

**Univerzita Pardubice**  
**Fakulta filozofická**

**Význam těla v české společnosti**  
**Body image a generace středního věku**

**Bc. Monika Hrčková**

**Diplomová práce**

**2009**

**zadání 1.strana**

**zadání 2. strana**

Prohlašuji:

Tuto práci jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v Univerzitní knihovně Univerzity Pardubice.

V Čáslavi dne 27. 6. 2009

Monika Hřčková

Na tomto místě bych chtěla poděkovat mému vedoucímu práce Mgr. Petru Pabianovi, Th.D. za cenné rady a připomínky a za jeho vstřícný přístup. Dík patří také všem blízkým, jež mi byli oporou a inspirací, především Bc. Heleně Masníkové a Mgr. Liborovi Duškovi. Děkuji také všem, se kterými jsem mohla vést výzkumné rozhovory či se zúčastnili dotazníkového šetření, jelikož bez nich by tato práce nikdy nevznikla. Děkuji svým rodičům a prarodičům, jelikož bez nich bych tu nebyla já.

## **ANOTACE**

Tématem práce je pojetí těla mezi příslušníky generace středního věku. V souladu s ideálem krásy, prosazovaným v západní společnosti, je hlavní pozornost zaměřena na fyzickou stránku těla, zejména na jeho vzhled.

Stěžejní část práce se sestává z několika praktických kapitol – body image, krása, tloušťka, stárnutí a role médií. Skrze jejich optiku je reflektováno vnímání těla „obyčejných“ lidí. Tělo je v této studii chápáno jako kulturně podmíněná entita. Zvláštní pozornost je věnována kulturním vlivům na pojetí těla u lidí, kteří s přibývajícím věkem s dnešním mladistvým štíhlým ideálem korespondují čím dál méně.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Body image, tělo, krása, vzhled, střední věk, stárnutí, tloušťka, média

## **TITLE**

The Concept of the Body in Czech society: Body Image and Middle Age

## **ANNOTATION**

The theme of this work focuses on the perception held by the middle-aged generation regarding their body image. Attention is placed on the way western society promotes a particular body shape as being desirable over others. Chapters included relate to body image, beauty, obesity, aging and the role of the media. This study examines the effects of cultural conditioning on the development of body image. Special attention is placed on examining cultural conditioning relating to the aging body.

## **KEYWORDS**

Body image, body, beauty, appearance, middle age, ageing, obesity, media

## Obsah

1 Úvod.....	8
2 Tělo ve společenských vědách.....	10
3 Rešerše literatury .....	14
4 Metodologie .....	19
4.1 Výběr respondentů, lokalita a termín výzkumu.....	19
4.2 Etické stanovisko .....	20
4.3 Metody výzkumu .....	21
4.4 Historie výzkumu.....	25
5 Body image .....	29
5.1 Vzhled.....	32
5.2 Zdraví a výkonnost .....	38
6 Krása .....	41
7 Vnímání tloušťky .....	46
8 Stárnutí.....	52
9 Vliv médií .....	60
10 Závěr .....	67
11 Použitá literatura a zdroje .....	70
12 Přílohy.....	73
12.1 Příloha číslo 1 – seznam respondentů.....	73
12.2 Příloha čísla 2 – otázky k rozhovoru .....	74
12.3 Příloha číslo 3 – dotazník.....	76
12.4 Příloha číslo 4 – vyhodnocení dotazníku.....	92

# 1 Úvod

Tělo je pro každého člověka do jisté míry přirozenou kategorií. Všichni lidé mají a zároveň určitým způsobem prožívají svoje tělo. Lidské tělo se rodí a umírá, je složeno z masa, krve a kostí, má jisté biologické potřeby jako je spánek nebo strava, a na základě těchto atributů ho můžeme bezesporu považovat za součást přírody. Lidské tělo se ovšem rodí do určité kultury nebo společnosti, a ta ho dále utváří a formuje a to je to, co mě v předkládané práci zajímá především – pojetí těla člověka v jeho kulturním kontextu.

Současná západní společnost připisuje tělu nemalý význam. Důraz je kladen zejména na fyzický vzhled. Jsme obklopeni záplavou módních časopisů, reklam a televizních pořadů, jež se nás snaží přesvědčit, že své tělo musíme upravovat. Zároveň nám předkládají ideál, jehož bychom měli chtít dosáhnout. Tento společenský tlak býval zaměřen téměř výhradně na ženy, v současné době je nám však naznačováno, že i muži by si měli zakládat na svém těle. Ideálem je mladá štíhlá žena a přiměřeně svalnatý muž, oba samozřejmě upraveného zevnějšku. Jakým způsobem však tělo vnímají ti, jež náročným kritériím ideálu krásy neodpovídají? Jakou, pokud tedy nějakou, roli hraje mediální obraz ideálního těla v životech „normálních“ lidí? Odvíjí se nějakým způsobem pojetí krásy, tak jak ji lidé běžně vnímají od předkládaného ideálu?

Generace středního věku, tedy lidé, kteří již nejsou mladí, ale zároveň mají ještě do stáří daleko, už z pozice svého věku do celospolečensky prosazovaného ideálu krásy nezapadají. Ovlivňuje tato skutečnost nějakým způsobem jejich vnímání těla? A vůbec, jakým způsobem vnímají stárnutí, jež je obecně v naší společnosti čím dál menší hodnotou? Předpokládá se, že s přibývajícím rokem se ustaluje i hodnotový žebříček. Jaké místo v něm zaujímá fyzický vzhled, zdraví či výkonnost těla? Proč je nutné o tělo pečovat a co je s péčí o tělo spojováno? Tyto, a mnohé další otázky jsem si pokládala během celého bádání. Cílem výzkumu bylo nalézt na tyto otázky odpovědi.

Tato diplomová práce se skládá z deseti kapitol. Po úvodu následuje *Kapitola 2 (Tělo ve společenských vědách)*, ve které jsou nastíněny zásadní přístupy ke studiu těla z pohledu společenských věd. Hlavní důraz je zaměřen na pojetí sociologické sociokulturně antropologické. V *Kapitole 3 (Rešerše literatury)* je představena a zhodnocena dostupná literatura, vztahující se k zkoumanému tématu. *Kapitola 4*



(*Metodologie*) popisuje okolnosti, za kterých výzkum vznikal a podrobně rozebírá zvolenou metodologii. Na tuto část plynule navazují kapitoly 5 až 9, ve kterých se snoubí teoretický základ s výsledky samotného terénního výzkumu. Tyto kapitoly jsou koncipovány jako víceméně samostatné celky se svým vlastním úvodem a závěrem. *Kapitola 5 (Body image)* se věnuje významu třech složek tělesného sebepojetí, čili vzhledu, zdraví a výkonnosti. Hlavní pozornost je zaměřena na fyzický vzhled, jakožto kulturně nejvíce podmíněnou složku body image. *Kapitola 6 (Krása)* pojednává o pojetí krásy, mimo jiné hledá, co považuje generace středního věku za krásné a do jaké míry v tom hraje roli ideál krásy. *Kapitola 7 (Vnímání tloušťky)* je věnována tělesným rozměrům a zejména tloušťce. Bude ukázáno, nakolik významnou úlohu zastává štíhlost v celkovém pojetí těla. *Kapitola 8 (Stárnutí)* nejprve ukazuje určitou problematičnost vymezení kategorie „střední věk“ a dále se zabývá vnímáním stárnutí, zejména jeho fyzických projevů. *Kapitola 9 (Vliv médií)* řeší vliv masových médií, jakožto prostředku, skrze který je ideál krásy v naší společnosti nejvíce šířen. Ukazuje, jakým způsobem příslušníci generace středního věku přijímají mediální sdělení, a do jaké míry se jimi nechají ovlivnit. V poslední kapitole (*Závěr*) budou shrnuty výsledky výzkumu, zhodnocena použitá metodologie a naznačeny cesty, kudy by se mohlo ubírat další bádání.

Kultury jsou v neustálém pohybu a stále se mění. Vzhledem k této skutečnosti se domnívám, že každá práce, jejímž cílem je zachytit obraz současné společnosti, může být do určité míry přínosem. Zvláště potom, pokud si zvolí z výzkumného hlediska na první pohled ne příliš atraktivní cílovou skupinu. Neatraktivní v tom smyslu, že ji tvoří „průměrní lidé“, čili ve vztahu k tématu ničím specičtí. Průměrných lidí je ovšem většina a tak jejich názory a postoje zaujímají významné místo v mozaice vytvářející obraz současné společnosti. Do této mozaiky bych ráda přispěla předkládanou prací.

## 2 Tělo ve společenských vědách

Každý člověk „má tělo“, jehož prostřednictvím vnímá svět a je v interakci se svým okolím. Zároveň každý člověk „je tělo“, skrze které sám sebe prožívá. Dnes tak převládá celistvé pojetí člověka, v jehož rámci tělo a duši chápeme jako jednotu. Ovšem nebylo tomu tak vždy. Otázkou duše a těla, jinými slovy, zdali člověk „má tělo“ nebo „je tělo“, se primárně zabývá zejména teologie a filosofie.

Vhled do problematiky těla tedy započnu stručným exkursem do filosofie, tak jak ho reflektuje Fialová.<sup>1</sup> Vztahem duše a těla se zabývali filosofové po celá staletí, počátky je možné vysledovat již v antice. Například Aristoteles viděl duši jako tvar, který formuje látku, čili tělo. Ve středověku dominoval pohled křesťanské teologie, totiž, že tělo je nositelem duše, ale zároveň i nádobou hříchu, přičemž vztah mezi duší a tělem je chápán dualisticky, duše je nesmrtelná a stvořená Bohem. Pojetí duše a těla jako dvou na sobě nezávislých substancí nejvíce graduje u Descarta. Filosofický dualismus předpokládá zásadní odlišnost a neslučitelnost těla a duše, přičemž duchovní princip bývá nadřazen tomu hmotnému.

V 19. a 20. století se objevují nové filosofické směry s novým přístupem k lidskému tělu. Předmětem filosofie již není bytí samo, ale odhalování smyslu bytí. V protikladu k Descartovu dualismu se objevuje Husserlova fenomenologie se svým zřením o podstatách, jež duši chápe jako část těla. Tělo je víc než pouhým objektem, je současně subjektivní a je třeba mu porozumět. Pro antropologii i sociologii těla má význam dílo filosofa Maurice Merleau-Pontyho, pokračovatele Husserlovy fenomenologie, jež poukazuje na alternativní konceptualizaci osobnostního uspořádání, které se soustředí na „ztělesněné já“.<sup>2</sup>

Vztah těla a tělesnosti novým způsobem vyjadřuje existenciální fenomenologie. Tělo chápe jako subjekt, kterým prožíváme skutečnost, tedy jako své „já“ (jsem tělo) a současně jej prožíváme jako prostředek realizace života (mám tělo). Do životní reality je tak člověk začleněn oběma těly. Na jedné straně jsme svým tělem a

---

<sup>1</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001, str.9-15

<sup>2</sup> Eriksen, Thomas Hylland: Sociální a kulturní antropologie, Portál, Praha 2008, str.76

předstupujeme před druhého člověka a na straně druhé máme tělo, jež můžeme různými způsoby upravovat.

Jakmile ponecháme stranou problematiku pojetí těla a duše, v ten okamžik vyvstane další otázka související s tělem, otázka vztahu přírody a kultury. Lidské tělo je bezpochyby součástí přírody, minimálně proto, že se rodí a umírá, skládá se z masa, kostí a krve a má přirozené potřeby jako například jídlo a spánek. Lidské tělo se však rodí do určité kultury, ta ho tvaruje a dává mu význam. Jak píše Susan Bordo: „Jsme bytostí zabalené v kultuře od toho okamžiku, co jsme byli určeni pohlavím a rasou.“<sup>3</sup> Kultura je tak pro studium těla zcela zásadní, jelikož tělo je do jisté míry kulturním konstruktem. Ve společenském či kulturním kontextu se tělem zabývá zejména sociokulturní antropologie, sociologie nebo gender studies.

Podstatou gender studies je kulturní konstrukce mužství a ženství, s čímž úzce souvisí pojetí mužského a ženského těla. V rozdílných společnostech existují různé genderové stereotypy, které mimo jiné popisují, jak má vypadat muž a jak má vypadat žena. Genderově podmíněny jsou rovněž standardy krásy. V naší společnosti jsou ženy daleko víc než muži hodnoceny podle toho, do jaké míry odpovídají idealizovanému obrazu krásné ženy vytvořeného naší kulturou.<sup>4</sup> „Gender“ je rovněž významnou kategorií feministické antropologie, která se snaží prosadit ženskou perspektivu v sociokulturní antropologii.<sup>5</sup>

Antropologickému pojetí těla (ve smyslu sociokulturní antropologie) má nejbližší sociologie těla. Tyto dva příbuzné obory se vzájemně prolínají a doplňují a současně stojí do velké míry na stejných teoretických základech. Jak antropologie těla, tak sociologie těla, jsou obory poměrně nové, ač tělo, jako předmět zájmu badatelů, nové není. Zejména v antropologii existuje tradice výzkumů, týkajících se těla. Za zmínku jistě stojí Margaret Meadová<sup>6</sup> a její práce týkající se genderu a sexuality, jež zkoumala na ostrově Samoa a ve Spojených státech, dále potom i její příspěvek k vizuální antropologii, studující trans a tanec na Bali. Antropologové se tedy v souvislosti s tělem

---

<sup>3</sup>Bordo, Susan: *Unbearable Weight: Feminism, Western culture, and the Body*. Berkley: University of California Press 1993 In Delaney, Carol: *Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology*, Blackwell Publishing 2004

<sup>4</sup>Renzetti, Clarie M., Curran, Daniel J.: *Ženy, muži a společnost*, Karolinum, Praha 2003

<sup>5</sup>Soukup, Václav: *Dějiny antropologie*, Karolinum, Praha 2004, str.585-589

<sup>6</sup>Tamtéž str.393-396

zabývali tématy, jako je tanec, tetování a jiné zdobení těla, ženská a mužská obřízka apod.

K bádání o těle rovněž velkou měrou přispěla práce Roberta Hertze, Marcela Mause či Mary Douglasové, kteří všichni studovali tělo jako symbol.<sup>7</sup> Robert Hertz studoval hodnoty a asociace, jež jsou připisované pravé a levé ruce v různých společnostech. Mary Douglasová se zabývala způsoby, jak se lidské tělo užívá jako sociální a náboženský symbol, což dokládá pravidly očišťování a pojetí špíny v různých kulturách. Třetí zmíněný, Marcel Mauss, zavedl koncept „technik těla“, ve kterých popisuje, jak lidé ovládají svoje těla v souvislosti se společenskými normami.

Maussova práce se později odráží v pracích Pierra Bourdieua a Michela Foucaulta.<sup>8</sup> Bourdieu podrobněji rozpracoval Maussův pojem „habitus“, jež chápe jako způsob naší orientace v sociálním prostoru. Habitus je soubor naučeného vkusu, preferencí, návyků a dovedností v souladu s postavením jedince ve společnosti. Tělo je fyzickým vyjádřením hierarchie sociální moci, což znamená, že tělo je kultivováno a reprezentováno estetickými preferencemi různých společenských tříd. Každá třída má svůj určitý habitus, prezentovaný určitým tělem.

Foucault<sup>9</sup> prezentoval tělo jako výsledek mocenských vztahů, a to zejména mezi ženami a muži. Moc je Foucaultem chápána jako určitá strategie nebo soubor taktik, jak dosáhnout určitého cíle. Podle Susan Bordo mají některé feministky stejný úhel pohledu právě jako Foucault. Pod jeho popsaným mechanismus moci a kontroly spatřují tělesný ideál krásy, pomocí něhož jsou ženy ovládány muži.<sup>10</sup>

Dalším významným teoretikem, jenž se soustředil na problematiku spojenou s mocí, přesněji na vztah mezi mocí a chováním, byl Norbert Elias s jeho teorií o civilizačním procesu.<sup>11</sup> Zabývá se potlačováním pudových reakcí a posilováním sebekontroly v průběhu minulých staletí, dokládá, jak s civilizačním procesem zároveň rostl odstup od vlastního těla, zrodil se pocit trapnosti, nechutnosti a studu.

---

<sup>7</sup> Bowie, Fiona: Antropologie náboženství, Portál, Praha 2008, str.45-67

<sup>8</sup> Turner, Brian S.: The Sociology of Body, str.93-94

<sup>9</sup> Foucault, Michel: Dohlížet a trestat, Dauphin, Praha 2000

<sup>10</sup> Reischer, Erica and Koo, S. Kathryn: The Body Beautiful: Symbolism and Agency in Social World, Annu. Rev. Anthropol. 2004

<sup>11</sup> Šubrt, Jiří: Civilizační teorie Norberta Eliase, Karolinum, Praha 1996

Problematiku těla reflektují taktéž autoři, kteří se zabývají současným stavem společnosti. Například sociolog Zygmund Bauman popisuje sociální konstrukci těla jako jeden z atributů současné postmoderní společnosti. Každá kultura utváří tělo svým vlastním způsobem, postmoderního člověka Bauman vidí jako sběratele prožitků, jež konzumuje a stravuje zážitky. Lidské tělo je dnes podle něj v první řadě orgánem spotřeby, konzumu a mírou jeho stavu je schopnost absorbovat a přijmout všechno, co konzumní společnost nabízí.<sup>12</sup>

V souvislosti s neustálými proměnami kultury a s pokrokem v oblasti medicíny a různých jiných technologií se stále objevují nová témata, vztahující se k problematice těla. Jen namátkou, tak jak je nastiňuje Turner<sup>13</sup>, lze zmínit výzkumy kmenových buněk, díky nimž se lidé dožívají vyššího věku nebo možnosti asistované reprodukce, umožňující ženám těhotenství ve vyšším věku a podobně.

Člověk, jeho tělo a problematika s ním související jsou zkoumána i jinými vědními disciplínami, jako je například estetika, zabývající se krásnem, kinantropologie, studující zejména pohyb, psychologie, neurologie nebo medicína, a v neposlední řadě rovněž fyzická antropologie, jejímž předmětem zájmu je biologická podstata člověka.

Na předešlých několika stranách jsem se pokusila nastínit, jakým způsobem je možné nahlížet na problematiku související s tělem člověka. Tento přehled není ani zdaleka vyčerpávající, což ovšem nebylo ani jeho cílem. Uvedla jsem zde takové příklady nazírání na tělo, jež jsou podle mého názoru nejdůležitější pro pochopení kombinace antropologického a sociologického přístupu, který současně uplatňuji i v předkládané práci.

Body image, podobně jako téma těla obecně, je možné nahlížet z perspektivy více oborů, zejména těch, které byly představeny výše. V následující kapitole bude téma body image představeno podrobněji, a to na základě prací o body image a tématech s ním úzce souvisejících.

---

<sup>12</sup> Bauman, Zygmund: Úvahy o postmoderní době, SLON, Praha 2002, str.61-93

<sup>13</sup> Turner, Brian S.: The Sociology of Body

### 3 Rešerše literatury

Téma body image je v dostupné literatuře nejčastěji zpracováno z perspektivy psychologie nebo sociologie, velice často potom takovým způsobem, který tyto dva přístupy kombinuje. Výjimku netvoří ani podstatná část literatury, ze které jsem v předkládané práci čerpala informace.

Pokud budeme hledat zpracování problematiky týkající se body image v česky psané nebo do češtiny přeložené literatuře, setkáme se s poměrně omezeným počtem titulů, které by bylo možné pokládat za seriózní. Za zmínku však určitě stojí dvě autorky, a to Ludmila Fialová: *Body image jako součást sebepojetí člověka*<sup>14</sup> a Sarah Grogan: *Body Image, Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem*<sup>15</sup>, jejichž práce mi byly největší inspirací a současně teoretickou platformou k realizaci výzkumu.

Fialová ve své studii zohledňuje psychologický a sociologický pohled, a současně v jejím přístupu k tématu hraje nezanedbatelnou roli její domovská disciplína, tělesná výchova. Kniha je sestavena z deseti kapitol, rozložených do dvou celků. Jedna část je teoretická, přičemž zmíněnou teorii dokládá výsledky mnoha výzkumů. Druhou část nazývá experimentální a obsahuje výsledky jejích vlastních výzkumů z let 1992 až 1998, pozornost věnuje zejména výzkumu tělesného sebepojetí u ženské adolescentní populace. Knihu Fialové považuji za velice hodnotnou, a to nejen z toho důvodu, že se jedná o jedinou dostupnou studii, reflektující české prostředí. Při orientaci v tématu body image mi byla kniha velice nápomocná, stejně tak i při sepisování předkládané práce. K Ludmile Fialové je ovšem nutno dodat, že se nezabývá body image pouze na poli vědeckém. Je mimo jiné autorkou několika populárně naučných publikací: *Moderní body image – Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*<sup>16</sup> nebo *Jak dosáhnout postavy snů – možnosti a limity korekce postavy*<sup>17</sup>. V tomto přístupu Fialové lze spatřit malý paradox. Badatelka, která ve své akademické práci mimo jiné reflektuje zaměření naší společnosti na ideální štíhlé tělo, jež může mít negativní vliv na tělesné sebepojetí, zmíněnými tituly k idealizaci štíhlosti sama přispívá.

---

<sup>14</sup> Fialová, Ludmila: *Body image jako součást sebepojetí člověka*, Karolinum, Praha 2001

<sup>15</sup> Grogan, Sarah: *Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem*, Grada 2000

<sup>16</sup> Fialová, Ludmila: *Moderní body image – Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*, Grada 2006

<sup>17</sup> Fialová, Ludmila: *Jak dosáhnout postavy snů – možnosti a limity korekce postavy*, Grada 2007

Nicméně takovýto přístup není ojedinělý, ba právě naopak. V kontrastu s nízkým počtem odborných titulů existuje v českých knihovnách a na knižních pultech nepřeberné množství publikací, jež se tělem zabývají ve smyslu nutnosti jeho úprav pro krásu. Mezi hlavní témata patří redukce hmotnosti, udržování mladistvého vzhledu a podobně. Pozornost těchto různých příruček nebo časopisů je zaměřena zejména na ženy obecně, na adolescentní dívky nebo na stárnoucí ženy. Populárně naučná literatura o body image může být psána také v tom smyslu, který se snaží současný důraz na ideální tělo odmítat. Příkladem je Marion Crooková: *V zajetí image těla, jak chápat a odmítat mýty o vzhledu těla*<sup>18</sup>, dle mého názoru však autorka svým přístupem k tématu koresponduje s tím, co se sama snaží kritizovat, s přílišným důrazem na fyzický vzhled v naší společnosti. Nicméně, na tomto titulu si cením přehledně a srozumitelně popsaného vývoje ideálu krásy a štíhlosti.

Jak jsem již zmínila, hlavním zdrojem teoretických informací mi byly knihy výše rozebrané Ludmily Fialové a dále potom Sarah Grogan. Grogan zpracovává téma body image rovněž kombinací psychologického a sociologického přístupu. Stejnou měrou se snaží věnovat ženám i mužům všech věkových kategorií, což u tématu body image není tak časté. Grogan své poznatky dokládá údaji z velkého množství výzkumů, prováděných zejména ve Velké Británii, Spojených státech a Austrálii. Ukázky rozhovorů, jež autorka publikuje, mi byly významnou oporou při formulování vlastních výzkumných otázek, které jsem posléze využila při sestavování dotazníku.

Téma těla a body image je mnohem větší měrou zpracováno v odborné anglicky psané literatuře, o něco horší je to však s její dostupností.<sup>19</sup> Za zmínku určitě stojí kniha *Body Image: A Handbook of Theory, Research & Clinical Practice*<sup>20</sup>, kterou editovali Thomas F. Cash a Thomas Pruzinsky, na více než pěti stech stranách se věnují tématu body image v různých souvislostech, zejména potom ve spojitosti s onemocněními jako například bulimie či anorexie a jinými fyzickými změnami. Obecně je možné říci, že

---

<sup>18</sup> Crooková, Marion: *V zajetí image těla, jak chápat a odmítat mýty o vzhledu těla*, OLDAG, Ostrava 1995

<sup>19</sup> Některé tituly bylo možné dohledat na [www.books.google.com](http://www.books.google.com), tyto stránky mají však jednu velkou nevýhodu, protože se na nich nezobrazují všechny stránky hledané knihy.

<sup>20</sup> Cash, Thomas F., Pruzinsky, Thomas et. al.: *Body Image: A Handbook of Theory, Research&Clinical Theory* 2004 In <http://books.google.com/books?id=qZN7w2kXxtoC&lpg=PP1&hl=cs&pg=PP1#v=onepage&q=&f=false>

problematika body image je často zkoumána právě v souvislosti s poruchami příjmu potravy. Příkladem může být studie *Body Image: New Research*<sup>21</sup>, kterou editovala Marlene V. Kines, která studuje vliv extrémně štíhlého ideálu krásy v západní společnosti na tělesné sebepojetí, jehož důsledkem mohou být právě onemocnění jako mentální anorexie či bulimie.

Jako jeden z podkladů pro tuto práci mi posloužila publikace *The Body in Everyday Life*<sup>22</sup>, kterou společně editovali Sarah Nettleton a Jonathan Watson. Kniha se skládá z patnácti studií, které jsou rozděleny do čtyř tematických celků: *physical and emotioal bodies, health and illness, gender* a *ageing*. Tyto zmíněné okruhy zcela korespondují s tím, v jaké souvislosti je body image obvykle zkoumáno, a současně napovídají, jaké cílové skupiny jsou nejčastěji objektem zájmu badatelů.

Jak bylo zmíněno výše, studie zabývající se body image velice často volí téma nespokojenosti s tělem, mnohdy ústící až k poruchám stravování. Dalším velkým a zároveň úzce souvisejícím tématem je výzkum body image a zdraví respektive nemoci. Jako příklad může posloužit studie Bethana Williamse a Julie H. Barlow o pojetí těla lidí trpících artritidou.<sup>23</sup> Body image je rovněž zkoumáno v souvislosti se sportovci, například s kulturisty, dále potom v souvislosti s pohybem, například s tancem<sup>24</sup> atd. Na těchto několika příkladech jsem se pokusila demonstrovat, že cílová skupina výzkumů je obvykle tvořena lidmi, jež spojuje nějaký prvek tělesna. Může jím být přehnaný zájem o tělo u mladých dívek trpících anorexií, může to být společný prožitek nemoci nebo úraz, může to být rovněž zájem o tělo v souvislosti se sportem, tancem, či nějakým druhem fyzického zkrášlování atd. Výzkum, který je představen v předkládané práci, respektive volba cílové skupiny, se však ubírá opačným směrem. Vybrala jsem takové respondenty, kteří žádný zjevný zájem o tělo neprojevovali. Nazveme je například jako „obyčejné“ nebo „průměrné“ jedince.

---

<sup>21</sup> Kines, Marlene V.: *Body Image: New Research* 2006 In: <http://books.google.com/books?id=DVFrOLKEoAkC&lpg=PP1&hl=cs&pg=PA215#v=onepage&q=&f=false>

<sup>22</sup> Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: *The body in everyday life*, Taylor&Francis e-Library, 2005

<sup>23</sup> Williams, Bethan, Barlow, Julie H.: *Falling out with my shadow: Lay perceptions of the body in the context of arthritis* In Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: *The body in everyday life*, Taylor&Francis e-Library, 2005

<sup>24</sup> Wainwright, Stephen P., Turner, Bryan S.: *Narratives of Embodiment: Body, Aging, and Career In Royal Ballet Dancers* In Thomas, Helen and Ahmed, Jamilah ed. al.: *Cultural Bodies: Ethnography and Theory*, Blackwell Publishing 2004



Dalo by se říci, že to, co pojí mnou zvolenou cílovou skupinu dohromady, je zejména jejich věk. Ovšem generace středního rovněž není obvyklou cílovou skupinou výzkumů, badatelé svůj zájem často zaměřují například na dospívající.<sup>25</sup> Při studiu literatury jsem zaznamenala pouze dvě studie, jež se zabývají středním věkem. Jedna je od autorů Susan Kranss Whitbourne a Karyl M. Skultery<sup>26</sup> a zabývá se studiem procesu vytváření identity. Druhá studie je od Sarah Cunningham-Burley a Kathryn Backlett-Milburn<sup>27</sup> a zabývá se středním věkem v souvislosti s vnímáním nemoci.

Antropologické pojetí body image nastiňuje Carol Delaney ve své antropologické učebnici<sup>28</sup> v kapitole *Our Bodies, Our Selves*, představuje zde rozličné koncepty pojetí těla, techniky zdobení těla, tetování, problematiku transplantace orgánů, tělo v souvislosti se smrtí a konečně také body image. Zajímavá, a s tématem do značné míry související, je rovněž kapitola *Clothing Matters*, zabývající se významem oblečení.

Pokud se vrátím k publikacím, ze kterých jsem čerpala informace při psaní této práce, tak bych též ráda zmínila literaturu, která se nevztahuje k body image přímo, ale velice úzce s tématem souvisí. Mám na mysli knihy o kráse. Zejména pro inspiraci je třeba na tomto místě zmínit Umberta Eca a jeho *Dějiny krásy*<sup>29</sup> a *Dějiny ošklivosti*<sup>30</sup>. Zatím co Eco chápe krásu jako relativní entitu, další autorka, která bude v textu citována, pojímá krásu poněkud jinak. Nancy Etcoffová: *Proč krása vládne světu*<sup>31</sup> sice nepopírá kulturní vliv na pojetí krásy, základ však hledá v biologii člověka. Poslední, koho nesmím opomenout, je Naomi Wolf: *Mýtus krásy*<sup>32</sup>, autorka velice často citovaná ve feministicky laděných pracích, jelikož přichází s tvrzením, že mýtus krásy je kulturní konstrukt, který vymysleli muži jako poslední prostředek k ovládnutí žen. Podle mého

---

<sup>25</sup> Ojeda, Aurijana: Body Image, 2002 In

<http://books.google.com/books?id=7JT7JwAACAAJ&dq=body+image&hl=cs>

<sup>26</sup> Whitbourne, Susan Kranss, Skultety, Karyl M.: Body Image Development: Adulthood and Aging In Cash, Thomas F., Pruzinsky, Thomas et. al.: Body Image: A Handbook of Theory, Research&Clinical Theory 2004 In

<http://books.google.com/books?id=qZN7w2kXxtoc&lpg=PP1&hl=cs&pg=PP1#v=onepage&q=&f=false>

<sup>27</sup> Cunningham-Burley, Sarah, Backlett-Milburn, Kathryn: The body, health and self in the middle years In Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: The body in everyday life, Taylor&Francis e-Library, 2005

<sup>28</sup> Delaney, Carol: Investigating cilture: An experiential Introdition to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

<sup>29</sup> Eco, Umberto: Dějiny krásy, Argo 2005

<sup>30</sup> Eco, Umberto: Dějiny ošklivosti, Argo 2007

<sup>31</sup> Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002

<sup>32</sup> Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000

názoru je Wolf až příliš radikální, její kniha však poskytuje spoustu námětů k zamyšlení.

Přehled literatury, tak jak jsem jej zde nastínila, není dozajista vyčerpávající. Snažila jsem se představit pouze ty autorky a autory, které pokládám vzhledem ke zkoumanému tématu za relevantní.

## 4 Metodologie

V následující kapitole se budu věnovat podrobné charakteristice celého výzkumu, který je možné rozdělit na dva na sebe navazující a posléze propojené celky, v první části je kladen důraz na rozhovory, stěžejní metodou druhé části je dotazníkové šetření. Pozornost bude zaměřena zejména na popis a odůvodnění zvolených výzkumných metod. Dále bych ráda uvedla kontext, ve kterém výzkum probíhal, popsala problémy a slepé uličky, do kterých jsem se při zpracovávání tématu dostala.

### 4.1 Výběr respondentů, lokalita a termín výzkumu

Jak bylo ukázáno v předchozí kapitole (Rešerše literatury), většina výzkumů, vztahujících se k tělu, si vybírá takovou cílovou skupinu, která je něčím specifická. V tomto případě jsem zvolila opačný přístup a hledala jsem takové respondenty, kteří se zdáli na první pohled „obyčejní“, u kterých bylo patrné, že péči o tělo nepovažují za prioritu. Cílovou skupinu provedeného výzkumu je tedy možné charakterizovat jako „průměrní lidé středního věku“, který jsem vymezila věkovou hranicí 40 až 60 let. V průběhu bádání se tato hranice stala pouze orientační, jelikož ani literatura, ani dotazování se neshodovali na tom, jak je střední věk ohraničen. Věk respondentů se nakonec pohyboval mezi 35 až 61 lety. K získávání respondentů jsem použila metodu sněhové koule<sup>33</sup>. Na počátku jsem oslovila své známé a rodiče přátel. Důraz jsem kladla na co nejvíce různorodý výběrový soubor. Pozornost jsem soustředila zejména na variabilitu dosaženého vzdělání, velikosti místa bydliště a vykonávané profese. Dále jsem se snažila stejnou měrou oslovovat obě pohlaví, ale i přes tuto skutečnost větší část mých respondentů tvoří ženy. Zůstává otázkou, zdali muži ke zkoumanému tématu nemají tolik co říci nebo nechtěli na do jisté míry intimní téma odpovídat ženě.

Výzkum probíhal od února 2009 do května téhož roku, pohybu v terénu předcházelo studium dostupné literatury vztahující se k tématu. Jako místo výzkumu jsem zvolila město Pardubice a okolí, jelikož jsem však respondenty získávala zejména

---

<sup>33</sup>Hartnoll, Richard a kol.: Příručka k provádění výběru metodou sněhové koule - Snowball Sampling, Úřad vlády ČR 2003 In: [http://www.drogy-info.cz/index.php/publikace/metodika/prirucka\\_k\\_provadeni\\_vyberu\\_metodou\\_snehove\\_koule](http://www.drogy-info.cz/index.php/publikace/metodika/prirucka_k_provadeni_vyberu_metodou_snehove_koule)

výše zmíněnou metodou sněhové koule, neubránila jsem se přesahu dané lokality, následkem čehož se výzkumné pole rozšířilo o Čáslavsko a Kutnohorsko.

## 4.2 Etické stanovisko

Při výzkumu, ve kterém se pracuje s lidmi, je nutné dodržovat etické stanovisko. Všichni, se kterými jsem vedla rozhovor nebo dotazníkové šetření, byli seznámeni s účelem práce, v některých případech jsem pouze zaměnila obor studia ze sociální antropologie na sociologii, abych potenciálního respondenta zbytečně neodradila názvem oboru, který nezná. Respondentům byla zaručena anonymita, proto také u citovaných výpovědí, jež v textu používám, nejsou uvedena jména. Některé rozhovory jsem nahrávala na diktafon, dotazovaní byli na tuto skutečnost předem upozorněni, a pakliže si to nepřáli, jejich rozhodnutí jsem samozřejmě akceptovala.

V rozhovorech jsem se snažila zaujmout neutrální přístup, tak aby respondenti neměli pocit, že nějaká odpověď je správná či špatná. Konkrétně, zdali péči o tělo prezentovat jako hodnotu kladnou či zápornou. Dále bylo nutné volit vhodná slova a formulovat otázky tak, aby se respondenti nemohli urazit. Až v průběhu výzkumu jsem například zjistila, že výraz „stárnutí“ je třeba nahradit spojením „přibývajících roky“ nebo jakým způsobem zjišťovat odpovědi na otázky spojené s hubnutím, plastickými operacemi či liposukcí, tak aby dotazovaný nezáskal pocit, že mu podsouvám vhodnost takového zákroku. Upustila jsem také od záměru ptát se na otázky spojené se sexualitou, jelikož jsem se setkala s neochotou na tak intimní téma hovořit. U tohoto podtématu se nabízí několik vysvětlení, buďto by respondenti o své sexualitě nehovořili za žádných okolností nebo se mi nepodařilo navázat dostatečně důvěrný vztah. Zde spatřuji zásadní problém ve věkovém rozdílu mezi mnou a cílovou skupinou.

V jednom případě interviu překročilo rámec antropologického výzkumu a nabralo podoby terapeutického rozhovoru, kdy dotazování sklouzlo k citlivým otázkám jako problémy s obezitou a vztahem k vlastnímu tělu potažmo problémy v partnerství. V takovémto případě jsem naslouchala, ale postupně se snažila vrátit zpět ke vztahu antropolog – respondent, kde jsem si byla jistější, než v nově vzniklé situaci: terapeut – respondent.

### 4.3 Metody výzkumu<sup>34</sup>

Vzhledem k charakteru zkoumané problematiky a cílové skupiny jsem se rozhodla vydat cestou smíšeného výzkumu, využila jsem tedy kombinaci kvalitativních a kvantitativních metod, zejména rozhovorů a dotazníkového šetření. Přestože si uvědomuji, že antropologický terénní výzkum je založen zejména na zúčastněném pozorování, použila jsem tuto metodu pouze okrajově. Příslušníci generace středního věku jsou příliš nekonzistentní skupinou k provedení kvalitního zúčastněného pozorování. Navštívila jsem sice kadeřnictví, solárium a plavecký bazén, získaná data však budou použita jenom pro doplnění. Při výzkumu těla a body image mě zajímaly zejména postoje a názory cílové skupiny, což je hlavní důvod, proč jsem před zúčastněným pozorováním dala přednost dotazování. Níže bych se chtěla podrobněji věnovat zvoleným typům dotazování, jejich výhodám a nevýhodám. Právě nevýhody jsem se snažila eliminovat kombinací kvalitativního a kvantitativního přístupu.

#### Rozhovory

V první fázi výzkumu jsem provedla 15 rozhovorů, dohromady s 17 respondenty<sup>35</sup>. Konkrétně se jedná o 10 žen a 7 mužů, 9 z nich má vysokoškolské vzdělání, 7 střední s maturitou a 1 respondent je vyučený. Věk výzkumného souboru se pohybuje v rozmezí 39 až 60 let, průměrný věk po zaokrouhlení čítá 50 let. Oslovovat jsem se snažila lidi různých profesí, dále jsem se soustředila na variabilitu velikosti místa bydliště, tak abych získala respondenty žijící ve městě i na venkově.

Jak bylo již zmíněno, respondenty jsem získávala pomocí metody sněhové koule, je ovšem pravdou, že ne každý oslovený byl svolný k rozhovoru. Několikrát jsem se setkala s argumentem, že se jedná o příliš intimní téma, jindy jsem byla odmítnuta pro velkou časovou vytíženost potenciálního respondenta. V této souvislosti mi bylo navrženo, zdali bych nezaslala výzkumné otázky v písemné podobě elektronickou poštou. To byl jeden z hlavních podnětů k uskutečnění druhé fáze výzkumu v podobě dotazníkového šetření. Ze stejných důvodů jsem jeden rozhovor realizovala po internetu formou chatu. Ve všech případech jsem místo konání rozhovoru podřídila přání respondenta, tak aby se mohl cítit uvolněně. Výsledkem bylo 7 rozhovorů v domácnosti respondenta, 6 rozhovorů na pracovišti (konkrétně ve školní sborovně v Dolní Rovni a

---

<sup>34</sup> Hendl, Jan: Kvalitativní výzkum, Portál, Praha 2005

<sup>35</sup> Viz Příloha číslo 1 – Seznam respondentů

v kanceláři jednoho podniku v Čáslavi), 1 rozhovor u mě doma a 1 již zmíněný rozhovor po internetu. Vždy jsem se snažila o navození příjemné atmosféry a dalo by se shrnout, že se to většinou podařilo.

Výše uvedený počet respondentů a rozhovorů již naznačuje, že některá interwiev proběhla ve skupině. Dva rozhovory jsem vedla se dvěma respondenty najednou, v obou případech se jednalo o přátele a zároveň kolegy v zaměstnání. Takovýto typ dotazování mohu označit za velice plodný, jelikož respondenti na své odpovědi vzájemně reagovali a vzniklo tak několik nových podnětů k bádání. Další velice přínosný typ dotazování, jež jsem použila, by se dal nazvat jako „obrácený skupinový rozhovor“. Obrácený proto, jelikož byl přítomen jeden respondent, respektive respondentka a dvě výzkumnice. Kolegyni jsem předem zasvětila do zkoumané problematiky a připravených otázek, ve dvou se pak lépe dařilo získávat odpovědi a zároveň otevřít diskusi k tématu.

Délka rozhovoru se pohybovala v rozmezí od deseti minut až po dvě hodiny, přičemž většina trvala cca půl hodiny. Rozhovory byly nahrávány na diktafon, respektive na mp3 přehravač, s touto skutečností jsem respondenty předem seznámila a až na tři výjimky všichni souhlasili. Dotazování probíhalo formou částečně řízených rozhovorů, jejichž struktura byla stanovena dopředu připravenými otázkami<sup>36</sup>. V tomto momentě bylo možné spatřit zásadní rozdíl mezi muži a ženami. Obecně lze shrnout, že muži se striktně drželi připravených otázek, odpovídali krátce a nebyli ochotni téma příliš rozvíjet, kdežto většina žen považovala moje otázky pouze za jakousi kostru a rozhovor tak mohl být obohacen o další informace, které nebyly zahrnuty v připravených otázkách.

Inspirací pro rozhovory mi byla zejména četba literatury a to jak odborné<sup>37</sup> tak i populárně naučné<sup>38</sup>. Dalším podkladem k dotazování se stala malá sonda do českých médií. Namátkou jsem vybrala některé časopisy<sup>39</sup> a pořady v televizi, které se zabývají

---

<sup>36</sup> Viz příloha číslo 2 Seznam otázek k rozhovoru

<sup>37</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001; Grogan, Sarah: Body image, Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing 2000

<sup>38</sup> Berger, Erika: Je mi teprve 50: Nová životní etapa, Motto, Praha 1996; Crooková, Marion: V zajetí image těla: Jak chápat a odmítat mýty o tělesném image, Oldág, Ostrava 1995; Fialová, Ludmila: Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla, Grada, Praha 2006

<sup>39</sup> Například Cosmopolitan, Rytmus života, Žena a život, Blesk pro ženy apod.

proměnami člověka a jeho vzhledu<sup>40</sup> a nastudovala, jakým způsobem prezentují tělo a péči o něj. Zajímalo mě, jaký mají respondenti názor na mediální obraz těla a krásy. Hlavní pozornost jsem zaměřila na pořad TV Prima: Nahá jsi krásná<sup>41</sup> a poznatky z jeho sledování jsem se snažila zakomponovat do rozhovorů. Respondenti se shodovali v tom, že daný pořad nesledují, většina však byla v obraze a měla na něj svůj názor<sup>42</sup>.

Během rozhovorů jsem narazila na zásadní problém, který vyplývá již ze zvoleného tématu, respektive ze zvolené cílové skupiny. Vybrala jsem část populace, která se na první pohled tělem nijak výrazně nezabývá, a s tím korespondovaly jejich odpovědi. Na spoustu otázek mi bylo řečeno, že zkrátka nevědí co mi k tomu povědět, jelikož tímto způsobem nikdy nepřemýšleli. Tento moment bych označila dalším impulsem k sestavení dotazníku, ve kterém jsem použila konkrétnější formulace otázek, následkem čehož bylo možné dostat konkrétnější odpovědi.

Naopak bych také ráda při použití techniky polostrukturovaných rozhovorů zdůraznila jedno zásadní plus. Spatřuji ho ve sledování, jakým způsobem respondent pochopil otázku a potažmo celé téma výzkumu. Dle mého názoru je to jeden z klíčů k rozluštění vnímání těla u běžné populace.

Výsledkem rozhovorů a potažmo celého bádání je obraz, jaký o sobě respondenti vytvořili, a tento obraz se leckdy neshodoval s tím, co jsem mohla vidět na vlastní oči, což však pro mě mělo také určitou výpovědní hodnotu. Lidé mohou mít občas tendenci ukazovat se v lepším světle a tímto příslovečným „lepším světlem“ se v tomto výzkumu stal soulad se současnými trendy ve společnosti, vyzdvihující péči o tělo. Ilustrativním příkladem je část rozhovoru s jednou respondentkou, týkající se holení chloupků na nohou a v podpaží. Dotyčná paní mi při interwiev odpověděla, že nohy i podpaží si samozřejmě holí, při dalších setkáních jsem však náhodně zjistila, že to není ani zdaleka pravda. Po této zkušenosti logicky vyvstala otázka, v jakých ostatních případech se odpovědi dotázaných neshodují se skutečností. V tomto směru by mohla být přínosná realizace dlouhodobého či opakovaného výzkumu, pro možnost srovnání v určité časové posloupnosti. V tomto případě tak budou výsledky rozhovorů

---

<sup>40</sup> Zejména pořad na TV Prima: Nahá jsi krásná, pořad TV Nova: Druhá šance a dále potom různé reklamy

<sup>41</sup> Jedná se o televizní pořad, ve kterém se moderátor, spolu s vizážisty a dalšími odborníky, snaží ženám pozvednout sebevědomí na základě zdokonalení jejich vzhledu. In:

[www.nahajsikrasna.cz](http://www.nahajsikrasna.cz)

<sup>42</sup> Více v kapitole Vliv médií

konfrontovány pouze s dostupnou literaturou a se závěry dotazníkového šetření. Nakonec, možnost porovnání informací plynoucích z rozhovorů a z dotazníků byla také jedním z důvodů realizace dvou fází výzkumu dvěma odlišnými metodami.

### Dotazníkové šetření<sup>43</sup>

V druhé fázi výzkumu jsem provedla dotazníkové šetření. Respondenty jsem získala stejně jako při rozhovorech pomocí metody sněhové koule. Dotazník byl distribuován dvěma způsoby, buď předáváním přes známé v jeho tištěné variantě, nebo rozeslán e-mailem v elektronické podobě. V obou případech byl součástí dotazníku návod na vyplnění, u elektronických dotazníků jsem narazila na problém týkající se počítačové gramotnosti respondentů, a tak jsem se snažila co možná nejvíce využít tištěnou verzi. Celkem se mi ke zpracování vrátilo 54 vyplněných dotazníků. Výzkumný vzorek je tvořen z 36 žen a 18 mužů ve věku 37 až 61 let, průměrný věk po zaokrouhlení je 49 let. 31 respondentů uvádí jako místo bydliště město a 23 zbylých žije na vesnici. Co se nejvyššího ukončeného vzdělání týče, dotazník mi vyplnilo 24 vysokoškoláků, 2 lidé vyššího odborného vzdělání, 19 lidí se středním vzděláním s maturitou, 8 vyučených a 1 člověk se základním vzděláním.

Dotazníky jsem vyhodnocovala podle dvou kritérií, a to podle pohlaví a podle dosaženého vzdělání (respondenty jsem rozdělila na dvě skupiny, jednu tvořili vysokoškoláci a lidé s vyšším odborným vzděláním, druhou skupinu tvořili ostatní). S těmito dvěma kategoriemi v českém prostředí operovala též Fialová,<sup>44</sup> jenž zmiňuje závěry zahraničních výzkumů, které ukázaly veliké rozdíly ve vnímání vlastního těla mezi muži a ženami. V Čechách byl systematický výzkum proveden pouze mezi adolescentní populací, kde byly nalezeny zřetelné rozdíly ve vnímání těla rozdílnými pohlavími. Mě zajímalo, zdali existují výrazné rozdíly také mezi příslušníky střední generace. Fialová zohledňuje i faktor vzdělání, jelikož vzdělání ovlivňuje vědomosti člověka a zprostředkovaně též jeho chování a názory. Prameny ve světě ani u nás se k této problematice nevyjadřují. Podle Fialové vliv vzdělání nehraje zásadní roli, rozdíly však našla, její výzkum se týkal všech věkových kategorií, jak dospělých, tak studentů.

---

<sup>43</sup> Viz Příloha číslo 3 Dotazník a Příloha číslo 4 Výsledky dotazníkového šetření

<sup>44</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001



Dotazník obsahoval 35 otázek na téma tělo a body image a několik otázek zjišťujících socio-demografická fakta jako pohlaví, věk, velikost místa bydliště a ukončené vzdělání. Použito bylo několik typů otázek: otázky otevřené, polozavřené, uzavřené i baterie otázek. Otevřené otázky jsem využívala jen minimálně, jelikož jsem se obávala, že je respondenti zanechají nevyplněné a tato obava se také minimálně z poloviny potvrdila. Nejvíce se mi osvědčily polozavřené otázky, sestavovala jsem je tak, abych respondentovi nabídla vyčerpávající škálu odpovědí. Pokud i přesto škála nebyla dostačující, polozavřený typ otázky nechal respondentovi prostor k vlastnímu vyjádření.

Při sestavování dotazníku mi byla, stejně jako při rozhovorech, inspirací dostupná literatura a potom také poznatky plynoucí z rozhovorů. Literaturou jsem se z větší části inspirovala pouze volně, některé otázky jsem však přebrala z již realizovaných výzkumů, které uvádí Grogan.<sup>45</sup> Konkrétně se jedná o otázky číslo 7 (Jako kdo byste chtěl/a vypadat?), 17 (Držel/a jste někdy dietu?), 18 (Vadilo by Vám mít o 3 kg navíc?), 20 (Napadne Vás někdy, když vidíte modely či modelky, že byste tak taky chtěl/a vypadat?), 24 (Ovlivňuje to, jak vypadáte, Vaše sebevědomí?) a 25 (Kvůli komu chcete vypadat dobře?). Před tím, než jsem začala tento dotazník rozšiřovat, byl otestován na dvou zkušebních respondentech. Zajímalo mě především, zdali jsou všechny otázky srozumitelně formulované. Po této kontrole jsem několik formulací doladila a začala s distribucí dotazníku.

#### **4.4 Historie výzkumu<sup>46</sup>**

Domnívám se, že do každého výzkumu se částečně promítne osobnost a zkušenosti badatele, a to i přesto, snaží-li se o co možná největší objektivitu, v následující podkapitole proto objasním okolnosti, jež mě vedly k výběru daného tématu a můj přístup k němu. Dále zde bude podrobně popsán průběh výzkumu v jeho časové posloupnosti.

Můj prvotní zájem o výzkum těla je spjat s jednosemestrálním studiem na univerzitě v Bulharském Plovdivu. Bulhaři, z vlastní zkušenosti zejména mladí Bulhaři

---

<sup>45</sup> Grogan, Sarah: Body image, Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing 2000

<sup>46</sup> Silverman, David: Ako robiť kvalitatívny výskum, Ikar, Bratislava 2005

ve větších městech, kladou veliký důraz na svůj vzhled, který se nerozpakují označit jako kult těla. Můj první projekt vztažený k výzkumu těla se tedy týkal kultu těla u bulharské mládeže, daný do souvislosti s velice populárním hudebním stylem „čalga“, kterýžto je kombinací disko hudby a textů vycházejících z bulharského folklóru, jehož interpreti si zakládají na svém vzhledu možná více než na hudebním výkonu. Od realizace tohoto projektu jsem se však rozhodla upustit, hlavním důvodem byla jazyková bariéra. Výzkumu těla a body image jsem se ale vzdát nechtěla, tak jsem tento svůj záměr přetransformovala do českého prostředí.

Jako první jsem si tedy definovala téma výzkumu, poté prostředí, ve kterém bude realizován, zbývalo ještě konkretizovat cílovou skupinu. Generaci středního věku jsem zvolila již po krátkém exkursu do literatury a to hned z několika důvodů. Co se týče výzkumů, vztahujících se k tělu, je generace středního věku polem téměř nezoraným. Fialová a Grogan sice představují výzkumy, které srovnávají vnímání těla ve všech věkových kategoriích, ale nalézt seriózní studii, jež by se vztahovala pouze k lidem ve středních letech, bylo problematické. V kontrastu s tímto existuje nepřehledné množství populárně naučné literatury<sup>47</sup>, jejímž stěžejním tématem je střední generace a to zejména ženy a rady pro ně, jak pečovat o tělo, jak zůstat krásné, mladé a štíhlé. Důkaz o tom, že se jedná o aktuální téma, jsem spatřovala i v tom, že ve veřejných knihovnách měli takovéto knihy a příručky ve velkém množství a byly téměř stále vypůjčené. Výhradní zaměření na ženy pro mě bylo jedním z impulsů provést bádání mezi oběma pohlavími. Nejen nepřehledné množství literatury, ale zejména její obsah, upozorňovali na existující problém. Ten spatřuji zejména v tom, že v knihách jsou sice kritizovány kultury mládí, krásy a štíhlosti působící v západní společnosti, ta samá literatura však tento status quo upevňuje, jelikož přidává další rady a omezení, jak udržovat tělo, tak aby vyhovoval ideálům prosazovaným v naší společnosti.

K tématu těla a body image u Čechů ve středních letech jsem nejprve přistupovala ze dvou odlišných úhlů. Tím prvním je rozsah společensko-kulturních tlaků působících v celé západní společnosti, Česko nevyjímaje, který je prezentován zejména sdělovacími prostředky, jež se povětšinou snaží zobrazovat člověka v souladu s ideálem krásy, jehož podstatou je v dnešní době zejména štíhlý a mladistvý vzhled. Tím druhým je poznatek, že u nás se lidé o tělo a svůj vzhled na první pohled nijak

---

<sup>47</sup> Například Rheinwaldová, Eva: Cesta k mládí a úspěchu, Orbis, Praha 1991 nebo Berger, Erika: Je mi teprve 50, Motto, Praha 1996 apod.

výrazně nezajímají, a to přinejmenším ve srovnání s některými jinými zeměmi, přičemž vycházím z vlastních zkušeností, zejména z již zmíněného Bulharska a ze zemí na Kavkaze. Mimo jiné mě zajímalo, jakým způsobem jdou tyto výchozí poznatky dohromady, tzn. do jaké míry je člověk ovlivnitelný společenským tlakem a jak se s ním vypořádává.

Výše zmíněný počáteční přístup nepřímo souvisí s mým postojem, jež jsem zaujala směrem k respondentům. Ač vliv médií a v naší společnosti prosazovaný důraz na krásu a úpravu vzhledu spatřuji jako zásadní, nemyslím si, že by ho jedinec jen pasivně přijímal. Ke zkoumaným přistupuji jako ke svobodně se rozhodujícím subjektům, ti sice mohou být pod společenským tlakem, ale stále se mohou rozhodovat a volit z mnoha možností. „Nemáme důvod se domnívat, že jsme uzavřeni v nějaké kultuře nebo společnosti nebo jimi determinováni jenom proto, že jsme tuto kulturu nebo společnost přijali za svou.“<sup>48</sup> Respondenty tedy pojmám jako aktivní činitele, kteří jsou však kulturou či společností do určité míry ovlivněni.

Oslovovat potencionální respondenty a vést první rozhovory jsem začala během února 2009. Záhy jsem však narazila na první a současně zásadní problém předkládaného výzkumu: Jakým způsobem formulovat otázky, aby bylo vůbec možné se něco dozvědět? Tento problém úzce souvisí s charakteristikou cílové skupiny jakožto obyčejných lidí, čili takových, co se problematikou těla nijak výrazně nezabývají. Vzhledem k tomu, že tělo je pro průměrného člověka zcela samozřejmou kategorií, bylo obtížné na toto téma hovořit, respektive bylo obtížné toto téma slovy postihnout. Velice často jsem se setkávala s odpověďmi typu: „O tom jsem nikdy nepřemýšlel/a. Nevím jak to říci. Já opravdu nevím.“ a podobně. Důsledkem této poměrně nepříjemné situace byla částečná stagnace výzkumu, kdy jsem hledala další možnosti jak zvolené téma uchopit lépe.

Jednou z cest, které jsem se rozhodla vyzkoušet, byla metoda zúčastněného a nezúčastněného pozorování, kterou jsem doplnila neformálními rozhovory. V prostorách krytého plaveckého bazénu jsem se pokusila o zúčastněné pozorování, kde jsem bohužel žádná relevantní data nezískala. Po té jsem uskutečnila dvě nezúčastněná pozorování, konkrétně v soláriu a v kadeřnictví, jejichž součástí byl rozhovor s „druhou

---

<sup>48</sup> Fay, Brian: *Současná filosofie sociálních věd*, Sociologické nakladatelství (SLON), Praha 2002, str.88

stranou“, tedy s lidmi, jejich zaměstnáním je péče o tělo a vzhled, ale ani v těchto případech jsem žádné zásadní informace nevybádala. Kromě toho jsem se zde střetla s novým problémem. Pracovnice v soláriu při interwiev zaujala, aniž bych jí k tomu dala úmyslný podnět, obrannou pozici, kterou si po celý čas rozhovoru hájila, v důsledku toho jediné, co jsem se dozvěděla, byly různé výhody využívání solária.

V této fázi výzkumu jsem uvažovala o změně cílové skupiny z průměrných příslušníků generace středního věku na ty, jež se svým tělem zabývají více, například na návštěvníky wellness center, u kterých jsem předpokládala, že by o vnímání těla hovořili ochotněji. Nakonec jsem tento nápad nerealizovala. Podnětem k tomu, abych dokončila již započaté bádání, mi byly konzultace s mým vedoucím práce, doktorem Pabiánem, který mi poskytl několik cenných rad, jak pokračovat dál. Stěžejním bodem byla nutnost přeformulovat otázky do konkrétnějšího znění. Obrátila jsem se na českou odbornici na výzkumy body image, Ludmilu Fialovou, a požádala ji o radu. Ta mě nasměrovala zpět ke knize Sarah Grogan,<sup>49</sup> kde jsou mimo jiné publikovány ukázky z rozhovorů, ze kterých jsem posléze čerpala inspiraci při sestavování dotazníku a k realizaci několika dalších interwiev. Sběr dat z terénu jsem dokončila v průběhu května 2009, pak následovala jejich analýza a sepsání předkládané diplomové práce.

---

<sup>49</sup> Grogan, Sarah: Body image, Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing 2000

## 5 Body image

Body image<sup>50</sup> je součástí celkového sebepojetí člověka a v dnešní době, kdy se v západní společnosti tělu dostává stále větší pozornosti, je body image považováno za jednu z jeho nejdůležitějších komponent.<sup>51</sup> Spolu s tím, jak se zvětšuje význam, který tělu připisujeme, roste i zájem společenských věd o problematiku s tělem spojenou.

Tělo bylo sice předmětem zájmu badatelů odnepaměti, ovšem výzkum těla ve smyslu body image se dostal do popředí až v druhé polovině dvacátého století. Z této doby rovněž pochází definice pojmu body image, ze které vycházím v předkládané práci:

*„Body image je způsob, jakým člověk přemýšlí o svém těle, jak ho vnímá a cítí.“<sup>52</sup>*

Uvedená definice pochází z roku 1950 od německého psychologa Paula Schildera a zahrnuje v sobě jak odhad velikosti těla, tak hodnocení přitažlivosti těla, tak i emoce spojené s jeho tvarem a velikostí. Později, v devadesátých letech, z této definice vychází rovněž Turnerova sociologie těla.<sup>53</sup>

Vnímání těla je dáno jak prožíváním jedince ve vztahu k vlastnímu tělu, tak také kulturním prostředím, ve kterém se pohybuje. Body image je tedy třeba chápat jako výsledek interakce individuálních a společenských faktorů.<sup>54</sup> Naše body image tedy není tvořeno pouze tím, jak sami sebe vidíme. Důležité je si uvědomit, že to, co vidíme, a jak to následně interpretujeme, je do jisté míry určeno naším společenským a kulturním kontextem. Vnímání těla je chápáno jako společensky konstruovaný proces, který zahrnuje nejen to, jak sami sebe vnímáme, ale rovněž naše společenské vztahy.<sup>55</sup>

---

<sup>50</sup> Do češtiny obvykle překládáno jako „tělesné sebepojetí“ (Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001), nicméně v předkládané práci používám běžně užívaný termín v originále.

<sup>51</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001

<sup>52</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishin 2000, str.11

<sup>53</sup> Turner, Brian S.: The Sociology of the Body In.: str.90-97

<sup>54</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishin 2000

<sup>55</sup> Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: The body in everyday life, Taylor&Francis e-Library, 2005, str.16-17

Tímto způsobem může být nazíráno na studium body image z pohledu sociální antropologie.

Antropologické pojetí body image zdůrazňuje vliv kultury či společnosti. Představy o těle se k nám dostávají z mnoha zdrojů, od rodičů a sourozenců, příbuzných, přátel nebo vrstevníků a v neposlední řadě také z médií. V souvislosti s rozvojem a zejména s masovým šířením vizuálních médií jsme dnes a denně obklopeni záplavou obrazů těla, což má za následek, že lidé dnes běžně odvozují svůj tělesný ideál z médií a snaží se mu přizpůsobit. Problém nastává v ten okamžik, kdy si uvědomíme, jaký obraz těla nám média předkládají a jak je pro většinu lidí nemožné tohoto ideálu dosáhnout.<sup>56</sup>

Ponecháme-li stranou kulturní kontext, bez kterého ovšem není možné body image zkoumat, je nutné si dále uvědomit, že tělo neznamena jediné fyzické tělo, ale obsahuje v sobě i duchovní stránku. „Tělesno a duševno člověka nelze oddělovat. Vzájemně se podmiňují a ovlivňují a není je proto možné dualisticky rozdělit na dvě nezávislé substance, které mohou být formovány, utvářeny a vychovávány odděleně.“<sup>57</sup> Z této premisy vychází i předkládaný výzkum.

Fialová<sup>58</sup> uvádí tři základní složky body image, tak jak je definoval Mrazek. Jedná se o vzhled, zdraví a zdatnost, význam těchto jednotlivých složek se mění s věkem člověka a je závislý na pohlaví. Toto rozdělení body image respektuje také tato práce, pouze jsem během rozhovorů i v dotazníku nahradila termín „zdatnost“ termínem „výkonnost“. Tyto tři složky jsou spolu úzce spojené a navzájem se ovlivňují, což taktéž vyplynulo z provedeného výzkumu.

Jakým způsobem ženy a muži středního věku primárně vnímají svoje tělo, jsem zjišťovala jak pomocí rozhovorů tak dotazníkového šetření. V obou případech jsem zvolila otázku: „V jaké situaci máte dobrý pocit z Vašeho těla?“ Při interpretaci výsledků vycházím z předpokladu, že typ odpovědi může nepřímo poukázat na to, jakým způsobem respondenti vnímají své tělo nebo kterou složku body image upřednostňují. Z rozhovorů vyplynulo, že většina mužů vnímá tělo zejména přes jeho

---

<sup>56</sup> Delaney, Carol: Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

<sup>57</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001, str.15

<sup>58</sup> Tamtéž, str.40-44

výkonnost a zdraví, jelikož nejčastěji odpovídali, že dobrý pocit mají v souvislosti s nějakým sportovním výkonem nebo pokud je nic nebolí. Ženy více než muži kladly důraz na vzhled, jelikož asi polovina žen se vyjádřila v tom smyslu, že mají dobrý pocit z těla, když jim to sluší, když je někdo pochválí nebo když zhubnou. Druhá polovina žen zmiňovala stejně jako muži cvičení či sportovní výkon. K podobným závěrům bylo možné dojít na základě odpovědí získaných pomocí dotazníkového šetření. Nejvíce mužů uvedlo, že se cítí dobře při nebo po nějakém sportovním výkonu, tři muži uvedli spánek a stejný počet sex, jeden respondent napsal, že má dobrý pocit z těla po umytí. Tři respondenti sdělili, že mají dobrý pocit z těla vždy. Ženy odpovídaly stejně jako při rozhovorech poněkud jinak než muži. Asi třetina z nich uvedla dobrý pocit při cvičení nebo jiném sportovním výkonu, tři respondenty napsaly odpočinek nebo spánek, dvě sex, tři ženy se cítí dobře, když jsou zdravé. Jedna žena uvedla, že má dobrý pocit z těla při setkání s někým, kdo je na tom hůř než ona sama. Asi pětina dotazovaných spojovala dobrý pocit se vzhledem těla, konkrétně jsem dostala tyto odpovědi: když je někdo pochválí, když si koupí něco nového na sebe, když jsou pěkně upravené nebo když zhubnou. Pět žen napsalo, že dobrý pocit z těla nemají nikdy. Vzhledem k tomu, že mezi muži se několikrát objevila odpověď, že mají dobrý pocit z těla vždy a nikdo neodpověděl, že by takový pocit neměl nikdy a u žen tomu bylo přesně naopak, je možné vyvodit předběžný závěr, že muži vnímají svoje tělo více pozitivně než ženy.

Jelikož se uvádí, že body image se v průběhu života jedince mění, zajímalo mě, zdali existuje nějaký rozdíl v tom, jaký význam připisovali respondenti jednotlivým složkám body image v mládí a dnes, nebo zdali pro ně byly důležité vždy stejně anebo nikdy<sup>59</sup>. K otázce vzhledu se téměř polovina žen vyjádřily v tom smyslu, že pro ně byl důležitější v mládí, pro jednu šestinu je více důležitý dnes a pro zbylé dvě šestiny žen byl vzhled důležitý vždy. Pro téměř dvě třetiny mužů byl vzhled důležitější v mládí a nikdo neuvedl, že by považoval vzhled za důležitější v současnosti, pro více než jednu třetinu mužů byl vzhled důležitý vždy. V otázce zdraví pouze jedna žena uvedla, že pro ni bylo důležitější v mládí, kdežto pro polovinu dotázaných žen je důležitější nyní, druhá polovina uvedla, že zdraví pro ně bylo důležité vždy. Muži v tomto bodě odpovídali podobně, pro dva respondenty bylo důležitější v mládí, pro čtyři v současnosti a téměř dvě třetiny mužů uvedly, že pro ně zdraví bylo důležité vždy.

---

<sup>59</sup> Otázka číslo 2

Konečně otázka výkonnosti, pro šestinu žen byla důležitější v mládí a pro dvě šestiny dnes, pro polovinu žen byla důležitá vždy. Tři mužští respondenti napsali, že pro ně byla výkonnost důležitější v mládí, pro dva respondenty je důležitější dnes a pro téměř dvě třetiny byla důležitá vždy. V tomto bodě jeden respondent uvedl, že pro něj výkonnost nebyla důležitá nikdy. Celkově je možné shrnout, že vzhled byl pro muže a ženy středního věku důležitější v mládí, kdežto zdraví a výkonnost pro ně byli vždy stejně důležité. Sledovala jsem též vliv ukončeného vzdělání respondentů, ukázalo se však, že tento faktor nemá na danou problematiku absolutně žádný vliv.

Jednotlivým složkám body image bude věnováno několik následujících stran. Nejprve se podrobněji zaměřím na vnímání tělesného vzhledu a s ním spojené činnosti, jež ženy a muži dělají pro krásu. V další podkapitole bude rozebráno zdraví a výkonnost.

## 5.1 Vzhled

Vzhled je jedním ze způsobů, kterým komunikujeme s okolním světem, je naší vizitkou. Všichni respondenti se shodli na tom, že o vzhled je nutné pečovat, odpovědi se však lišily v tom, do jaké míry. Hlavní argument většiny respondentů, proč pečovat o vzhled, byla takový, že náš celkový vzhled nás prezentuje ve společnosti. Řada odpovědí se dále odvíjela od toho, v jaké společnosti se jedinec pohybuje. O tom, že je vzhled v mezilidské komunikaci důležitý, vypovídají i odpovědi z dotazníkového šetření. Ptala jsem se, zdali je při prvním setkání důležité, jak člověk vypadá.<sup>60</sup> Kladně se k této otázce vyjádřily téměř tři čtvrtiny všech dotazovaných. S tímto zjištěním korespondují rovněž poznatky z rozhovorů.

Respondentka 9: „*Když si s někým sjednám schůzku, tak očekávám, že přijde upravený člověk, je to přece jeho vizitka...*“

Úprava zevnějšku je tedy podle respondentů důležitá jako projev respektu či úcty k ostatním lidem, se kterými přicházejí do styku nebo též jako vyjádření celkového životního postoje.

---

<sup>60</sup> Otázka číslo 22



Respondentka 3: „*Když člověk žije ve městě, tak mu ani nic jinýho nezbude... protože, kdo se na to má pak koukat... neříkám teda to nějak přehánět, ale upravit se.*“

Respondentka 6: „*Člověk by měl vypadat tak, aby nestrašil okolní lidi.*“

Respondent 14: „*Člověk by o sebe měl dbát, vyjadřuje tím postoj k životu. Když budu zarostlej a smradlavej, tak tím asi něco ukazuju... to jsou třeba bezdomovci, to je odstrašující případ.*“

Z rozhovorů dále vyplynulo, že míra potřeby upravenosti vzhledu, se může odvíjet od toho, v jakém prostředí či v jaké společnosti se jedinec pohybuje. Jako samozřejmost chápali úpravu vzhledu při návštěvě divadla, večírku nebo jiné společenské události, navíc však dodávali, že úhledný vzhled přímo souvisí se společenským postavením či zaměstnáním jedince. Jinak řečeno, čím vyšší společenský status, tím vyšší nároky na vzhled.

Respondentka 3: „*Pokud bych chtěla moji profesi (pozn. právníčka) zastávat na vyšší úrovni, musela bych více dbát na vzhled.*“

Respondent 15: „*No tak třeba nějaký manažer by se o sebe měl určitě starat víc, než my dělníci tady... on taky přichází do styku s víc lidma.*“

Péčí o vzhled ženy i muži mysleli v první řadě osobní hygienu, upravené vlasy, ostříhané nehty a oholené vousy. Dále potom téměř všichni věnovali nemalou pozornost oblečení. Ve výběru šatstva častokrát viděli možnost, jak sami sebe vyjádřit, nebo jak nejjednodušším způsobem změnit zevnějšek. Již Voskovec s Werichem zpívali, že: „Je to pravda odvěká, že šaty dělaj člověka.“ a toto rčení přesně vystihuje názory většiny dotázaných.

Respondentka 1: „*Jestli chci svým vzhledem něco vyjádřit? Jo, nezávislost... mám jednu mikinu z Tibetu, no, ona možná Tibet nikdy neviděla, ale to je jedno, a tu mikinu by si na sebe devět z deseti žen nikdy nevzalo...*“

Respondentka 3: „*...slyšela jsem příhodu o jednom muži, co přišel v teplákách a s igelitkou a koupil si to nejdražší auto, co tam měli... ale to si myslím, že on ty peníze musel určitě někde vyhrát.*“

Člověk se tedy může vyjadřovat vzhledem svého těla, nicméně, může tomu být i zcela obráceně. Vzhled někdy leccos sděluje, aniž by to tak jedinec sám zamýšlel, což bych ráda ilustrovala příkladem, který vyprávěla kadeřnice, s níž jsem prováděla rozhovor. Zákaznice, které navštěvují její salón, si občas nechávají změnit účes ve spojitosti s nějakým životním zvratem, zejména v souvislosti se změnou partnera. Kadeřnice vzpomínala příhodu, jež se udála jedné její klientce po tom, co se nechala radikálně ostříhat: výsledný efekt byl totiž takový, že ji její okolí na základě nového účesu podezřívalo z toho, že se rozešla se svým partnerem a našla si místo něj nového.

Přestože vzhledem je možné leccos vyjádřit, většina respondentů se vyslovovala v tom smyslu, že svým zevnějškem nic vyjadřovat nechtějí a pokud ano, tak rozhodně spíše zapadnout do většinové společnosti, nežli se nějakým způsobem odlišovat. Touhu odlišovat se spojovali s mládím, jež prý rádo experimentuje.

Respondentka 4: *„Dřív jsem se hodně malovala a nosila krátký sukně a vůbec jsem inklinovala k extravaganci... ale dneska na to už nemám, člověk musí být sebekritický... a ani na to nemám peníze... jak se může člověk odlišit oblečením, když musí chodit nakupovat k Vietnamcům.“*

Respondent 15: *„Ne... to já vzhledem vůbec nic nevyjadřuju a ani nechci...“*

Je však vůbec možné vzhledem nic nevyjadřovat? A není právě snaha se ničím neodlišovat od ostatních jistým druhem vyjádření? Na základě provedených rozhovorů je možné konstatovat, že generace středního věku svým vzhledem nejčastěji vyjadřuje právě svůj věk, a rozhodně tím nemyslím přirozené příznaky stárnutí. Téměř všichni respondenti, respektive respondentky, totiž zdůrazňovaly, že je nutné přizpůsobit účes, líčení a zejména oblékání svému věku, aby, slovy jedné z dotazovaných, „nevypadaly jako kreatury“. Tuto tezi potvrzují i výsledky získané dotazníkovým šetřením. Na otázku: „Podle čeho se oblékáte?“<sup>61</sup> totiž shodně nejvíce mužů i žen odpovědělo, že „podle toho, co si myslí, že jim sluší“ a hned druhá nejčastější odpověď byla „podle toho, co je vhodné pro můj věk“. Co přesně je vhodné pro střední věk, však zůstalo nezodpovězenou otázkou.

K tématu vzhledu se přirozeně pojí touha a následně potom činnosti k jeho vylepšování. Snaha o zdokonalení vzhledu může být spojena se zdravým způsobem

---

<sup>61</sup> Otázka číslo 27

života a pohybem (viz kapitola Zdraví a výkonnost), s hubnutím a dietami (viz kapitola Vnímání tloušťky), a dále potom s různým zdobením a vylepšováním těla, počínaje používáním dekorativní a jiné kosmetiky a plastickými operacemi konče.

Součástí dotazníkového šetření byla otázka zjišťující názory respondentů na jednotlivé praktiky vztahující se ke krášení těla<sup>62</sup>. Bez ohledu na pohlaví nebo vzdělání, nejvíce respondentů souhlasilo s malováním a líčením, návštěvou kadeřníka a holením nohou a podpaží. Naopak nejvíce negativně se respondenti vyjadřovali k tetování a piercingu, o něco méně negativně potom k plastikám a liposukci. K návštěvám kosmetického salónu, návštěvám vizážisty a holení ohanbí se asi dvě třetiny všech respondentů vyjádřily kladně, přičemž s návštěvou kosmetiky a vizážisty souhlasily více ženy. V těchto bodech se projevil taktéž vliv dosaženého vzdělání, vysokoškolsky vzdělaní respondenti návštěvu vizážisty preferovali více. S vyhlazováním vrásek nadpoloviční většina respondentů nesouhlasila, více pozitivně se k této činnosti stavěly ženy a respondenti vysokoškolsky vzdělaní. Problematice plastických operací jsem nadto věnovala samostatnou otázku, ve které mě zajímalo, zdali respondenti někdy uvažovali o plastické operaci<sup>63</sup> a výsledky ukázaly, že celá jedna třetina žen plastiku někdy v životě zvažovala a nejčastěji uváděly jako důvod touhu vypadat lépe. Všichni muži na tuto otázku odpověděli negativně. Rozhovory rovněž naznačily veskrze kladné přijímání plastických operací. Jak ženy, tak muži, plastiky považovali za osobní rozhodnutí každého člověka a nic proti nim nenamítali, dodávali však, že oni sami o ničem takovém nepřemýšlejí.

Výsledky dotazníkového šetření ukázaly, že generace středního věku nejméně souhlasí se zdobením těla pomocí tetování a piercingu. Toto zjištění zcela koresponduje s názory získanými pomocí rozhovorů. V mnoha případech se totiž kritika lidí, jež tímto způsobem zdobí své tělo, stala jedním z nosných témat rozhovoru. Více než polovina všech respondentů, nezávisle na pohlaví, s těmito praktikami, obzvláště s piercingem, výrazně nesouhlasila, přičemž nejvíce argumentovali možnými zdravotními riziky.

Kultura připisuje různým zdobení těla různé významy, piercing a tetování jsou tak spojovány s určitými stereotypními představami a předsudky.

---

<sup>62</sup> Otázka číslo 5

<sup>63</sup> Otázka číslo 19

Respondentka 3: „*Já tomu nerozumím, mně se to vůbec nelíbí... přeci tetování, to vždycky nosili zločinci a lidi z nižších vrstev...*“

Respondentka 7: „*Tak s tím já nesouhlasím... to nosili kriminálníci...*“

Respondent 12: „*V přírodní kultuře to má smysl...určitě, nějakaj, ale tady... nevím. Mě to připadá směšné... A jako nehodnotím to, ale kdyby pro Markétku (pozn. dcera) přišel kluk a tady měl dvacet těch naušnic, tak bych se na něj díval jako s despektem, no... příznám.*“

Pomocí dotazníkového šetření jsem nezjišťovala pouze názory na úpravu vzhledu, ale zajímalo mě také, co z uvedených činností respondenti praktikují.<sup>64</sup> Podstatná většina všech mužů a žen uvedla, že nenavštěvuje vizážisty ani si nenechává vyhlazovat vrásky, nemají zkušenost s plastickou operací ani s liposukcí, nezdobí se piercingem ani tetováním a naopak téměř všichni respondenti chodí ke kadeřníkovi. V ostatních bodech se ve větší či menší míře projevíly rozdíly mezi oběma pohlavími, což bylo možné očekávat, jelikož naše kultura připisuje některé úpravy vzhledu výhradně jednomu pohlaví. Muži se na rozdíl od žen nemalují, nenavštěvují kosmetické salóny a neholí si nohy, podpaží a ohanbí, kdežto minimálně polovina žen se ke všem těmto bodům vyjádřila v tom smyslu, že je praktikují. Žádný zásadní vliv vzdělání jsem v této otázce nezaznamenala.

Na základě výpovědí respondentů mužského pohlaví je možné konstatovat, že úpravou vzhledu se zabývají zejména ve smyslu pohybu a cvičení, přičemž zdokonalení fyzického vzhledu je pouze jeden z jeho efektů a navíc často není hlavním důvodem. Někteří respondenti hovořili o příležitostných omezeních jídelníčku a to jak ze zdravotních tak z estetických důvodů. Několik mužů hovořilo o návštěvách kadeřníka, které však absolvují ze společenské nutnosti. Pouze jeden respondent uvedl, že využívá služby kosmetického salónu.

Respondent 13: „*No tak dneska i muži vyhledávají podobné služby jako ženy a myslím si, že to je úplně v pořádku... Manželka chodí pravidelně na kosmetiku, tak tam s ní jednou za čtvrt roku zajdu si dát vyčistit obličej a upravit obočí... už mě lákali i na obarvení vlasů, ale to zatím ne... ale člověk by o sebe měl pečovat.*“

---

<sup>64</sup> Otázka číslo 6

Nutno však dodat, že přístup výše zmíněného respondenta ke vzhledu byl mezi muži spíše ojedinělý, většinou respektovali obecně přijímaný genderový stereotyp, že péče o krásu je větší měrou záležitostí žen. Ženy samy tuto představu v rozhovorech potvrzovaly.

Ženy se zaobíraly zkrášlováním svého těla daleko více než muži. Kromě pohybu a redukce stravy vyzdvihovaly především návštěvy kadeřníků, líčení a holení nohou. Některé ženy líčení považovaly za jakýsi typ „ženské zbraně“, čili nalíčí se, pokud se chtějí líbit. Jiné respondentky pokládaly líčení za úplnou samozřejmost, za neodmyslitelnou součást jejich vzhledu. K problematice holení nohou jsem dostala poněkud rozporuplné odpovědi. V tomto bodě si respondentky nejvíce uvědomovaly jakýsi diktát zvenčí, směřovaný na úpravu jejich vzhledu, některé ho bez námitek přijímaly, jiné se proti němu vyhraňovaly, ale takových žen bylo výrazně méně.

Respondentka 5: *„Holím se, je to takové nepsané pravidlo... doba už je taková... no a vypadá to lépe.“*

Respondentka 6: *„Holení nohou to není nověj výmysl... už matka mě do toho nutila. Ale mně se to nikdy nelíbilo... oholený nohy mi přijdou nechutný...“*

Respondentka 7: *„Samozřejmě že se holím, to není hezký ty chlupy... ten člověk je takovej nepořádněj... nesnáším třeba ženský, co si navlíknou punčocháče a pod tím maj takovýhle chlupy, jak trsy, rozumíš, strašný...“*

Jak z rozhovorů, tak z dotazníkového šetření<sup>65</sup> vyplynulo, že téměř všichni muži jsou se svým vzhledem spokojeni, kdežto celá jedna třetina žen spokojena spíše není. Jako hlavní příčinou této nespokojenosti ženy uváděly nadváhu (více v kapitole Vnímání tloušťky). Ženy se zároveň svým vzhledem zabývaly daleko více než muži. Vzhled, jakožto jednu z tří základních složek body image, samozřejmě nelze chápat odděleně, ale pouze v kontextu vnímání zdraví a výkonnosti, jelikož se tyto složky vzájemně doplňují a ovlivňují. V neposlední řadě je též nutné brát v úvahu okolní souvislosti, zejména společenský tlak na vzhled, prezentovaný mediálním obrazem ideálního těla (více v kapitole Vliv médií).

---

<sup>65</sup> Otázka číslo 3

## 5.2 Zdraví a výkonnost

V souladu s lékařskou definicí je dnes zdraví chápáno jako stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, nikoli pouze jako nepřítomnost nemoci. Toto pojetí zdraví v sobě obsahuje jak subjektivní hledisko, které je založeno na vnitřních pocitech a vlastním mínění každého člověka o jeho zdravotním stavu, tak i hledisko objektivní, jež je určeno názory jiných lidí, v současnosti zejména názorem lékaře. Zdraví lze rovněž koncipovat jako zdraví fyzické a zdraví duševní, jež spolu však velice úzce souvisí a vzájemně se ovlivňují.<sup>66</sup>

Výkonnost, jinak řečeno tělesná kondice, je úzce spjata s funkčností těla, potažmo s jeho pohyblivostí a ohebností. Nejčastější a zároveň neúčinnější způsob, jak výkonnost zlepšovat, je právě pohybem. Respondenti vnímali výkonnost právě v kontextu cvičení a sportování, zkrátka v souvislosti s různým druhem pohybu.

Téměř všichni dotázaní zdůrazňovali vzájemný vztah výkonnosti a zdraví, na který však nahlíželi ze dvou úhlů pohledu. Někteří vyzdvihovali nutnost dobrého zdraví, tak aby potom člověk mohl pracovat na své tělesné kondici, jiní kladli důraz na udržování dobré kondice v duchu hesla „sportem ku zdraví“. Tyto přístupy se však vzájemně nevylučují. Samozřejmě není možné opomenout vztah zdraví a výkonu se třetí složkou body image – se vzhledem. Snaha o zdokonalení vzhledu může být často spojována právě se zdravým způsobem života a pohybem.

Respondentka 2: *„Nejdůležitější je zdraví, zdravý tělo aby bylo... to si myslím, že je podstata nebo základ všeho alespoň pro mě. A samozřejmě že chci mít pěkný tělo... nechci být tlustá, chci být hlavně pohyblivá, takže i cvičím, protože to si myslím, že by mi hodně vadilo, kdybych se neohnula, nezavázala si tkaničky, nebo kdyby mě všechno bolelo...z praktického hlediska hlavně...“*

Respondentka 9: *„Snažím se o sebe pečovat, ale vím, že bych se měla víc hejbat... Proč? Pro krásu a pro zdraví.“*

Respondent 17: *„Když člověk dobře vypadá, tak to se potom i dobře cítí... že jo, a to pak zas dál souvisí se zdravím.“*

---

<sup>66</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001, str.41-43

Největší význam respondenti přikládali zdraví, kterého si s přibývajícím věkem stále více cenili. Zdraví si člověk nejvíce uvědomuje v souvislosti s nemocí a zdravotními komplikacemi a to byl hlavní důvod, proč mu někteří respondenti v současnosti připisovali větší hodnotu než v mládí, kdy zdraví považovali za samozřejmost. Přes absenci bolesti si dotazovaní taktéž svoje tělo často uvědomovali.

Respondent 12: „*Tělo vnímám jako spíš fyzicky, když mě nic nebolí, protože bolest připraví člověka o všechno... a vzhled ten já moc neřeším... pokud' mi nebude hnít nějaká viditelná část těla...*“

Vnímání zdraví se neukázalo jako nosné téma rozhovorů, jelikož zdraví samo o sobě, v nepřítomnosti bolesti nebo nemoci, bylo pro dotazované velice těžko uchopitelné slovy. O zdraví hovořili především ve spojitosti se zdravým způsobem života, zejména s pohybem a stravováním. V rámci dotazníkového šetření<sup>67</sup> o sobě dvě třetiny všech dotazovaných sdělily, že se snaží žít zdravě, přičemž „zdravý způsob života“ si ženy i muži představovali<sup>68</sup> do jisté míry odlišně. Muži si ho spojovali pouze se sportem a stravovacími návyky, zejména s konzumací ovoce, zeleniny a mléčných výrobků, kdežto ženy uvedly více aspektů zdravého žití. Hlavní důraz kladly rovněž na pohyb a stravu, navíc doplnily pohodu a veselou mysl, vyhýbaní se cigaretám a alkoholu, a v neposlední řadě také dostatek spánku a odpočinku.

Pomocí dotazníkového šetření jsem dále zjišťovala, zdali dotazovaní sportují,<sup>69</sup> načež jsem zjistila, že většina dotázaných alespoň jednou týdně sportuje, více potom muži a vysokoškoláci než ženy a respondenti s nižším vzděláním. Kromě toho jsem zkoumala, co vlastně těm, jež sportují, pohyb přináší.<sup>70</sup> Téměř všichni respondenti, bez ohledu na pohlaví či vzdělání, odpověděli, že se pak cítí celkově lépe, že to dělají pro zlepšení kondice a pro zdraví. Celá pětina respondentů nedokázala posoudit, zdali potom lépe vypadají, ostatní dotazovaní spíše souhlasili, kladně se vyjadřovaly více ženy než muži. Jako další možnosti respondenti doplňovali dobrý pocit, radost, psychickou vyrovnanost a jeden respondent uvedl, že cvičí proto, aby měl potom větší žízeň.

---

<sup>67</sup> Otázka číslo 10

<sup>68</sup> Otázka číslo 11

<sup>69</sup> Otázka číslo 12

<sup>70</sup> Otázka číslo 14

Zajímalo mě také, z jakého důvodu lidé nesportují.<sup>71</sup> Všichni respondenti, kterých se otázka týkala, udávali jako nejčastější důvod nedostatek času a lenost. Nedostatkem času argumentovali více muži než ženy, kdežto u lenosti tomu bylo naopak, třem čtvrtinám žen ve sportování bránila jejich vlastní lenost. Další nabízené možnosti, jako finance, skutečnost, že schází „parták“ a celkový nezájem o sport pro větší část respondentů nehráli nijak významnou roli.

Během rozhovorů téměř všichni respondenti přikládali pohybu větší či menší důležitost. Významná část dotazovaných hovořila v tom smyslu, že pohyb je důležitý pro jejich celkový dobrý pocit, a také pro to, aby si zachovali dobrou kondici či mladistvost, jelikož s přibývajícím věkem fyzická výkonnost člověka pomalu klesá. V tomto smyslu dva respondenti naopak uvedli, že na stárnutí se jim líbí právě to, že se od nich již žádná velká výkonnost neočekává.

Respondent 12: *„Když se a to podívám takhle, tak už se vlastně nemusím nikam hnát, všechno si můžu udělat podle svého času... vlastně nic nemusím, protože okolí ode mě žádný velký výkon už neočekává...“*

Zdraví se obecně považuje za důležitější složku body image, než je vzhled a výkonnost, což výsledky výzkumu potvrdily, nicméně stěžejním tématem všech rozhovorů se staly otázky týkající se vzhledu, což do jisté míry souvisí se zkoumanou cílovou skupinou. Průměrní příslušníci generace středního věku netrpí nějakou nemocí, skrz kterou by bylo možné zkoumat pojetí zdraví. Nejsou to ani sportovci, jež by si výrazně zakládali na své fyzické výkonnosti. Vzhledem těla se však do jisté míry zaobírají všichni bez rozdílu, a současně je na vzhled vyvíjen největší společenský tlak.

---

<sup>71</sup> Otázka číslo 15



## 6 Krása

Krása jako obecný pojem, stejně jako fyzická krása, byla od nepaměti předmětem zájmu mnoha myslitelů, kteří se pokoušeli ji nějakým způsobem definovat. Starověcí filosofové hledali obecné měřítko krásy na základě proporcí a čísel. Základní prvky tvořila jasnost, symetrie, harmonie a zářivá barva. Podle Platona krása sídlila ve správném poměru a správné velikosti částí, které zapadají harmonicky do dokonale spojeného celku. Pro Aristotela krása spočívala v řádu, symetrii a jednoznačnosti.<sup>72</sup> A podobným výčtem různých definic by bylo možné dále pokračovat. Současné pojetí krásy je však velice obtížné nějakým podobným způsobem vymežit. V dnešním postmoderním světě, kdy je všechno relativní, se stejným způsobem pohlíží i na krásu. „Krása nikdy nebyla něčím absolutním a neměnným, ale v různých historických obdobích a různých zemích na sebe brala odlišnou podobu, a to nejen pokud jde o krásu fyzickou (krásu muže, ženy, krajiny), ale také pokud jde o krásu Boha, svatých, krásu myšlenek...“<sup>73</sup> Jednoduše řečeno, za krásné považujeme to, co se nám líbí, a tímto způsobem jsem také uchopila vnímání krásy v předkládaném výzkumu.

Názory na fyzickou krásu se postupně měnily v souvislosti s pojmáním vlastního těla a stejně tak se v průběhu vývoje lidstva měnil i ideál krásy. Mimo jiné v tomto kontextu se dnes krása považuje za kulturně podmíněnou entitu. Nový pohled do této problematiky vnesla Nancy Etcoffová,<sup>74</sup> jež kritizuje sociology a antropology, kteří v rámci paradigmatu kulturního relativismu zastávali striktní názor, že „krása je v oku toho, kdo se dívá“. Etcoffová sice uznává vliv kultury na vnímání krásy, základ však vidí v biologii. Její práce vychází ze srovnávací a evoluční psychologie, kdy na krásu nahlíží jako na biologickou adaptaci. „Krása je všeobecnou součástí lidské zkušenosti a vyvolává potěšení, upoutává pozornost a podněcuje činnosti, které pomáhají zajistit přežití našich genu.“<sup>75</sup> Krásu vnímá jako jeden ze způsobů, kterým se život stará o svoje pokračování. S takovýmto pojetím krásy polemizuje například Carol Delaney<sup>76</sup>, která si klade následující otázku. Pokud bychom připustili, že krása je

---

<sup>72</sup>Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002

<sup>73</sup>Eco, Umberto: Dějiny krásy, Argo 2005

<sup>74</sup>Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002

<sup>75</sup>Tamtéž str.30

<sup>76</sup>Delaney, Carol: Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

důležitá jako vývojová strategie pro výběr partnera a k reprodukci, jak je potom možné, že dnešním ideálem je hubené, téměř mužské tělo.

To, co je však jistě dáno kulturou, je současný silný důraz na dosažení ideálu krásy a to zejména pro ženy. Tato skutečnost se stává ještě více problematickou, uvědomíme-li si, jak je pro většinu lidí dosažení dnešního ideálu krásy nereálné. Feministicky orientovaná autorka Naomi Wolf<sup>77</sup> v této souvislosti hovoří dokonce o „mýtu krásy“, který si podle ní vymyslel svět mužů, který vládne světovému průmyslu, proto aby ženu učinil nesvobodnou a nutil ji tak se neustále zabývat svým tělem. Wolf v podstatě univerzální krásu popírá. Pouze v rámci mýtu krásy je ženám namlouváno, že něco jako ideál krásy objektivně existuje a proto by o něj ženy měly usilovat a muži ho obdivovat.

Na základě provedeného výzkumu jsem došla k závěru, že člověk na fyzickou krásu nahlíží dvěma úhly pohledu, je si sice vědom celospolečensky prosazovaného ideálu krásy, k tomu má však i svá vlastní kritéria a měřítko, podle kterých posuzuje co je a není krásné. Otázkou však zůstává, do jaké míry jsou tyto dva způsoby nazírání na krásu vzájemně ovlivněny či dokonce podmíněny.

Respondent 11: „...*když bych chtěl bejt opravdu hezkej, tak budu chodit do solárka, budu dvě hodiny denně cvičit, abych měl lepší postavu, budu chodit na kosmetiku a dál nevím co... ale já to dělat nebudu, za to mi to nestojí.*“

Respondenti častokrát společensky prosazovaný ideál krásy používali pro negativní vymezení jejich vlastního pojetí krásy.

Respondentka 3: „*V uvozovkách ošklivej člověk může bejt krásnej, ale ošklivým myslím to, že není symetrický... může být člověk, co nemá tyhle atributy krásy, ale z očí, chování a mluvení poznáte, že je duševně krásný.*“

Respondentka 6: „*No tak můj ideál krásy rozhodně není komerční, může to bejt tvor, co třeba zrovna vylez z pralesa... já na to nemám kánon, jako měli Řekové nebo renesance.*“

V předkládaném výzkumu mě zajímalo, co tedy vlastně respondenti považují za krásné. V souladu s tématem práce jsem se zabývala zejména fyzickou krásou. Přesto,

---

<sup>77</sup> Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000

že všichni dotazovaní byli s předmětem mého zájmu obeznámeni, tak téměř polovina z nich nevzpomínala krásu člověka, ale nacházela ji v první řadě v přírodě, a není bez zajímavosti, že tímto způsobem odpovídaly většinou ženy. Často však rozhovor přirozeně pokračoval k vnímání krásy člověka.

Já: „*V čem spatřuješ krásu?*“

Respondentka 1: „*Krásu, to je něco z přírody, třeba západ slunce...*“

Já: „*A když mluvíme o těle...*“

Respondentka 1: „*Já se tý otázky trochu lekla... no, třeba krásu dětí, nebo když už, tak spíš mě napadne krásná žena než krásný muž...*“

Podstatná většina respondentů od sebe neoddělovala fyzickou a duševní krásu člověka, ale zdůrazňovala krásu jako harmonii či soulad obojího. Konkrétnímu vyjádření fyzické krásy se vyhýbali, zdůrazňovali zejména charisma člověka. Za krásné považovali to, co se jim líbí a více to slovy nechtěli či nedokázali vyjádřit. Někteří to, co se jim líbí, opisovali negativně vůči tomu, co se jim nelíbí.

Respondentka 1: „*já přesný ideál krásy nemám, ale asi by do toho ideálu nespadala nemoc, nespadala by tam nějaká invalidita, handicap a extrémní tloušťka.*“

Ideál krásy respondenti většinou pojímali bezpohlavně a hovořili obecně o kráse člověka, respektive o četné variabilitě krásy. Několik dotázaných ideál vztahovalo k opačnému pohlaví, v tomto případě jej ztotožňovali zejména se svým partnerem. Nikdo z dotázaných ideál krásy nepojal jako metu, jak by chtěl on sám vypadat.

Respondentka 1: „*...když uvidím indiána u jezera v Andách, tak řeknu krásný lidi, jak seděj v těch barevnejch sukních na zemi a maj ty nádherný děti a když se pak budu koukat na film a uvidím Brada Pitta, tak řeknu postě nádhernej chlap*“

Respondentka 8: „*Ideál krásy nemám, důležitá je vnitřní krásu, charisma... fyzická krásu je teda taky důležitá, ale není na prvním místě... hlavně musí přeskochit jiskra.*“

Respondent 13: „*Upřednostňuji jakýsi kompilát fyzické a duševní krásy, aby byl člověk krásný jak ve tváři, tak i chováním a čím jsem starší, tak spatřuji více krásu v chování než ve vzhledu. No a ideál krásy nemám... když už, tak by to mohla být moje manželka.*“

Respondent 14: „*Kráska je hrozně subjektivní, řekl bych, že je to to, co přijde člověku milý na první pohled. Mě se třeba líběj atletický typy... symbolem mužský krásy jsou rozměry těla... a u žen bych to viděl podobně.*“

Etcoffová<sup>78</sup> uvádí, že lidé se drží nepodloženého předpokladu, že kráska se vždy musí pojit s dobrotou. Stereotypy, související s krásou uvádí také Fialová<sup>79</sup>: „O fyzicky přitažlivých lidech se předpokládá, že mají lepší povahové rysy, lepší život, jsou společensky žádoucnější, zastávají významnější místa, nacházejí dříve a lepší partnery, mají spokojenější manželství a jsou celkově šťastnější. (...) Výzkumy bylo též potvrzeno, že lidem různého stupně přitažlivosti se připisuje různý stupeň inteligence i pracovních schopností, různé ambice na vzdělání, citlivost, laskavost, přizpůsobivost i množství přátel.“ Během rozhovorů jsem se ovšem s ničím podobným nesetkala, spíše naopak. Respondenti od sebe vzhled a ostatní stránky člověka přísně odlišovali, zdůrazňovali sice, že pokud má být člověk považován za krásného, tak vzhled i povahové vlastnosti musí být v určitém souladu, tento soulad ale vůbec nepovažovali za automatický. Vyjadřovali se v tom smyslu, že krásná tvář je nezajímá, dokud nezjistí, jaký je to člověk. Pro jednu respondentku to byl i argument, proč neuznává ideály krásy z médií:

Respondentka 3: „*Mám ráda lidi vstřícný a otevřený a je jedno jak vypadaj... já nemám žádnéj ideál krásy, ani nikoho z médií... když ty lidi neznám osobně, tak to nemůžu posoudit, jestli jsou krásný.*“

Do dotazníkového šetření jsem taktéž zahrнула otázku<sup>80</sup>, zjišťující míru souhlasu s některými stereotypy, vztahujícími se k atraktivním lidem. Bez ohledu na pohlaví respondentů, téměř se všemi výroky o atraktivních lidech více než polovina dotázaných buď spíše nebo rozhodně souhlasila. Výjimkou se stal stereotyp, že „lidé se atraktivních lidí bojí“, pětina respondentů uvedla, že tento výrok neumí posoudit a více než polovina zbývajících respondentů s ním nesouhlasila. Nejvíce dotázaných souhlasilo s výroky, že „atraktivní lidé jsou ve společnosti úspěšnější“, „atraktivní lidé bývají zpravidla štíhlí“ a „atraktivní lidé si snáze najdou partnera“. Méně jednoznačná reakce byla na výroky „atraktivní lidé mají jednodušší život“ a „starší lidé jsou méně atraktivní než mladí“.

---

<sup>78</sup>Etcoffová, Nancy: Proč kráska vládne světu, Columbus, Praha 2002

<sup>79</sup>Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001, str.47

<sup>80</sup>Otázka číslo 21

v těchto bodech se také lišily odpovědi respondentů v závislosti na jejich dosaženém vzdělání. Respondenti s nižším vzděláním s oběma výroky souhlasili o něco méně než vysokoškoláci. V souvislosti s problematikou společenských stereotypů se nabízí otázka, do jaké míry se jedná pouze o stereotypy a do jaké míry o skutečnost.

Krása se přirozeně pojí s touhou lidí po kráse, čímž nyní nemám na mysli touhu krásu vlastnit, ale touhu krásným být. Co všechno lidé dělají pro krásu, čili jakým způsobem se zkrášlují, tím jsem se podrobněji zabývala v kapitole předchozí (Body Image – vzhled). Dále potom vyvstává otázka, proč vlastně chceme být krásní, respektive komu se chceme líbit. V rozhovorech se respondenti nejčastěji vyslovovali, že to dělají kvůli svému dobrému pocitu, mnohokrát však dodávali, že tento subjektivní dobrý pocit je podmíněn kladnými reakcemi okolí. Podobná otázka<sup>81</sup> byla rovněž součástí dotazníku. Respondenti se bez ohledu na pohlaví či vzdělání nejčastěji vyjadřovali, že chtějí vypadat dobře buď kvůli sobě, nebo kvůli partnerovi. Kromě toho se ženy chtěly líbit jak mužům, tak i ženám, které potkávají, kdežto muže zajímali pouze ženy, nikdo z mužů netoužil vypadat dobře kvůli ostatním mužům.

Na základě provedeného bádání jsem došla ke stejným závěrům, jež zastávají relativisté, totiž, že „krása nesídlí v daném objektu, ale skrývá se v oku, které objekt pozoruje, a propůjčuje mu ji.“<sup>82</sup> Definice krásy neexistuje, alespoň ne mezi mými respondenty, za krásné považují to, co se jim líbí a dál je to těžko slovy postihnutelné. Fyzické kráse podle jejich slov žádný zásadní význam nepřikládají, důležitější je krása duševní, která v ideálním případě s krásou fyzickou koresponduje.

---

<sup>81</sup> Otázka číslo 25

<sup>82</sup> Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002, str.13

## 7 Vnímání tloušťky

Součástí dnešního ideálu krásy je důraz na štíhlou postavu. „Většina žen, ale i někteří muži chtějí být štíhlejší. Štíhlost se stala hodnotou, cílem snažení mnoha lidí. Štíhlost je považována za podmínku výkonnosti, atraktivity a osobního štěstí. Štíhlost je všudypřítomná díky médiím – noviny, časopisy, film, televize nám vnucují denně štíhlý ideál těla.“<sup>83</sup> Štíhlost je pro nás tolik důležitá, že právě z tělesných rozměrů pramení i většina nespokojenosti s tělem.<sup>84</sup> Problematika váhy a rozměrů těla se táhla jako pomyslná nit téměř všemi rozhovory, u několika respondentek by se dokonce dalo říci, že vnímání těla zredukovaly takřka výhradně na vnímání tloušťky, a proto jsem se rozhodla jí věnovat samostatnou kapitolu. Pozornost bude zaměřena jak na vnímání tloušťky obecně, tak zejména na její pojetí v kontextu vlastního těla.

Současná západní společnost vyžaduje od mužů i žen štíhlost. Mezi teoretiky dnes existují spory o původu těchto kulturních vzorů. Biologicky zaměřené psychologové zdůrazňují u ideálu štíhlosti prvek zdraví. Existují však důkazy, že mírná nadváha může být pro určité jedince zdravotně prospěšná a vyhublost může naopak zdraví poškozovat. Sociální psychologové zdůrazňují význam kulturních faktorů, které určují, co je pokládáno za atraktivní. Dokazují, že štíhlý ideál existuje poměrně krátce a během několika posledních let se požadavky na tělo ještě zpřísnily.<sup>85</sup> Jako zásadní přelomové body, jež měly vliv na současný štíhlý ideál, je chápáno poválečné zavedení konfekčních velikostí a dále potom v šedesátých letech popularita extrémně štíhlé modelky Twiggy. Crooková hovoří dokonce o „strachu z tloušťky“, který zavládl ve dvacátém století, zejména mezi ženami. Štíhlost se stala mimo jiné znamením ženskosti. Například v sedmdesátých letech, v souvislosti s feministickým hnutím, se některé ženy snažily ignorováním diet a „tloustnutím“ odporovat obecně přijímaným genderovým stereotypům.<sup>86</sup> Štíhlý ideál ovšem přetrvává dodnes, jen již není tolik v módě dosahovat ho výhradně pomocí diet, ale propaguje se pohyb a zdravý životní styl. Crooková vnímá

---

<sup>83</sup> Fialová, Ludmila: Moderní body image – Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla, Grada 2006, str.56

<sup>84</sup> Crooková, Marion: V zajetí image těla, Oldág, Praha 1995

<sup>85</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing 2000

<sup>86</sup> Orbach, S.: Fat is a Feminist Issue, New York: Paddington Press 1978 In: Reischer, Erica and Koo, S. Kathryn: The Body Beautiful: Symbolism and Agency in Social World, Annu. Rev. Anthropol. 2004

důraz na vzhled a štíhlost jako produkt naší ekonomiky, štíhlost vidí jako ztělesnění naší společenské hodnoty bohatství. Dříve byla otylost symbolem dobrého postavení, známkou bohatství, dnes, kdy už nestrádáme, je tomu naopak, známkou bohatství je štíhlost, neboť její udržování stojí peníze.<sup>87</sup>

Někteří autoři dokonce současný „kult štíhlosti“ přirovnávají k novému náboženství. Crooková<sup>88</sup> přirovnává dnešní silnou společenskou potřebu být štíhlý ke slepé víře. Naomi Wolf popisuje „úpadek patriarchálního náboženství, které bylo okamžitě nahrazeno novým náboženským dogmatem o věku a hmotnosti, které využívá některé techniky starších kultů a sekt ke změně myšlení, s cílem funkčně nahradit tradiční rituál.“<sup>89</sup> V poněkud jiném kontextu zmiňuje štíhlost jako nové náboženství Carol Delaney<sup>90</sup>, tato autorka se nejprve vrací ke středověkým křesťanským praktikám namířeným k tělu, zejména k držení půstu, dodává však, že jeho cílem bylo objevení duše, nikoli eliminace tuku. Dále pokračuje, že současná touha ovládnout tělo a být štíhlý není součástí žádného náboženství, nýbrž se sama náboženstvím stala, náboženstvím pozdního kapitalismu.

Sama bych nešla tak daleko, abych touhu po štíhlém těle přímo označila jako náboženství. Na základě provedeného bádání jsem však zjistila, že štíhlé tělo hraje v životě dotazovaných nezanedbatelnou roli. Podstatná část respondentů, respektive respondentek, si své štíhlé postavy buď velmi cenila, nebo se jí snažila dosáhnout. Ty respondentky, které samy sebe označovaly jako tlusté, si do ideálu štíhlého těla projektovaly i některé další aspekty života, zejména problémy v partnerství. Ne snad v tom smyslu, že by se snažily zhubnout, aby přímo vylepšily svůj vztah, podotýkaly však, že jejich partnerská krize souvisí do velké míry s jejich tloušťkou. Mužští respondenti obecně rozměrům postavy nepřisouvali tak zásadní roli jako ženy.

Všechny ženy, se kterými jsem vedla rozhovor, přikládaly buď váze, nebo velikosti těla značný význam a to ze dvou hlavních důvodů. Jedním z nich byla funkčnost těla, druhým bylo estetické hledisko, jelikož žádná z nich tloušťku nepovažovala za krásnou. Ty respondentky, které o sobě hovořily v tom smyslu, že

---

<sup>87</sup> Crooková, Marion: V zajetí image těla, Oldág, Praha 1995, str.37

<sup>88</sup> Crooková, Marion: V zajetí image těla, Oldág, Praha 1995

<sup>89</sup> Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000, str.12

<sup>90</sup> Delaney, Carol: Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

s tloušťkou nemají zásadní problém, zdůrazňovaly zejména funkčnost čili pohyblivost a ohebnost těla. Na štíhlé tělo kladly nemalý důraz a upozorňovaly, že pokud by začaly přibírat na váze, viděly by to jako problém, jež by řešily zejména pohybem.

Respondentka 2: „*Já docela cvičím, protože nechci být tlustá... a hlavně chci být pohyblivá... teď s tím nemám problém, ale kdyby jo, tak by mi to dost vadilo.*“

Respondentka 3: „*Tak já si docela hlídám zdravou stravu, ale mám taky to štěstí, že netloustnu po všem, ale kdyby to tak nebylo, tak to bych proti tomu určitě nějak bojovala...*“

Respondentka 10: „*Nemám potřebu postavu nějak řešit, protože už hodně let mám jednu velikost, ale kdybych začala tloustnout, tak to hned bych začala cvičit.*“

Jako tlusté se subjektivně označily tři respondentky. Jedna z nich (respondentka 6) zdůrazňovala, že s tím nemá žádný osobní problém, pouze by chtěla několik kilogramů shodit, aby se jí lépe dýchalo. Zbylé dvě ženy (respondentky 1 a 4) svou tloušťku viděly naopak jako zásadní problém. Obě o sobě hovořily jako o vyrovnaných ženách, obě se však neustále pokoušely zhubnout a taktéž obě byly přesvědčené o tom, že se jejich postava nelíbí jejich manželům. Jedna žena situaci řeší úniky do přírody se psy, kde je pouze sama, bez manžela a tak se postavou nemusí zabývat, druhá žena již několik let bere antidepresiva.

Respondentka 1: „*Nejhorší jsou pro mě víkendy, kdy jdeme ještě s dětma třeba do lesa a já tam sedím a vidím na něm, že on by si představoval, aby tam na pařezu sedělo něco úplně jinýho... hubenýho v krátkých šortkách...*“

Respondentka 4: „*Ono to souvisí všechno se všim... ale kdybych na něm viděla, že se mi líbí, ale opravdově, ne jenom řeči...*“

Výše zmíněné respondentky byly se svým tělem velice nespokojené a to kvůli jeho rozměrům, dodávaly však, že ač s přibývajícím věkem je náročnější s váhou bojovat, tak jsou zároveň o něco vyrovnanější a jejich tělo jim vadí v poněkud menší míře.

Muži velikosti vlastního těla přikládali menší význam nežli ženy, větší část mužů sdělila, že ač mají několik kilogramů navíc, tak jsou natolik pohodlní, než aby s tím něco dělali. Menší část respondentů uvedla, že si v tomto směru svou postavu více či méně hlídá a to buď sportem, nebo omezením stravy a alkoholu.



Respondent 16: „*Po autonehodě jsem byl upoutanej na lůžku a 30 kilo jsem nabral a to už se pak těžko schazuje... no a já se rád dobře najím a taky to pivko... mě je to vlastně asi jedno, jo možná kdyby manželka chtěla, abych zhubnul...*“

Respondent 17: „*Tak to já si chci udržovat váhu... no, třeba běhám... teda nechci bejt hubenej až moc, když jsem se rozváděl jsem měl 65 kilo... ale tak normálně. Třeba na Vánoce když přiberu, tak to zase shodím... teď se udržuju, třeba jsem přestal pít pivo a piju víno... vinnej střík, po něm se nepřibírá...*“

Při posuzování rozměrů těla respondenti nehledali žádné objektivní měřítko, možné bylo vysledovat tři hlavní ukazatele vedoucí k subjektivnímu pocitu tloušťky. Dotazovaní nejčastěji zmiňovali menší ohebnost těla, negativní reakce okolí a malé oblečení, které jim dříve sedělo.

Otázky týkající se rozměrů těla byly taktéž součástí dotazníkového šetření. Mimo jiné mě zajímalo, zdali by respondenti chtěli na své postavě něco změnit.<sup>91</sup> V této otázce se projevil jak vliv pohlaví, tak vliv dosaženého vzdělání. Všichni dotazovaní nejčastěji odpovídali, že by si přáli být štíhlejší, přičemž respondenti s nižším vzděláním si přáli být štíhlejší v daleko větší míře. Mít vypracovanější svaly by si přáli více muži nebo respondenti s vysokoškolským vzděláním. Mít jiný tvar postavy chtěli respondenti bez ohledu na vzdělání půl na půl, přihlédneme-li k generovým rozdílům, pak ženy si přály mít jiný tvar postavy rovněž půl na půl, kdežto muži po ničem takovém netoužili. Pokud respondenti uvedli něco jiného, pak to byly odpovědi jako menší poprsí nebo vyšší postava.

Dále jsem zjišťovala, zdali respondenti někdy drželi dietu<sup>92</sup>, na což nepatrně větší část všech respondentů odpověděla kladně. Dvě třetiny žen uvedly, že dietu někdy držely, většina z nich dokonce několikrát, kdežto asi tři čtvrtiny mužů odpověděli, že dietu nikdy nedrželi. Dosažené vzdělání v této otázce nehrálo žádnou roli. Vnímání tlouстnutí jsem taktéž zkoumala nepřímou otázkou<sup>93</sup>, zdali-by respondentům vadilo mít o 3 kg více, přičemž podstatná většina, bez ohledu na pohlaví či vzdělání, odpověděla výrazně kladně, čili rozhodně vadilo.

---

<sup>91</sup> Otázka číslo 8

<sup>92</sup> Otázka číslo 17

<sup>93</sup> Otázka číslo 18

Respondenti tloušťku nepřijímali nejen na sobě, ale nelíbila se jim ani na ostatních lidech, přičemž nekritizovali tloušťku obecně, pouze na potencionálních sexuálních partnerech. V tom smyslu, že je obézní lidé nepřitahují, se vyjadřovaly zejména ženy. Tloušťku si spojovali s nedostatkem aktivity a to byl pro ně důvod, proč by je obézní člověk nepřitahoval.

Respondentka 8: *„Jako otlý lidi já moc nemusím... prostě se mi to nelíbí, štíhlejší bude daleko aktivnější než nějaký cvalda... jako na kafe bych s ním šla, to může mít třeba dva metráky, ale nic víc...“*

S tloušťkou je spjata celá řada společenských stereotypů. Některé z nich uvádí na základě amerických výzkumů Fialová: „Tlouštíci byli dříve považováni za dobrosrdečné, veselé optimistické a přátelské. Dnes jsou ale obézní hodnoceni svým okolím jako pohodlní, bez vůle, nezodpovědní... . Naše současná kultura přisuzuje obézním lidem vlastnosti jako lhostejnost, slabost, špatné zdraví, nedostatek uznání, sexuální izolaci a lenost.“<sup>94</sup> Proto mě zajímaly názory střední generace na některé stereotypy, jež jsem uvedla do dotazníku. Celkově respondenti nejvíce souhlasili s výrokem, že by se „obézní lidé měli pokusit zhubnout“, nejméně potom s výrokem „že obézní lidé jsou v naší společnosti znevýhodnění“. V tomto bodě spatřuji jistý paradox. Vzhledem k tomu, že si většina dotázaných myslí, že obézní lidé by se měli pokusit zhubnout, tak to samo již poukazuje k zaměření společnosti proti obézním lidem. Do jisté míry bych souhlasila s Crookovou, jež tvrdí, že „západní společnost je silně zaujatá vůči obezitě. Ba co hůře, je silně zaujatá vůči lidem, kteří jsou obézní.“<sup>95</sup> S dalšími stereotypy, na které jsem se tázala, respondenti souhlasili přibližně půl na půl, úlohu v tomto případě sehrál jak faktor pohlaví, tak vzdělání. S tvrzením, že „obézní lidé sou spokojenější a vyrovnanější“ souhlasili více ženy a respondenti s nižším dosaženým vzděláním. S výrokem, že „obézní lidé nejsou přitažliví“ souhlasili podobně muži i ženy, s ohledem na vzdělání s tímto tvrzením souhlasili více vysokoškolsky vzdělaní respondenti. Dále jsem zjišťovala, zda si lidé myslí, že „obézní lidé jsou líní“, s čímž všichni dotázaní spíše nesouhlasili. S tvrzeními, že „obézní lidé si za svou tloušťku obvykle mohou sami“ a „obézní lidé jsou dobrosrdeční“ souhlasily spíše ženy a

---

<sup>94</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Karolinum, Praha 2001, str.47-48

<sup>95</sup> Crooková, Marion: V zajetí image těla, Oldág, Praha 1995, str.64

respondenti s vysokoškolským vzděláním. Poslední zmíněný výrok zároveň nejvíce respondentů nedokázalo posoudit.

Na základě provedeného výzkumu je možné konstatovat, že většina respondentů, zejména respondentek, vnímá svoje tělo skrze jeho velikost a subjektivní pocit štíhlosti či tloušťky v tom nehraje žádnou významnou roli. Ženy tloušťku vnímaly mnohem více negativně než muži, štíhlou postavu považovaly za hodnotu, které chtějí buď dosáhnout, nebo si ji uchovat.

## 8 Stárnutí

Stárnutí je nevyhnutelným a nevratným biologickým procesem. Jedná se o zcela univerzální jev, jeho význam je však kulturně podmíněný, a tak je věk do jisté míry sociálním výtvorem. V mnoha společnostech se s přibývajícím věkem zlepšuje společenské postavení jedince, navíc bez ohledu na jeho gender. Ne vždy je tomu tak u nás. V západní společnosti staří lidé z titulu svého věku žádnou zvláštní autoritu nemají. Neženou se za úspěchem, a proto jsou v moderní společnosti, která vysoce hodnotí individuální úspěch, relativně bezcenní. Kvůli rychlému tempu kulturních změn je stále větší část moudrosti a schopností starých lidí považována za překonanou.<sup>96</sup>

Stárnutí je samozřejmě spojeno s mnoha aspekty života jedince. V souladu s tématem výzkumu jsem pozornost soustředila zejména na fyzické projevy stárnutí. Zajímalo mě, jakým způsobem příslušníci generace středního věku vnímají stárnutí těla a jaký mu připisují význam. Stárnutí je proces, který se týká absolutně všech, od novorozeňat po starce. O lidech ve středních letech nechci hovořit jako o starých, jen se domnívám, že toto téma je v příslušné věkové kategorii aktuální, jelikož se nacházejí minimálně v polovině tohoto procesu. Tak také někteří respondenti označovali střední věk, jako období mezi mládím a stářím. Podstatná většina respondentů, bez ohledu na jejich skutečný věk, spíše inklinovala k mládí, což v praxi znamená, že se buď cítí na svůj věk, anebo si připadají mladší. Stejný výsledek vyplynul i z dotazníkového šetření<sup>97</sup>, kdy více než polovina respondentů uvedla, že se cítí na svůj věk, menší část si připadala mladší a pouze dva respondenti uvedli, že se cítí být starší. Vliv pohlaví ani vzdělání na subjektivní vnímání stáří tázaných jsem v tomto případě nezaznamenala.

Samotné označení „střední věk“ se během dotazování ukázalo jako poměrně problematické, jelikož respondenti často nevěděli, „co vlastně pojem střední věk znamená“, nebo se za příslušníky generace středního věku nepovažovali, ač do věkové hranice 40 až 60 let zapadali. Vycházela jsem z předpokladu, že pokud je označení „střední věk“ termínem ve společnosti běžně užívaným, pak bude mít i svůj obsah a tím budou například oni konkrétní lidé, mezi kterými jsem bádała. Možná je toto neztotožňování se s generací středního věku tím, že člověk víceméně automaticky

---

<sup>96</sup> ERIKSEN, Thomas Hylland: Sociální a kulturní antropologie, Portál, Praha 2008

<sup>97</sup> Otázka číslo 30

přechází z jedné věkové skupiny do druhé a skupina „střední věk“ není ohraničena žádnými rituály a tak přirozeně chybí uvědomění si příslušnosti k této věkové skupině. Během rozhovorů jsem se snažila zjistit, mají-li lidé ve středních letech něco společného. Přibližně dvě třetiny respondentů hledali odpověď pomocí nějaké obecné charakteristiky, jedna třetina se soustředila na fyzický vzhled. Respondenti se shodli na tom, že člověk ve středních letech má již ucelený pohled na svět a je materiálně zabezpečený, někteří zmiňovali únavu, jiní důležitost koníčků, aby se proti té únavě mohli efektivně bránit. Níže uvádím příklady fyzické charakteristiky střední generace:

Respondentka 3: *„Takže, asi se odlišuju od těch mladejch zkušeností... to se vám v té tváři nějak zobrazí... někdo může ve čtyřiceti klidně vypadat na padesát, někdo v padesáti může vypadat o deset let mladší... jak se říká, to si zaslouží každý, že jo, jak vypadá v tomhle věku... podle toho, jak jsme žili... já si myslím, že v tomhle se lidi poznají, tím výrazem v tváři...“*

Respondent 13: *„Zub času na nich zahlodal, přibylo vrásek, přibylo šedin. U žen je to skryté, protože to maskují, barví si vlasy, tak tam šediny vidět nejsou, chodí na kosmetiku, takže ta pleť vypadá lépe...“*

Respondent 14: *„Střední generace by už měla být stabilizovaná... ale jinak vidím velký problém, že v Čechách jsou ty lidi středního věku hrozně přežraný... všechny ženské jsou prdelatý a chlapi mají zas pívň mozoly.“*

Dnešní společnost je nastavena tak, že stáří není považováno za hodnotu. Hodnotou je mládí a kdo mladý není, tak by tak měl alespoň působit. Od těla se žádá, aby bylo zdravé a funkční a tento vnitřní stav by měl být vidět navenek. Dalo by se říci, že snaha udržovat mládí nebo ještě lépe mládnout existuje odnepaměti, viz snahy o objevení různých elixírů mládí, otázkou však zůstává do jaké míry je tato situace v rámci lidské přirozenosti, aniž by nepotírala či nezatracovala přirozený proces stárnutí. Problém může nastat, pokud začneme uvažovat v opozicích krásný – ošklivý a mladý – starý, přičemž to ošklivé se ztotožní se starým.

Některé autorky hovoří o mýtu krásy, který vládne v naší společnosti, do něhož stárnutí nezapadá. Kdo chce být krásný, musí vypadat mladě. Není bez zajímavosti, že za objekt mýtu krásy jsou považovány ženy a muži jsou hlavním důvodem, proč mu ženy podléhají. Podle Naomi Wolf mýtus krásy odráží strach mužů z žen, a ti tento

mýtus zneužívají jako nástroj k jejich ovládnutí. „Mladost a (donedávna) panenství žen se považují za „krásné“, protože znamenají sexuální neznalost a nezkušenost. Stárnutí je „škaradé“, protože s přibývajícím věkem se ženy stávají mocnějšími, a proto je třeba spojení mezi generacemi žen vždy rozbít: Starší ženy se bojí mladých, mladé starých a mýtus krásy se jim všem společně stará o zkrácení života.“<sup>98</sup> O tom, že úspěch žen závisí na hlídání krásy, a tedy současně na udržování mladistvého vzhledu hovoří ve svém článku i Erica Reischer a Kathryn S. Koo.<sup>99</sup>

Erika Berger na toto téma uvádí slova již klasické autorky zabývající se postavením ženy ve společnosti Simon de Beauvoir. Ta se vyjadřuje k pocitům podstatné části žen v západních zemích následovně: „Údělem ženy je být pro muže erotickým objektem. Jakmile zestárne a zoškliví, ztrácí místo, které jí bylo ve společnosti vyhrazeno a stává se monstrem, jež vzbuzuje nechuť či dokonce odpor.“<sup>100</sup>

O tom, že krása je spojená s mládím, pojednává i Nancy Etcoffová. Ta pokládá uctívání mladistvého vzhledu za přirozené, jelikož se podle ní mládí pojí se sexualitou a plodností a ty měli význam vždy a ve všech dobách. „Upřímně řečeno, je lidské, že každý člověk chce vypadat sexuálně přitažlivě, a ne tak, jako když už má zenit za sebou.“<sup>101</sup>

„Fyzická krása je jako atletické schopnosti: dosahuje vrcholu v mladém věku. Výjimečná krása je vzácná a téměř vždy se objevuje u lidí do třiceti pěti let. Říkáme, že krása zraje s věkem, ale od onoho ideálního okamžiku, kdy je tělo na vrcholu tvůrčích a fyzických sil, čas plyne dál a dál a zdraví a plodnost se pomalu vytrácejí. Mnoho úsilí spojeného s hledáním krásy je soustředěno právě na prodloužení těchto několika vrcholných let, na to, aby člověk vypadal stále, jako když je mu 20 let. (...) Chtěli bychom zůstat věčně mladí, nejen ve svém srdci a mysli, ale také na těle.“<sup>102</sup> Etcoffová sice není tak radikální jako výše zmíněné autorky, i přesto však zmiňuje zejména ženy, jež se pokouší zůstat věčně mladé. Tvrdí, že to dělají proto, aby se přiblížili mužům, kteří si hledají mladé partnerky. Ale jak stárnutí vnímají muži?

---

<sup>98</sup> Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000, str.15

<sup>99</sup> Reischer, Erica and Koo, S. Kathryn: The Body Beautiful: Symbolism and Agency in Social World, Annu. Rev. Anthropol. 2004, str.302

<sup>100</sup> Berger, Erika: Je mi teprve 50: Nová životní etapa, Motto, Praha 1996, str.6

<sup>101</sup> Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002, str.259

<sup>102</sup> Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002, str.70

Bez ohledu na to, zdali muži pravidla o potřebě mladistvého vzhledu vytvářejí nebo jsou objektem zájmu žen, které se kvůli nim snaží vypadat mladší, aby byly sexuálně přitažlivější, se stárnutí nevyhýbá ani jednomu pohlaví. Jedním z cílů předkládaného výzkumu bylo zjistit, jakým způsobem vnímají stárnutí obě pohlaví, tedy ženy i muži. V tomto bodě se poněkud rozcházejí výsledky rozhovorů a dotazníkového šetření. Z rozhovorů vyplynulo, že většina dotázaných, ať už ženy nebo muži, stárnutí chápou jako přirozený proces, který vnímají většinou pozitivně nebo se jím nezabývají. V několika případech jsem dostala odpověď v podobě fráze, že stárnutí je jediná spravedlnost na světě, je objektivní a měří všem stejně. Muži si stárnutí spojovali více s fyzickou výkonností, ženy se vzhledem, toto rozdílné pojetí však nebylo pravidlem. Zásadní roli dobrého zdraví vyzdvihovala obě pohlaví.

Respondentka 2: *„Sice stárnu, protože už mi je přes 50, ale zatím to opravdu nevnímám, protože nemám nějaký zdravotní problémy, takže, nebojím se stárnutí, nevnímám to, ba naopak si myslím, že člověk má zase nějak víc zkušeností a nevím ani, jestli bych měla za to mládit... možná o deset let, to bych brala, ale... úplně od začátku, to ne.“*

Respondentka 5: *„Stárnutí na sobě pozoruju, třeba když cvičím, tak jsou určitý cviky, který už neudělám, ale je to dobrý... necejtím se ještě nijak zvlášť unavená, jen ta menší pohyblivost... no a jinak, nedá se s tím nic dělat, tak si chodím dávat pravidelně jednou za měsíc vyžehlit obličej... ale jinak jsem spokojená.“*

Respondent 12: *„Já si připadám pořád stejný... jako, přibyly sice vrásky a šediny, ale to je úplně jedno... hlavně když zdraví slouží, pak beru stárnutí docela pozitivně.“*

Při dotazování jsem se setkala pouze s jednou negativní reakcí na stárnutí.

Respondent 11: *„Jak vnímám stárnutí? No, blbě, roky bohužel přibývají. Sice to má i své výhody, jako že je člověk psychicky uvolněnější, ale na druhou stranu, s tělem už začínají problémy, ne teda úplně nějaký velký, ale musím si teď třeba začít shánět brýle...“*

Výsledky plynoucí z dotazníkového šetření<sup>103</sup> však ukázaly poněkud méně pozitivní přístup ke stárnutí. Domnívám se, že člověk má tendenci se v rozhovoru tvářit v tvář prezentovat více spokojený, než ve skutečnosti může být a schovávat se za neutrální

---

<sup>103</sup> Otázka číslo 32

tvrzení o přirozeném procesu stárnutí. Z dotazníků totiž vyšlo najevo, že více než polovina dotázaných vnímají stárnutí negativním způsobem, jedna čtvrtina pozitivním způsobem a zbylým devíti respondentům to bylo jedno. Vliv pohlaví na vnímání stárnutí nebyl zjištěn. Co se týče vlivu vzdělání, zaznamenala jsem pouze nepatrný rozdíl, kdy vysokoškolsky vzdělaní respondenti uváděli více negativní přístup ke stárnutí. Známky stárnutí na sobě respondenti pozorují a to bez ohledu na dosažené vzdělání. Kladná odpověď převládala v naprosté většině u obou pohlaví.

Rozhovory jsem se dále snažila zjistit, v souladu se zmíněným vlivem mýtu krásy, zdali stárnutí znamená ztrátu přitažlivosti. Většina respondentů buď vyzdvihovala jiné přednosti, než je fyzický vzhled nebo se shodla na tom, že stárnutí se opravdu pojí se ztrátou přitažlivosti. Zajímavé bylo zjištění, že k této problematice se více vyjadřovali muži, ženy se odpovědi snažily vyhnout a otázkou zůstává proč. Je to jen náhoda nebo mlčení znamená souhlas, ke kterému se jakožto stárnoucí osoby nechtěly vyjadřovat? Zajímavé bylo také zjištění, že respondenti si odpověď na tuto otázku vztahovali buď konkrétně na svou osobu, nebo na své pohlaví obecně, nikdo neodpovídal v tom smyslu, zdali mu nebo jí s přibývajícím roky přijde více nebo méně přitažlivé opačné pohlaví.

Respondent 11: *„Stárnutí asi určitě znamená ztrátu přitažlivosti. To si nebudeme lhát, určitě jsem ve třiceti vypadal líp, než teď. Teď zase vypadám líp, než budu vypadat v osmdesáti. Ale to je normální, si myslím.“*

Respondent 16: *„No tak to se určitě pojí se ztrátou přitažlivosti. Vrásky a břicho se ženám přestanou líbit. Je potřeba se o sebe starat, takovej Krampol, ten se mi líbí, je starej, ale je vidět, že se stará... vyhlazuje si vrásky, chodí do posilovny... ten je dobrej.“*

Co se týče fyzických příznaků stárnutí, v rozhovorech muži většinou zmiňovali šedivění a vrásky, ale zároveň dodávali, že jim tyto projevy stárnutí vůbec nevadí. Někteří vtipkovali o možnosti obarvit si šediny, tuto alternativu ale vůbec nepřipouštěli v úvahu. Hůře přijímali tloustnutí, které jim vadilo, a snažili se s ním něco dělat, takže buď sportovali, nebo si hlídali stravování.

Respondent 13: *„Čím jsem starší, tím víc si musím hlídat váhu, už to nejde samo a každé knedlík je prostě znát.“*



Ženy o vráskách téměř vůbec nehovořily, některé zmiňovali šedivění vlasů, ale naprosto automaticky dodávaly, že tento příznak stárnutí řeší barvením. Největší problém stárnutí spatřovaly v přibývání na váze, s čímž jsou podle jejich slov, až na dvě výjimky, smířené. V tomto bodě spatřuji prostor pro další výzkum, a to hned ze dvou důvodů. Tím prvním je skutečnost, že ženy nehovořily o přibývajících vráskách, ač je to jeden z nejvíce viditelných projevů stárnutí. Napadají mě dvě od sebe naprosto odlišná vysvětlení, buďto vrásky opravdu nehrají v jejich životě roli, anebo pro ně význam mají a bylo jim nepříjemné o tom hovořit. Podobný problém spatřuji ve vnímání tloušťnutí, se kterým jsou dle jejich výpovědí v souvislosti se stárnutím smířené. Respondentky totiž jedním dechem dodávaly, že je s přibývajícím věkem čím dál těžší si váhu udržet nebo dokonce hubnout, což ukazuje na to, že s tím možná úplně smířené nejsou. Toto jsou však pouze mé domněnky, které mimo jiné vycházejí z nepřehledného množství literatury, jež zdůrazňuje spojitost mládí s štíhlou postavou. Jak tvrdí například Rheinwaldová<sup>104</sup>: „Správná váha je jedním z faktorů mladistvého vzhledu.“ Problematikou přibývání na váze ve středním věku se ve své studii detailněji zabývá S Ziebland a kolektiv<sup>105</sup>, na problém však nahlíží zejména z lékařského hlediska. Tato práce se tloušťnutím zabývala podrobněji v předchozí kapitole (Vnímání tloušťky).

Součástí dotazníku byla také otázka<sup>106</sup> zjišťující vnímání fyzických příznaků stárnutí jako právě šedivění vlasů, vrásky, ochablá postava, přibývání na váze, menší fyzická výkonnost a nemoci. Ponechán byl též prostor pro jiné příznaky stárnutí, který ale nikdo z respondentů nevyužil. Co se týče ochablé postavy, menší fyzické výkonnosti a nemocí, tak muži i ženy odpovídali podobně, že jim buď určitě anebo spíše vadí. Méně jednoznačné byly odpovědi ohledně šedivění vlasů, které většině mužů nevadí, kdežto ženy odpovídaly půl na půl. Dále pak odpovědi týkající se vrásek, kdy muži ve velké většině odpovídali, že jim nevadí, kdežto ženám vadily daleko více, a konečně odpovědi týkající se přibývání na váze, které také vadilo oběma pohlavím, ženám však v daleko větší míře než mužům. Tento nesoulad výsledků plynoucích z rozhovorů a z dotazníkového šetření je dalším ukazatelem pro nutnost hlubšího výzkumu. Vliv dosaženého vzdělání jsem u této problematiky nezaznamenala.

---

<sup>104</sup> Rheinwaldová, Eva: Cesta k mládí a úspěchu, Orbis, Praha 1991, str.91

<sup>105</sup> Ziebland, S.,Robertson,J., Jay., J, Neil, A.: Body image and weight Pangein middle age: A gualitative study, International journal of obesity, 2002, No. 26, pg. 1083-1091

<sup>106</sup> Otázka číslo 33

S generací středního věku a procesem stárnutí se úzce pojí problematika takzvané „krize středního věku“ a tak jsem nastolila otázku, zdali existuje nějaká její spojitost s vnímáním těla. Jak v rozhovorech, tak v dotaznících, jsem zjišťovala, co vůbec krize středního věku je a jakou s ní mají respondenti zkušenost. Prvním zjištěním bylo, že velká část dotázaných vůbec nevěděla, co se touto krizí myslí, dokladem tohoto mohou být dotazníky<sup>107</sup>, ve kterých asi polovina respondentů buď přímo uvedla, že neví, nebo zanechali otázku nezodpovězenou. Ostatní se shodli na několika hlavních faktorech: ztráta zaměstnání, rozpad rodiny a odchod dětí z domova, únava a stereotyp, ztráta motivace, zdravotní komplikace a celkový pocit stárnutí. Některé ženy navíc dodávaly ztrátu sebevědomí v souvislosti se stárnutím. Pouze dvě respondetky v dotaznících zmínili přímou souvislost krize středního věku se vzhledem těla:

*„Neustále vyšší nároky na vzhled a výkon, ale hlavně to, že se to ze všech stran připomíná.“*

*„Nemožnost se vyrovnat projevy stárnutí uvedenými v předchozí otázce“ (šedivění, vrásky, ochablá postava, přibývání na váze, nemoci)*

Téměř všichni dotázaní uvedli, že s krizí středního věku osobní zkušenost nemají. Vzhledem k tomu, že tělo je nedílnou částí člověka, pak je vlastně do jisté míry součástí všech výše zmíněných faktorů vedoucích ke krizi středního věku, jenom mu respondenti v této souvislosti nepřipisují žádnou zásadní roli.

V závěru kapitoly o vnímání stárnutí těla bych chtěla shrnout nejdůležitější poznatky, které vyplynuly z výzkumu. V první řadě musím zdůraznit problematiku samotného vymezení „generace středního věku,“ jelikož se během bádání ukázalo, že se jedná o velice abstraktní pojem, který podstatná část respondentů běžně nepoužívala. Dotazovaní se většinou pohybovali v kategoriích mladí – staří, přičemž více inklinovali k mládí. Tělesné změny provázející stárnutí považovali za jeho přirozenou součást, někteří je přijímali hůře jiní lépe. Několik respondentů se vyjádřilo, že z pozice stárnoucích se o tělo nemusejí tolik starat, protože již vzhledu nepřipisují takový význam jako v mládí, jiní naopak tvrdili, že se o tělo starají více, protože se na něm viditelně projevují přibývající roky. Výsledky výzkumu však neukázaly žádný zásadní rozdíl mezi pojetím stárnutí těla u mužů a u žen. Grogan se k genderovým rozdílům

---

<sup>107</sup> Otázka číslo 34

vyjadřuje následovně: „Mnoho vědců si všímá „dvojího standardu“ stárnutí, kdy jsou stopy stárnutí na fyzické přitažlivosti u žen posuzovány přísněji než u mužů. (...) Znamky stárnutí jsou chápány jako distingovanost, zatímco u žen, které bývají často posuzovány spíš podle fyzické přitažlivosti, než podle svých schopností a zkušeností, jsou vnímány negativně jak samotnými ženami, tak okolím.“<sup>108</sup>

Tvrzení Grogan bych zároveň uvedla jako svou počáteční hypotézu, vztahující se k podtématu stárnutí. Tento předpoklad však výsledky výzkumu nepotvrdily, jelikož obě pohlaví známky stárnutí hodnotila víceméně podobně. Celospolečenský tlak na ženy v souvislosti s potřebou mladistvého vzhledu, tak jak ho zdůrazňují feministicky orientované autorky, výsledky výzkumu také nepotvrdily. Jelikož se obecně stárnutí nepovažuje za nějak výrazně přitažlivé, tak v této souvislosti připouštím možnost, že výsledky výzkumu mohou více vystihovat dojem, kterým respondenti a respondentky chtěli působit, než jejich skutečný přístup ke stárnutí. V tomto bodě spatřuji možný námět pro další bádání.

---

<sup>108</sup> Grogan, Sarah: (str.111)

## 9 Vliv médií

Masová média, ať chceme či nechceme, více či méně působí na každého člověka. Někdo je schopný informace z médií kriticky hodnotit, velká část populace však tyto informace jen pasivně přijímá. Jak píše Fialová<sup>109</sup>: „Průměrná populace není schopna nebo nemá motivaci kriticky hodnotit obsah předkládaný médií a tak přijímá vše, co je jí nabízeno. Informace z médií chápou jako základ k porozumění sobě samým a svému světu.“ Nejprve se tedy podívám na to, co konkrétně je jí nabízeno respektive jak je v médiích prezentováno tělo a ideál krásy, vycházet budu zejména z literatury a posléze se pokusím zjistit, do jaké míry je generace středního věku pouze tím zmíněným pasivním příjemcem, zdali se cítí být médií ovlivněna a pokud ano, tak jakým způsobem.

Studie, které se zabývaly zobrazováním obou pohlaví v médiích, zjistily, že ženy a muži jsou zobrazováni výrazně odlišným způsobem. Ženy jsou zobrazovány jako abnormálně štíhlé, kdežto muži bývají zobrazováni ve své standardní tělesné hmotnosti.<sup>110</sup> Zejména u žen bývá tělo prezentováno v jeho ideální podobě, přičemž se tento ideál většinou neshoduje s realitou, čili s tím, jak většina žen ve skutečnosti vypadá. Důsledkem této diskrepance může být nespokojenost s vlastním tělem. Problematika zobrazování žen a mužů v médiích souvisí též s tématem genderu, kdy se oběma pohlavím připisuje určitá stereotypní role, která zejména u žen souvisí ve velké míře se vzhledem. „Vědci analyzující mediální reprezentaci žen přesvědčivě prokázali, že převládající obraz ženy v médiích je mladá, konvenčně přitažlivá žena. Hlavní snahou této ideální ženy je už od rané dospělosti najít toho pravého muže, provdat se za něj a stát se „matkou“, jejímiž hlavními zájmy je rodit a vychovávat děti a zůstat přitažlivou pro manžela.“<sup>111</sup>

Při rozhovorech jsem výše zmíněné charakteristiky mediálního obrazu mužů a žen prezentovala jako status quo a chtěla jsem zjistit, co si o něm respondenti myslí. Dostalo se mi několik různých typů reakcí. Velká část dotázaných tento stav médií

---

<sup>109</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001, str.189

<sup>110</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing, Praha 2000

<sup>111</sup> Tamtéž str.111

kritizovala a dodávali, že to je jeden z důvodů, proč příliš nesledují televizi (především reklamy) a ani si nekupují časopisy, které se věnují tělu. Další velká část respondentů mediální obraz těla sice částečně kritizovala, ale zároveň ho přijímala.

Respondentka 3: „... ale tak, v televizi musí být osoba zachovalá, hlavně váhově zachovalá, protože, jak se říká, televize přidává kila. (...) A taková Růžičková, no uznajte, ta přece nebyla pěkná... no, ale tak zas hrála role, kde to nevadilo...“

Respondent 11: „Já koukám hlavně na zprávy a na sport, a ve filmech... tam jsou teda hlavně krásný lidi... a je to pěkný... ale zase vim, že skutečnost je jiná.“

Pouze jedna respondentka se vyjádřila v tom smyslu, že si nemyslí, že by byl v médiích prezentován výhradně štíhlý a mladý ideál krásy a uváděla příklady, které hledala zejména mezi televizními reportéry, ale zároveň dodávala, že média příliš nesleduje. V tomto bodě lze vysledovat souvislost s dosaženým vzděláním respondentů, vysokoškolsky vzdělaní respondenti byli většinou k mediálnímu obrazu ženského a mužského těla více kritičtí a zároveň uváděli, že média příliš často nesledují. Celkově je však možné shrnout, že ženy a muži středního věku nejsou jen pasivními příjemci mediálních sdělení a ke sdělovacím prostředkům jsou více či méně kritičtí.

Většina odborníků, zabývajících se obrazem těla v médiích, hovoří o prezentaci jednoho ideálu krásy, o štíhlé ženě a svalnatém muži, z čehož vyplývá určitá konformita v zobrazování těla. Tento pohled na zobrazování krásy však není zcela jednoznačný, například Eco popírá, že by média prezentovala jej jeden estetický ideál, hovoří o „záplavě tolerance, dokonalém synkretismu a absolutním bezbřehém polyteismu krásy“<sup>112</sup>. V každém případě nám však média sdělují, ať už přímo, tedy prostřednictvím reklamy a pořadů o vzhledu, či nepřímo, prostřednictvím toho, jací lidé jsou v médiích ukazováni, že vzhled je v našich životech velmi důležitý.

„Psychologové soudí, že média mohou ovlivnit tělesné sebeocnění mužů a žen, protože se stávají měřítkem, z něhož vycházejí nepříznivá hodnocení postavy.“<sup>113</sup> Grogan zmiňuje dvě nejvýznamnější psychologické teorie mediálních účinků, a to

---

<sup>112</sup> Eco, Umberto: Dějiny krásy, Argo 2005, str.428

<sup>113</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing, Praha 2000, str.88

Festingerovu teorii společenského srovnávání<sup>114</sup> a Markusovu teorii schématu vlastního Já<sup>115</sup>. Obě tyto teorie předpokládají významný vliv mediálních obrazů na spokojenost s vlastním tělem, Grogan však dodává, že výzkumy na toto téma přinesly smíšené výsledky, některé studie zjistily negativní vliv médií na vnímání těla, jiné vliv pozitivní nebo žádný. Fialová<sup>116</sup> k tomuto dodává, že ovlivnitelnost médií je dána sebevědomím, kdy nízké sebevědomí znamená větší ovlivnitelnost, pohlavím, kdy ženy lze ovlivnit snadněji než muže a věkem, kdy se stoupajícím věkem jsou lidé lépe schopni pohlížet na předkládané informace kriticky. Otázkou, z jakého důvodu je někdo více a jiný méně ovlivnitelný médií, se hlouběji zabývá také Bessenoff<sup>117</sup>, na problematiku nahlíží rovněž z psychologického hlediska. Celkově se dá říci, že vliv médií je nejvíce patrný u dospívajících, jelikož ti ještě nemají ustálený svůj sebeobraz a sebehodnocení, které si teprve utvářejí na základě kladného či záporného hodnocení okolí. Jsou tedy mnohem více vnímaví k ideálům, které jsou jim předkládány<sup>118</sup>.

Dále je třeba si uvědomit, že média nemají schopnost přímo ovlivňovat samy o sobě. Mohou pouze zvýšit význam některých společenských skupin nebo organizací. Prostřednictvím médií mohou tyto skupiny ovlivňovat lidi k tomu, aby kontrolovali svou hmotnost, cvičili, hlídali příjem kalorií a podobně.<sup>119</sup> Mimo jiné pomocí reklamy je vyvíjen určitý tlak na to, aby si ženy (a v posledních letech i muži) přály být krásné. Přesvědčují nás, že tělo, které máme, není dost dobré a rozhodně to tak nemůžeme nechat být. Graydon hovoří o miliardovém kosmetickém a dietním průmyslu, jež prosperuje tím, že ženy odvrací od toho, co by měly dělat, ale zahlcuje je obrazy toho,

---

<sup>114</sup> Podle této teorie toužíme po přesném a objektivním posouzení svých postojů a schopností. Jestliže nesme schopni se přímo ohodnotit, snažíme se uspokojit svoji potřebu sebehodnocení prostřednictvím srovnávání se s jinými lidmi a tento proces může být i nevědomý.

<sup>115</sup> Tato teorie se soustřeďuje na to, jak jedinec zpracovává obsah mediálního sdělení. Zájem je soustředěn na způsob, jakým jsou tyto informace včleňovány do individuální představy o vlastní osobě a jakým způsobem ji vlisují. Lidé si podle Markuse vytvářejí pocit vlastního já reflexí svého chování, sledováním reakcí okolí na sebe a zpracováním sociálních informací o tom, které osobní aspekty jsou nejvíce oceňovány.

<sup>116</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001

<sup>117</sup> Bessenoff, Gayle R.: Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal, *Psychology of Women Quarterly* 2006, str.239-251

<sup>118</sup> Štajnochrová, Sylva: Body image a stravovací zvyklosti dětí staršího školního věku, Diplomová práce z roku 2008, Masarykova univerzita

<sup>119</sup> Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001

jak by měly vypadat.<sup>120</sup> K tomuto ještě dodává, že to jsou právě masová média, díky kterým mají dnešní ženy bezpočet možností k porovnávání se s několika vybranými a geneticky nenormálními jedinci. Wolf<sup>121</sup> spatřuje roli médií taktéž v jejich dostupnosti čím dál tím většímu počtu lidí. Uvádí, že mýtus krásy je sice stejně starý jako patriarchální uspořádání společnosti, ale podoba jeho šíření pomocí masmédií je poměrně nová. Dříve ženy neměly takovou příležitost porovnávat svůj vzhled se společenským ideálem.

Hrají dnes média opravdu tak významnou roli ve vnímání těla? Dotýká se vliv médií skutečně výrazně více žen než mužů? Na základě provedeného terénního výzkumu se níže pokusím na tyto otázky najít odpovědi, jež budou vztažené, stejně jako celá práce, ke generaci středního věku.

V první řadě mě zajímalo, zdali respondenti média vůbec sledují, konkrétně jsem se tázala na pořady a časopisy, zabývající se tělem, fyzickým vzhledem, módou a podobně. Během rozhovorů se muži i ženy vyjadřovali, že média příliš nesledují a pokud ano, tak o nich hovořili do jisté míry negativně. Muži uváděli, že sledují zejména sport a zpravodajství a ostatnímu nevěnují příliš pozornosti.

Respondent 16: *„Já koukám hlavně na sport... občas teda zalistuju co má manželka ty svoje časopisy... ale modelky jsou dobrý akorát tak na koukání na obrázku, no co s ní doma, nevypere ani neuvaří...“*

Ženy se na rozdíl od mužů nevyjadřovaly v tom smyslu, co v médiích sledují, ale naopak, co nesledují. Ve velké míře kritizovaly reklamy a pořady pro ženy, které prý nesledují, ač je v několika případech trochu paradoxně velice dobře znaly.

Respondentka 6: *„V reklamách to nejsou lidi, to jsou umělohmotný panny a panáci.“*

Respondentka 7: *„Pořady pro ženský? To jsou slepičí pořady, to já nesnáším.“*

Několik respondentek hovořilo v tom smyslu, že média do jisté míry sledují, ale pouze proto, „aby byly v obraze“ a dodávaly, že se jimi nijak výrazně ovlivnit nenechají, jelikož jsou podle jejich názoru orientována zejména na mladé lidi. Z dotazníkového

---

<sup>120</sup> Graydon, Shari: How the Media Keeps Us Hung up on Body Image, Herizons Summer 2008, str.17-19

<sup>121</sup> Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000

šetření<sup>122</sup> vyplynulo, že muži tento druh médií buď vůbec, nebo spíše nesledují, kdežto více než polovina žen uvedla, že takovéto pořady a časopisy sleduje a občas se jimi inspiruje. Rozdíly mezi respondenty s různým stupněm dosaženého vzdělání jsem nezaznamenala.

Součástí dotazníkového šetření byla též otázka,<sup>123</sup> která měla zjistit, zdali respondenti pociťují nějaký vnější tlak na to, jak by měli vypadat. Většina dotazovaných, nezávisle na pohlaví či vzdělání shodně uvedla, že nepociťuje vliv ani ze strany přátel, rodiny a ani v zaměstnání. Rozdílné odpovědi jsem ovšem získala v bodě, jenž se vztahoval k vlivu ze strany partnera a médií. Téměř polovina mužů i žen cítí tlak na to, jak by měli vypadat ze strany svého partnera a konečně, skoro polovina dotázaných žen uvedla, že pociťuje vnější tlak z časopisů a televize, na rozdíl od mužů, kteří takřka všichni žádný vliv médií nepociťují. Dále potom několik respondentů doplnilo, že cítí tlak ze strany lékařů. Vlivem médií se zabývala též otázka<sup>124</sup>, která zjišťovala, zdali respondenty někdy napadne, že by chtěli vypadat jako modely či modelky. Kladně se vyjádřila asi jedna pětina respondentů respektive respondentek, které až na jednu výjimku, jež uvedla, že jí to napadne často, uvedly, že je to napadne pouze někdy.

V průběhu rozhovorů téměř všichni respondenti vliv médií popřeli, pouze některé ženy hovořily o tom, že se nechají ovlivnit reklamou nebo se inspirují módními trendy. Jinak se ale k mediálnímu obrazu těla stavěli kriticky. Pakliže jsem se na vliv médií a přijímání jimi prosazovaného ideálu krásy tázala nepřímo, získala jsem částečně odlišné odpovědi. Zajímalo mě, zdali by respondenti chtěli navštívit pořad, ve kterém dochází k proměnám vzhledu. Vycházela jsem z předpokladu, že pokud se v televizi či časopise koná takováto proměna, pak koresponduje s médií prosazovaným ideálem krásy a pokud by se respondent něčeho takového chtěl účastnit, pak tento ideál přijímá do určité míry za vlastní. V případě mužů jsem došla k podobným závěrům, jako když jsem se ptala přímo, jelikož o nic takového neměli zájem, kdežto ženy odpovídaly poněkud méně jednoznačně. Větší část respondentek, stejně jako všichni dotázaní muži, o nic takového nejevila zájem, čímž myslím, že se buď se k tématu nevyjadřovaly, nebo takovéto proměny kritizovaly.

---

<sup>122</sup>Otázka číslo 26

<sup>123</sup>Otázka číslo 23

<sup>124</sup>Otázka číslo 20



Respondentka 6: „*Chvíli jsem na to koukala, ale teda myslím si, že ta ženská vypadala daleko líp před tím, než tam šla.*“

Některé, konkrétně čtyři, respondentky nazíraly na zmiňované proměny vzhledu souhlasným pohledem a projevíly potenciální zájem se něčeho takového taktéž účastnit.

Respondentka 5: „*No, do televize bych teda nešla... ale jinak by mě zajímalo, co by se mnou udělali... myslím, že to je úplně v pořádku si nechat poradit od odborníků.*“

Respondentka 9: „*Klidně bych do toho šla a nechala si poradit od profíků.*“

V souvislosti s účinkem médií na starší lidi Grogan uvádí hojně rozšířený předpoklad: „Vědci se obvykle domnívají, že starší lidé (zejména ženy), mají podobný ideál postavy, odvozený z médií a jiných zdrojů, jako mladší věkové skupiny, a proto u nich vzniká větší diskrepance mezi skutečným a ideálním tvarem postavy, která vede k pocitům nedostatečnosti.“<sup>125</sup> Tuto hypotézu ale zároveň na základě dalších výzkumů sama vyvrací a dodává, že s přibývajícimi roky lidé svůj ideál krásy modifikují takovým způsobem, že více odpovídá jejich reálným možnostem. Tvrzení dokládá výsledky vlastního výzkumu, kdy se respondentů ve věku 18 až 48 let tázala, kdo pro ně představuje vzor (Jako kdo byste chtěl/a vypadat?). Závěry této studie vypovídají o tom, že postavy prezentované v médiích představují vzory tělesného vzezření pro významnou část mužů a žen mladších 40 let, starší muži žádný vzor neuváděli a starší ženy buď taktéž neuváděly, nebo zmiňovaly někoho z rodiny<sup>126</sup>. Součástí mého dotazníkového šetření byla stejná otázka,<sup>127</sup> na níž téměř všichni respondenti odpověděli, že by chtěli vypadat jako oni sami. Muži se shodli na tom, že jsou sami se sebou spokojeni, kdežto ženy odpovídaly půl na půl, část žen byla taktéž se sebou spokojena a druhá část odpovídala, že by chtěly vypadat jako ony samy, když byly mladší. Toto zjištění poukazuje na to, že ženy vnímají projevy stárnutí hůře než muži, nevyovídá však o roli médií. Souvislost by bylo možné najít jen nepřímou, totiž, že sdělovací prostředky prezentují za krásné mládí a mladiství vzhled. Pouze jedna respondentka uvedla vzor známý z médií, napsala, že by chtěla vypadat jako herečka Zlata Adamovská. V průběhu rozhovorů jsem se rovněž tázala na mediální vzory a

---

<sup>125</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing, Praha 2000, str.114

<sup>126</sup> Grogan, Sarah: Body image, psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing, Praha 2000

<sup>127</sup> Otázka číslo 7

došla jsem ke stejným závěrům, které prezentuje Grogan, totižto, že starší lidé, čili generace středního věku, své vzory z médií neodvozuje a pokud ano, tak si je sobě přizpůsobuje, zejména v otázce věku. Jestliže respondenti uváděli vzor známý ze sdělovacích prostředků, pak hovořili o podobné věkové kategorii nebo starších, nejčastěji figurovala jména jako Catherine Deneuve, Raquel Welch, Sigourney Weaver, Zlata Adamovská, Květa Fialová nebo Jiří Krampol. Přizpůsobení si fyzických vzorů však nesouvisí výhradně s věkem, například jedna respondentka, která se o sobě vyjadřovala jako o „tlusté“ a se svou tloušťkou byla výrazně nespokojená, k tématu mediálních vzorů hovořila následovně:

Respondentka 4: *„To co se ukazuje v médiích, no to je k blití... prostě já myslím, že pěkná ženská nemůže bejt vychrtlá...“*

Toto téma rovněž velice úzce souvisí s celkovým pojetím ideálu krásy, kterým jsem se podrobněji zabývala v jedné z předchozích kapitol (Krása).

Dle mého názoru je v souvislosti s tělem největším problémem médií v tom, že v nás vyvolávají pocit, že vzhled je v našem životě nadmíru důležitý a zároveň definují, jak by měl člověk správně vypadat. Výsledky výzkumu však ukázaly, že ženy ani muži generace středního věku žádný zásadní vliv médií nepocítují. Na základě provedeného bádání jsem došla k závěrům, že vliv médií na vnímání těla je obecně přeceňován, minimálně co se týče zkoumané kategorie příjemců. Kromě toho se nepotvrdilo, že by se jednalo toliko o pasivní příjemce mediálních sdělení, jelikož informace ze sdělovacích prostředků kriticky hodnotili více či méně všichni dotázaní.

## 10 Závěr

Cílem práce bylo zjistit, jakým způsobem generace středního věku vnímá svoje tělo, a současně jakou roli v tomto tělesném pojetí hraje celospolečensky prosazovaný ideál krásy. Výzkum jsem započala s předpokladem, že lidé ve středních letech ve větší či menší míře pociťují tlak tohoto štíhlého a mladistvého ideálu. Je tomu ale opravdu tak? Byl tento předpoklad správný? Závěry, které bylo možné na základě výzkumu učinit, nechci a nebudu zobecňovat, vztahují se pouze k výzkumnému vzorku. Důvodem je zejména značná nekonzistentnost zkoumané cílové skupiny.

Na základě výsledků bádání je možné říci, že ženy i muži upřednostňují zdraví před vzhledem a výkonností. Ženy kladly větší důraz na vzhled, kdežto muži na výkonnost. Tyto tři složky body image od sebe však nelze oddělit. Fyzickou a duševní stránku těla chápali v rovnováze, přičemž s přibývajícím věkem v jejich hodnotovém žebříčku hrálo větší roli duševno, což ovšem neznamená, že by pro ně fyzická stránka těla neměla význam. Obě pohlaví si své tělo uvědomovala zejména přes jeho rozměry a subjektivní pocit tloušťky nebo štíhlosti v tomto nehrál roli. Většina respondentů byla se svým tělem více či méně spokojená. Méně spokojené byly ženy, jako nejčastější důvod k nespokojenosti uváděly právě tloušťku.

Přestože současný ideál krásy, spojovaný především s mládím a štíhlostí, příliš nekorresponduje se středním věkem, většina respondentů vypovídala, že žádný zásadní vnější tlak, směřovaný na své tělo, nepociťuje. Dále nikdo z dotazovaných nezpochybňoval společenskou nutnost o své tělo a jeho vzhled pečovat. Lišili se pouze v názorech do jaké míry, přičemž se potvrdil klasický genderový stereotyp, že péče o fyzický vzhled je zejména doménou žen.

Ženy a muži, všichni víceméně podobně, vypovídali, že stárnutí chápou jako přirozený proces, který bez větších výhrad přijímali. Významnější část dotazovaných podotýkala, že je s přibývajícím roky nutné o tělo více pečovat, a to jak ve smyslu jeho vzhledu, tak zejména zdraví a výkonnosti. Menší část dotazovaných chápala přibývajících léta jako záminku pro to, že již není třeba o tělo pečovat v takové míře jako v mládí.

Výsledky výzkumu rovněž ukázaly, že vliv médií na sebepojetí člověka se zdá být do značné míry přeceňovaný. Respondenti obsah médií hodnotili dosti kriticky a své ideály krásy většinou z médií neodvozovali. Krásu chápali velice subjektivně, podtrhovali zejména soulad krásy vnitřní a vnější.

Vzhledem k tomu, že výsledky výzkumu jsou dopodrobna rozpracovány v předchozích kapitolách (Kapitoly 5 až 9), pojala jsem jejich shrnutí velice stručně. Na tomto místě je nutné doplnit, že prezentované závěry staví přesně na výpovědích respondentů. Toto je naprosto v pořádku do té doby, než si uvědomíme, že odpovědi mohou někdy více vykreslovat obraz, jakým respondenti chtěli působit, než jejich skutečné názory a postoje. Usuzuji tak z jednoho prostého důvodu. Dostupná literatura totiž poukazuje na daleko větší problém, vztahující se k vlivu současného ideálu krásy, než jaký jsem tímto výzkumem zjistila. K ověření této hypotézy by bylo nutné provést opakovaný výzkum, ve kterém bych však doporučila do jisté míry pozměnit metodologii výzkumu.

Jak bylo již popsáno v kapitole o metodologii, v průběhu bádání jsem se setkala s několika zásadními metodologickými problémy. Ráda bych zde nyní nastínila tuto problematiku hlouběji. Tělo je pro „obyčejné“ lidi zcela samozřejmou, tudíž nereflexovanou kategorií. Často se vyjadřovali v tom smyslu, že o tématech, jež jsem nastolila, nikdy nepřemýšleli. Z tohoto důvodu pro eventuální budoucí výzkum spatřuji východisko v jiné, konkrétnější formulaci otázek, tak aby respondent dostal určitý podnět se nad tématem zamyslet. Navíc, vzhledem k tomu, že pro někoho mohou být otázky ohledně vnímání těla velice intimní, je podle mě nadmíru důležité vytvořit s respondenty určitý vztah, založený na vzájemné důvěře. Takovýto vztah jen těžko vznikne na základě jednoho setkání. Myslím tedy, že relevantní výsledky by mohl přinést dlouhodobější výzkum.

Co se týče představovaného výzkumu, domnívám se, že jedním ze způsobů, jakým lze podkrýt pojetí těla, je sledovat, v jakém smyslu respondenti pochopili položenou otázku a potažmo celé téma. Z tohoto úhlu pohledu bylo možné najít čtyři základní linie, kterými se rozhovory ubíraly.

1. Diety, hubnutí a kráslení těla
2. Sport, pohyb a zdravý životní styl
3. „Inzerát: Hledám ideálního muže či ženu.“

4. Postoj „intelektuál“, který se o otázky spojené s tělem nezajímá

Výše načrtnuté linie bych interpretovala následovně:

1. Jedinec klade důraz zejména na fyzický vzhled.
2. Jedinec klade důraz na zdraví těla a jeho výkonnost.
3. Jedinec klade důraz na fyzický vzhled a skrze něj vnímá zejména ostatní.
4. Jedince více zajímá duševno, nežli fyzické tělo.

Tyto linie se částečně se prolínaly, pořadí jsem uvedla podle četnosti výskytu, od nejčastějšího po nejméně časté. Dle mého názoru je ze způsobu uchopení tématu možné zjistit, jak jedinec primárně vnímá tělo.

Závěrem bych se ráda vrátila k otázce, jež byla light motivem celého výzkumu. Cítí se být lidé středního věku pod tlakem mladého a štíhlého ideálu krásy? Na základě výsledků bádání lze vyslovit zápornou odpověď: podstatná většina dotázaných žádný takový tlak necítí a pokud ano, pak to nedává najevo.

Člověk, jakožto součást kultury, je jí bezesporu ovlivněn. Člověk je rovněž rozumně myslící bytostí a je schopen o těchto vlivech kriticky přemýšlet. Nicméně, do jaké míry je vnímání těla ovlivněno kulturou nebo vlastním úsudkem zůstává otázkou k zamyšlení a možným tématem budoucího bádání.

## 11 Použitá literatura a zdroje

Bauman, Zygmund: Úvahy o postmoderní době, SLON, Praha 2002

Berger, Erika: Je mi teprve 50: Nová životní etapa, Motto, Praha 1996

Bessenoff, Gayle R.: Can the media affect us? Social comparison, self-discrepancy, and the thin ideal, *Psychology of Women Quarterly* 2006, str.239-251

Bordo, Susan: Unbearable Weight: Feminism, Western culture, and the Body.

Berkley: University of California Press 1993 In Delaney, Carol: Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

Bowie, Fiona: Antropologie náboženství, Portál, Praha 2008Cash, Thomas F.,

Pruzinsky, Thomas et. al.: Body Image: A Handbook of Theory, Research&Clinical Theory In

<http://books.google.com/books?id=qZN7w2kXxtoC&lpg=PP1&hl=cs&pg=PP1#v=onepage&q=&f=false>

Crooková, Marion: V zajetí image těla: Jak chápat a odmítat mýty o tělesném image, Oldág, Ostrava 1995

Cunningham-Burley, Sarah, Backlett-Milburn, Kathryn: The body, health and self in the middle years In Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: The body in everyday life, Taylor&Francis e-Library, 2005

Delaney, Carol: Investigating culture, An Experiential Introduction to Anthropology, Blackwell Publishing 2004

Eco, Umberto: Dějiny krásy, Argo 2005

Eco, Umberto: Dějiny ošklivosti, Argo 2007

Eriksen, Thomas Hylland: Sociální a kulturní antropologie, Portál, Praha 2008

Etcoffová, Nancy: Proč krása vládne světu, Columbus, Praha 2002

Fay, Brian: Současná filosofie sociálních věd, Sociologické nakladatelství (SLON), Praha 2002

Fialová, Ludmila: Body image jako součást sebepojetí člověka, Univerzita Karlova v Praze Nakladatelství Karolinum, Praha 2001

Fialová, Ludmila: Jak dosáhnout postavy snů – možnosti a limity korekce postavy, Grada 2007

Fialová, Ludmila: Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla, Grada, Praha 2006

Foucault, Michel: Dohlížet a trestat, Dauphin, Praha 2000

Graydon, Shari: How the Media Keeps Us Hung up on Body Image, Herizons Summer 2008, str.17-19

Grogan, Sarah: Body image, Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem, Grada Publishing 2000

Hartnoll, Richard a kol.: Příručka k provádění výběru metodou sněhové koule - Snowball Sampling, Úřad vlády ČR 2003 In: [http://www.drogy-info.cz/index.php/publikace/metodika/prirucka\\_k\\_provedeni\\_vyberu\\_metodou\\_snehove\\_koule](http://www.drogy-info.cz/index.php/publikace/metodika/prirucka_k_provedeni_vyberu_metodou_snehove_koule)

Hendl, Jan: Kvalitativní výzkum, Portál, Praha 2005

Kindes, Marlene V.: Body Image: New Research 2006 In: <http://books.google.com/books?id=DVFrOLKEoAkC&lpg=PP1&hl=cs&pg=PA215#v=onepage&q=&f=false>

Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: The body in everyday life, Taylor&Francis e-Library, 2005

Ojeda, Aurijana: Body Image, 2002 In: <http://books.google.com/books?id=7jT7JwAACAAJ&dq=body+image&hl=cs>

Orbach, S.: Fat is a Feminist Issue, New York: Paddington Press 1978 In: Reischer, Erica and Koo, S. Kathryn: The Body Beautiful: Symbolism and Agency in Social World, Annu. Rev. Anthropol. 2004

Reischer, Erica and Koo, S. Kathryn: The Body Beautiful: Symbolism and Agency in Social World, Annu. Rev. Anthropol. 2004

Renzetti, Clarie M., Curran, Daniel J.: Ženy, muži a společnost, Karolinum, Praha 2003

Rheinwaldová, Eva: Cesta k mládí a úspěchu, Orbis, Praha 1991

Silverman, David: Ako robiť kvalitatívny výskum, Ikar, Bratislava 2005

Soukup, Václav: Dějiny antropologie, Karolinum, Praha 2004

Štajnochrová, Sylva: Body image a stravovací zvyklosti dětí staršího školního věku, Diplomová práce z roku 2008, Masarykova univerzita

Šubrt, Jiří: Civilizační teorie Norberta Eliase, Karolinum, Praha 1996

Turner, Brian S.: The Sociology of the Body In.: str.90-97

Williams, Bethan, Barlow, Julie H.: Falling out with my shadow: Lay perceptions of the body in the context of arthritis In Nettleton, Sarah, Watson, Jonathan: The body in everyday life, Taylor&Francis e-Library, 2005

Wainwright, Stephen P., Turner, Bryan S.: Narratives of Embodiment: Body, Aging, and Career In Royal Ballet Dancers In Thomas, Helen and Ahmed, Jamilah ed. al.: Cultural Bodies: Ethnography and Theory, Blackwell Publishing 2004

Whitbourne, Susan Kranss, Skultety, Karyl M.: Body Image Development: Adulthood and Aging In Cash, Thomas F., Pruzinsky, Thomas et. al.: Body Image: A Handbook of Theory, Research&Clinical Theory 2004 In <http://books.google.com/books?id=qZN7w2kXxt0C&lpg=PP1&hl=cs&pg=PP1#v=onepage&q=&f=false>

Wolf, Naomi: Mýtus krásy, Aspekt, Bratislava 2000

Ziebland, S.,Robertson,J., Jay., J, Neil, A.: Body image and weight Pangein middle age: A gualitative study, International journal of obesity, 2002, No. 26, pg. 1083-1091

Internet:

[www.books.google.com](http://www.books.google.com)

[www.nahajsikrasna.cz](http://www.nahajsikrasna.cz)



## 12 Přílohy

### 12.1 Příloha číslo 1 – seznam respondentů

Respondentky:

1. Lékařka, 39 let, vysokoškolské vzdělání, Pardubice
2. Bankovní úřednice, 49 let, vysokoškolské vzdělání, Vrdy
3. Podnikový právník, 51 let, vysokoškolské vzdělání, Pardubice
4. Učitelka na základní škole, 53 let, vysokoškolské vzdělání, Dolní Roveň
5. Učitelka na základní škole, 54 let, vysokoškolské vzdělání, Holice
6. Výtvarnice, 60 let, vysokoškolské vzdělání, Bratčice
7. Pracovnice ve skladu, 49 let, střední škola s maturitou, Čáslav
8. Pracovnice ve skladu, 54 let, střední škola s maturitou, Potěhy
9. Účetní, 50 let, střední škola s maturitou, Čáslav
10. Pečovatelka o tělesně a mentálně postižené, 51 let, střední škola s maturitou, Zbyslav

Respondenti:

11. Ekonom, 50 let, vysokoškolské vzdělání, Vrdy
12. Podnikatel, 54 let, vysokoškolské vzdělání, Pardubice
13. Učitel na základní škole, 54 let, vysokoškolské vzdělání, Holice
14. Mistr, 59 let, střední škola s maturitou, Čáslav
15. Dělník, 39 let, vyučen, Čáslav
16. Dělník, 43 let, střední škola s maturitou, Čáslav
17. Skladník, 48 let, střední škola s maturitou, Církvice

## 12.2 Příloha čísla 2 – otázky k rozhovoru

Pečujete o svoje tělo? Jak?

Co si představujete pod pojmem krása?

Co znamená být krásný a jak toho dosáhnout?

Je nějaký rozdíl, jak jste o tělo pečovali v mládí a dnes? (pohyb, sport, vizuální stránka)

Jste spokojen s tím, jak vypadáte?

Jaké jsou vaše názory na líčení, kadeřníky, holení, vyhazování vrásek atd.?

Jaké jsou vaše názory na liposukci a plastické operace?

Jaký je váš názor na zdobení těla, piercing apod.?

Jako kdo byste chtěl vypadat, máte nějaký ideál krásy?

Když vidíte v televizi či časopisech modely a modelky, napadne vás někdy, že byste tak chtěl taky vypadat?

Chtěl byste na své postavě něco změnit?

V jaké situaci máte dobrý pocit z vašeho těla?

Jak vnímáte stárnutí?

Jak se vyrovnáváte s příznaky stárnutí, jako jsou vrásky, ochablá postava, šediny atd.?

Znamená stárnutí těla ztrátu přitažlivosti?

Cítíte se na svůj věk?

Jak podle vás vypadá člověk ve středním věku?

Souvisí nějak s problematikou těla krize středního věku?

Myslíte, že mládí znamená úspěch?

Sledujete módu?

Sledujete pořady či časopisy o vzhledu, zdraví, módě atd.?

Co si myslíte o pořadech, kde se dělají různé proměny vzhledu apod.?

V čem spatřujete ženskost?

V čem spatřujete mužnost?

Věnujete se nějakému sportu a proč?

Chcete na svém těle něco změnit?

Držel jste někdy dietu?

Je člověk zodpovědný za to, jak vypadá?

Snažíte se svým vzhledem něco vyjádřit?

Kvůli komu, čemu chcete vypadat dobře?

### 12.3 Příloha číslo 3 – dotazník

#### DOTAZNÍK

Vážená paní, vážený pane,

dostal se Vám do rukou dotazník, který se týká výzkumu problematiky spojené s pojetím těla.

Jsem studentkou oboru Sociální antropologie na Univerzitě Pardubice a píší diplomovou práci na téma „Význam těla v české společnosti“ (se zaměřením na generaci středního věku).

V souladu s etikou antropologického výzkumu získaná data využiji výhradně pro účely sepsání diplomové práce. Výzkum je zcela anonymní.

Velmi Vám děkuji za Váš čas a svědomité odpovědi na předložené otázky. Vyplnění dotazníku by nemělo zabrat více než 15 minut.

Monika Hřková

Před tím, než začnete se samotným dotazníkem, věnujte prosím pozornost následujícím příkladům, jakým způsobem otázky vyplňovat.

V dotazníku se objevuje několik typů otázek:

A: Otevřené otázky:

Příklad:

Jakému sportu se věnujete?

Napište: *sami prosím vypište, co Vás napadne (např.: plavání, turistika, posilování...)*

B: Uzavřené otázky:

Příklad:

Je pro Vás vzhled důležitý?

*Označte prosím odpověď, která Vám nejvíce vyhovuje.*

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne**
- d) Určitě ne
- e) Nevím

C: Baterie otázek:

Příklad:

Chtěli byste na své postavě něco změnit?

*Každé z čísel odpovídají jedné ze škály nabízených odpovědí. Označte prosím u každé z možností (a, b, c, d...) příslušnou odpověď.*

<u>Určitě ano</u>	<u>Spíše ano</u>	<u>Spíše ne</u>	<u>Určitě ne</u>	<u>Nevím</u>
1	2	3	4	5
a) Být štíhlejší.....	.....1	<b>2</b>	3	4 5

b) Mít vypracovanější  
svaly.....  
**1** 2 3 4 5

c) Mít jiný tvar  
postavy.....  
.....1 2 3 **4** 5

d) Něco  
jiného.....  
.....1 **2** 3 4 5

Napište co: *sem napište, pokud Vás napadne něco jiného (př.: delší nohy apod.)*

### Statistické údaje:

Nejprve bych Vás poprosila o vyplnění základních statistických údajů:

1. Jaké je Vaše pohlaví?

- a) Muž
- b) Žena

2. Kolik Vám je let?

Napište:

3. Kde je Vaše bydliště?

- a) Město
- b) Vesnice

4. Jaké je Vaše dosažené vzdělání?

- a) Základní
- b) Vyučen/a
- c) Střední s maturitou
- d) Vyšší odborné
- e) Vysokoškolské

## DOTAZNÍK:

1. Pečujete o svoje tělo?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Určitě ne

2. Kdy a jak pro Vás byly důležité následující „složky“ tělesna?

	<u>Více důležité v mládí</u>	<u>Více důležité dnes</u>	<u>Důležité vždy</u>	
	1	2	3	
	4			
a) Vzhled.....				
.....	1	2	3	4
b) Zdraví.....				
.....	1	2	3	4
c) Výkonnost.....				
.....	1	2	3	4

3. Jste spokojen/a s tím, jak vypadáte?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Určitě ne

4. Na tuto otázku odpovídejte pouze pokud jste na předchozí otázku číslo 3 odpověděli negativně.

S čím a proč nejste spokojen/a?

Napište:

5. Do jaké míry souhlasíte s následujícími praktikami?

Určitě souhlasím      Spíše souhlasím      Spíše nesouhlasím      Určitě  
nesouhlasím      Nevím

1                                  2                                  3                                  4

5

a) Malování,  
líčení.....  
.....1 2 3 4 5

b) Návštěva                                  kosmetického  
salónu.....  
4 5                                  .....1 2 3

c) Návštěva  
vizážisty.....  
.....1 2 3 4 5

d) Návštěva  
kadeřníka.....  
.....1 2 3 4 5

e) Liposukce.....  
.....1 2 3 4 5

f) Plastické  
operace.....  
.....1 2 3 4 5

g) Holení                                  nohou                                  a  
podpaží.....  
...1 2 3 4 5

h) Holení  
oňav.....  
.....1 2 3 4 5

i) Vyhlazování  
vrásek.....  
.....1 2 3 4 5

j) Tetování.....  
.....1 2 3 4 5

k) Piercing.....  
.....1 2 3 4 5





- a) Jako nějaká známá osobnost (napište jaká)
- b) Jako někdo z rodiny či přátel
- c) Jako vy sám/sama, když jste byl/a mladší
- d) Jako nikdo, jste sám/sama se sebou spokojený/á
- e) Jako někdo další (napište kdo)

8. Chtěl/a byste na své postavě něco změnit?

Určitě ano	Spíše ano	Spíše ne	Určitě ne
1	2	3	4
<u>Nevím</u>			
5			

- a) Být štíhlejší.....  
.....1 2 3 4 5
- b) Mít svaly.....  
1 2 3 4 5 vypracovanější
- c) Mít jiný tvar postavy.....  
.....1 2 3 4 5
- d) Něco jiného.....  
.....1 2 3 4 5

Napište co:

9. V jaké situaci máte dobrý pocit z Vašeho těla?

Napište:

10. Řekl/a byste, že žijete zdravě?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Určitě ne



d) Lépe ..... po ..... tom  
vypadám.....  
.....1 2 3 4 5

e) Něco  
jiného.....  
.....1 2 3 4 5

Napište co:

15. Pokud nesportujete nebo nesporujete tolik, kolik byste si představoval/a, tak co Vám v tom brání? (tuto otázku vynechejte, pokud jste se svou pohybovou aktivitou spokojen/a)

<u>Určitě ano</u>	<u>Spíše ano</u>	<u>Spíše ne</u>	<u>Určitě ne</u>
1	2	3	4
a) Čas.....	.....1 2 3 4		
b) Finance.....	.....1 2 3 4		
c) „parták“.....	.....1 2 3 4		
d) Lenost.....	.....1 2 3 4		
e) Nezájem ..... o sport.....	.....1 2 3 4		
f) Něco jiného.....	.....1 2 3 4		

Napište co:

16. Se kterým z následujících výroků o obézních lidech souhlasíte?

Určitě souhlasím Spíše souhlasím Spíše nesouhlasím Určitě nesouhlasím  
Neumím posoudit

1 2 3 4  
5

- a) Obézní lidé jsou spokojenější a vyrovnanější.....1 2 3 4 5
- b) Obézní lidé nejsou přitažliví.....1  
2 3 4 5
- c) Obézní lidé jsou líní.....  
.....1 2 3 4 5
- d) Obézní lidé si za svou tloušťku obvykle mohou sami.....1 2 3 4 5
- e) Obézní lidé jsou dobrosrdeční.....1  
2 3 4 5
- f) Obézní lidé by se měli pokusit zhubnout.....1 2 3 4 5
- g) Obézní lidé jsou v naší společnosti znevýhodněni.....1 2 3 4 5

17. Držel/a jste někdy dietu?

- a) Ano, několikrát
- b) Ano, jednou či dvakrát
- c) Ne, nikdy

18. Vadilo by Vám mít o 3 kg navíc?

- a) Určitě vadilo
- b) Spíše vadilo
- c) Spíše nevadilo
- d) Určitě nevadilo

19. Uvažoval/a jste někdy o plastické operaci?

- a) Ne
- b) Ano

Proč?:

20. Napadne Vás někdy, když vidíte modely či modelky, že byste tak taky chtěl/a vypadat?

- a) Ano, často
- b) Ano, někdy mě to napadne
- c) Ne

21. Se kterým z následujících výroků o atraktivních lidech souhlasíte?

Určitě souhlasím   Spíše souhlasím   Spíše nesouhlasím   Určitě nesouhlasím  
Neumím posoudit

- |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5         |
|--|---|---|---|---|-----------|
| a) Atraktivní lidé jsou ve společnosti úspěšnější..... |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |
| b) Atraktivní lidé si snáze najdou partnera.....       |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |
| c) Atraktivní lidé mají jednodušší život.....          |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |
| d) Atraktivní lidé bývají zpravidla štíhlí.....        |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |
| e) Starší lidé jsou méně atraktivní než mladí.....     |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |
| f) Lidé se atraktivních lidí bojí.....                 |   |   |   |   | 1 2 3 4 5 |

22. Je pro Vás při prvním setkání důležité, jak člověk vypadá?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Určitě ne

23. Pociťujete nějaký vnější tlak na to, jak byste měl/a vypadat?

<u>Určitě ano</u>	<u>Spíše ano</u>	<u>Spíše ne</u>	<u>Určitě ne</u>
1	2	3	4
a) Ze strany partnera/ky.....	.....1 2 3 4		
b) Od ostatních členů rodiny.....	.....1 2 3 4		
c) V zaměstnání.....	.....1 2 3 4		
d) Od přátel.....	.....1 2 3 4		
e) Z televize, časopisů.....	.....1 2 3 4		
f) Odjinud.....	.....1 2 3 4		

Napište odkud:

24. Ovlivňuje to, jak vypadáte, Vaše sebevědomí?

- a) Ano, pozitivně to ovlivňuje moje sebevědomí
- b) Ano, negativně to ovlivňuje moje sebevědomí
- c) Ne, neovlivňuje

25. Kvůli komu chcete vypadat dobře?

<u>Určitě souhlasím</u>	<u>Spíše souhlasím</u>	<u>Spíše nesouhlasím</u>	<u>Určitě nesouhlasím</u>	<u>Nevím</u>
1	2	3	4	5
a) Kvůli sobě.....	.....1 2 3 4 5			

- b) Kvůli partnerovi/ce.....  
.....1 2 3 4 5
- c) Kvůli mužům, které potkávám.....1 2  
3 4 5
- d) Kvůli ženám, které potkávám.....1 2  
3 4 5
- e) Kvůli někomu dalšímu.....  
.....1 2 3 4 5

Napište komu:

26. Sledujete pořady nebo časopisy o módě, vzhledu apod.?

- a) Sleduji a nechám se tím ovlivnit
- b) Sleduji a občas se něčím inspiroji
- c) Sleduji, ale vůbec mě to neovlivňuje
- d) Spíše nesleduji
- e) Vůbec nesleduji

27. Podle čeho se oblékáte?

- | Určitě souhlasím | Spíše souhlasím | Spíše nesouhlasím | Určitě nesouhlasím |
|------------------|-----------------|-------------------|--------------------|
| 1                | 2               | 3                 | 4                  |
| 5                |                 |                   |                    |
- a) Podle toho, co je módní.....1  
2 3 4 5
- b) Podle toho, co si myslím, že mi sluší.....1 2 3 4 5
- c) Podle toho, co mi poradí partner/ka.....1 2 3 4 5
- d) Podle toho co mi poradí přátelé nebo jiní členové rodiny.....1 2 3 4 5



- e) Podle toho, co je vhodné pro můj věk.....1 2 3 4 5
- f) Co mi přijde pod ruku, je mi to jedno.....1 2 3 4 5
- g) Podle jiného..... něčeho  
.1 2 3 4 5

Napište čeho:

28. V čem (v jakých vlastnostech a vzhledu) spatřujete ženskost?

Napište:

29. V čem (v jakých vlastnostech a vzhledu) spatřujete mužnost?

Napište:

30. Cítíte se na svůj věk?

- a) Ano
- b) Ne, cítím se mladší
- c) Ne, cítím se starší

31. Pozorujete na sobě známky stárnutí?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Určitě ne

32. Jakým způsobem vnímáte stárnutí?

- a) Určitě pozitivně



35. Máte s krizí středního věku nějakou zkušenost?

Napište:

Děkuji za spolupráci a za Váš čas.

Budu ráda za Vaši jakoukoli poznámku či připomínku.

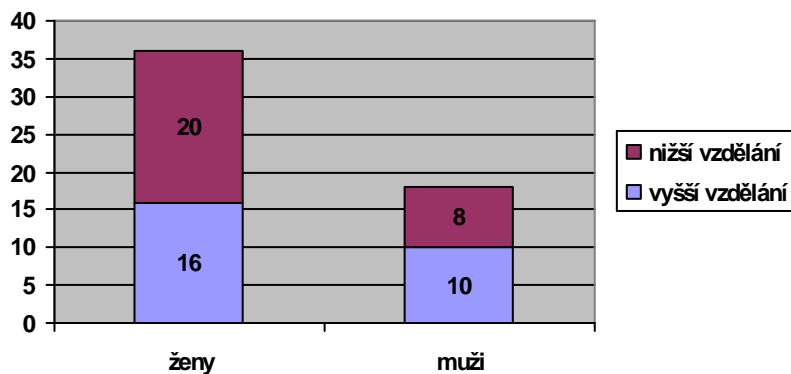
Vyplněné dotazníky zasílejte prosím na e-mailovou adresu [monika.hrckova@seznam.cz](mailto:monika.hrckova@seznam.cz)

## 12.4 Příloha číslo 4 – vyhodnocení dotazníku

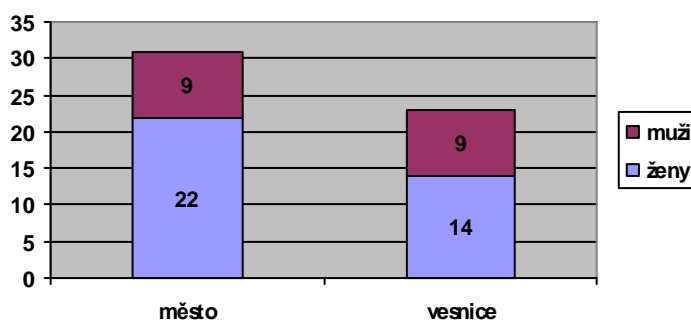
### Vyhodnocení dotazníku<sup>128</sup>

Výzkumný vzorek:

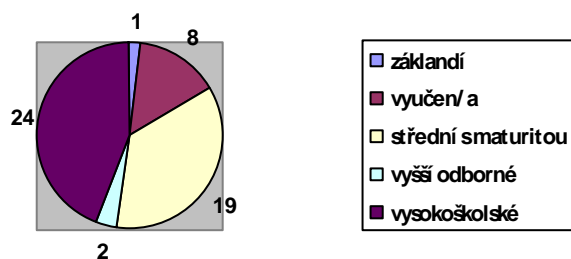
#### 1 Pohlaví



#### 2 Místo bydliště



#### 3 Nejvyšší ukončené vzdělání



Průměrný věk respondentů: 49 let

<sup>128</sup> Připouštím možné nepřesnosti v přesných počtech respondentů, nepředpokládám však, že by tyto eventuelní nesrovnalosti v přesných počtech měly vliv na celkové výsledky výzkumu.

1. Pečujete o svoje tělo?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano	13	2	7	7	14
Spíše ano	17	11	14	15	29
Spíše ne	6	4	5	5	10
Určitě ne	0	0	0	0	0

2. Kdy a jak pro Vás byly důležité následující „složky“ tělesna?

Vzhled/Zdraví/Výkonnost

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Více důležité v mládí	17/1/6	10/2/3	13/1/4	15/2/5	28/3/9
Více důležité dnes	6/17/13	0/4/2	2/9/9	4/12/6	6/21/15
Důležité vždy	13/18/17	7/11/11	11/16/13	10/14/16	21/30/21
nedůležité	0/0/0	0/0/1	0/0/0	0/0/1	0/0/1

3. Jste spokojen/a s tím, jak vypadáte?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano	1	2	1	2	3
Spíše ano	22	13	18	18	36
Spíše ne	11	2	5	8	13
Určitě ne	2	0	12	0	2

5. Do jaké míry souhlasíte s následujícími praktikami?

Malování, líčení:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	21	5	13	13	26
Spíše souhlasím (2)	14	7	9	12	21
Spíše nesouhlasím (3)	0	1	1	0	1
Určitě nesouhlasím (4)	1	2	3	0	3
Nevím (5)	0	3	0	3	3

Návštěva kosmetického salónu:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	12	3	11	4	15
2	16	3	6	14	20
3	5	3	5	3	8
4	1	5	3	3	6
5	2	3	1	4	5

Návštěva vizážisty:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	2	2	0	2	2
2	20	3	16	8	24
3	6	2	2	6	8

4	2	5	5	2	7
5	6	6	3	10	13

Návštěva kadeřníka:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	26	11	23	17	40
2	6	4	3	8	11
3	1	0	0	2	2
4	0	0	0	0	0
5	0	1	0	1	1

Liposukce:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	1	1	1	1	2
2	5	0	2	3	5
3	14	4	9	9	18
4	12	4	9	8	17
5	4	8	5	7	12

Plastické operace:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	1	1	2	3
2	7	1	4	4	8
3	14	4	8	10	18
4	9	5	6	10	16
5	3	6	7	2	9

Holení nohou a podpaží:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	20	6	16	10	26
2	11	3	6	9	15
3	4	0	2	2	4
4	0	3	2	1	3
5	1	5	0	6	6

Holení ohanbí:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	8	4	8	4	12
2	14	6	7	12	19
3	6	0	3	3	6
4	5	5	4	5	9
5	3	4	4	4	8

Vyhlazování vrásek:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	4	1	2	3	5
2	11	3	10	7	17
3	13	5	6	11	17

4	4	4	6	3	9
5	4	4	2	5	7

Tetování:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	2	2	0	2
2	6	0	1	5	6
3	8	8	6	10	16
4	20	4	15	10	26
5	2	3	2	3	5

Piercing:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	1	1	0	1
2	1	1	1	1	2
3	10	3	5	8	13
4	22	10	16	17	33
5	3	2	3	2	5

6. Se kterou z těchto praktik máte osobní zkušenost?

Malování a líčení:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Nepraktikuji (1)	1	17	10	9	19
Praktikoval/a v minulosti (2)	4	0	1	3	4
Jednou či dvakrát praktikoval/a (3)	3	0	2	1	3
Praktikuji (4)	28	0	13	15	28

Návštěva kosmetického salónu:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	8	16	12	12	24
2	4	1	2	3	5
3	8	0	2	6	8
4	16	0	10	6	16

Návštěva vizážisty:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	29	17	21	27	48
2	1	0	0	1	1
3	4	0	4	0	4
4	1	0	1	0	1

Návštěva kadeřníka:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	2	5	3	3	6
2	2	3	0	5	5

3	1	3	2	2	4
4	30	6	21	18	39

Liposukce:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	33	17	24	28	52
2	0	0	0	0	0
3	1	0	1	0	1
4	1	0	1	0	1

Plastické operace:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	35	17	25	28	53
2	0	0	0	0	0
3	1	0	1	0	1
4	0	0	0	0	0

Holení nohou a podpaží:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	8	15	11	12	23
2	1	0	0	1	1
3	4	1	3	2	5
4	23	1	12	13	25

Holení ohanbí:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	15	14	14	15	29
2	0	1	1	0	1
3	6	1	2	5	7
4	14	1	9	7	16

Vyhlazování vrásek:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	32	17	24	26	50
2	1	0	0	1	1
3	1	0	0	1	1
4	2	0	2	0	2

Tetování:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	34	17	23	26	49
2	1	0	0	1	1
3	0	0	0	0	0
4	1	0	3	1	4

Piercing:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	34	17	24	27	51



2	0	0	0	0	0
3	0	0	0	0	0
4	2	0	2	1	3

7. Jako kdo byste chtěl/a vypadat?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Jako nějaká známá osobnost	1	0	1	0	1
Jako někdo z rodiny či přátel	3	0	0	3	3
Jako vy sám/a když jste byl/a mladší	15	3	9	8	17
Jako nikdo, jste sám se sebou spokojen/a	17	14	16	17	33
Jako někdo jiný	0	0	0	0	0

8. Chtěl/a byste na své postavě něco změnit?

Být štíhlejší/mít vypracovanější svaly/mít jiný tvar postavy

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano	15/5/4	6/2/0	9/4/2	9/3/2	18/7/4
Spíše ano	13/9/13	7/8/4	7/10/7	15/6/11	22/16/18
Spíše ne	4/12/12	2/4/6	3/6/10	3/11/7	6/17/17
Určitě ne	4/9/6	1/2/5	5/4/6	0/7/5	5/11/11
nevím	0/2/0	1/1/2	0/2/1	1/1/3	1/3/4

10. Řekl/a byste, že žijete zdravě?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano	4	2	3	2	5
Spíše ano	20	8	13	15	28
Spíše ne	11	6	10	8	18
Určitě ne	2	1	0	3	3

12. Sportujete?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ano, pravidelně	5	8	10	5	15
Ano, občas	12	4	7	9	16
Ano, ale jen zřídka	11	4	7	8	15
ne	7	1	2	6	8

14. Co vám přináší pohyb?

Cítím se lépe:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	30	11	22	20	42
Spíše souhlasím (2)	4	5	3	6	9
Spíše nesouhlasím (3)	1	1	1	1	2

Určitě nesouhlasím (4)	0	0	0	0	0
Nevím (5)	1	0	0	1	1

Dělám to pro zdraví:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	18	6	10	13	23
2	15	9	14	11	25
3	1	0	1	0	1
4	0	1	0	1	1
5	2	1	1	2	3

Dělám to pro zlepšení kondice:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	19	9	15	13	28
2	14	6	9	11	20
3	0	2	1	1	2
4	0	1	0	1	1
5	3	0	1	2	3

Lépe potom vypadám:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	11	1	4	8	12
2	12	6	11	10	21
3	5	4	3	5	8
4	2	2	1	2	3
5	6	4	7	3	10

15. Co vám brání ve sportování?

Čas:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano (1)	10	7	6	7	13
Spíše ano (2)	6	5	8	7	15
Spíše ne (3)	8	0	5	4	9
Určitě ne (4)	2	2	2	2	4

Finance:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	2	0	1	1	2
2	5	1	4	2	6
3	10	3	6	7	13
4	9	10	10	10	20

„Parták“:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	2	1	2	3
2	4	3	6	2	8
3	8	1	6	6	12

4	9	9	8	10	18
---	---	---	---	----	----

Lenost:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	9	3	7	7	14
2	9	3	5	6	11
3	3	3	5	2	7
4	3	5	4	5	9

Nezájem o sport:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	0	0	2	2
2	5	1	4	5	9
3	5	2	4	5	9
4	15	11	14	7	21

16. Se kterými z následujících výroků o obézních lidech souhlasíte?

Obézní lidé jsou spokojenější a vyrovnanější:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	3	0	0	3	3
Spíše souhlasím (2)	13	3	7	9	16
Spíše nesouhlasím (3)	4	6	5	5	10
Určitě nesouhlasím (4)	8	2	7	3	10
Neumím posoudit (5)	8	5	7	8	15

Obézní lidé nejsou přitažliví:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	6	4	3	7	10
2	10	5	11	5	16
3	10	3	6	7	13
4	4	4	2	6	8
5	6	0	4	3	7

Obézní lidé jsou líní:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	2	2	1	3	4
2	11	3	9	6	15
3	11	5	8	9	16
4	9	4	5	7	12
5	4	2	4	3	7

Obézní lidé si za svou tloušťku obvykle mohou sami:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	6	1	3	4	7
2	17	6	13	10	23
3	9	4	5	9	16
4	2	4	3	3	6

5	2	1	2	2	4
---	---	---	---	---	---

Obézní lidé jsou dobrosrdeční:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	6	1	0	6	6
2	10	5	12	4	16
3	3	4	3	5	8
4	6	2	3	5	8
5	11	4	9	8	17

Obézní lidé by se měli pokusit zhubnout:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	19	8	13	14	27
2	14	5	10	9	19
3	0	0	1	0	1
4	0	1	1	0	1
5	3	3	0	5	5

Obézní lidé jsou v naší společnosti znevýhodněni:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	2	1	3	4
2	2	2	1	4	5
3	10	6	9	6	15
4	10	2	6	7	13
5	11	4	8	8	16

17. Držel/a jste někdy dietu?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ano, několikrát	18	1	9	10	19
Ano, jednou či dvakrát	5	3	4	6	9
Ne, nikdy	12	13	13	12	25

18. Vadilo by Vám mít o 3 kg navíc?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě vadilo	23	8	17	15	32
Spíše vadilo	10	5	5	10	7
Spíše nevadilo	2	2	3	2	5
Určitě nevadilo	1	1	1	1	2

19. Uvažoval/a jste někdy o plastické operaci?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ne	27	17	23	22	45
Ano	9	0	3	6	9

20. Napadne vás někdy, když vidíte modely a modelky, že byste tak taky chtěli vypadat?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ano, často	1	0	1	0	1
Ano, někdy mě to napadne	9	1	3	7	10
Ne	26	16	22	21	43

21. Se kterým z následujících výroků o atraktivních lidech souhlasíte?

Atraktivní lidé jsou ve společnosti úspěšnější.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	9	5	6	8	14
Spíše souhlasím (2)	23	8	13	14	27
Spíše nesouhlasím (3)	2	2	0	4	4
Určitě nesouhlasím (4)	0	0	0	0	0
Neumím posoudit (5)	2	2	2	2	4

Atraktivní lidé si snáze najdou partnera.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	8	5	7	6	13
2	17	8	10	15	25
3	6	2	4	4	8
4	1	0	0	1	1
5	4	3	5	2	7

Atraktivní lidé mají jednodušší život.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	4	1	1	4	5
2	11	5	12	4	16
3	14	7	8	13	21
4	2	1	0	3	3
5	5	4	5	4	9

Atraktivní lidé bývají zpravidla štíhlí.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	4	4	3	7
2	23	9	16	16	32
3	5	2	4	4	8
4	3	0	1	2	3
5	1	3	1	3	4

Starší lidé jsou méně atraktivní než mladí.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	2	2	3	5
2	13	4	11	7	18
3	9	7	7	9	16
4	11	3	6	8	14

5	0	1	0	1	1
---	---	---	---	---	---

Lidé se atraktivních lidí bojí.

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	2	0	1	1	2
2	8	4	5	8	13
3	15	5	11	9	20
4	5	2	2	5	7
5	6	5	7	5	12

22. Je pro vás při prvním setkání důležité, jak člověk vypadá?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano	11	2	4	9	13
Spíše ano	16	10	16	11	27
Spíše ne	8	5	6	7	13
Určitě ne	1	0	0	1	1

23. Pociťujete nějaký vnější tlak na to, jak byste měl/y vypadat?

Ze strany partnera/ky:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě ano (1)	4	0	2	2	4
Spíše ano (2)	9	7	8	8	16
Spíše ne (3)	10	4	6	9	15
Určitě ne (4)	13	5	9	9	18

Od ostatních členů rodiny:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	0	0	0	0
2	8	3	4	6	10
3	10	5	9	7	16
4	18	8	12	14	26

V zaměstnání:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	1	1	1	1	2
2	3	0	1	2	3
3	7	5	7	6	13
4	25	10	16	19	35

Od přátel:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	0	0	0	0
2	3	1	1	3	4
3	11	6	10	8	18
4	22	9	14	17	31

Z televize, časopisů:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	7	0	3	4	7
2	8	1	6	5	11
3	7	4	6	6	12
4	14	8	10	13	23

24. Ovlivňuje to, jak vypadáte, Vaše sebevědomí?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ano, pozitivně	17	5	15	8	23
Ano, negativně	7	1	4	4	8
Ne	13	10	7	16	23

25. Kvůli komu chcete vypadat dobře?

Kvůli sobě:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	31	8	18	22	40
Spíše souhlasím (2)	3	7	7	4	11
Spíše nesouhlasím (3)	0	0	0	0	0
Určitě nesouhlasím (4)	0	1	0	1	1
Neumím posoudit (5)	1	1	1	1	2

Kvůli partnerovi/ce:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	20	6	11	15	26
2	11	8	12	8	20
3	2	2	2	2	4
4	1	0	0	1	1
5	2	1	1	2	3

Kvůli mužům, které potkávám:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	6	0	3	3	6
2	14	0	6	8	14
3	6	1	4	3	7
4	5	9	7	8	15
5	5	6	6	6	12

Kvůli ženám, které potkávám:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	4	0	3	2	5
2	11	8	11	9	20
3	8	4	5	7	12
4	5	1	3	4	7
5	7	4	4	7	11

26. Sledujete pořady nebo časopisy i módě, vzhledu apod.?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Sleduji a nechám se ovlivnit	0	0	0	0	0
Sleduji a občas se inspiroji	19	1	9	11	20
Sleduji, ale vůbec mě to neovlivňuje	3	0	1	2	3
Spíše nesleduji	9	4	7	7	14
Vůbec nesleduji	5	12	9	8	17

27. Podle čeho se oblékáte?

Podle toho, co je módní:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě souhlasím (1)	2	0	0	2	2
Spíše souhlasím (2)	14	3	7	9	16
Spíše nesouhlasím (3)	12	6	9	8	17
Určitě nesouhlasím (4)	4	6	5	6	11
Nevím (5)	3	2	4	3	7

Podle toho, co si myslím, že mi sluší:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	26	8	20	16	36
2	9	6	4	10	14
3	0	1	1	0	1
4	0	2	1	1	2
5	0	0	0	1	1

Podle toho, co mi poradí partner/ka:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	5	2	2	4



2	12	6	7	12	19
3	10	2	7	6	13
4	12	4	9	6	15
5	1	0	1	2	3

Podle toho, co mi poradí přítel nebo jiní členové rodiny:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	3	2	2	3	5
2	12	3	11	5	16
3	13	7	8	12	20
4	6	4	5	5	10
5	0	0	0	3	3

Podle toho, co je vhodné pro můj věk:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	10	4	9	7	16
2	19	8	13	14	27
3	1	1	2	0	2
4	4	2	1	5	6
5	1	0	0	3	3

Co mi přijde pod ruku, je mi to jedno:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	0	0	0	0	0
2	1	3	4	2	6
3	4	5	4	5	9
4	29	8	16	20	36
5	1	1	2	0	2

30. Cítíte se na svůj věk?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Ano	19	12	12	19	32
Ne, cítím se mladší	15	5	12	8	20
Ne, cítím se starší	2	0	0	2	2

31. Pozorujete na sobě známky stárnutí?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
--	------	------	----------------	----------------	---------

Určitě ano	19	6	13	14	27
Spíše ano	13	8	12	9	21
Spíše ne	4	3	2	5	7
Určitě ne	0	0	0	0	0

32. Jakým způsobem vnímáte stárnutí?

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě pozitivně	0	1	0	1	1
Spíše pozitivně	7	3	4	8	12
Spíše negativně	19	7	14	12	26
Určitě negativně	5	1	5	1	6
Je mi to jedno	4	5	3	6	9

33. Vadí Vám některý z těchto fyzických příznaků stárnutí?

Šedivění vlasů:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
Určitě vadí	8	0	3	5	8
Spíše vadí	8	3	9	2	11
Spíše nevadí	8	5	4	9	13
Určitě nevadí	8	9	7	11	18
Nevím, nemám s tím zkušenost	4	0	3	1	4

Vrásky:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	8	2	7	4	11
2	14	0	6	8	14
3	10	7	9	9	18
4	3	7	3	6	9
5	0	0	1	0	1

Ochablá postava:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	15	5	9	11	20
2	17	5	13	9	22
3	3	2	1	5	6
4	0	3	1	2	3
5	1	2	2	1	3

Přibývání na váze:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	19	6	13	12	25
2	10	5	6	10	16
3	1	5	2	4	6
4	2	1	1	1	2
5	4	0	4	1	5

Menší fyzická výkonnost:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	15	6	13	9	22
2	12	5	9	8	17
3	7	2	2	7	9
4	0	3	1	2	3
5	2	1	1	3	4

Nemoci:

	Ženy	Muži	Vyšší vzdělání	Nižší vzdělání	všichni
1	18	7	13	13	26
2	9	4	9	6	15
3	0	1	0	2	2
4	0	1	1	0	1
5	6	1	3	5	8