodki, izgube in prehodi, s katerimi se mora soočiti, ker po upokojitvi izgubi prejšnjo poklicno identiteto, ker se spreminja njegova družina in ker se spreminja funkcionalnost njegovega telesa (ta krni). Izobraževanje starejših odraslih pa ni dobro, če se starejšemu ne pomaga razumeti njegovega položaja v družbi, če ne krepi njegovega položaja, razumevanja sebe in drugih generacij. To se mora zgoditi ne glede na osnovno temo izobraževanja. Za izobraževanje starejših odraslih po upokojitvi je značilno tudi to, da si z organiziranim izobraževanjem želijo pridobiti tudi strukturo dneva ali tedna, možnost zadovoljevanja potreb v skupini, pripadnost skupini, informativno čustveno oporo (Findeisen 2010b, str. 13–19).

Kot kažejo statistike Eurostat, smo v Sloveniji po izobraževanju starejših odraslih v evropskem vrhu. V kategoriji od 55 do 64 let smo sicer pod evropskim poprečjem (le 2,7 % starejših delavcev se usposablja), po drugi strani pa je v tej starostni kategoriji veliko upokojenih in v celoti pri tej starostni skupini glede udeležbe v izobraževanju v tem obdobju dosegamo drugo mesto takoj za Avstrijo, med osemnajstimi preučevanimi državami (Findeisen 2009, str. 17).

## Nosilci izobraževanja starejših odraslih

Med nosilce izobraževanja starejših odraslih v Sloveniji spadajo:

- Univerze za tretje življenjsko obdobje (45);
- Inštitut Antona Trstenjaka;
- Gerontološko društvo Slovenije;
- Andragoški center Slovenije in mreža študijskih krožkov;
- društva upokojencev;
- stanovska društva;
- ljudske univerze;
- knjižnice;
- muzeji;
- centri za socialno delo;
- domovi starejših odraslih;
- in drugi, npr. Gospodarska zbornica Slovenije, Združenje delodajalcev, večja podjetja ipd. (prav tam).

## Metode in oblike izobraževanja in usposabljanja starejših

Metode in oblike izobraževanja in usposabljanja starejših so številne in najrazličnejše: od predavanj, okroglih miz, pogovornih študijskih krožkov, raziskovalnih študijskih krožkov, svetovne kavarne, študijskih obiskov, obiskov gostujočih, skupnostnega izobraževanja v podporo lokalnemu razvoju, elektronskega učenja itd. Za metode ni mogoče reči, da so posebne, ko gre za starejše, pomembno pa je, da dajejo prostor *avtonomnemu socialnemu učenju, recipročnemu učenju, sodelovalnemu in izkustvenemu učenju*, da je izobraževanje strukturirano oz. polstrukturirano. Metode morajo biti takšne, da to omogočajo. Delo v parih, trojicah, podskupinah, projektno učenje, izobraževalni turizem, pisanje itd. Pomembno pri tem je tudi, da metode omogočajo *transformativno učenje* in pomembno je, da so vsebine blizu preteklemu in zdajšnjemu pa tudi prihodnjemu življenju in potrebam starejših odraslih in da upoštevajo njihove socialne vloge ter njihovo potrebo po »življenjskem izobraževanju«. Izobraževanje in usposabljanje starejših odraslih pa vsebujeta nekatere starejšim na kožo pisane vsebine. Takšno je npr. *usposabljanje za družabništvo osamljenemu starejšemu človeku*, tečaj priprave na kakovostno starost po

upokojitvi, srečanja starejših v skupinah za samopomoč, dejavnost starejših v skupinah v terapevtske narave ... usposabljanje za to, da ostanejo starejši delavci na delovnem mestu, usposabljanje kot priprava na upokojitev, kritična geragogika itd. (Findeisen 2010c).

Findeisen (2009, str. 17) pri tem navaja, da v Sloveniji podpiramo predvsem neformalno izobraževanje, ki je nastalo in se je razvijalo predvsem v civilni družbi. Potrebovali pa bi tudi več formalnega izobraževanja starejših odraslih.

Med metodami, ki so hkrati oblike učenja in izobraževanja starejših odraslih, se najpogosteje pojavljajo študijski krožki. Ti so lahko pogovorni, akcijski, raziskovalni itd.

### Š t u d i j s k i k r o ž k i

Študijski krožek je metoda in oblika neformalnega izobraževanja odraslih, ki so jo v Sloveniji prvič uvedli na Univerzi za tretje življenjsko obdobje že v osemdesetih letih, kasneje pa se je razvijala pod okriljem Andragoškega centra Slovenije. Pri organizaciji in opredelitvi študijskih krožkov smo se zgledovali po švedskem modelu, za katerega je značilno, da mora potekati kot sekvenca več srečanj članov v daljšem, vsaj enomesečnem, obdobju. Študijski krožek sestavljajo mentor, animator ter člani, ki jih mora biti najmanj pet in največ dvajset, da se v skupini razvije pogovor, ki je osnovna metoda izobraževanja v študijskem krožku (Mijoč 2005, str. 47–50).

Oblikovalci slovenske definicije študijskih krožkov (Mijoč, Krajnc, Findeisen) povedo, naj bodo študijski krožki tudi akcijski, naj se učenje prelije v lokalni prostor in naj bo v podporo posamezniku, študijski skupini in lokalnemu razvoju. Findeisen je pri tem imela v mislih tudi spodbujanje *odgovornosti starejših, soodgovornosti v učnem procesu, osebnem in skupnostnem življenju*. Študijski krožek naj bi bil tako mesto, v katerem naj bi starejši v tej soodgovornosti, ki zaradi njihovega spremenjenega družbenega položaja na družbenem robu popušča, »vežbali« odgovornost in vnovično vključevanje v središče družbenega dogajanja, v katerem naj bi imeli možnost dajati in prejemati in tako ustvarjati trdnejše vezi z družbo (prav tam).



V zadnjih letih število starejših odraslih v študijskih krožkih po Sloveniji narašča<sup>11</sup>, kar interpretiramo z ustreznostjo te oblike za to ciljno skupino: omogočajo zadovoljevanje potreb ljudi in kraja, npr. delujejo lokalno, omogočajo upoštevanje socialnega konteksta ter svobodo izbire (Bogataj 2005).

Študijski krožki omogočajo lažji dostop do izobraževanja tudi v majhnih krajih in za vse rodove. Omogočajo avtonomno socialno učenje. Dopolnjujejo elektronsko učenje (Bogataj in Findeisen 2008, str. 85–87).

### Cilji izobraževanja starejših odraslih

V izobraževanju starejših odraslih ne moremo govoriti o ciljih, tako kot ne moremo govoriti o ponudbi izobraževanja starejših odraslih. Če se to vendarle zgodi, pa izobraževanju starejših odraslih odvzamemo bistvene značilnosti in naredimo silo starejšim ljudem. Cilji izobraževanja starejših odraslih *izhajajo predvsem iz njih samih*. Pri razmišljanju o ciljih izobraževanja starejših odraslih, ki izhajajo iz motivov, pa je nujno poznati tudi potrebe starejših odraslih, ki so naslednje:

- *potreba reševati svoje probleme;*
- *potreba po samozadostnosti* (zato so mnogi izobraževalni programi za starejše zdravstvene narave itd., kar podaljšuje samozadostnost);
- *potreba po neodvisnosti in svobodi;*
- *potreba po varnosti in stabilnosti;*
- *potreba po spolnosti, telesni bližini in iz nje izhajajoči duhovni bližini;*
- *potreba po spoznanjih;*
- *potreba po ljubezni, naklonjenosti in pripadnosti, spoznavanju in samopotrjevanju;*
- *potreba po strukturi*, saj po upokojitvi ostanejo brez časovnih prisil in urnikov postavljenih od zunaj, ki je podaljšek *potrebe po dražljajih*, po tem, da nas drugi prepoznajo;
- *potreba po tem, da nas drugi spoštujejo in cenijo* (Findeisen 1999, str. 93–94).

---

<sup>11</sup>Vir: statistični podatki dokumentacijskega centra Univerze za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani za leto 2011.

Vse potrebe ostajajo prisotne skozi celoto človekovega življenja, glede na možnosti zadovoljevanja pa se spremeni hierarhija potreb. Mnogih potreb starejši človek ne more zadovoljiti, ker ima manj zunanjih možnosti za to, ker nanj pritiska teža družbenih stereotipov. Uspešna politika starosti in staranja bi morala temeljiti tako na potrebah celotne družbe kot tudi na vpogledu v raznotere, tudi višje, psihosocialne potrebe starejših ljudi (prav tam).

Za nas je še posebej pomembna t. i. *potreba po spolnosti, telesni bližini in iz nje izhajajoči duhovni bližini*. Čeprav ta potreba spada med priljubljene izobraževalne teme starejših, je v izobraževanju starejših odraslih pogosto prezrta in o njej ne najdemo dosti izobraževalne ponudbe.

Še nikoli poprej niso bili cilji tako osebni, kot so zdaj v tem obdobju. Zato je v izobraževanju starejših treba veliko časa posvetiti spoznavanju starejših, odkrivanju njihovih potreb, bolj malo pa si lahko pomagamo z dobrim poznavanjem skupnih značilnosti odraslih, prednosti in primanjkljajev ter normativnih dogodkov tega življenjskega obdobja.

To, kar nam je bolj ali manj jasno, pa je družbeni položaj starejših in iz njega izhajajoče izobraževalne potrebe starejših odraslih pa tudi družbeni razvoj v prihodnje.

Med osebnimi cilji izobraževanja starejših smo pogosto odkrili:<sup>12</sup>

- doseči avtonomnost, ne biti več pretirano na razpolago svoji družini, kjer se njihova vloga spremeni;
- strukturirati svoje življenje okrog redne izobraževalne dejavnosti;
- dati vsebino prostemu času, narediti prosti čas resen, konstruktiven;
- vzdrževati zdravje v najširšem pomenu besede;
- odkriti nova zanimanja;
- preveriti validnost v preteklosti pridobljenega znanja;
- nadomestiti izgubljeno, iz česar sledi kompenzacijsko učenje;
- nadaljevati izrečeno ali neizrečeno družinsko tradicijo;

---

<sup>12</sup>Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 28. 9. 2011.

- dati prostor doživljanju (zato je cenjeno doživljajsko učenje, lepota);
- biti bolj samozavesten, odločen in vključen;
- biti bolj informiran;
- ne dovoliti, da nas razvoj starejšega pusti za seboj;
- vzdrževati in razvijati svoje zmožnosti;
- krepiti socialno pripadnost;
- delati za druge generacije;
- učiti se za življenje potem, ko smo se dolgo učili za poklic;
- učiti se, ker smo se zmeraj učili;
- ubežati smrti z delovanjem, pomiriti svoje strahove;
- ustvariti si socialno omrežje (spoznati nove ljudi);
- opravljati poklicno delo v timu, drugi karieri ...

Družbeni cilji izobraževanja starejših so:<sup>13</sup>

- zadržati starejše dlje časa na delovnem mestu;
- pripraviti starejše na dejavno staranje;
- omogočati integrirano svetovanje starejšim znotraj izobraževalnih programov;
- povezati starejše z drugimi generacijami;
- omogočiti starejšim znanje o njih samih in o njihovem položaju;
- pripravljati starejše za vlogo dejavnega državljana v podporo lokalnemu razvoju;
- ustvarjati nove, času primernejše prostovoljske vloge starejših;
- boljšati medgeneracijskost družin;
- boljšati vezi med generacijami;
- omogočati starejšim vstop v javnosti;
- dati družbeno mesto problematiki starejših;
- ustvarjati družbeno pravičnost;
- manjšati revščino starejših;
- večati funkcionalno pismenost in pismenost starejših;
- krepiti vključenost starejših v e-gospodarstvo, e-javno upravo, e-zdravje, e-izobraževanje, e-komunikacijo;
- manjšati nevarnost obolevnosti starejših;

---

<sup>13</sup>Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 28. 9. 2011.

- znižati število hospitaliziranih dni;
- povečati samozadostnost te družbene skupine;
- uveljavljanje vrednot starejših tudi v dobro vse družbe;
- vzgojiti starejše za nove socialne vloge (vlogo babice in dedka).

## Vsebine v izobraževanju starejših odraslih<sup>14</sup>

Ker so cilji tako zelo različni, je težko povedati tudi, katere vsebine so ustrezne, razen seveda tistih vsebin, ki se eksplicitno nanašajo na življenje po upokojitvi ali na visoko starost. Bolj od vsebine so pomembne metode izobraževanja, pomembni so motivi starejših odraslih za izobraževanje in njihove potrebe. Te moramo spoznati in spoznavati, kajti v toku izobraževanja se spreminjajo.

Za našo obravnavo so pomembne predvsem tiste vsebine, ki se nanašajo na telo. Ob preučitvi seznama več kot 50 različnih programov Univerze za tretje življenjsko obdobje vidimo, da se na telo posredno nanašajo nekatere (četudi ne številne) programske vsebine, neposredno pa zgolj nekaj med njimi.

S telesom se posredno ukvarjajo programi »Medsebojni odnosi«, kjer obravnavajo identiteto telesa, spominjajoče se telo, upor telesa v povezavi z zapovedmi in prepovedmi itd. Kultura oblačenja, kajti oblačenje postane pomembna sestavina videza telesa. Telo nastopi pri študiju zgodovine, demografije, umetnosti pripovedovanja, pri ustni zgodovini, kritični geragogiki, tujih jezikih itd.

Na Univerzi za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani so povedali, da so v začetku bežali od medikalizacije starosti in verjetno so tudi zato telo upoštevali manj, kot bi bilo želeno.

Neposredno pa se s telesom ukvarja predvsem program varovanje zdravja.

Zdi se, da se tu odpira veliko zamolčano področje izobraževalnih potreb. Razumljivo, saj v poznejših letih telo starejših postaja vse bolj nevidno. Dobro bi bilo vedeti, kaj se s telesom dogaja, kako se spreminja identiteta telesa v tem obdobju.

---

<sup>14</sup>Vir: Zasebni pogovor z doc. dr. Dušano Findeisen, dne 28. 9. 2011.

### 4.3 Izobraževanje v institucionalni oskrbi s poudarkom na telesu

Izobraževanje starejših v institucionalnem okolju navadno povezujemo z izobraževanjem za četrto življenjsko obdobje. Ugotavljali bomo, kaj institucionalna oskrba obsega in kakšne so možnosti za izobraževanje ljudi v institucionalni oskrbi. Še posebej nas bo zanimalo izobraževanje na temo telesa. To se nam zdi v tem življenjskem obdobju še posebej pomembno, saj se na telesu dogajajo velike spremembe, ki vplivajo tako na posameznikovo fizično kot tudi psihično počutje.

»Institucionalno varstvo je ena od oblik varstva starih ljudi, ki je po kriterijih OZN namenjena približno 5 odstotkom populacije, stare 65 let in več. Enaka usmeritev je zapisana v Resoluciji o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006-2010. Izvaja se lahko v dnevni centrih, domovih za stare, drugi družini in oskrbovanih stanovanjih. Socialna institucija je oblika kolektivnega bivanja, ki ga določajo predpisane norme in pravila. Najpogostejša oblika institucionalnega varstva je organizirana v domu za stare ljudi, ki maksimalno zadovoljuje osnovne življenjske potrebe (osnovno in socialno oskrbo), družabnost in zdravstveno varstvo. Pomoč je lahko le začasna oblika, če gre za proces rehabilitacije ali sezonsko bivanje, za večino pa je to dosmrtni način bivanja.« (Dokl 2011, str. 24)

V skladu s 16. členom Zakona o socialnem varstvu (ZSV 2007) institucionalno varstvo obsega vse oblike pomoči v zavodu, v drugi družini ali drugi organizirani obliki, s katerimi se upravičencem nadomeščajo ali dopolnjujejo funkcije doma in lastne družine, zlasti pa bivanje, organizirana prehrana in varstvo ter zdravstveno varstvo.

*Dnevno varstvo* za stare ljudi je namenjeno starejšim ljudem, ki so v domači oskrbi, a čez dan, ko so drugi družinski člani v službi ali šoli, niso zmožni živeti sami. Za ta čas odpelje družina starejšega člana družine v dnevni center, kjer je zanj poskrbljeno glede prehrane, čistoče, varstva, razvedrila, počitka in morda še za druge potrebe (Ramovš 2003, str. 317).

Z dnevnim varstvom se osebam zagotavlja nego, socialno oskrbo, zdravstveno varstvo in raznovrstne interesne dejavnosti po nekaj ur dnevno. V dnevnem varstvu so najpogosteje starejši ljudje, ki zaradi različnih stanj in pojavov, ki spremljajo staranje, ne morejo ostati sami v času, ko so njihovi bližnji odsotni. Starejša oseba si to obliko varstva izbere

prostovoljno (s tem si obogati življenje in pridobi nove izkušnje), ali pa jo izbere družina, ki skrbi za starejšega družinskega člana. Dnevno varstvo starejše osebe je plačljiva dejavnost. Takšna oblika varstva osebe razbremeni družinske člane, ki živijo z njo (Hojnik-Zupanc 1999, str. 116). Kot vidimo, gre v dnevnem varstvu predvsem za potrebe telesa, zato tu le redko srečujemo izobraževalne vsebine.

*Varovana stanovanja* so alternativna oblika institucionalnega varstva in starejšim osebam omogočajo, da uporabljajo tiste storitve, ki jih potrebujejo. So posebej za starejše osebe prilagojena stanovanja, ki so 24 ur na dan povezana z dežurno službo. Namenjena so predvsem oslabeлим in bolnim starim osebam, ki redno potrebujejo pomoč v gospodinjstvu ter pri osebni negi. Ponavadi so take stanovanjske enote v manjših skupinah, npr. do 50 enot. V Sloveniji je novi stanovanjski zakon za varovana stanovanja uzakonil primernejše ime – »oskrbovana stanovanja«, ki so v večjih krajih že zgrajena (Ljubljana, Maribor, Postojna, Medvode, Logatec, Laško, Šentjur itd.) in se počasi polnijo. Takšen tip stanovanj pa je razširjen predvsem v skandinavskih državah in v Veliki Britaniji (prav tam).

Menimo, da starejši v varovanih stanovanjih ne potrebujejo stalne nege in nadzora, saj živijo na neki način še vedno samostojno, le da jim je vsa oskrba pri roki, ko to nujno potrebujejo. Ti ljudje pogosto odhajajo iz stanovanja po nakupih, obiskih, raznih kulturnih prireditvah, izobraževanjih ipd. V pogovoru z nekaterimi stanovalci v varovanih stanovanjih smo ugotovili, da ti velikokrat pogrešajo razne aktivnosti in izobraževanja za starejše, ki bi se lahko izvajala v skupnih prostorih teh stanovanj. Sem spada tudi izobraževanje na področju telesa, ki v tem življenjskem obdobju potrebuje še posebno pozornost.

*Domovi za starejše* so pri nas dokaj različni. Imamo novejše, sodobne domove in pa domove v starih stavbah, ki so bolj ali manj neprimerne za življenje v njih. Domove razlikujemo po njihovem namenu: domove za starejše občane, domove za intenzivno nego (v njih naj bi se zdravili samo kronični bolniki), domove za duševno prizadete starejše prebivalce in domove kombiniranega tipa za stare ljudi. V Sloveniji take razdelitve večinoma ni (Milošević-Arnold 2003, str. 29).

V 50. členu Zakona o socialnem varstvu (ZSV 2007) je zapisano, da *dom za stare opravlja tudi naloge, ki obsegajo pripravo okolja, družine in posameznikov na starost* ter se povezuje z ožjim in širšim družbenim okoljem.

Opažamo, da gre tudi v domovih za starejše bolj za potrebe telesa in pa učenje s telesom pri različnih skupinskih ali individualnih vadbah. Zgolj izobraževanja o telesu je zelo malo, če sploh kaj.

Eden izmed pomembnih dejavnikov kakovostne starosti je prav gotovo zdravje. Na prvo mesto zato vsekakor postavljamo redno telesno aktivnost starejšega človeka, ki prinaša s seboj tudi dobro počutje in zadovoljstvo s seboj, nenazadnje pa to vpliva tudi na socialne odnose. Raznih telesnih aktivnosti je v institucionalni oskrbi kar precej in tu gre predvsem za učenje s telesom. Zelo redko pa se pojavlja izobraževanje na temo telesa. Menimo, da je telesna aktivnost sicer zelo pomemben vidik v starosti, a učenje na področju telesa obsega še marsikaj drugega, npr. kako pravilno jemati zdravila, kako sprejeti svoje starajoče se telo, kako se pravilno prehranjevati v starosti (tudi zaradi bolezni, ki zahtevajo poseben način prehranjevanja), kako prisluhniti svojemu telesu, kako ga negovati itd.

#### 4.4 Primeri dobre prakse v slovenskem in evropskem prostoru

V nadaljevanju navajamo primere dobre prakse izobraževanja starejših odraslih na področju telesa, sprva v slovenskem, nato pa še v evropskem prostoru.

Tabela 1: »Tečaj za preprečevanje padcev v starosti«

Naziv programa/dogodka	TEČAJ ZA PREPREČEVANJE PADCEV V STAROSTI
Izvajalska organizacija	Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje
Kraj izvedbe	Prostori IAT v Ljubljani
Izvajalec/mentor	Dva prostovoljna in usposobljena mentorja/voditelja hkrati
Utemeljitev	V poznejših letih življenja prihaja do slabše prekrvavitve organizma, kardioloških in drugih težav, poslabšanja vida in sluha ter raznih bolezni, ki prizadenejo center za ravnotežje, zato človek izgublja ravnotežje, pada.
Ciljna skupina	Starejši odrasli
Cilji	Starejše spodbuditi k temu, da bi razumeli svoje telo in izboljšali gibalne sposobnosti ter ohranjali in tudi razvijali moč, gibljivost in koordiniranost telesa.
Vsebine	Padci in starost; pogostnost, načini in posledice padcev v starosti; varovanje pred padci doma in v bližnji okolici doma; zmanjševanje nevarnosti padcev v starosti posameznika.
Trajanje/pogostnost	Osem srečanj, in sicer enkrat tedensko po dve uri
Oblike/metode	Voden razgovor o telesu in gibanju, ravnotežju
Učenje o telesu/s telesom	Praktične vaje za ravnotežje ob pomoči stola; test ravnotežja pod nadzorom vaditeljev; branje priročnika v skupini, razlaga, diskusija; učenje v mentorskih parih (udeleženci so izmenično učitelji in učenci).

Vir: (Voljč idr. 2011)



Tabela 2: »Kultura telesa«

Naziv programa/dogodka	»KULTURA TELESA«
Izvajalska organizacija	Univerza za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani
Kraj izvedbe	Predavalnica UTŽO
Izvajalec/mentor	Vrhunska atletinja, profesorica športne vzgoje z dolgoletnimi pedagoškimi izkušnjami na področju športa za ljudi različnih starosti
Utemeljitev	Starejši ljudje se pogosto premalo posvečajo svojemu telesu.
Ciljna skupina	Starejši odrasli
Cilji	Starejše spodbuditi k temu, da bi razumeli svoje telo in izboljšali gibalne sposobnosti ter ohranjali in tudi razvijali moč, gibljivost in koordiniranost telesa.
Vsebine	Praktične vaje za razvoj motoričnih sposobnosti, tj. za razvoj moči, gibljivosti in izboljšanje ravnotežja in koordinacije (3/4 programa); teoretični del, tj. uvod v anatomijo lokomotornega aparata, ki zajema funkcionalno znanje za boljše razumevanje in »rabo« telesa (1/4 programa).
Trajanje/pogostnost	Telovadba enkrat tedensko, teoretični del enkrat mesečno po dve pedagoški uri
Oblike/metode	Študijski krožek; praktične vaje, vodeni gibalni pohodi (v telovadnici, v naravi ipd.); kratko uvodno predavanje, razlaga, diskusija (tudi na podlagi pisnih, slušnih in drugih virov, ki jih prispevajo mentorica in slušatelji).
Učenje o telesu/s telesom	Teoretično in praktično učenje o telesu, vadba.

Vir: (Dokumentacijski center Univerze za tretje življenjsko obdobje)

Tabela 3: »Ali v zrelih letih res potrebujemo toliko zdravil?«

Naziv programa/dogodka	»ALI V ZRELIH LETIH RES POTREBUJEMO TOLIKO ZDRAVIL?«
Izvajalska organizacija	Univerza za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani
Kraj izvedbe	Mestna knjižnica Ljubljana
Izvajalec/mentor	Domači in zunanji predavatelji
Utemeljitev	V zahodnih evropskih državah je predpisovanje zdravil osrednje dejanje srečanja med zdravnikom in pacientom. Poleg tega je mnogo zdravil dostopnih brez recepta, zaradi naraščajoče rabe zdravil pa se vsako leto vse več ljudi, predvsem v zrelih letih, znajde v bolnišnici zaradi nepravilnega doziranja in jemanja zdravil.
Ciljna skupina	Starejši in slušatelji Univerze za tretje življenjsko obdobje
Cilji	Razumeti definicijo zdravja; ugotoviti odnos starejših do jemanja zdravil; spoznati nekatere razrede zdravil in njihove učinke; ozavestiti starejše o učinkih zdravil in o načinih razumnega jemanja zdravil; spodbuditi razvoj zdravih vsakdanjih življenjskih navad starejših.
Vsebine	Zasnova in namen programa »Biti dejaven in zdrav v poznejših letih življenja«; ugotovitve raziskave o vplivu religij na predpisovanje in jemanje zdravil; varno uživanje zdravil in zdrave življenjske navade v poznejših letih.
Trajanje/pogostnost	Enkratni dogodek
Oblike/metode	Predavanje, diskusija, odgovori na vprašanja in evalvacija
Učenje o telesu/s telesom	Odzivanje telesa in psihe na zdravila; razumevanje vpliva kulture in religije na jemanje zdravil.

Vir: (Dokumentacijski center Univerze za tretje življenjsko obdobje)

Tabela 4: »Animacijsko gibanje starejših«

Naziv programa/dogodka	»ANIMACIJSKO GIBANJE STAREJŠIH«
Izvajalska organizacija	KUBIA – »Kompetenčni center za kulturo in izobraževanje v starosti« (Nemčija)
Kraj izvedbe	Središče javnega prostora
Izvajalec/mentor	Starejši in nevidni animatorji
Utemeljitev	Starejši so že zgodovinsko obloženi z različnimi družbenimi stereotipi, podobami starosti. Starejši naj bi bili gibalno ovirani, gluhi, slabovidni itd.
Ciljna skupina	Starejši odrasli in javnost
Cilji	Omiliti stereotipe o starejših; pokazati nove podobe starosti; ozaveščanje; narediti starejše vidne tako telesno kot psihološko; izboljšati odnos javnosti do starejših in njihovega telesa.
Vsebine	Gibanje starejših odraslih je postavljeno v središče javnega prostora, kjer so odzivi nanje načrtovani in kjer nevidni animatorji izzivajo mimoidoče, da pri tem sodelujejo.
Trajanje/pogostnost	Enkratni dogodek
Oblike/metode	Dogodek na javnem mestu; animacija oz. opozarjanje mimoidočih na prisotnost starejših; vodeno gibanje.
Učenje o telesu/s telesom	Ritmično in usklajeno gibanje starejših na javnem trgu, dokler se ne pridružijo še mimoidoči.

Vir: (Kubia Kompetenzzentrum ... 2011)

Tabela 5: »My Life My Way«

Naziv programa/dogodka	»MY LIFE MY WAY« (Wales)
Izvajalska organizacija	Partnerji v projektu Grundtvig
Kraj izvedbe	/
Izvajalec/mentor	Starejši odrasli ter strokovnjaki prostovoljci iz zdravstvenih in drugih strok
Utemeljitev	Individualni razvoj se ne ustavi ob prehodu v pokoj, vendar zanj starejši človek potrebuje spodbudo in strukture organizacije, ki ga pri razvoju njegovih zmožnosti spodbujajo. Starejši naj bi krepili svojo neodvisnost, skrbeli za kakovost življenja in na ta način bolje obvladali sistemske bolezni.
Ciljna skupina	Starejši odrasli
Cilji	Omogočiti in spodbujati starejše, da prevzamejo odgovornost in naredijo korak k spremembam v svojem življenju; omogočiti vzajemno učenje; razvijanje medosebnih in socialnih spretnosti; vključevanje socialno marginaliziranih skupin ljudi.
Vsebine	Varnost na domu (preprečevanje padcev starejših, ukrepanje v sili itd.); razvoj socialnih omrežij (premagovanje izgub, prostovoljno delo itd.); vnos hrane in pijače (podhranjenost, vnos tekočine, težave z zobmi, zdravila, zdrav način življenja itd.); gibanje (aktivno staranje, funkcionalna moč itd.); ustvarjalnost in rast (starostna diskriminacija, zaupanje, vračanje na delo, učenje).
Trajanje/pogostnost	Enkrat na dva meseca
Oblike/metode	Metoda »LifeCafes«; druženje, pogovor, vzajemno učenje
Učenje o telesu/s telesom	Teoretično in praktično učenje o telesu.

Vir: (Jones 2010, str. 44–46).

Tabela 6: »Telovadba na stolu«

Naziv programa/dogodka	»TELOVADBA NA STOLU«
Izvajalska organizacija	SIEL BLEU – »Vodilno združenje na področju preventivnega zdravstvenega varstva« (Francija)
Kraj izvedbe	V prostorih institucij, kot so domovi za ostarele, lokalne bolnišnice, stanovanjske skupine ipd.
Izvajalec/mentor	Izkušen vaditelj za delo s starejšimi
Utemeljitev	Starejši, ki ne skrbijo dovolj zase in za svoje telo, hitreje postanejo odvisni od drugih. Starejši, ki se ne družijo z drugimi ljudmi, postajajo vse bolj osamljeni in nezadovoljni z življenjem.
Ciljna skupina	Starejši odrasli, ki bivajo v institucijah.
Cilji	Ohraniti neodvisnost starejših čim dlje z ohranitvijo in izboljšanjem telesnih zmogljivosti starejših; povišanjem kognitivnih sposobnosti in spomina; krepitvijo socialnih vezi; vzbujanjem veselja do gibanja.
Vsebina	Telovadba, ki ves čas poteka sede, je prilagojena sedečemu položaju in zmogljivostim posameznika. Vadba med seboj povezuje gibalno neovirane ljudi in tiste na invalidskih vozičkih. Kljub sedečemu položaju je mogoče aktivirati vse dele telesa, pri čemer se krčijo in raztezajo mišice. Vadba je prilagojena zmogljivostim skupine. Včasih tudi skupinske igre.
Trajanje/pogostnost	Najmanj enkrat tedensko po eno uro
Oblike/metode	Telovadba na stolu
Učenje o telesu/s telesom	Ohranjanje in izboljšanje telesnih zmogljivosti za lažje vsakodnevno gibanje.

Vir: (Gym sur ... 2011)

## **5 Razvoj identitete telesa in odnosa do telesa ter učenje o telesu in s telesom pri starejših članih učne skupine za preprečevanje padcev na Inštitutu Antona Trstenjaka v Ljubljani**

### **5.1 Izobraževanje za preprečevanje padcev pri starejših na Inštitutu Antona Trstenjaka v Ljubljani**

#### **O izvajalcu in ciljih programa**

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje je bil ustanovljen razmeroma zgodaj, leta 1992, osem let po tem, ko je v slovenskem prostoru nastala prva izobraževalna ustanova za starejše pri nas, Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje. Izobraževalni programi tega inštituta so namenjeni starejšim, pa tudi mlajšim, v želji, da se generacije med seboj spoznajo in si pomagajo. Izobraževanje starejših odraslih je namenjeno spoznavanju samih sebe (najpogosteje v obliki pogovora in predavanj) in izobraževanju prostovoljcev za družabništvo posameznim starim ljudem itd.

V začetku leta 2011 je Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje s pomočjo prostovoljcev prvič začel izvajanje tečaja za preprečevanje padcev v starosti. Splošni cilj programa je s povečanjem poznavanja problematike padcev zmanjšati njihovo število med starejšimi. Specifični cilji pa so:

- izobraziti in usposobiti širitelje za izvajanje tečajev preprečevanja padcev;
- izvesti tečaj z dvema voditeljema in z najmanj osem in največ dvajset starejšimi udeleženci;
- pridobiti podatke za podrobnejše poznavanje okoliščin, v katerih starejši ljudje padajo.

#### **O padcih v starosti**

Padci v starosti nad 65 let so povezani s številnimi dragimi postopki zdravljenja in rehabilitacije. Padci so pri starejših vzrok najpogostejših in najresnejših poškodb.

Zanimivo je, da je padcev največ tam, kjer se stari ljudje počutijo najbolj varne, to je doma (Voljč idr. 2011, str. 16-19).

Padci imajo zdravstvene, socialne in osebne posledice. Med zdravstvenimi posledicami so najpogostejše poškodbe in zlomi ter njihove komplikacije, operacije, izguba gibljivosti, izguba mišične mase in bolečine. Socialne posledice so zmanjšanje samostojnosti, zoženje življenjskega okolja, lahko celo socialna osamitev ali odhod v negovalno ustanovo. Osebne posledice so strah pred ponovnim padcem in z njim povezane duševne obremenitve, manjša samozavest, depresija in osamitev samega sebe. Padce v starosti je mogoče zmanjšati za polovico, če starejši človek zdravo živi in vzdržuje svojo gibalne zmožnosti (prav tam).

## O p r o g r a m u

Tečaj za preprečevanje padcev v starosti je namenjen starejšim odraslim. Učna skupina za preprečevanje padcev v starosti se sestaja enkrat tedensko na isti dan, ob isti uri in v istem prostoru. Program tečaja obsega osem srečanj po dve uri. Skupino sestavljata dve voditeljici in štiri do dvanajst članov. Pri tem je pomembno poudariti, da manjša skupina pomeni večjo kakovost dela in nenazadnje tudi večjo varnost, saj morata pri izvajanju vaj za ravnotežje voditeljici skrbno paziti na svoje udeležence, da ne bi padli.

Nekatere skupine nastanejo na novo, ponekod pa se tečaj izvaja v že obstoječih medgeneracijskih skupinah. Srečanja potekajo v različnih prostorih (v skupnih prostorih domov za ostarele, v prostorih Inštituta Antona Trstenjaka, na domu itd.), povsod po Sloveniji.

Voditelji tečaj vodijo po vnaprej pripravljenih navodilih in s pomočjo priročnika za širitelje z naslovom »Zmanjšajmo padce v starosti«. Udeleženci na prvem srečanju dobijo priročnik za člane skupine z naslovom »Preprečevanje padcev v starosti«, ki je razdeljen na osem modulov za osem srečanj, kjer obravnavajo naslednje teme: padci in starost (telovadne vaje za krepitev ravnotežja in preprečevanje padcev); pogostnost, načini in posledice padcev v starosti; varovanje pred padci v domačem okolju ter v bližnji okolici doma; zmanjševanje nevarnosti padcev v starosti (Voljč idr. 2011, str. 3).

## Opis poteka tečaja in metod

Oblika v kateri smo izvajali ta program je tečaj. Srečanja tečaja za preprečevanje padcev v starosti se začnejo z uvodnim pozdravom in kratkim uvodnim klepetom udeležencev. Nato sledi telovadba za izboljšanje ravnotežja, ki traja petnajst minut. Udeleženci telovadijo bodisi povsem samostojno bodisi s pomočjo stola, ki se ga oprimejo, da bi s tem preprečili morebiten padec med izvajanjem vaj. Telovadba se odvija v petih vajah za ravnotežje, ki se ponovijo desetkrat. Na drugem srečanju se naredi tudi test ravnotežja oz. test ugotavljanja nevarnosti, da bi padli. Test se izvaja pod nadzorom obeh voditeljev in posebej velja, da testa ni primerno izvajati doma, saj obstaja zelo velika možnost padca. Telovadba pa se ne izvaja samo na srečanjih. Voditeljici ves čas opominjata udeležence, da je pomembno telovadbo izvajati tudi doma in sicer vsak dan, najbolje zjutraj ali zvečer. Po končani telovadbi sledi izmenjava izkušenj vseh udeležencev na temo prejšnjega srečanja. Nato sledi kratek desetminutni odmor. Po odmoru se lotijo nove učne enote. Izmenično člani skupine skupaj z voditelji berejo priročnik in prebrano tudi kratko komentirajo. Po končanem branju nove učne enote se dogovorijo za naslednje srečanje. Udeleženci na vsakem srečanju dobijo tudi vprašanja v razmislek do naslednjega srečanja, saj pri naslednjem srečanju obravnavajo in si izmenjajo izkušnje. Seveda tako branje v skupini kot tudi domače naloge niso obvezni, priporočljivo pa je, da delo v skupini lažje steče. Cilj je, da učenje v skupini poteka sproščeno in da se udeleženci povežejo med seboj. Na koncu sledijo še sklepne besede, ko udeleženci lahko podajo tudi svoj sklepni odziv na srečanje, ki se ga upošteva na nadaljnjih srečanjih.

## 5.2 Predmet proučevanja in namen raziskave

Predmet našega raziskovanja sta razvoj in spreminjanje identitete telesa in odnosa do telesa ter učenje o telesu in s telesom, kot teče pri starejših članih učne skupine za preprečevanje padcev v okviru Inštituta Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje v Ljubljani. Predmet našega raziskovanja je tudi *učenje/izobraževanje o telesu in učenje s telesom, spreminjanje odnosa do telesa skozi življenje ter oblikovanje identitete telesa pod vplivom učenja in različnih drugih dejavnikov* (primarne družine itd.).



V tej raziskavi smo si postavili cilj ugotoviti:

- kako starejši odrasli danes doživljajo svoje telo, kako je doslej in kako zdaj poteka njihovo učenje o telesu in učenje s telesom;
- kakšne so potrebe starejših odraslih po izobraževanju na temo telesa;
- kakšne/katere izobraževalne programe bi starejši odrasli potrebovali na temo telesa.

Rezultati raziskave bodo služili izobraževalcem odraslih in izobraževalcem starejših odraslih, raziskovalcem poznejših let življenja, predvsem četrtega življenjskega obdobja, animatorjem življenja v domovih starejših, vodjem športnih dejavnosti, delovnim terapevtom, oskrbovalcem starejših na domu, negovalnemu osebju, zdravnikom, geriatrom in gerontologom, socialnim delavcem, svetovalcem starejšim in drugim, ki se srečujejo s starejšimi in njihovim telesom, predvsem pa starejšim samim.

### 5.3 Hipoteze in raziskovalna vprašanja

Pri raziskovanju so nas vodili hipoteze in raziskovalna vprašanja.

Oblikovali smo naslednje hipoteze:

- a) Primarna družina s svojo vzgojo postavi temelje identiteti telesa in odnosu posameznika do njegovega lastnega telesa in do teles drugih ljudi.
- b) Odnos do telesa se spreminja skozi življenje pod vplivom kulture in socialnega okolja.
- c) Ravnanje s telesom se ob izstopu iz primarne družine spremeni.
- d) Partner različno močno vpliva na predstavo, ki jo imamo o svojem telesu v posameznih življenjskih obdobjih.
- e) Ustvarjanje identitete telesa spremljajo čustva, denimo sram, strah, ponižnost.
- f) Starejše zanimajo predvsem vitalne funkcije telesa.
- g) Udeležba v formalnem ali neformalnem izobraževanju o telesu ni pogost pojav.
- h) Učenje o telesu je največkrat izkustveno.

Postavili smo si naslednja raziskovalna vprašanja:

1. Kako se kaže vpliv primarne družine na identiteto telesa in odnos posameznika do njegovega telesa?
2. Kateri dejavniki vplivajo na identiteto telesa in odnos do telesa skozi življenje in kako se ta vpliv kaže?
3. Kako starejši v poznejših letih življenja doživljajo svoje telo in kakšen pomen mu pripisujejo?
4. Kako je mogoče pridobiti znanje in spoznanja o telesu?

## 5.4 Metodologija

### 5.4.1 Opis raziskovalne metode

Raziskavo smo izvedli z uporabo *kvalitativne metode raziskovanja*. Pri raziskovanju smo si torej pomagali z besednimi opisi in pripovedmi naših intervjuvancev in ga analizirali na besedni način brez kakršnekoli uporabe merskih postopkov.

Raziskovanje je potekalo po *deduktivni* in *induktivni* raziskovalni metodi. Sprva smo uporabili deduktivno metodo, po kateri smo se lotili preučevanja pisnih virov (znanstvenih in strokovnih monografij, periodičnih publikacij, poljudnih člankov in spletnih strani itd.) v različnih jezikih, in sicer v slovenščini, angleščini, nemščini in ob pomoči prevajalnika Google tudi v drugih jezikih. Nato smo pripravili delno strukturirani vprašalnik, na katerem smo s sklopi vprašanj sledili svojim raziskovalnim vprašanjem, kasneje pa smo se usmerili v induktivno analizo podatkov in pridobivanje raziskovalnih hipotez, pri čemer moramo poudariti, da so bile slednje pred tem postavljene tudi deduktivno, s pomočjo preučevane literature.

Pri pridobivanju podatkov smo si pomagali s *polstrukturiranim (delno strukturiranim) intervjujem*, za katerega velja, da si raziskovalec poleg splošne sestave intervjuja, ciljev intervjuja vnaprej pripravi bistvena vprašanja. Ta so navadno odprtega tipa in jih postavi individualno vsakemu intervjuvancu, preostala podvprašanja pa raziskovalec oblikuje sproti, med potekom intervjuja (Vogrinc 2008, str. 109).

Pridobljeno empirično gradivo, pričevanja starejših odraslih, smo nato ustrezno uredili, analizirali in kodirali ter pridobljene rezultate interpretirali.

### 5.4.2 Vzorec raziskovanja

Vzorec raziskave smo oblikovali tako, da smo k sodelovanju povabili štiri udeležence *tečaja za preprečevanje padcev v starosti*, pet sogovornikov pa smo našli priložnostno, a so se bili pripravljene vključiti v tečaj za preprečevanje padcev. V raziskavi je sodelovalo

devet intervjuvancev, a se je en intervju izkazal kot neuporaben, in tako smo analizirali osem intervjujev.

*Starostni razpon* intervjuvancev je bil med 62 in 86 let, njihova povprečna starost pa je bila 74 let. Intervjuvali smo dva moška in šest žensk. *Stopnja izobrazbe intervjuvancev* je bila zelo različna. En intervjuvanec ima dokončano osnovnošolsko izobrazbo, dva srednješolsko izobrazbo, ena vprašanka ima nedokončano fakulteto, trije imajo univerzitetno izobrazbo, ena vprašanka pa ima doktorat znanosti. Zanimala nas je tudi *izobrazba staršev naših vprašancev*, ki je bila prav tako zelo pestra. Dva starša sta bila brez izobrazbe, trije so imeli osnovnošolsko izobrazbo, štirje srednješolsko izobrazbo, trije univerzitetno izobrazbo in eden doktorat znanosti.

Intervjuvanci so bili vsi upokojeni, njihov *zadnji poklic* pa je bil materialni kalkulant, šivilja, industrijska delavka, filmska pedagoginja, maksilofacialni kirurg, srednješolska profesorica, komercialistka in novinarka.

O *verskem prepričanju* intervjuvancev smo izvedeli, da je pet intervjuvancev katoliške vere, trije pa so versko neopredeljeni. Zanimal nas je tudi *zakonski stan* in izvedeli smo, da je bilo pet intervjuvancev poročenih enkrat, eden dvakrat, eden trikrat, eden pa je živel v dveh zunajzakonskih partnerskih razmerjih.

Sedem intervjuvancev izhaja iz Slovenije, ena intervjuvanka pa se je rodila v Bosni in se po 26. letu z možem preselila v Slovenijo. Štirje intervjuvanci so celo življenje živeli v mestu, eden je sprva živel v mestu in se kasneje preselil na podeželje, ena intervjuvanka pa ravno obratno, odšla s podeželja v mesto, dva intervjuvanca pa sta živela že od malega na podeželju.

#### 5.4.3 Zbiranje in urejanje empiričnega gradiva

Gradivo smo pridobili s pomočjo polstrukturiranih intervjujev, ki smo jih opravili individualno, na domovih intervjuvancev. Pred izvedbo intervjuja smo intervjuvancem povedali, da bodo intervjuji anonimni, kar pomeni, da bomo pri interpretaciji rezultatov uporabljali le kratice in da bomo podatke uporabili zgolj za namen raziskave.

Po opravljenih intervjujih, ki smo jih posneli na diktafon, smo napravili zapise intervjujev. Sledilo je urejanje zbranega gradiva, ki smo ga nato razčlenili in določili enote kodiranja. Pri kodiranju smo posamezne pojme združili v kategorije, nato pa smo jim določili še krovne pojme. Temu je sledilo le še ustrezno interpretiranje pridobljenih podatkov.

## 5.5 Izsledki raziskave in interpretacija

### 5.5.1 Vpliv primarne družine na identiteto telesa in odnos posameznika do njegovega telesa

Družina ima različne funkcije in je temeljna celica družbe. Ob pomoči družine, v kateri potekajo bistveni socializacijski procesi, se integriramo v družbo in družbeni red. Povedano velja tudi za integracijo v družbo na temelju telesa. Kako se s telesom integriramo v družbo, je odvisno od kulture družine in od interakcij med družinskimi člani, pa tudi od tistih interakcij in socializacijskih izkušenj na področju telesa, ki so med starši in otroki.

Če želimo razumeti, od kje izvirata odnos do telesa in individualna identiteta telesa, je ključno, da najprej ugotovimo, kakšen odnos do telesa je vladal v primarni družini. Člani primarne družine imajo namreč močan vpliv na oblikovanje individualne identitete telesa in na odnos do telesa. Njihov vpliv se vrši na različne načine, kot so:

- (1) pogovor o telesu;
- (2) komentiranje in opisovanje telesa;
- (3) telesno kaznovanje;
- (4) posredovanje stališč glede golote/razkrivanja telesa;
- (5) religiozne zapovedi in njihov vpliv na dožemanje telesa;
- (6) opozarjanje na to, kaj je telesu potrebno;
- (7) dajanje navodil za varovanje zdravja;
- (8) vplivanje na telo, lepšanje telesa, razvajanje telesa;
- (9) moč navade v povezavi s telesom;
- (10) gibanje in prehranjevanje.

Vseh načinov, ki smo jih izluščili iz intervjuja z vprašanimi, ne bomo predstavili, omejili se bomo na nekatere med njimi.

## Pogovor o telesu

Pogovor o telesu je pomemben dejavnik vzgoje o telesu, pri čemer se zdi pogosteje prisoten v družinah, ki živijo v mestu. Na splošno pa je bilo, vsaj nekoč, pogovora o telesu v družinah bolj malo ali nič.

*O telesu ni bilo doma nikoli nič govora. Vse je bilo nekako skrito. Moji mami tega ne zamerim, ker je bila revčka, ampak pogrešala sem, da ni nič razložila, niti verjetno ni znala na primeren način razložiti vsaj o menstruaciji. Tudi starejši sestri mi nista nič povedali o tem, in ko sem jo prvič dobila, je bila groza. Jaz sem mislila, da je to nekaj, zaradi česar umreš. Ženske smo se s tem same spopadale in po tej poti gre za živo nepoučenost. Tudi naši starši niso bili poučeni o tem in so se potem tako obnašali, da tudi nas niso poučili. V. G. (77)*

*Ne, zelo zanimivo, mislim, da se o telesu sploh nismo pogovarjali. Živela sem z materjo, babico in nekaj časa s stricem in v moji družini je bilo telo nedotakljiva tema. Tudi razmerje do telesa je bila nedotakljiva tema in o nekaterih predelih telesa se sploh ni govorilo. K. B. (62)*

*Leta 1929 se to ni delalo v družini. O telesu, o goloti in o tem nič. Takrat pogovor o telesu ni bil v modi. L. B. (82)*

Starši so se pogovora o telesu sramovali, bili so zadržani. O funkcijah telesa se je govorilo le posredno, v povezavi s prehranjevanjem ali zdravjem. Med otroki samimi je bil pogovor bolj sproščen, a danes se zdi, da je še precej bolj sproščen kot nekoč.

*O telesu smo se veliko pogovarjali zaradi tega, ker sem bila zelo astenično bitje, z nizko telesno težo, slabo ješča in sva se z mamo pogovarjali o tem, da bom zbolela, če ne bom jedla. Ješčnost je bila pri meni v otroštvu velik problem. P. Ž. (64)*

*Glede pogovora o telesu z mamo so bili takrat še drugi časi. Jaz sem šla s svojimi otroki veliko bolj v bistvo. Ona je pravzaprav tudi iz svoje izobrazbe ven malo po svoje razlagala, pa iz biologije, niso pa bili to taki pogovori kot z mojimi otroki, ki so mi znali povedati, kdaj so imeli prvi spolni odnos in tako naprej. Sicer sem tudi jaz mami povedala, ampak to je bilo že tako, post festum. Otroci imajo pa še bolj sproščeno s svojimi. To se sprošča. Ta tabu telesa se je, odkar jaz živim, izredno sprostil. Je skoraj izginil, ne. M. B. (86)*

## Komentiranje ali opisovanje telesa

Komentiranje ali opisovanje telesa ni bilo pogosto prisotno. Telesa se ni razlagalo, bili pa so ponekod prisotni objemi, poljubi ter dotiki. Čustva, ki jih starši ali drugi pomembni odrasli, ki prihajajo v družino, izražajo v odnosu do otrokovega telesa ali telesa mladega človeka, lahko zelo močno vplivajo na njegovo doživljanje lastnega telesa in na predstavo o lastnem telesu. Notranji in zunanji pogled na telo se lahko precej razlikujeta in pripombe staršev in drugih odraslih so lahko usodne.

*Noge imaš pa velike. M. Z. (73)*

*A zato imaš tako majhne oči kot prašiček. V. G. (77)*

*Vem, da mi je v nekem trenutku mama rekla, če se prav spominjam izraza: »Razvampaš« se lahko tudi kasneje. V tem izrazu sem zaznala njen odpor. Ta materina izjava je name vplivala tako, da sem nemudoma shujšala 20 kilogramov in postala tako suha, da sem komaj stala na nogah. K. B. (62)*

## Telesno kaznovanje

Telesna kazen kot odločilni dejavnik oblikovanja identitete telesa je bila po naših podatkih nekoč prisotna pravzaprav v vsaki družini, saj je na njej temeljila vzgoja. V nekaterih družinah je bila telesna kazen prisotna bolj poredko in manj intenzivno, in takrat se je zdela v očeh prejemnikov kazni tudi upravičena. Ti so jo doživljali kot samoumevno, pravično in upravičeno, zato lahko rečemo, da je tu kazen dosegla svoj namen. Spet v drugih družinah pa je bila telesna kazen pogostejša in takrat so jo kaznovani doživljali navadno kot

neupravičeno, krivično in dvolično. Kaznovanje je navadno spremljal občutek male vrednosti in ponižanosti.

*Kaznovali so me, ker so verjeli, da si telesno kazen zaslužim – »če te mi ne bomo topli, te bo pa življenje toplo« so govorili – in tudi sama sem verjela, da tako mora biti. Zato, ker sem sošolki izmaknila svinčnik s prelepo svetlečo kapico in ker je učiteljica poklicala mamó v šolo, so me fizično kaznovali, da sem priznala. K. B. (62)*

*Klofute so padale tja do mojega dvajsetega leta starosti. Ne morem reči, da pogosto, a vsakokrat sem doživela hudo ponižanje. Ves čas sem si želela, da ne bi telesno ničesar čutila in da bi lahko tolkli po meni, jaz pa bi jih gledala v oči. Čudno, da nazadnje mame nisem udarila nazaj. Verjetno je k temu pripomogla katoliška kultura, sredi katere sem bila vzgojena: matere in očetje so nedotakljivi. K. B. (62)*

*Zelo stresno. V glavnem smo imeli zelo strogo vzgojo. Palica oz. očetova roka je bila velikokrat prisotna pri kazni. Ob tem sem se počutila zelo malo vredna. Kot otrok si tega nisem znala razlagati in večkrat je bila prisotna tudi kazen, ki je nisem zaslužila. V. G. (77)*

## Posredovanje stališč glede golote/razkrivanja telesa

Golota je bila v večini primarnih družin naših intervjuvancev tabu, o njej se ni govorilo in se je tudi ni kazalo. Telo je bilo treba nenehno zakrivati, kar se je še posebej zrcalilo v načinu oblačenja. Če pa že ni bilo posebnega skrivanja in zakrivanja telesa, pa je občutiti vsaj sramežljivost, zadržanost in izogibanje pogovora na temo golote. Največji tabu je občutiti med starši in otroki, ta pa se je pogosto prenesel na otroke tako, da so se svojega golega telesa sramovali tudi otroci med seboj.

*O tem nismo v družini nikoli govorili, ker ni bilo odprtosti. Ni še bilo toliko sproščeno, da bi hodili goli. Že kot otroci smo zakrivali spolovila, tako da nismo hodili goli tako kot zdaj mlajši. M. Z. (73)*



*Ja, v tistem času je bilo tako, da ni bilo treba vsega pokazati. Tudi miselnost je bila, več skriješ, več pokažeš. Pomanjkljivosti je bilo treba skriti, tisto, kar je za izpostaviti, pa izpostaviti, ampak na en tak diskreten oz. okusen način. P. Ž. (64)*

*Golota sploh ni bila prisotna. Nikoli se ni nihče pogovarjal o njej. Takrat smo bili otroci zelo sramežljivi, ni bilo nobenega dekolteja ali minic ali kaj takega. Vse je bilo bolj zakrito. Stroga, stroga, stroga vzgoja. V. G. (77)*

*Svoje matere nikoli nisem videla gole. Mislim, da je imela odpor do »strateških delov« telesa. Spominjam se, da ko sem imela osemnajst let, smo gledali nek slovenski film in takrat prikazovanje golega telesa še ni bilo tako pogosto, kot je danes, in vem, da je mati pokazala odpor do golega prizora. Spominjam se tudi odpora svoje matere, ko sem si pri sedemnajstih skrojila bluzo, v kateri so bile prsi sicer pokrite, ampak so gledale ven in so bile izpostavljene, in vem da je bilo to takrat predmet razprave, da se na ta način ne spodobi oblačiti. Temu odporu sem se uprla, ker so me materini prijatelji pri tem podprli, in to je bil takrat pravzaprav moj edini eksces v oblačenju. K. B. (62)*

Sram pred goloto, ki izhaja iz primarne družine, se včasih ohrani tudi v odraslosti, četudi ni neizogibno. Naslednjih generacij navadno starši ne obremenjujejo več z razmišljanjem, da je golota grešna ali slaba, odločujoča pri tem pa je izobraženost staršev.

Opozarjanje na to, kaj je telesu potrebno in dajanje navodil glede nevarnosti ter varovanje zdravja

*EksPLICITNA vzgoja o telesu* nekoč v družinah ni bila prisotna. O telesu se ni vzgajalo, četudi je bilo prisotno opozarjanje v zvezi s telesom, in sicer denimo opozarjanje pred debelostjo, opozarjanje v zvezi z načinom hranjenja, pitjem alkohola, boleznijo, nevarnostjo telesnih okvar.

*Ne jej tega, se boš zredil, da skozi vrata ne boš mogel. J. P. (67)*

*Jej počasi in prežvekuj. L. B. (82)*

*Ne jej pešk od češenj. K. B. (62)*

*Mleko za otroke, vino za možake. M. Z. (73)*

*Vedno nosi tople hlačke in nogavice. M. B. (86)*

*Ne sedi na mrzlem. V. G. (77)*

*Obleci se, kadar si moker. V. G. (77)*

*Ne beri preblizu, da si ne pokvariš oči. K. B. (62)*

Pojavljali pa so se tudi razni drugi miti kot na primer:

*Prepih in padavine škodijo telesu. K. B. (62)*

Tudi na varovanje zdravja so že nekoč veliko dali. To se opazi pri usmerjanju družinskih članov v zdrav način življenja, in sicer z uporabo domačih zelišč, s pozornostjo pri prehrani, z opozarjanjem na telesno higieno in izogibanje vdihavanju slabega zraka ipd. Ponekod je veljalo tudi to, da če hodiš po sveže zapadlem snegu, se znebiš revme.

Vplivanje na telo – lepšanje telesa, lepotna kirurgija

Nekatere družine poleg vplivanja na telo z varovanjem zdravja verjamejo tudi v moč vplivanja na telo z lepšanjem telesa, tj. s kozmetiko, barvanjem las, lakiranjem nohtov ipd. V nekaterih družinah pa tega ni mogoče zaslediti. Vse je odvisno od družinske kulture. V času otroštva in mladosti vprašanih še ni bilo porabniške družbe in takega pritiska medijev kot danes, zato ljudje niso imeli niti priložnosti niti potrebe po nenehnem spreminjanju svojega telesa. Takrat niso razmišljali o vplivanju na telo tako intenzivno in v takem obsegu, kot to počnemo danes.

*Jaz mislim, da se tistemu, ki veliko telovadi in misli na telo ter ga razmigava, telo lepše oblikuje, kot tistemu, ki se samo baše s hrano in miruje. Toda ostali člani družine v to niso verjeli, sploh starši. V naši družini sem bila po razmišljanju čisto*

*nekaj posebnega in še vedno sem. [...] Pomembno je, da psihično skrbiš zase in tudi fizična skrb za telo, ampak ne z delom. Da telovadiš in utrjuješ telo na druge načine, ne z delom. To je zelo pomembno. V. G. (77)*

Iz povedanega sledi, da je vzgoja o telesu kot jasen k eksplicitnim ciljem umerjen proces v družini le bila prisotna, vendar na bolj posreden način in v manjšem obsegu kot danes, ko so pogovori o telesu v družinah večinoma bolj odprti in neposredni.

Kasneje, z razvojem potrošniške družbe, se kot drastična oblika lepšanja telesa pojavi še lepotna kirurgija. Starejši večinoma ne odobravajo tovrstnih posegov v telo brez tehtnega zdravstvenega razloga. To seveda še ne pomeni, da starejši v mladosti niso pomislili na lepotno kirurgijo iz estetskih razlogov, a svojih namenov najpogosteje niso uresničili.

*Ja, sem razmišljala, da bi si šla operirat nos. To sem pa res razmišljala. Samo potem si ga nisem šla operirat. Ah, sem rekla: »Zdaj sem pa že toliko stara, da je čisto brezveze.« Pa prste na nogah sem si tudi želela operirat, ko sem bila stara okrog šestnajst let. Hotela sem, da bi moje noge zgledale drugače, saj sem mislila, da imam grde prste in da jih ne sme nihče gledat. Starši pa so bili zelo proti. M. Č. (78)*

*Ja. Mislim, da se mi je tam okrog štiridesetega zdelo, da imam takšen poklic, da toliko pravzaprav nastopam v javnosti, da moram poskrbeti za svoj videz. Ampak mislim, da je bil to eden izmed poskusov, da se zadržim v prejšnjem življenjskem obdobju in da je bila to tudi na nek način obramba pred prihajajočim življenjskim obdobjem, ki ga še nisem poznala, nisem izkusila. Moja mati je veliko dala na videz, pa se je meni zdelo, da moram jaz tudi. K. B. (62)*

Iz slednjega lahko sklepamo, da odločitev za estetsko kirurgijo in kirurške posege ni bila nekaj, kar so starši odobraval, pa tudi današnji starejši ne preveč. V primarni družini se je o telesu govorilo manj kot danes, manj se ga je komentiralo, tako da tudi ljudje niso čutili potrebe po spreminjanju svojega telesa. Menimo, da so ga prav zaradi tega hitreje sprejeli takega, kot je, in se z njim identificirali, dokler niso trčili ob družbena pričakovanja glede zunanjega videza, ki so se z razvojem vse bolj večala in poglobljala človekovo nezadovoljstvo s telesno podobo.

Vzorci ravnanja s telesom iz primarne družine se pogosto prenesejo tudi v odraslost in starost, ni pa to pravilo.

*Mama je zmeraj hodila k zeliščarki, kadar je bil kdo bolan. Jaz zdaj tudi. L. B. (82)*

*Pri nas smo veliko hodili v hribe. Tega nisem marala, vseeno pa še danes veliko hodim, samo po ravnem. M. B. (86)*

*Pri nas smo zdravo jedli. Veliko mlečnih izdelkov. Vidim, da svoje otroke s tem naravnost posiljujem. M. Č. (78)*

Seveda pa ni nujno, da se vse navade prenesejo, saj na njih vplivajo še drugi dejavniki. Denimo strah pred gibanjem.

#### Moč navade v povezavi s telesom

Ugotavljamo, da se navade glede telesa iz primarne družine le redko obdržijo tudi v odraslosti, vsaj ne v taki obliki ali obsegu, kot so bile zastopane v primarni družini. Do sprememb navad prihaja zaradi pojava različnih novih socialnih vlog (zaposlitev, partnerstvo, starševstvo, družina itd.), zaradi telesnih sprememb oz. bolezni, zaradi spremembe načina življenja, vpliva medijev, spremenjene motivacije za ukvarjanje s telesom, spremembe okolja, spremenjenih okoliščin, zaradi večjih finančnih zmožnosti, spremembe ali uvedbe novih prostočasnih dejavnosti, družbenih sprememb (vojna, splošno pomanjkanje), novega vira znanja in informacij (večja dostopnost knjig, revij, pojava televizije, interneta, izobraževanja itd.) ter spodbude drugih ljudi k spremembi.

*V moji družini smo vsako nedeljo šli, tako za zdravje, na Rožnik. Jaz ne grem nikamor več, ker vse nedelje delam, sem nasploh preobremenjena in mi zmanjkuje časa. M. B. (86)*

*Ni nobenih sprememb. Zelo zgodaj smo začeli skrbeti za telo, da ga vzdržuješ, da ne pride do kakšne bolezni, da se ne poškoduješ in da ne pride do kakšne invalidnosti ali deformiranosti. P. Ž. (64)*

## Gibanje in prehranjevanje

Ena izmed pomembnih navad, ki jo bodisi ohranimo iz primarne družine bodisi razvijemo kasneje, je redno gibanje: hoja, telovadba, kolesarjenje, plavanje, smučanje, drsanje, rokomet, nogomet, balet. Želja po gibanju ni izpolnjena zaradi poškodb ali prirojenih napak, zlasti nog, ali strahu, ki ga starši izražajo do gibanja otrok, ki so doživeli poškodbe. V nekaterih družinah je bilo gibanje prepovedano ali vsaj nezaželeno.

*V moji prvotni družini so recimo vsi smučali, jaz pa nisem smela, ker so mi kot otroku operirali noge, saj so bile krive. Takrat so ortopedi rekli, nobenega sankanja, drsanja, smučanja, nič takega početi in jaz sem bila športno neaktivna zaradi tega, ker mi starši niso dovolili, saj so se bali, da bi bilo kaj narobe z nogami. L. B. (82)*

*Že v mladosti sem rada telovadila, ampak starši niso pustili. Ko je bilo konec šole, smo se hoteli žogat, ampak kadar sem jaz to kaj podaljšala, je bila takoj kazen. V. G. (77)*

V teh dveh primerih se še posebej dobro vidi, kako lahko primarna družina, v tem primeru starši, zavirajo telesni razvoj oz. otrokom ne privzgamajo za normalno življenje izredno pomembne vrednote, to je gibanje telesa.

Želja po gibanju, kadar je že bila zadovoljena v otroštvu, ostane tudi v odraslosti in tudi v poznejših letih življenja. Pri tem nekateri ohranijo prejšnjo obliko gibanja (hoja, tek, nogomet, rokomet), drugi pa jo iz različnih razlogov nadomestijo z novo (tenis, joga). Pri tem je treba omeniti, da se nekateri gibljejo iz veselja do gibanja in iz navade iz otroštva, medtem ko se drugi gibljejo zaradi boljšega počutja, izboljšanja postave ter zavedanja, da je telo treba vzdrževati, če želimo, da normalno in čim dlje služi oz. opravlja svojo funkcijo.

Kadar je gibanje oteženo, si tisti, ki so gibanja vajeni, poiščejo novo, ustrežnejšo obliko. Nekateri celo premagajo strahove, ki so jim jih glede gibanja vcepili starši. Svojo željo po gibanju navadno uspešno/neuspešno prenesejo na partnerje.

*V mladosti sem se gibala zaradi veselja, danes pa zaradi potrebe. Jaz sem že od nekdaj veliko hodila in veliko tekla, in ko sem se preselila k svojemu tretjemu možu, sem te navade hotela obdržati tudi tukaj. No, in sem njega nagovarjala in sva šla. Ene dve, tri leta je hodil, potem pa je rekel: »Veš kaj, ti preveč hitro hodiš, škoda je čevljev ...« in gibanje opustil. V. G. (77)*

Poleg gibanja nas zanimajo tudi prehranjevalne navade. Prehranjevanje je bilo nekoč sicer manj pestro, a dosti bolj zdravo. Najmanj pestro hrano so jedli na podeželju, večinoma tisto, ki so jo pridelali sami. V mestu pa so ljudje jedli bolj raznoliko, saj je bila pestrost ponudbe in dostopnost raznolikih živil večja. Vendar pa to ne velja za vse ljudi v mestu, temveč bolj za premožnejše družine. Kar zadeva prehrano, je bilo nekoč meso redkeje na jedilniku, ponavadi enkrat tedensko, in sicer ob nedeljah. Seveda so si nekateri meso privoščili tudi večkrat, zagotovo pa se mesa ni jedlo toliko kot danes. Veliko se je jedlo avtohtonega sadja in zelenjave, eksotičnih sadežev takrat skorajda niso poznali. Tudi navade obedovanja so bile nekoč drugačne, po našem mnenju veliko bolj urejene, saj so ljudje pogosto jedli skupaj kot družina in jim je to predstavljalo nekakšen skupen obred. Na prehranjevanje v družini je nekoč in danes vplivala tudi izobrazba in poklic staršev.

*Mama je bila lekarnarica in zato smo morali jesti vse sorte stvari. To so ribezov sok, črn ribez, potem en poseben malinovec, ki ga delajo samo v lekarni. [...] In tudi zelo se je pazilo, da se raznoliko je, da je na jedilniku veliko zelenjave, veliko sadja. Mama je tudi iz svoje stroke malo pazila na to. M. B. (86)*

### 5.5.2 Dejavniki oblikovanja identitete telesa in odnosa do telesa skozi življenje

Telo je najzaznavnejši, najočitnejši, najvidnejši in najrazpoznavnejši znak sleherne identitete. Biološka telesna identiteta je vsakomur dana ob rojstvu, je temeljna in izhodiščna identiteta za mnoge druge (Južnič 1993, str. 17). S telesom se vključujemo v družbo. Identiteta telesa je *individualna* in je *socialna* (izkazuje pripadnost skupini) ter se oblikuje pod vplivom različnih dejavnikov.

Eden ključnih dejavnikov, ki vpliva na identiteto telesa in odnos do telesa ter dojemanje lastnega telesa in telesa drugih, je, nedvomno, kot smo videli, *primarna družina*. V naši

raziskavi pa se je izkazalo, da na telo, na dožemanje telesa skozi življenje, pa tudi na učenje s telesom in o telesu skozi življenje vplivajo še:

- (1) partner/partnerji;
- (2) spolnost;
- (3) stopnja in smer izobrazbe;
- (4) družba in kultura; religija, pripadnost generaciji;
- (5) sovrstniki;
- (6) čustva;
- (7) odraščanje;
- (8) staranje.

V nadaljevanju bomo predstavili zgolj tiste dejavnike, ki so se v naši raziskavi najbolj jasno tematizirali skozi izjave večine vprašancev. Zanimivo je, da je spolnost nedvomno pomemben dejavnik, ki vpliva na telo, vendar o spolnosti nismo mogli zbrati dovolj relevantnih izjav, ki bi omogočile validno posploševanje.

#### Vpliv partnerja/partnerjev

Individualna identiteta telesa je »vsota« dveh različnih pogledov, zunanega, ki prihaja od drugih, in notranjega, ki ga imamo sami nase. Gre torej za dva pogleda, ki sta različna, včasih si tudi nasprotujeta, vsekakor pa sta prepletena. Človek primerja zunanji in notranji pogled nase in na svoje telo, o tem razmišlja. Da bi lahko živel v družbi, mora izmeriti svoj položaj v odnosu do drugih, zato je odvisen od načinov, kako ti drugi vplivajo nanj.

Pogled ali ravnanje partnerja ali partnerice ne oblikuje le našega pogled na lastno telo, ob tem budi tudi čustva, denimo čustvo sramu, nelagodnosti, neprizadetosti, pa tudi druga, npr. ponos.

*Včasih partnerju hočem kar malo očitati, da me ni nič kaj opazil. Jaz mu rečem: »Sploh nisi bil zaljubljen vame, ker nič nisi videl, kako zgledam.« M. Č. (78)*

*Jaz sem bila precej občudovana in me je prav motilo, da je možu toliko pomenilo, da imam lepo telo. Tako da je moj mož, zlasti drugi mož, ki je bil umetnik, hodil kukat, ko sem se jaz zjutraj tuširala. Rekel je: »Gledam te.« Jaz pa sem rekla: »Jaz pa imam rada intimnost ob tem opravilu, ko sem sama s seboj. Glih skoz me pa ne moreš gledat.« Mi je šlo na živce, en čas mi je res šlo na živce. Joj, moj bog, ne morem biti niti pet minut sama. P. Ž. (64)*

*Jaz sem sram izgubil že, ko sem bil v rudarskem poklicu. Ni me bilo sram biti gol, ampak žena pa me ni sprejemala, ker je bila iz družine, kjer je bila golota nekaj grdega. Imela je polno tabujev in jih ima še vedno. Sramovala se je telesa. M. Z. (73)*

*Nedvomno sta na mojo predstavo o lastnem telesu najbolj vplivala dva najpomembnejša partnerja. Prvemu itak nisem verjela, ker je bilo vse, kar je bilo na meni, krasno, to pa ni ustrezalo moji notranji realnosti. Lasje so bili svileni, koža je bila mehka ... Drugi partner, s katerim sva še vedno skupaj, pa mislim, da ima pravzaprav na neki način nasilen odnos do mene. Hmm, ima neko predstavo, psihično predstavo o meni in tej sem se dolgo prilagajala. In tudi telesno, da ne bi imela kakšnega grama več, da ne bi bila slučajno bolna. K. B. (62)*

Kako partner/ica vpliva na naše dožemanje lastnega telesa in seveda tudi telesa drugih, je odvisno od našega predhodnega referenčnega okvirja, ki se zgradi pod vplivom primarne družine in pomembnih odraslih, pa tudi sovrstnikov itd. Če se nekdo ne vidi kot pomembno, edinstveno bitje, z edinstvenim telesom, težko brez zadržkov sprejme pogled partnerja, pa naj bo ta pogled še tako spodbuden.

*Pa vendar, prvemu svojemu pomembnemu partnerju nisem verjela. To, kar mi je pripovedoval, se mi je zdelo, da pripoveduje vsem enako. Drugi partner pa ni želel pripovedovati pravzaprav vse do nedavno, sem se pa prepoznala v njegovem pogledu. K. B. (62)*

Vpliva partnerja/ice na naše telo obstoja, pa če to priznamo ali ne. Če je vpliv, denimo, za nas boleč, se zgodi, da ga skušamo zanikati in morda tedaj tudi res verjamemo, da partner/ica na nas ne vpliva, da ne oblikuje identitete našega telesa. Nekdo, ki grobo ali



poniževalno ravna z našim telesom in ga zgolj uporablja, prav tako kot drugi prispeva pogled od zunaj in ko se ta združi z našim notranjim, se oblikuje identiteta telesa.

*Jaz sem imela take partnerje, da sta bila v glavnem prisotna alkohol in brutalnost. [...] Partnerji niso nič vplivali, kar se tiče odnosa do mojega telesa. V zvezi s tem mi niso posvečali nobene pozornosti. Ne spomnim se, da bi. V. G. (77)*

*Ja, ko sem začela odraščat in ko sem začela pravzaprav že zelo zgodaj prostorsko samostojno živeti, potem so ti moji partnerji, tisti, ki so bili pomembni v mojem življenju, oblikovali moj pogled name. Mislim, da sem se začela sprejemati, kar je pomembno. [...] Mislim, da me je pogled partnerjev na neki način spodbudil. In spoznala sem, da je telo lahko izvor doživljanja, telo je izvor čustev, telo lahko marsikaj vzbuja pri drugem človeku, v bližnjih odnosih. Mislim, da pogled bližnjega človeka in dotik bližnjega človeka spremeni pogled na naše telo, vsaj v mojem primeru ga je. K. B. (62)*

Tako kot vsi drugi dejavniki nas tudi partner pomembno oblikuje v različnih interakcijah, denimo s pogovorom, komentarji, kretnjo, izrazom obraza itd.

## Vpliv družbe in kulture ter generacije na identiteto telesa in odnos do telesa

Identiteto opisuje tudi Castells (1997, str. 6–7), in sicer kot človekov vir izkušenj in proces gradnje pomena na temelju kulturnih vrednot. Kultura in družba sta s svojimi normami, vrednotami in pričakovanji pomembna dejavnika, ki vplivata na to, kako dojemamo telo, pa tudi na ravnanje s telesom in na spoznavanje telesa. Kultura in družba se spreminjata, z njima pa se spreminjata tudi naša identiteta telesa in naš odnos do telesa, saj se človek kot družbeno bitje prilagaja družbenim vrednotam in normam. To je seveda dolg proces socializacije.

Sleherna generacija je pod vplivom družbenih, zgodovinskih, tehnoloških, političnih in drugih dogodkov. Nekje na sredi med zunanjimi okoliščinami ter osebnim doživljanjem (pojmovanje, čustva) se lahko oblikujejo skupne značilnosti generacije tudi na področju telesa. Značilnost generacij starejših je, da je za njih svet dihotom. Deli se na tisto, kar je

bilo nekoč, in tisto, kar je danes. Tako tudi v pogledu vpliva družbe in kulture na telo. Del kulture je seveda tudi znanje in so tudi religiozne zapovedi npr. glede doživljanja golote, oblačenja.

*Telo je nekoč predstavljalo tabu in zato je bilo veliko hinavščine okrog telesa. Veliko hudega so storili nezakonskim materam. Nikoli ni bil on kriv, vedno je bila kriva ona. M. B. (86)*

*Ta krog intelektualcev, mislim, da ni imel tega tabuja [telesa, dodala N. C.]. [...] So imeli eno dostojanstvo, eno spoštovanje vsega. Nikoli niso rekli: »Ta je pa tri fante zamenjala.«, ali pa recimo »Ta je pa homoseksualec.« M. B. (86)*

*Ja, takrat je bilo precej sramu. To je izhajalo iz verske vzgoje. Že takrat so bile obleke tiste, ki so pokrivalo grešne dele telesa. Dobro bi bilo, da bi bilo danes malo več diskretnosti, preveč pa ne. Prav je, da obstaja neka skrivnost, da telo ni preveč razkrito. M. Z. (73)*

*Zdaj je veliko bolj svobodno glede telesa. Včasih smo bili vsi bolj zadržani. M. Č. (78)*

Tudi odnos do zdravja in telesnih dejavnosti, ki naj zdravje podprejo, se zdijo danes drugačni kot nekoč. Starejši, ki imajo lepe spomine na nekdanje telesne dejavnosti, imajo težnjo njihovo vrednost povečati, današnje dejavnosti pa navadno vidijo kot manj vredne.

*Kar se tiče zdravja telesa, je bil pa vedno poudarek na telesni kulturi. Mogoče takrat še bolj racionalno kot zdaj, en bolj naraven način in pristop. Ni bilo teh nasilnih telesnih vaj, kot je npr. ta aerobika pa to, ko je vse prisilno, malce nenaravno, ker si skozi notr, namest da bi bil zunaj pa telovadu. J. P. (67)*

*Otroci smo fuzbal brcal, pa po dvorišču smo se podil, pa po drevesih plezal, pa kozolce delal pa take stvari. Zdaj tega ni več. Tega sedaj ne vidiš, ker imajo vsi doma računalnike. Vsi doma čepijo, pa tja noter buljo. J. P. (67)*

Glede današnjega odnosa do telesa generacije starejših pravijo, da je telo zlorabljeno in uporabljeno. Čutijo, da je telo nerazdružljivo z dušo, da je bistvo človeka in da ni prav, da je človek podrejen imperativom trga. Prav tako čutijo, da so bile primerne vloge telesa včasih lahko – ali pa tudi ne – drugačne od današnjih.

*Ja, mislim, da je danes telo, zlasti žensko, zelo zlorabljeno v raznorazne propagandne namene. Mislim, da ta družba ni naklonjena človeku, pa tudi telesu ne. Vse je uporabno, vse je postalo blago. Tako se mi zdi, da to ni pravi odnos. Včasih je bil boljši odnos do telesa kot danes. P. Ž. (64)*

*Danes, pravijo, da je telo svobodnejše, da je v zvezi telesom veliko individualizma. Pa je res? Ko gledam mlada dekleta, kako se oblačijo, kako razkrivajo včasih kar vse dele telesa, ki jih moda proglašča za erotične, si mislim, da so dekleta, da smo vsi žrtve porabniške mentalitete. K. B. (62)*

*Ja, verjetno kar precej velike razlike. Recimo telo je včasih predstavljalo sredstvo za delo, da si bil močan pa fizično sposoben, kljub temu da hrana ni bila tako izbrana, da bi to dosegel, ampak v glavnem za delo. V. G. (77)*

*Jaz mislim, da je bilo tudi nekoč telo marsikdaj podrejeno. Se spominjam prikazov lepih pretelovadenih teles mladeničev. Atleti so ponesli štafeto maršalu. Živeli smo sredi socializma v duhu kolektivizma. Tudi telo, način oblačenja, se mi zdi, da sta bila podrejena temu kolektivizmu. K. B. (62)*

Starejši v svojih pripovedih o telesu v družbenem in kulturnem prostoru pogosto načenjajo vprašanje svobode telesa, torej izbire. Nemalokrat je v njihovih očeh svoboda pravzaprav gibanje v naravi, telesne dejavnosti sredi ali v bližini narave, na prostem in brez večjih pomagal. Še več, zdi se jim, da so za svobodo potrebne tudi meje, te pa danes niso jasne. Le kadar so meje jasne, se človek s svojim telesom lahko socializira kot »urejeno družbeno bitje«. Tudi današnji svet ima meje, vprašanje je le, če so te meje v pomoč posamezniku ali pa ga silijo v stanje uporabljenosti ali celo zlorabljenosti, značilno za porabniško družbo.

## Religiozne zapovedi kot dejavnik oblikovanja identitete telesa

Pod vplivom krščanstva prihaja do zanikanja telesnosti in do tega, da se ljudje sramujejo telesnosti. Nemalokrat se telo enači z grehom, včasih tudi z zlom. Vsekakor pa krščanstvo in katoliška cerkev narekujeta zadržanost in asketizem glede telesa. Krščanski etos si je celo prizadeval zatreti človeško telo, krotiti njegovo seksualno plat in podrediti telo višjim duhovnim ciljem. Do telesa je gojil prezir.

Krščanstvo in katoliška vera prevladujeta v slovenskem kulturnem okolju. Pod tem vplivom smo seveda do neke mere vsi, tudi tisti, ki nimamo vere.

Vpliv religije in religioznih dogem so današnji starejši čutili predvsem v času odraščanja. Njihovo telo in dušo so nemalokrat zaklenile v »ječo«. Telo ni smelo biti razgaljeno, moralo je biti pokrito, še zlasti, kadar se je šlo v cerkev.

*V cerkev ni bilo moč vstopiti, ne da bi imela starejša ženska na glavi ruto, moški pa so morali na vhodu v cerkev sneti klobuk. V. G. (77)*

Telo je moralo ostati skrivnostno, v ozadju, pomembna je bila duhovna plat telesa. Temu je sledila do neke mere tudi moda, in to je narekoval tudi položaj ženske v družbi, ki je pripadala zgolj možu. Tudi to je narekovala religija.

*Ženska lepota je bila nekoč bolj cenjena kot danes, ženske so bile bolj zakrite, kot so danes, in bolj zadržane v obnašanju. M. Z. (73)*

*Telo ni smelo biti vir užitka, bilo je prepovedano in grešni sadež, prav tako spolnost. P. Ž. (64)*

*Ta moja vera me je zelo omejevala. Še ko sem se poročila in sem morala povedati, da z možem pričakujeva otroka, sem globo zardela. Telo je bilo prepovedano, namenjeno je bilo le reprodukciji. To je bilo dovoljeno, a uživanja ni smelo biti. V. G. (77)*

Telesa se ni smelo spoznavati, da bi ostalo čim manj pomembno. Nekateri so se tem normam upirali, saj jih je gnala vedoželjnost, še zmeraj pa so se zavedali prepovedi.

*»Kaj jaz vem, kaj je tam spodaj«, sem slišala reči svojo mater in takrat sem razumela, da je telo nekaj, s čimer se ne sme ukvarjati. V. G. (77)*

*Jaz sem bila zelo radovedna in sem brala knjige. [...] Ko sem pa začela dozorevati, se spominjam, da sem z zrcalom opazovala svoja spolovila, ker so me prav zanimala, kako izgledajo. Tako da za mene je značilno to, da sem radovedna. M. B. (86)*

Religiozna prepričanja so v povezavi s telesom budila tudi mnoga čustva; občutje nelagodja, sramu, krivde, še posebno v času odraščanja, ko se je oglasila nagnjenost do nasprotnega spola.

*Bila sem prepričana, da ni prav, da sanjam o telesu fantov, ki so telovadili tam čez cesto na gimnazijskem vrtu. M. Č. (78)*

Religiozna prepričanja imajo vlogo nadzora nad telesom, omejujejo svobodo telesa in s tem tudi duše.

Odraščanje kot dejavnik oblikovanja identite telesa in odnosa do telesa

V času odraščanja se nenehno sprašujemo o tem, kakšno je naše telo in kakšni smo v očeh drugih. Sprašujemo se, ali naše telo ustreza pričakovanjem. Starejše je v mladosti presenetilo, da se je njihovo telo v puberteti začelo drugače oblikovati.

*Zelo, zelo sem bila razočarana, ko so mi začele rasti prsi. Nihče mi ni povedal, da je to naravni pojav, da pač punca mora imeti prsi. Ampak to se mi je zdelo tako nekaj čudnega. Ali pa menstruacija ravno tako, nihče ni nič razlagal o tem. To je bilo čisto prepuščeno puncam, pač kolikor se je katera znašla. Nismo se pa tudi smele družiti z drugimi puncami, da bi si medsebojno razlagale ta pojav. Bila sem*

*zelo sramežljiva in to me še zmeraj precej spremlja. Tudi zardela sem za vsako figo. To je bilo tudi nekaj prisotnega, kar me je zelo motilo. V. G. (77)*

*Začela boš krvaveti »spodaj«, mi je dejala stara mama, kot smo rekli takrat. Jaz pa sem zbežala od nje, tako me je bilo sram. L. B. (82)*

V času odraščanja telo tudi uporabljamo, da se z njim umestimo v družbeno strukturo. S telesom želimo povedati kdo smo, želimo se potrditi tudi v očeh drugega spola, zato si želimo biti čim bolj podobni drugim, tudi telesno. Ob tem doživljamo tudi številna čustva: nelagodje, sram, ipd.

*Od začetka me je motilo, da sem najmanj razvita v razredu in da nisem imela prsi. Moja sošolka me je prijela in me dala v naročje, pa me je tako cupkala in tiste njene prsi so se mi tlele usedle. Jaz sem ji zavidala prsi. Svojega telesa se nisem sramovala, imela sem pa neki majčken kompleks, da sem tako grintavo bitje. P. Ž. (64)*

*Čustva, ki si jih gojil do nasprotnega spola, so bila zmeraj nekaj posebnega. Fantje smo se med seboj ogledovali, kakšen je kdo. Kasneje, ko je bila tista radovednost mimo, pa se to ni več kazalo. V puberteti smo se pa med sabo primerjali, češ »jaz imam mišice«, »ti imaš lepe lase«, »kdo dlje kamen vrže«, »kdo dlje skoči«, pa vse tako. M. Z. (73)*

*Zelo sem bila sramežljiva. Ja res, tako da če zdaj pomislim nazaj, kako sem bila neumna, da me je bilo sram, da se sploh nisem upala pokazati niti mami, nikomur. M. Č. (78)*

*Predvsem se mi zdi, da sem posnemala svoje vrstnike. Mislim, da svojega telesa nisem sprejemala. Spominjam se, da sem imela dolge lase in da sem si neprestano z njimi zakrivala obraz, ker sem mislila, da sem socialno neadekvatna, neustrezna po videzu. Morda sem bila vesela le svojega izjemno ozkega pasu in rok. K. B. (62)*

Telo kasneje skozi življenje navadno budi precej manj čustev, se pač prilagodimo temu, kakršno je. Izjema so le tisti, ki so svoje telo že v mladosti doživljali travmatično.

*Imela sem dijaka, ki je imel poškodovano nogo. Ena noga je bila bolj suha kot druga. Nedavno sem ga srečala in še zmeraj je prepričan, da vsi strmimo v njegovo nogo. P. Ž. (64)*

*Meni je ostala v mojem telesu sramota. Bila sem zelo sramežljiva in to me še vedno precej spremlja. [...] Jaz sem zardela za vsako figo in sem iskala pri drugih, da bi mi kdo pomagal, kako se tega rešit, pa nisem našla rešitve. Še dandanes včasih zardim. V. G. (77)*

V času odraščanja imajo poleg vrstnikov pomemben vpliv na oblikovanje identitete telesa starši. Pomemben je njihov pogled (še posebno, če starši ne spustijo mladega človeka na pot individuacije) in pomemben je pogled drugih pomembnih odraslih. Starši lahko v času odraščanja mladega človeka poskušajo zadržati zase in v vlogi otroka, tako da ga naredijo manjvrednega, a hkrati dobi mlad človek tudi kakšno dopustitev. Starši tedaj zadržijo zase vlogo tistega, ki ve in sodi.

*Res nisi lepa, le kdo te bo maral. Znaš pa razmišljati. M. Č. (78)*

*No, jaz se recimo spominjam, da nikoli nisem imela odpora do svojih rok, ker sem imela pač zelo lepe roke, roke pianista so govorili drugi. »Ti bi pa lahko igrala klavir« so mi govorili. Kot da le roke naredijo pianista. To je tudi edino, kar je moja mati mojemu očetu priznala [bila sta ločena, opomba N. C.], češ da imam zelo lepe roke, potem je pa takoj dodala: »Čisto požensčene.« Tako da recimo jaz sem dobila dovoljenje, da svoje roke sprejem in sem jih verjetno z lahkoto sprejela, ker sem vedela, da je z rokami vse v redu. Pa mogoče sem smela biti zadovoljna še s katerim drugim delom telesa, ki sem ga recimo temu tako podedovala po materi. Drugače pa ne. Drugače pa se nikoli nisem sprejemala. K. B. (62)*

Najrazličnejše interakcije tečejo v družini in v socialnem okolju v času odraščanja. V njih mlad človek išče odgovor na svoja vprašanja, z njimi miri dvom o sebi in o svojem telesu.

## Staranje kot vseživljenjski proces in dejavnik oblikovanja in spreminjanja identitete telesa

Poleg vseh zgoraj omenjenih dejavnikov, ki vplivajo na identiteto telesa in odnos do telesa, pa tudi ravnanje s telesom, pa ne smemo pozabiti na vseživljenjski proces staranja. Zavest o staranju se priplazi z delovanjem družbene ure. Vse ob svojem času. Včasih je staranje telesa manj očitno od psihičnega staranja, vsekakor pa se starost priplazi v naše življenje, saj je evolutivna kvalitativna sprememba, ki nastaja dolgo, dokler ne postane zaznavna.

*Seveda se vsak človek stara. Od dojenčka naprej se že staraš, ane, ampak ni me pa to motilo. Vsaj zaenkrat ne. J. P. (67)*

*Mogoče tja do tridesetih nisem imela tega občutka, da se staram. Prvič sem ga dobila, ko se mi je na trebuhu naredila taka črta in v tem sem zaradi neke izjave v Bartollucijevem filmu prepoznala staranje telesa. [...] Ampak mogoče sem začutila, da se staram še prej, samo ta občutek je bil psihičen, ne fizičen. K. B. (62)*

*Pri dvajsetih letih sem imela občutek, da sem stara. Nikoli več nisem imela tako jasnega občutka, da sem se postarala kot takrat. Na staranje so me opominjali tudi starši, vendar bolj v psihičnem smislu. »Toliko si stara, pa tako neumna.« To sem zelo velikokrat slišala. Ampak tako, čisto v zvezi s telesom pa ne. K. B. (62)*

*Hja, do 40. leta se meni ni nič zdelo, da sem kaj stara. Ko sem bila 40 let stara [...], sem tudi bolj mlada izgledala, ane, tako da kakšne ženske, ki sem se z njimi spoznala, niso mogle verjet, da sem že 40 let stara. M. Č. (78)*

Starejši se v starosti zavedajo procesa staranja in so se ga zavedali tudi skozi življenje pod pogledi drugih in pod vplivom različnih dejavnikov, ki oblikujejo identiteto telesa, pri čemer identiteta temelji na genetskih, bioloških, psiholoških, odnosnih ali kulturnih temeljih.

Da ne bi izgubili podobe sebe, so starejši dokaj prilagodljivi, stvarnosti ne podrejajo več sebi za vsako ceno, prilagodijo svoje cilje svojim zmožnostim in so precej manj vztrajni.



Starejši se začnejo zavedati omejenosti svojih funkcionalnih zmožnosti in izgub, ki so jih doživeli, se prilagodijo, sicer ne bi več vedeli, kdo so, in bi zgubili svojo identiteto.

*Ne, nikoli nisem dobila tega občutka. Pravzaprav sploh ne razmišljam o tem, edino ko bolj počasi hodim, pa rečem, ojej, samo da bi bilo tako, da ne bi bilo slabše. Ne, se ne obremenjujem s starostjo. Je, kakor je, kakor mora biti, saj ne morem nič spremeniti. L. B. (82)*

*Da se staram, sem občutil šele sedaj, po 70. letu. K temu je pripomogla nemoč telesa pri delu. Prej sem bil vedno dosti aktiven in sem se zmeraj dokazoval v športu, pri delu in se mi ni zdelo, da sem že »za na odpad«. M. Z. (73)*

*Po operaciji pred petimi leti, ko sem bila tako utrujena. Praktično v enem mesecu prideš na to, da telo nima več oblike, ko si tako suh, da ti kar koža visi, ko si postaran, ker atrofirajo mišice in jaz sem se praktično zaradi tiste sepse v enem mesecu postarala za deset let. In to zdaj ne moreš ustavit tega procesa. Do takrat so mi zmeraj dajali deset let manj, zdaj pa kar zadenejo leta. Nimam kej. Takrat sem prvič začutila, kako telo lahko hitro propade. P. Ž. (64)*

*Jaz drugače nimam kakega posebnega občutka, ampak recimo leta prinesejo svoje, tako da ne moreš uiti temu. Nobeden ne more uiti temu. Ko se rodiš, te potem spremljajo vse te faze in veliko so odvisne od samega posameznika. V. G. (77)*

*Am, to gre tako počasi. No, pol že pomisliš, da se staraš, seveda se. Posebno, ko ti začnejo zobje izpadat. To je zelo postopoma in počasi. J. P. (67)*

Nekateri poskušajo na staranje vplivati, ga upočasniti in omiliti z delom, jutranjo telovadbo, gibanjem, prehrano, sprehajanjem psa itd., nekateri pa staranje prepustijo toku, odstopijo od borbe in prizadevanj.

*Jaz pa skoz delam in še zdaj delam in še zdaj pišem in sploh si moram dopovedovati, da imam stare vnuke. Jaz nisem tega prehoda občutila. M. B. (86)*

*Kako skrbiš zase. Kako poleg fizičnega dela tudi psihično skrbiš zase. Tudi fizično, ja, ampak ne z delom. [...] Zaenkrat se še kar dobro počutim, ampak je od mene odvisno. V. G. (77)*

*Danes pa mi telo pomeni nadlogo, ki jo želim obvladati, ukrotiti in svoje zdravstvene probleme bi rada obvladala, da bi na ta način obvladala telo. K. B. (62)*

Telo v starosti je rezultat našega načina življenja in ravnanja s telesom. Telesu je treba skozi življenje prisluhniti.

*Vsak, ki ima v sebi čut, da mora poleg garanja tudi kako drugače postopati s svojim telesom, bo sigurno boljše dočakal starost. V. G. (77)*

Staranje je torej proces in hkrati pomemben dejavnik, ki vpliva na individualno, pa tudi kolektivno identiteto telesa, na naš odnos do telesa, pa tudi učenje s telesom.

### 5.5.3 Doživljanje telesa v starosti

S to raziskavo smo želeli izvedeti med drugim tudi to, kako starejši odrasli danes razmišljajo o telesu, kaj jim telo pomeni. Nemalokrat menijo, da je telo temelj individualne identitete in hkrati način, kako se umestimo v družbo.

*Telo, to sem jaz. M. B. (86)*

*Telo je del mene. To je to. Mehanika in kemija, seveda. J. P. (67)*

*Telo je ena osnova živega bitja. Brez telesa ni ne živali ne ljudi. Vsak ima eno obliko. Za ljudi je to telo. V. G. (77)*

*Telo je prva dobrina, ki jo dobiš ob rojstvu. S svojim telesom in umom si boš zagotavljal preživetje, ostalo pa je odvisno od tega, kako se boš znašel. M. Z. (73)*

*Gotovo mi je bilo v mladosti telo pomembno, ker me je na nek način tudi branilo. In takrat mi je seveda telo pomenilo zelo veliko in mislim, da ga nikoli v življenju nisem negovala tako kot takrat. K. B. (62)*

Nemalokrat vprašani menijo, da je telo neločljivi del njihovega Jaza, da sta telo in duša eno, zato je treba s telesom lepo ravnati.

*Telo je moj primarni dom. Duša je v telesu doma. To je moj najbližji dom in edini pravzaprav. Treba ga je poslušati, mu prisluhniti, da pravočasno zasluliš in začutiš, če je kaj narobe s tem telesom. To telo je komplicirana, najbolj komplicirana stvar v naravi in ga je treba spoštovati in se včasih malo poučiti, kako deluje. M. Z. (73)*

*Zelo ga je treba spoštovati, ker če svojega telesa ne spoštujemo, potem tudi teles drugih ljudi okrog sebe ne spoštujemo. [...] Mislim, da bi morali v šoli zelo poudarjati in veliko učiti otroke o telesu v vseh ozirih. Predvsem o vsebini tega telesa in o delovanju, kako telo fantastično deluje. Da je to naše telo čudež narave ... da je to ena zelo velika perfekcija. L. B. (82)*

Starejši velikokrat poudarijo, da je telo lepo, kar si razlagamo tudi s tem, da se v starosti navadno poveča občutek za lepoto, pri tem pa vidijo tudi »notranjo lepoto«, lepoto duše.

*Telo je nekaj lepega. [...] Če je proporcionalno in zares lepo, je to paša za oči, tako, kot je lepa roža. Tudi če je to moško telo, žensko telo, otroško telo. Ni lepšega pogleda kot na dojenčka v vozičku, ko se prebuja. P. Ž. (64)*

*Tudi če vidiš telo, ki je izmaličeno, je odvisno od notranje lepote. Lepota tega telesa ali pa iznakaženost tega telesa. Jaz to ne ločujem. Telo je zame nekaj celostnega. Ni telo samo fizikus. P. Ž. (64)*

*Telo je lepo. Človek rad gleda take zelo pravilno grajene ljudi. Sama sem bila kar precej zakompleksana. Včasih si mislim, da bi mladi ljudje morali imeti kakšne mentorje, da bi jim povedali, da niso grdi. M. Č. (78)*

Starejši razmišljajo o preteklosti svojega telesa, sedanosti, pa tudi o prihodnosti, o funkcionalnosti telesa, malo manj pa o videzu.

*Danes mi je telo bolj nadloga, ki protestira, pa je bilo do sedaj vse v redu. [...] Bolijo me žile, pa to je čudno, saj me nikoli niso! Na telo ne mislim kaj dosti, da le obvladam težo. No ja, pa zobovje je bilo zmeraj moja obsesija, tudi danes je tako. Pa pigmentne madeže si dam odstranit, čeprav me v mladosti niso motili. V. G. (77)*

*Da le ne bi bilo slabše, kot je danes. J. P. (67)*

*Da bi se lahko gibal, to bi si želel do konca življenja. M. Z. (73)*

Starejši na svoje telo danes gledajo z drugačnega zornega kota kot v preteklih življenjskih obdobjih, dosti bolj funkcionalno. Njihovo pojmovanje telesa je predvsem nasledek njihovega izkustvenega znanja.

#### 5.5.4 Načini pridobivanja znanja in spoznanj o telesu skozi življenje

V življenju se nenehno učimo, pa naj bo to izkustveno, iz negativnega znanja (napak) ali kako drugače. S telesom se začnemo učiti že takoj ob rojstvu, s telesom in o telesu pa se učimo vse življenje.

Že zelo zgodaj se učimo s telesom in o telesu ter ga spoznavamo. Najprej se naučimo večjih gibov, nato pridejo na vrsto drobni gibi, kot so prijemanje manjših predmetov s prsti ipd. Ko pa smo pripravljene komunicirati tudi z besedami, se začne naše učenje o telesu tudi s pomočjo komunikacije z drugimi. Še posebej v puberteti, ko se nam telo vidno razvija, želimo o telesu in zorenju telesa izvedeti čim več in seveda na različne načine, kot so:

- (1) pogovor s pomembnimi odraslimi;
- (2) pogovor s sovrstniki;
- (3) branje leposlovne literature;
- (4) gledanje filmov/igralcev;
- (5) spremljanje lastne ali tuje bolezni;

(6) formalno in neformalno izobraževanje o telesu.

Starejši odrasli nemalokrat pogovora s starši skorajda niso bili deležni. O telesu se je govorilo le, če je bil nekdo bolan ali če je bilo treba telo zavarovati pred nevarnostjo. Najslabše so se kot sogovorniki odrezali starši.

*Mati z menoj o telesu ni nikoli govorila, ne spominjam se, da bi! Le ves čas me je opozarjala, da naj se oblečem, da naj ne jem češnjevih pešk, češ da se zataknejo v telesu, naj ne jem pretople juhe, ker se bom oparila itd. Bila je tudi silno nezadovoljna, če sem zbolela, zmeraj naj bi bila sama kriva za svojo bolezen. K. B. (62)*

*Tu je naša mama vedno zamudila vlak. M. B. (86)*

Včasih so vlogo sogovornikov sprejeli drugi pomembni odrasli, a tudi to se ni zgodilo pogosto.

*Imeli smo zanimive prijatelje, no, starši so jih imeli in ti so hodili k nam na obisk in so me obravnavali kot odraslo. Od njih sem marsikaj izvedela, tudi tisto o naravni kontracepciji, tega punce nismo izvedele nikjer, tudi v šoli ne. M. B. (86)*

*Z odraslimi sem o tem govorila le z nekaterimi, teh je bilo več zavrtih. Mladi smo bili vsi skupaj radovedni o isti temi, odrasli so pa takoj mislili »joj, zdaj moram pa paziti, kaj bom povedal, da ne bom preveč povedal«. M. B. (86)*

Pogostejši pa je bil zato pogovor o telesu s sovrstniki, ki je potekal ob različnih priložnostih, ponavadi spontano v času druženja. Znanje o telesu so pridobivali med seboj predvsem s primerjavo telesa. Pri tem je bilo pomembno, ali so bili sovrstniki fantje ali dekleta, četudi je veljalo, da se dekleta s fanti ne smejo družiti.

*V mladosti se z vrstniki pogovarjaš tako, da se primerjaš in veliko zveš, v starosti pa tako, da se pritožuješ nad svojim telesom. J. P. (67)*

*Gotovo je bilo telo zelo pogost predmet pogovora ali pa doživljanje telesa je bilo zelo pogost predmet pogovora s sovrstniki v mladosti, mogoče tja do petindvajsetega leta starosti, kasneje pa ne več toliko. Pogovor je potekal absolutno samo z vrstniki. K. B. (62)*

*Jaz sem se družila predvsem s fanti, tako sem največ z njimi govorila o telesu. Njih je zanimalo, kaj me punce mislimo o puncah. Ja, jih je zanimalo telo drugega spola. Vsaj v pogovoru z mano je bilo tako. Meni pa so veliko razkrili o deškem telesu. M. B. (86)*

*Zanimivo je, da sem v Zagrebu, ko sem bila med vojno, imela zelo veliko prijateljic. Ampak pred tem pa sem se v Ljubljani družila bolj s fanti kot z dekleti. Dekleta so imela verjetno zavore od doma. Tako da jaz sem imela zelo veliko pogovorov o seksu pa o tem, ampak predvsem s fanti. M. B. (86)*

Vrstniški pogovor in pridobivanje znanja o telesu na ta način so, tako se zdi, najmanj prisotni v srednjih letih. Takrat so pogovori o telesu odvisni tudi od izobrazbe, ki jo imamo, in od poklica, ki ga opravljamo. V srednjih letih je treba telo le vzdrževati, navadno kar deluje in zato morda manj mislimo nanj. V ospredju so druge razvojne naloge.

*Ne kaj dosti. Mi smo se vse druge stvari pogovarjali, recimo o knjigah, o predstavah ... Mislim, jaz sem bila precej duhovno naravnana, sej sem še, ne, in pol so ti pogovori naravnani bolj tja. Edino, kar smo se hecali, recimo »ti maš pa novo gubo«, »bodi tiho, sebe poglej v ogledalo«. Ampak to je bilo in je še vedno vse v šali. L. B. (82)*

*»Velikokrat je bilo govora v povezavi s telesom. Jaz sem bil eden tistih, ki sem kritiziral kajenje pa nažiranje z alkoholom. Pripovedoval sem o tem, kako je oboje škodljivo. Takrat, ko sem jaz vodil ekipo v športu, sem kadilce vedno kritiziral. M. Z. (73)*

Znova so prisotni pogostni pogovori o telesu, tudi kot vir znanja o telesu, v starosti. Iz pogovorov niso izvzeti pogovori o smrti, nemalokrat človek tako odžene strah pred smrtjo.

*S sovrstniki se še zmeraj pogovarjamo, samo pogovori so si zelo različni. Včasih v puberteti smo si tiče merli, kolk ma kdo dolzga, pa mišice. Zdaj se pa pogovarjamo npr. kje nas boli in kaj narediti. Ko srečaš koga svojih let, potem pa itak zdaj že vsi mal jamramo. Včasih pa tudi, kolikor smo se pač družili. J. P. (67)*

*Recimo prijateljica ima težave z artritidom in zadnjič ko smo se pogovarjale in sem rekla: »Kako si?«, je rekla: »Veš kaj, jaz moram že zjutraj tolk tablet popit, da lahko spravim v pogon svoje telo.« Sem rekla: »Joj, samo tega ne.« [...] Smrt absolutno ne. Jaz sem šla zato v Hospicev program, da presežem ta odnos do smrti, ta strah in ne vem kaj. Prebrala sem kar nekaj knjig o tem. P. Ž. (64)*

Vir znanja o telesu so bile tudi knjige, četudi je bilo tovrstne literature, ki bi govorila o telesu, bolj malo. Vrhu tega so bile mnoge knjige v družinah prepovedane in so jih skrili pred otroki in mladimi.

*Jaz sem imela Van Der Velda, ampak to so mi punce dale za darilo. Govori o telesu, pa tehniki odnosov, pa vse sorte. To je blo sveto pismo naše generacije v gimnaziji. To je bila velika revolucija, da je on šel tako v javnost, ker to je bil tak preskok iz tabuja ven in smo bili vsi navdušeni. Na koncu ni slabo, da malo veš. Če ne, pa misliš, joj to pa ne bi smela, to je pa grdo, to je pa pregreha ali karkoli. Če pa prebereš kaj, imaš pa čisto odprto pot v seksualno življenje. M. B. (86)*

*Ne, ampak spominjam se pa prepovedane knjige, ki je bila nekje na polici, ko sem bila majhna. [...] Med drugim je imela slike otrok oz. risbe otrok in risbe poroda in to je bila prepovedana slika in prepovedana tema. K. B. (62)*

*Jaz se bolj spomnim tistih zgibank, ko se je telo odkrivalo, da sem potem videla kakšen je ustroj, moški pa ženska. Tako da ne vem, kaj so bile to za ene knjige. No, mogoče ta knjiga za zdravnika, za nasvete, to je bilo tudi nekaj okrog telesa. Pri nas so bile knjige vsem dostopne. Revije pa nisem nobene take brala. Jih ni bilo takrat kakšnih pornografskih, ali pa so bile, pa jih mi nismo obrajali. M. B. (86)*

*Včasih ni bilo nobenih knjig. Kasneje sem pa itak medicino študiral. Imam pa ogromno medicinskih učbenikov. Pa zdravstvene revije, ko sem se specializiral. Še*

*zmeraj to berem. Teh navadnih revij pa ne berem, ker bi se zdel sam sebi neumen, če bi jih bral. Te revije te pa sam zmedejo. J. P. (67)*

Tudi formalnega izobraževanja o telesu in o tem, kako deluje, je bilo bolj malo. Vse je bilo bolj opisno, anatomija in podobno, denimo pri biologiji. O telesu in spolnosti pa v nekaterih generacijah ni bil nikoli govor ali le občasno.

*Nikoli nič. Kar je bilo v šoli, zgradba telesa, drugače pa je bilo to vse nekako skrito. Naključno. Po tej poti gre za živo nepodučenost. Tud naši starši niso bili podučeni in so se potem tako obnašal, da tud nas niso podučili. V. G. (77)*

Priljubljeno je bilo branje leposlovne literature, v kateri so se našla tudi sporočila o telesu. Pa tudi znanje o tem, kako telo deluje, je bilo najti tam.

*Ja, v romanih so bila dostikrat sporočila o telesu. Se spominjam, da sem se včasih vznemirila. Drugače sem pa ogromno brala, skoraj knjigo na dan. Res sem veliko brala. M. B. (86)*

*Telo se je opisovalo le v kakem ljubezenskem romanu, ki sem jih tudi bral. Pri tem sem razmišljal, kako bi sam doživel to sceno, ki je bila opisana v knjigi. M. Z. (73)*

*Kasneje se spominjam leposlovnih del in mislim, da so me zelo zanimala tista dela, ki so opisovala doživljanje telesa. Lady Chatterley je bila taka prepovedana knjiga in mislim, da doma nisem nikoli priznala, da sem jo brala. K. B. (62)*

Poleg knjig so bili pomembni viri znanja filmi. V nasprotju z današnjimi filmi so filmi nekoč bili »zakrit« oz. zastrt vir znanja o telesu. Nekateri starši pa so otrokom kljub temu prepovedali zahajati v kino, kajti telo je bilo še zmeraj močno tabuizirano.

*V filmih se takrat niso smeli niti na usta poljubiti. To je bil čisto drug čas, ampak vem pa, da ko so kaki taki filmi prišli, da so vsi drveli tiste filme gledat. Je bil pa en film po Zilarjevem romanu »Ob jezeru«, nekaj takšnega, ki je bil prepovedan za mlajše od 16 let in mene je grozno zanimalo, kako bi to bilo, ane. No, po vojni sem ga šla pa gledat in se mi je zdel tako smešen, nič ni bilo telesnega notri. M. B. (86)*



*Pogosto smo hodili tudi v kino, to je bilo kar del življenja takrat. [...] Druženje je bilo bolj v kinodvoranah ob sobotah. Včasih v filmih ni bilo prikazovanja ljubezenskih scen in aktov, to je bilo zmeraj prikrito, in to danes pogršam. Mislim, da danes ne bi smelo biti toliko prikazovanja tega, ker je to zame na nek način že nasilje. M. Z. (73)*

*Gotovo da so bili takšni filmi, ki so zelo pretanjeno prikazovali telo. Ja, spominjam se nekega filma o španski revoluciji, kjer je nastopal Yves Montand, ki se mi je takrat zdel osebnost in v nekem trenutku se mu je razprla srajca in kamera je pokazala samo ta del telesa od pasu navzgor in vem, da mi je ta prizor porajal željo dotakniti se takega telesa. Še dandanes se spominjam te scene. K. B. (62)*

Močan vir učenja o telesu ali s telesom je lastna bolezen. O telesu pa se učimo tudi, ko negujemo bolnike, bližnje. Takrat pridejo v poštev najrazličnejši viri: vrstniški pogovor, pogovor z izvedenci, knjige, revije, študije ipd. Bolezen pogosto sproži globlje zanimanje za telo in nas spodbudi k temu, da zberemo vsaj informacije o telesu in zdravljenju, si pridobimo znanje in da posledično drugače ravnamo s telesom.

*Edino pri zadnjem možu sem se naučila, da vem, da je prav to, kar delam, da moram nadaljevati, če hočem podaljšati svoje življenje in ohraniti vitalnost v glavi in na telesu. V. G. (77)*

*Naučila sem se, da je telo lahko silno rahlo in da potrebujemo pravzaprav veliko znanja in veliko vživljanja v drugega človeka, da to bolno telo razumemo in se ga ne bojimo več ter da mu poskušamo kompetentno pomagat. In takrat sem veliko brala, iskala informacije, se učila po spletu, na televiziji, radiu, brala članke, hodila v knjižnice. Mati je trpela za revmatoidnim artritidom in sem dolgo časa preživela v knjižnici, da bi našla rešitve. Da bi vedela, kaj je dobro in kaj ni. K. B. (62)*

Zdi se, da so se starejši skozi življenje bolj malo formalno ali neformalno izobraževali o telesu in da so izobraževalne vsebine o telesu bolj posredno navzoče v različnih izobraževalnih programih za odrasle, najpogosteje gre za krajša predavanja.

*Ja, smo imeli eno predavanje o duševnih stiskah. Je bilo zanimivo. L. B. (82)*

*Nazadnje sem se o telesu učila v šoli, se mi zdi. M. Č. (78)*

Ker je bolj malo formalnega izobraževanja o telesu, prevladuje naključno in neformalno učenje o telesu in učenje s telesom. Viri, ki tedaj pridejo v poštev, so silno različni in ob uporabi teh sestavljamo sliko o telesu.

## Ugotovitve in razprava

*Identiteta telesa posameznega nosilca identitete temelji na genetskih, bioloških, psiholoških, odnosnih ali kulturnih temeljih. Odvisna je od identitet drugih nosilcev in od identitete nosilca samega.*

Identiteta telesa je vsota zunanjih in notranjih pogledov. Na njenih temeljih se ustvari tudi odnos do telesa in posledično ravnanje s telesom ter učenje s telesom in o telesu. Telo je temeljna človekova identiteta, s telesom se človek umesti v družbeni red, kar je posledica socializacije telesa. Za umestitev v družbeni red je potrebno, da obstajajo neke meje, ki omogočijo posameznikom, da se v družbeni red umestijo kot urejeno družbeno bitje.

*Na individualno identiteto telesa in odnos do lastnega telesa, na socializacijske izkušnje glede telesa pomembno vplivajo člani (razširjene) primarne družine s svojimi interakcijami.*

Člani primarne družine vplivajo na individualno identiteto telesa in na nosilčev odnos do lastnega telesa, pa tudi na ravnanje s telesom ter na učenje o telesu in s telesom. Vplivanje poteka na vrsto načinov, pri čemer je pogost način pogovor o telesu, ki je hkrati pomemben dejavnik vzgoje o telesu, vendar ni neizogibno navzoč v vseh primarnih družinah. Pogovor o telesu v primarni družini še danes spremljajo občutek sramu (socialne neustreznosti), nelagodja, odpor, tudi jeza. Na navzočnost ali odsotnost pogovora o telesu hkrati vplivajo tudi različni drugi dejavniki, kot so transgeneracijske zapovedi in prepovedi, tiste, ki gredo iz roda v rod, socialno okolje in fizično okolje (vas, narava, mesto), kultura, v kateri družina živi.

Del kulture so tudi znanje in religija. Na telo se lepijo številna religiozna prepričanja, v primarni družini, ki oblikujejo individualno in kolektivno identiteto telesa. Seveda način, kako se v primarni družini dojema telo in kako se govori o njem, ni odvisen samo od socialnega okolja, temveč tudi od prostora in časa. Naši vprašani so dejali, da v poznejših letih življenja in ko so bili otroci, pogovor o telesu preprosto »ni bil v modi«. Kljub obilici prikazovanja telesa v javnosti pa telo, zdi se, v primarnih družinah še zmeraj zbuja čustva nelagodnosti. Kar zadeva učenja o telesu, pa se zdi primarna družina še dandanes slaba

učiteljica. Slabi učitelji so predvsem starši, ki ne znajo izstopiti iz svoje socialne vloge in se soočiti z dejstvom, da njihovi otroci odraščajo in spolno zorijo.

*Odnos do telesa in doživljanje telesa se kaže v besedah, pogledih, pa tudi kretnjah in dotikih, ki so hkrati vir učenja o telesu.*

Odnos do telesa in doživljanje telesa se kaže v besedah, kretnjah, dotikih, stiku teles (v dotikih, objemih, poljubih). Komentiranje in dotikanje telesa sta odvisna tudi od časa in prostora ter kulture, ki tam vlada, pa naj gre za družinsko kulturo, kulturo lokalnega okolja ali kulturo drugih skupnosti. Odnos do posameznikovega telesa in s tem do posameznika se kaže tudi v telesnem kaznovanju, ki so ga nekoč doživljali kot pravičen vzgojni ukrep, če je bilo telesno kaznovanje občasno, kadar pa se je ponavljalo, pa so ga kaznovani doživljali kot krivično. Telesno kaznovanje je bilo tudi negativen vir učenja o telesu, o tem, kako deluje, se odziva, kako ga obvladati. Telesna kazen na človeka ne vpliva le fizično, temveč tudi in predvsem psihično. V zvezi s telesno kaznijo so kaznovani doživljali tudi dvoličnost, hinavščino, krivico. Telesno kazen si tako kaznovani lahko razloži tudi kot zavračanje njegovega bitja in telesa hkrati.

*Vzgoja o telesu in za telo ter dojetje telesa sta odvisna od eksplicitnih in implicitnih religioznih prepričanj in kulture.*

Na vzgojo o telesu v primarni družini in tudi kasneje vpliva tudi krščansko kulturno okolje, v katerem je mogoče zaznati različne religiozne zapovedi glede telesa. Krščanske zapovedi so prepovedovale razmišljati o telesu in ukvarjanje z njim, telo je bilo v bistvu grešno in tudi vir zla. O telesu se je pod vplivom krščanskih zapovedi govorilo le posredno, takrat, ko je bilo telo bolno, potrebno skrbi in nege, ali pa je pogovor tekel predvsem o tem, kako ravnati s telesom, npr. da se ne zrediš, da pravilno ješ, da ne zbolíš, da si ne pokvariš oči ipd. Prisotno je bilo tudi dajanje navodil za varovanje zdravja, npr. z uporabo domačih zelišč, s telesno higieno ipd. Pri vzgoji se zrcali tudi odnos primarne družine do golote, saj je bilo golo telo treba skrivati in zakrivati celo pred domačimi. Pojavljala se je drža, kot je sramovanje svojega telesa in zadržanost ali celo izogibanje pogovoru o telesu s pomembnimi odraslimi, kar je vplivalo tudi na individualno identiteto telesa.

*Sekundarna družina, še posebno partner/ica, in nove socialne vloge v odraslosti lahko bistveno vplivajo na dožemanje telesa.*

Vpliv sekundarne družine na telo, še posebno vpliv partnerja/ice, lahko, ali pa tudi ne, v temeljih spremeni zgodnji odnos do lastnega in drugih teles. Pri odnosu do telesa, ki se je oblikoval v primarni družini, najpogosteje vztrajajo tisti, ki so bili tam ponižani in razžaljeni ali celo trpinčeni. Ti od partnerja pričakujejo, da jih bo vrnil v nekdanja doživljanja in nekdanjo muko. Odnos do telesa in navade glede telesa se lahko v sekundarni družini bistveno preoblikujejo glede na prvotni odnos (referenčni okvir), ki so si ga vprašani pridobili v primarni družini. Na spremenjen odnos do telesa in obravnavo telesa vplivajo nove socialne vloge (delavec, partner, starš). Socialna vloga pomeni, da se prilagodimo normam in pričakovanjem okolja. Posebno močno na odnos do telesa vpliva socialna vloga matere, saj ta osredotočenost nase zamenja s skrbjo za otroka, kar se največkrat kaže v zmanjšani pozornosti do sebe, do svojega telesa in povečani pozornosti do telesa otroka, telesa drugega. Odnos do telesa se v sekundarni družini spreminja tudi pod vplivom normativnih in nenormativnih dogodkov (večja bolezen, selitev, vojna) v življenju posameznika, staranja, virov učenja in njihove dosegljivosti v okolju.

*Lepšanje telesa je v nadzorujočih družinah navadno nedopustno, četudi ga kultura okolja dovoljuje.*

Razmišljanje o tem, da je na telo moč vplivati in da se sme vplivati nanj tako, da ga lepšamo z uporabo kozmetike, barvanjem las, lakiranjem nohtov ipd., je bilo v nekaterih družinskih okoljih nedopustno. To se je v današnjem času močno spremenilo. Danes so tovrstni posegi postali običajni, pod vplivom prostora in časa, predvsem pa porabniške družbe. Ker je telo nekaj zelo osebnega, nekaj, kar je najbližje človeku, se zdi, da se človek velikokrat predolgo zanese na stare vzorce razmišljanja o telesu in jih pogosto ohranja tudi skozi vse življenje, pri tem pa ne sprejema novosti. »Umetno« lepšanje telesa v mladosti naših vprašancev največkrat ni bilo sprejemljivo. Včasih so si ženske doma izdelale kakšno mazilo, sicer pa lepšanje telesa z uporabo kozmetike ni bilo potrebno. Današnji čas prinaša obilo možnosti za lepšanje telesa, pa tudi zanimanje za lepotno kirurgijo kot drastičen način oblikovanja telesa, kar znova pokaže, kako zelo smo v obravnavi telesa odvisni od okoljskih dejavnikov. Takšni drastični posegi v telo so danes pogosteje navzoči tudi zato,

ker telo vse bolj obravnavamo kot »predmet«, ki ga je treba nenehno upravljati in popravljati, da bi ustrezal družbenim normam in pričakovanjem.

*Gibanje in prehranjevanje sta najpogostnejša načina vplivanja na telo.*

Na telo najpogosteje vplivamo z gibanjem in prehranjevanjem. Redno gibanje privzamejo tisti, ki so že v primarni družini razvili to navado. Tako se je želja po gibanju ohranila vse do odraslosti in celo visoke starosti ter tudi takrat, ko gibanje iz takšnih ali drugačnih fizičnih vzrokov ni več mogoče. Takrat naučeno vrsto gibanja ali dejavnosti nadomesti druga, manj zahtevna (denimo hojo v hribe nadomesti joga). Včasih pa gibanje po zapustitvi primarne družine in njenih strahov ter omejevanja pri gibanju lahko deluje kot neke vrste nasprotujoč življenjski scenarij (če je bilo v družini gibanje podcenjeno ali celo prepovedano, potem se lahko zgodi, da se človek po zapustitvi primarne družine intenzivno preda raznim oblikam gibanja in odnos do njih zavzeto prenaša tudi na svoje potomce). V visoki starosti pa lahko gibanje postane vitalna funkcija, ki so jo ljudje pripravljene vzdrževati z veliko napora in pozornosti.

Odnos do telesa in do sebe se močno kaže tudi na področju prehranjevanja. Prehranjevanje je znova odvisno od različnih dejavnikov in kulture, torej od prostora in časa. Tako se je prehrana na deželi nekoč bistveno razlikovala od prehrane v mestu (tako je bilo v času mladosti naših vprašancev). Na način prehranjevanja vplivajo tudi družbeni položaj, smer izobrazbe, stroka in poklic, znanje in vedenje o vplivu prehrane na telo in dušo.

*Zanimanje za telo, radovednost glede telesa, pripravljenost za učenje o telesu so v času odraščanja intenzivni. Vir učenja so v tem času predvsem vrstniki. V času odraščanja ima telo velik pomen, v času srednjih let je pomen telesa navadno manjši, v starosti pa se odnos do telesa transformira in se tudi izraža na nov način.*

Zanimanje za telo, radovednost glede telesa in odnos do telesa pa tudi pripravljenost za učenje o telesu so navadno najmočnejši v času odraščanja, manj v srednjih letih, v starosti pa se občutno transformirajo.

Na odnos do telesa in obravnavo telesa vplivajo religiozne dogme, še posebej krščanstvo, pri čemer ni nujno, da so ljudje verni, dovolj je, da živijo v krščanski kulturi, da se njihov odnos do telesa spremeni.

*Telo postane v očeh njihovih starejših lastnikov zrcalna slika njihovega staranja in dejstva, da je starost čas številnih izgub.*

Staranje v poznejših letih življenja v temeljih pretrese odnos do telesa in dojemanje telesa, četudi starejši trdijo, da staranja skorajda niso opazili, da za njih ni pomembno itd. Telo namreč postane v očeh njihovih lastnikov zrcalna slika njihovega staranja. Doživljajo staranje telesa, bolj malo pa se zavedajo drugih procesov staranja skozi življenje in v poznejših letih življenja. Opazijo le spremembe v priklicu, spremembe v pomnjenju. Odnos do vplivov staranja na telo je največkrat bodisi navidezno neprizadet, nemalokrat pa ga želimo upočasniti ali omiliti, kar se najpogosteje dogaja predvsem v prehodnih življenjskih obdobjih. Zdi se, da se zavesten odnos do telesa in obravnava telesa poglobita predvsem v prehodnih obdobjih, v katerih se človek zave, da se telo na takšen ali drugačen način spreminja in ga navadno želi zadržati v prejšnjem obdobju. Doživljanje telesa je pri starejših povezano z njihovimi življenjskimi izkušnjami, izobrazbo, nekdanjim poklicem, razgledanostjo itd. Za prihodnost pa si želijo le to, da bi telo čim dlje zvesto opravljalo svojo funkcijo.

*S telesom se učimo celo življenje in domala celo življenje tudi o telesu.*

Od rojstva naprej se učimo s telesom, pri čemer se učenje začne že v času, ko se otrok rojeva. Po nekaterih hipotezah se s telesom učimo tudi v prenatalnem obdobju. S telesom se učimo gibanja, kretenj, govora, prehranjevanja, vseh vitalnih funkcij. S telesom se učimo do zadnjega diha, malo manj pa je prisotno učenje o telesu. Tega učenja smo deležni predvsem v stikih z vrstniki, dosti manj v stiku s starši. Formalno izobraževanje o telesu je razmeroma skromno, veliko pa je virov neformalnega učenja o telesu v okolju (filmi, knjige, slike, TV, radio, časopis, revije itd.). V starosti so vir neformalnega učenja o telesu znova vrstniki. Formalno/neformalno izobraževanje starejših o telesu navadno ni predmet posebnih študijskih oblik, največkrat so teme o telesu stranske izobraževalne teme zajete, denimo med vsebine posameznih študijskih krožkov, kot so transakcijska analiza, slikarstvo, izbirajmo pametno, jejmo preudarno, tuji jeziki itd.

Ponudba in dostopnost priročnikov, leposlovnih knjig, revij in podobne literature ter filmov z vsebino na temo telesa je danes mnogo večja, kot je bila nekoč. O telesu se več govori tako v pogovorih med ljudmi kot tudi v knjigah in medijih, a to še ne pomeni, da se je vedenje o telesu močno povečalo. Še posebno v času bolezni se izkaže, da manjka znanja o tem, kako se učiti.

Lastna bolezen ali bolezen bližnjega je močan dejavnik problemskega učenja o telesu/s telesom, premalo pa je preventivnega učenja o telesu. Nakazuje se potreba po vzpostavljanju študijskih programov, oblik in priložnosti za učenje o telesu in s telesom še posebej, ko gre za starejše. Te študijske oblike pa naj temeljijo tudi na obravnavi pisnih virov. Pomembnejša od predavanja se zdi diskusijska metoda, ki omogoča, da pride individualno izkustveno znanje do izraza in pomaga konstruirati in tematizirati (novo) znanje o telesu.

Telo je del Jaza, starejše telo je del Jaza starejšega človeka. Prezreti starejše telo pomeni prezreti starejšega človeka samega in posredno tudi odstopiti od tega, da bi razumeli svoje lastno telo, njegovo preteklost, sedanost in prihodnost.



## Zaključek

Zdi se, da je telo danes v porabniški družbi na očeh bolj kot kdajkoli prej, a vendar je vprašanje, ali je telo danes bolj svobodno in osvobojeno, kot je bilo nekoč. Morda ne, kajti za identiteto in tudi svobodo telesa so potrebne meje: meje drugih in okolja, ob katerih se tudi telesno oblikujemo kot urejeno družbeno bitje. Te meje so bile v preteklosti bolj jasno izražene, kot so danes, spremljali pa so jih sram, nelagodje, jeza itd. Primarna družina je bila in je še zmeraj prvi dejavnik oblikovanja identitete telesa, a zdi se, da primarna družina tako danes kot v preteklosti ne poskrbi za to, da bi bili ljudje poučeni o telesu. Starši s težavo zapustijo svojo socialno vlogo starša, kakršne so bili vajeni, ko otrok začne odraščati, od tod izvira nelagodje ob razlagi telesa in telesnih pojavov v dobi odraščanja. Zato so glavni vir učenja o telesu v tem času vrstniki.

Ko govorimo o telesu, ne govorimo zgolj o njegovi podobi, ampak tudi in predvsem o predstavah o telesu, o individualni in kolektivni identiteti telesa. Osnove identitete telesa posameznega nosilca v očeh drugih nosilcev identitete (ali v njegovih očeh) je iskati v identitetah drugih nosilcev. Ti postanejo dejavniki oblikovanja identitete telesa posameznega človeka, ki vršijo vpliv na identiteto in na odnos do telesa.

Da identiteta ni nekaj stalnega, temveč gre za spreminjajoč se proces, je razumljivo. Tu gre za osebne predstave, ki so odvisne od osebnih izkušenj posameznika, pa tudi za družbene in kulturne predstave o telesu, od habitusa, tj. določenega časa in prostora ter pod vplivom različnih dejavnikov (primarna družina, partner, spol, izobrazba itd.). Ugotovili smo, da se nenehno spreminja tudi posameznikova identiteta telesa, pri čemer nas je še posebej zanimala identiteta telesa starejših, ki je nasledek predhodnega življenja, pa tudi sedanosti in prihodnosti pred njimi.

Formalnega izobraževanja o telesu je malo, tudi neformalnega ni veliko. Večinoma je učenje o telesu priložnostno, poteka izkustveno in predvsem s telesom. Veliko je v zvezi s telesom tudi problemskega učenja, ki je potrebno ob nastopu lastne bolezni ali bolezni drugih, ki jih negujemo. Premalo pa je preventivnega učenja o telesu. Zelo malo je pri drugih generacijah učenja o starem telesu. Ker je telo vseživljenjski proces, bi veljalo znanje o starem telesu vključiti med temeljno znanje, ki ga potrebujemo.

## Literatura in viri

- Bauman, Z. (2004). *Identity*. Cambridge: Polity Press.
- Bogataj, N. (ur.). (2005). *Študijski krožki: Od zamisli do sadov v prvem desetletju*. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- Bogataj, N. in Findeisen, D. (2008). *Celostni model izobraževanja starejših odraslih v Sloveniji: upoštevajoč družbene temelje in vlogo izobraževanja odraslih, značilnosti starejših odraslih in primere dobre prakse: poročilo raziskovalno razvojne naloge*. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- Campbell, C. (2001). *Romantična etika in duh sodobnega porabništva*. Ljubljana: Studia humanitatis.
- Castells, M. (1997). *The Power of Identity*. Malden: Blackwell Publishers Ltd.
- Cregan, K. (2006). *The Sociology of the Body: Mapping the Abstraction of Embodiment*. London: Sage Publications.
- Da Vinci, L. (1983). *Leonardo da Vinci on the human body: the anatomical, physiological and embryological drawings of Leonardo da Vinci*. USA: Dover Publications.
- Definition of Health*. World Health Organisation. (2011). Dostopno na: <https://apps.who.int/aboutwho/en/definition.html> (pridobljeno 27. 8. 2011).
- Dokl, D. (2011). *Vpliv telesne aktivnosti na socialno vključenost uporabnikov institucionalnega varstva – primer doma za starejše*. Magistrsko delo. Kranj: Fakulteta za organizacijske vede.
- Doron, R., Parot, F. (1991). *Dictionnaire de psychologie*. PUF, Paris
- Featherstone, M. (2000). *Body modification*. London & Newbury Park: Sage Publications.
- Featherstone, M., Hepworth, M. in Turner, B. S. (1991). *The Body: Social Process and Cultural Theory*. London: Sage Publications.
- Findeisen, D. (1989). Jezikovno izobraževanje odraslih drugače. V: *Sodobna pedagogika*, Letn. 40, št. 1–2, str. 108–114.
- Findeisen, D. (1995). Condorcetov prispevek k razmišljanju o vlogi učenja v človekovem in družbenem življenju. V: *AS Andragoška spoznanja*, št. 3–4, str. 33–38.

- Findeisen, D. (1999). *Izobraževanje odraslih v njihovih poznejših letih*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Dušana Findeisen.
- Findeisen, D. (2009). Izobraževanje starejših odraslih in pomen njihovega izobraževanja za njih same ter družbo. V: *AS Andragoška spoznanja*, Letn. 15, št. 3, str. 12–21.
- Findeisen, D. (2010a). *Univerza za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani: stvaritev meščanov in vez med njimi*. Ljubljana: Društvo za izobraževanje za tretje življenjsko obdobje.
- Findeisen, D. (2010b). Konceptualni okvir izobraževalnega programa AESAEC. V: *M. Schwaiger idr. Mi vsi smo Evropa: družbena participacija evropskih starejših in drugih dejavnih državljanov: priročnik za dejavne evropske državljane ali Učimo se snovati, prijaviti in voditi evropske projekte*. Ljubljana: Društvo za izobraževanje za tretje življenjsko obdobje, str. 13–19.
- Findeisen, D. (ur.). (2010c). *Teklo je leto 2010. Zbirka elektronskih novic Slovenske univerze za tretje življenjsko obdobje*. Ljubljana: Društvo za izobraževanje za tretje življenjsko obdobje.
- Foucault, M. (2004). *Nadzorovanje in kaznovanje: nastanek zapora*, popravljena izdaja. Ljubljana: Krtina.
- Freund, P. (1988). Bringing Society into the Body: Understanding Socialized Human Nature. V: *Theory and Society*. Vol. 17, No. 6, p.p. 839–864.
- Gym sur chaise*. (2011). Dostopno na:  
[http://www.sielbleu.org/Notre%20offre/gym\\_sur\\_chaise.php](http://www.sielbleu.org/Notre%20offre/gym_sur_chaise.php) (pridobljeno 14. 8. 2011).
- Hojnik-Zupanc, I. (1997). *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hojnik-Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Izobraževanje starejših v Franciji: poročilo za četrto mednarodno konferenco o izobraževanju odraslih, UNESCO, Paris, 1985*. (1989). Ljubljana: Sekcija za tretje življenjsko obdobje Andragoškega društva Slovenije.

- Jarvis, P. (1990). *An International Dictionary of Adult and Continuing Education*. London: Routledge.
- Jenkins, R. (1996). *Social Identity*. London: Routledge.
- Jones, S. (2010). My Life My Way – MLMW. V: *EAEA Grundtvig Award 2010, Innovative Approaches in Adult Education and Learning – Key competences for social inclusion*
- Južnič, S. (1993). *Identiteta*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Kubia Kompetenzzentrum für Kultur und Bildung im Alter. (2011). Dostopno na: <http://www.ibk-kubia.de/> (pridobljeno 13. 8. 2011).
- Kuhar, M. (2001). Telo, kultura in identiteta. V: *Emzin: revija za kulturo*. Letn. 11, št. 1/2, str. 77–81.
- Kuhar, M. (2004). *V imenu lepote: družbena konstrukcija telesne samopodobe*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, Center za socialno psihologijo.
- Kump, S., Jelenc Krašovec, S. (2005). Izobraževanje – možni dejavnik krepitve moči in vpliva starejših odraslih. V: *Družboslovne razprave*, Letn. 21, št. 49/50, str. 243–261.
- Kurdija, S. (2000). *Družbene identitete in pomen potrošnje: potrošnja kot produkcija*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Leroi-Gourhan, A. (1969). *Le geste et la parole*. Paris: A. Michel.
- Ličen, N. (2006). *Uvod v izobraževanje odraslih: Izobraževanje odraslih med moderno in postmoderno*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za pedagogiko in andragogiko.
- Mijoč, N. (2005). Značilnosti študijskih krožkov in njihove perspektive. V: *N. Bogataj (ur.). Študijski krožki: Od zamisli do sadov v prvem desetletju*. Ljubljana: Andragoški center Slovenije, str. 46–66.
- Milošević-Arnold, V. (2003). *Socialno delo s starimi ljudmi (izbrani članki in referati)*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Močnik, V. (2009). Skupnostno izobraževanje kot nova oblika izobraževanja odraslih na podeželju. V: *AS Andragoška spoznanja*, Letn. 15, št. 4, str. 52–63.

- Moška kozmetika.* (2007). Dostopno na: [http://www.ilirija.si/sl/Moska\\_kozmetika\\_2/](http://www.ilirija.si/sl/Moska_kozmetika_2/) (pridobljeno 10. 8. 2011).
- Nastran Ule, M. (2000). *Sodobne identitete: v vrtincu diskurzov.* Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Oxford Dictionaries.* (2011). Dostopno na: <http://oxforddictionaries.com/definition/body> (pridobljeno 22. 5. 2011).
- Pandel Mikuš R. (2009). *Telesna samopodoba in motnje hranjenja pri ženskah v postsocialistični Sloveniji.* Doktorska disertacija. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Pečjak, V. (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja.* Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze.
- Pejazzling: kristalčki na moškem mednožju.* (2011). Dostopno na: [http://zadovoljna.si/clanek/samo\\_za\\_moske/pejazzling-kristalcki-na-moskem-mednozju.html](http://zadovoljna.si/clanek/samo_za_moske/pejazzling-kristalcki-na-moskem-mednozju.html) (pridobljeno 10. 8. 2011).
- Ramovš, J. (2003). *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika.* Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Rupert, J. in Vilič Klenovšek T. (2010). *Značilnosti izbranih ranljivih skupin odraslih in svetovalno delo za izobraževanje odraslih.* Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- Shilling, C. (1993). *The Body and Social Theory.* London: Sage Publications.
- Shilling, C. (2005). *The Body and Social Theory.* London: Sage Publications.
- Synnott, A. (1993). *The Body Social: Symbolism, Self and Society.* London: Routledge.
- Turner, B. S. (1996). *The Body and Society: Explorations in Social Theory.* London: Sage Publications.
- Vigarello, G. (2000). *Kult telesa v današnji družbi.* Univerza vseh vrst znanja (UTL): predavanje 5, december 2000.
- Vogrinc, J. (2008). *Kvalitativno raziskovanje na pedagoškem področju.* Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Voljč, B. (2010). *Zmanjšajmo padce v starosti. Priročnik za širitelje.* Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.

- Woodward, K. (1997). Concepts of identity and difference. V: *Kathryn Woodward (ur.). Identity and difference*. London: Sage Publications, str. 7–50.
- Zaviršek, D. (1995). Motnje hranjenja: žensko telo med kaosom in nadzorom. V: *Delta: revija za ženske študije in feministično teorijo*, Letn. 1, št. ¾, str. 67–76.
- ZSV, *Zakon o socialnem varstvu* (Uradni list RS, št. 3/07-uradno prečiščeno besedilo, 23/07-popr., 41/07-popr. in 114/06-ZUTPG). (2007). Dostopno na: <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=20073&stevilka=100> (pridobljeno 26. 8. 2011).
- Žižek, S. (1985). Patološki narcis kot družbeno-nujna forma subjektivnosti. V: *Družboslovne razprave*, Letn. 2, št. 2, str. 105–141.

## Priloge

### PRILOGA A: *Vprašalnik o oblikovanju identitete telesa ter o učenju s telesom in o telesu*

#### Identiteta

Spol:

Starost:

Verska pripadnost:

Izobrazba staršev:

Izobrazba:

Zadnji poklic:

Zakonski stan:

Geografsko poreklo:

#### **A. Oblikovanje odnosa do telesa in identitete telesa pod vplivom primarne družine**

1. Ste se v primarni družini pogovarjali o telesu, in če da, na kakšen način?
2. So za vas pomembni odrasli pokazali čustven odnos do vašega telesa, so ga kdaj opisovali, in če da, ob kakšnih priložnostih in kako je to vplivalo na vas?
3. Ste bili v svoji primarni družini kdaj telesno kaznovani, in če da, kako ste to doživljali?
4. Kakšno stališče je v vaši primarni družini prevladovalo glede golote oz. razkrivanja telesa?
5. Ste v vaši primarni družini upoštevali religiozne zapovedi glede telesa, in če da, katere in kako so se kazale?
6. Ste bili v primarni družini deležni vzgoje o telesu, in če da, kakšne?

#### **B. Vpliv družbe in kulture**

7. Kako so ljudje v času vaše mladosti gledali na telo v primerjavi z današnjim časom?
8. So v vašem okolju obstajale kakšne posebne prepovedi (omejitve) glede poudarjanja telesa, in če da, katere?
9. Kaj menite o današnjem odnosu do telesa in o današnjem vedenju o telesu?

#### **C. Dejavniki oblikovanja (identitete) telesa skozi življenje**

10. Ste v primarni družini verjeli, da je mogoče vplivati na telo, in če da, kako?
11. Kateri deli telesa so bili v vaši primarni družini najpomembnejši oz. na katere dele telesa so vas najpogosteje opozarjali?
12. Ste v svoji primarni družini varovali zdravje, in če da, na kakšen način?

13. Kakšne so bile prehranjevalne navade v vaši primarni družini?
14. So se vaše navade glede telesa v odraslosti kaj spremenile, in če da, kaj je na to vplivalo ali kdo je na to vplival?
15. Ste se redno gibali, in če da, zakaj?
16. Ste kdaj razmišljali, da bi odšli k lepotnemu kirurgu, in če da, kdaj in zakaj?
17. Ste kdaj razvajali svoje telo, in če da, kdaj in kaj vas je spodbudilo k temu?
18. Kdo je skozi življenje najbolj vplival na vašo predstavo o vašem telesu?
19. Kako se je vaš pogled na telo spreminjal pod vplivom odnosa s partnerjem?

#### **D. Vseživljenjsko spreminjanje predstave o svojem telesu**

20. Kaj vam danes pomeni telo?
21. Kakšna so bila čustva, ki ste jih v času odraščanja gojili do svojega telesa?
22. Se je kasneje vaš odnos do telesa spremenil, in če da, kako in pod vplivom česa/koga se je to zgodilo?
23. Ste na svoje telo kdaj poskušali vplivati sami, in če da, kako?
24. Se danes zavedate staranja telesa, in če da, kako se spopadate s tem dejstvom?
25. Kdaj ste prvič začutili, da se starate in kaj je k temu pripomoglo?
26. Kako svoje telo doživljate danes?
27. Česa si glede svojega telesa želite v prihodnosti?

#### **E. Potek učenja s telesom in o telesu**

28. Kako pogosto ste se s pomembnimi odraslimi (starši, učitelji, družinskimi prijatelji idr.) ter sovrstniki pogovarjali o telesu in ob kakšni priložnosti ste začeli pogovor o tem?
29. Ste imeli doma dostop do kakšnih knjig, revij ali česa drugega, kjer je bil govor o telesu, in če da, ali jih lahko naštejete?
30. Ste brali leposlovno literaturo ali gledali kakšen film, in če da, ste tam našli kakšno za vas pomembno misel, sporočilo o telesu, in če da, kaj je sporočalo?
31. Ste kdaj sebe ali koga drugega spremljali skozi bolezen, in če da, kako je takrat potekalo vaše učenje o telesu?
32. Ste bili kdaj vključeni v kakšno izobraževanje v povezavi s telesom, in če da, ali ga lahko opišete?
33. Česa bi se danes, v zrelih letih življenja, želeli naučiti v povezavi s telesom?



PRILOGA 2: *Primer razčlenitve intervjuja in odprtega kodiranja*

Zapis št.	EMPIRIČNI ZAPIS	POJMI	POJMI (1. raven)	KATEGORIJE	KROVNI POJMI
1.	Ja, mi smo bili zelo svobodomiselnih. Pravzaprav sva z mamom o telesu govorili manj, ampak tudi ona je bila zelo svobodomiselnih.	Svobodomiselnost; Odprtost; Pogovor Primarna družina Telo	Odpri pogovor o telesu v primarni družini	Odpri	Odnos do telesa v primarni družini
2.	Se pa spominjam ene smešnih anekdot iz mojega življenja. Enkrat je prišla mama domov in sva se midva z bratom pretepala in je rekla: »Kaj pa je?«. Pravim: »Ja, on hoče knjigo od dr. Dragaša: Otroci v šolski dobi«. Potem je pa mama rekla: »Ja, če je dobro za tebe, je verjetno tudi za njega dobro«. »Mama ne, tam piše tudi o menstruaciji«.	Spomini; Sram Odobranje Odpri; Šolska doba Razvoj telesa; Menstruacija	Odpri staršev do učenja o telesu; Odobranje staršev; Sram odrasčajočih	Odnos sorojencev in staršev do telesa v času odrasčanja in gradnja identitete ženskega telesa	Dejavniki oblikovanja identitete telesa v primarni družini
3.	Pri nas so bile te stvari zelo tako, odprte no. Potem, v moji družini z možem, pa to sploh ni bil tabu.	Odpri; Sproščenost; Ni tabuja	Odpri v primarni družini; Odpri v sekundarni družini	Odpri do vprašanj telesa skozi življenje	Vpliv primarne družine in partnerja na identiteto telesa

<b>Zapis št.</b>	<b>EMPIRIČNI ZAPIS</b>	<b>POJMI</b>	<b>POJMI (1. raven)</b>	<b>KATEGORIJE</b>	<b>KROVNI POJMI</b>
4.	Glede pogovora z mamo o telesu so bili takrat še drugi časi. Jaz sem šla z mojimi otroki veliko bolj v bistvo.	Kultura; Družbene okoliščine; Mati, Pogovor; Zadržanost; Tabu; Sproščenost	Vpliv kulture, družbenih okoliščin v odnosih med materjo in otroki	Kulturne razlike in odnos do telesa ter ravnanje	Kultura kot dejavnik oblikovanja identitete telesa v primarni družini
5.	Ona je pravzaprav tudi iz svoje izobrazbe ven malo po svoje razlagala. Pa iz biologije ven. Niso bili pa to taki pogovori kot z mojimi otroki, ki so mi znali povedati, kdaj so imeli prvi odnos in tako naprej.	Stroka; Pogovor; Zadržanost; Mati; Otroci; Primarna družina; Sekundarna družina; Učenje o telesu	Vpliv kulture, časovnega razdobja; Vpliv stroke in poklica	Kultura, časovno razdobje in stroka	Kultura in strokovno znanje staršev kot dejavnik oblikovanje identitete telesa v primarni družini in spreminjanje odnos do telesa v posameznih generacijah
6.	Jaz sem tudi mami povedala, ampak to je bilo tako, postfestum že. Otroci imajo pa še bolj sproščeno s svojimi otroci. To se sprošča.	Zadržanost; Odnos matere; Odnos hčere; Odprtost; Sproščenost	Razlike med preteklostjo in sedanjostjo; Odprtost v sekundarni družini	Razlike med časovnimi razdobji; Odprtost	Vpliv kulture in časovnih razdobji; Spreminjanje odnosa skozi generacije

<b>Zapis št.</b>	<b>EMPIRIČNI ZAPIS</b>	<b>POJMI</b>	<b>POJMI (1. raven)</b>	<b>KATEGORIJE</b>	<b>KROVNI POJMI</b>
7.	Ta tabu telesa se je, odkar jaz živim, izredno sprostil. Je skoraj izginil, ne. V nekaterih krogih je še, no.	Zadržanost; Sproščенost; Tabu	Razlike med preteklostjo in sedanjostjo; Spremembe v odprtosti družbe	Razlike med časovnimi razdobji; Kultura in družba	Vpliv kulture in časovnih razdobji; Spreminjanje odnosa skozi generacije
8.	Recimo to je bilo čisto normalno. ... kakšno je tudi prijel pa tako naprej. Danes bi to bilo že vse pedofilija, zato se mi zdi to tako smešno.	Sproščенost; Dotik; Nova zadržanost Odprtost; Sprejemljivost; Drugačni časi; Drugačno dojetanje	Razlike med preteklostjo in sedanjostjo; Spremembe v odprtosti družbe; Večja vednost o mejah v preteklosti; Interpretacija dotika	Razlike v času; Kultura in družba	Dejavniki, ki vplivajo na identiteto telesa in odnos do telesa
9.	V bistvu ti dotik daje včasih tudi občutek varnosti, da te nekdo ščiti, da te ima nekdo rad. Ni nujno takoj zla misel pri tem, ne.	Varnost; Dotik; Zaščita; Ljubezен; Sprejemanje; Občutek; Široko razmišljanje; Odprtost; Pozitivna naravnost	Interpretacija dotika; Sprejemanje dotika	Dotik	Dejavniki, ki vplivajo na identiteto telesa in odnos do telesa

## **IZJAVA O AVTORSTVU**

Izjavljam, da je diplomska naloga z naslovom *Razumevanje pomena telesa v sodobni družbi in izobraževanje starejših odraslih* samostojno avtorsko delo, ki je nastalo pod mentorstvom doc. dr. Dušane Findeisen.

Nina Cenkar

Ljubljana, marec 2012