Je vaše življenje smiselno ali nesmiselno?



Kakšno pomembnost v podalpski deželici pripisujemo videzu? Smo zabredli že tako globoko kot hollywoodski obrazi, ki postajajo iz leta v leto bolj neprepoznavni? Ali delamo iz muhe slona in je želja po izboljšanju videza enaka, pa naj popravimo škrbast nasmeh ali izstopajoč nos?

Pišeta: **BARBARA KOTNIK IN KLAVDIJA MIKO**

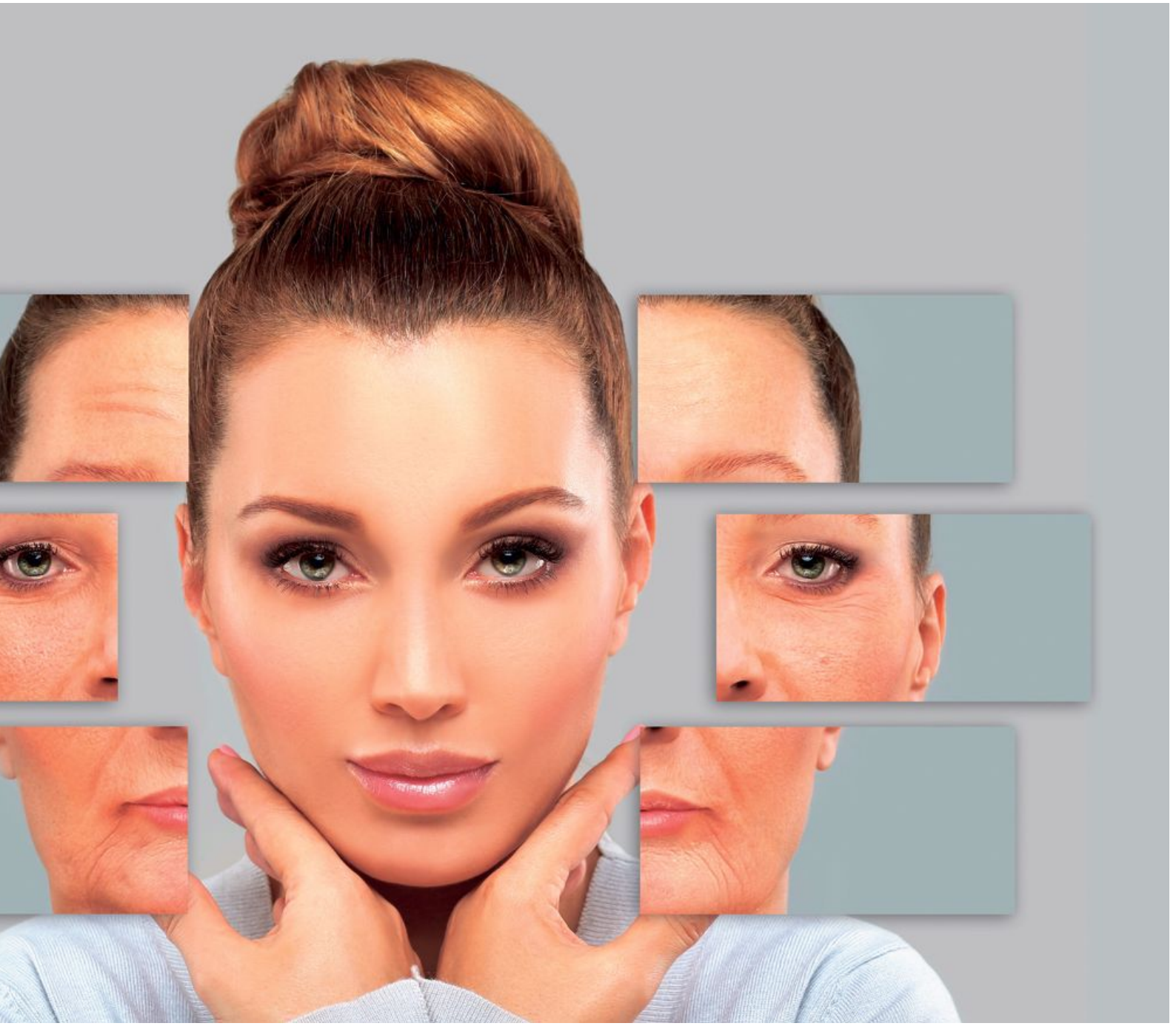
V Sloveniji pri izbiri lepotnih posegov ni posebnih odmikov od svetovnih trendov. Morda bolj po številkah, saj ne spadamo med najpogostejše uporabnike estetske kirurgije,« oriše situacijo Peter Zorman, dr. med., specialist plastične, rekonstruktivne in estetske kirurgije. »Plastični kirurgi imamo pri lepotnih operacijah največkrat opraviti z ženskami, približno 80 odstotkov vseh estetskih posegov si zaželijo one.« Vendar se zanimanje povečuje tudi pri moških. »Po podatkih Ameriškega združenja za estetsko plastično kirurgijo (ASAPS), kjer natančno beležijo statistiko, se je število posegov pri moških v zadnjih 15 letih več kot podvojilo,« pove Peter Zorman.

Telesni ideali so nenaravni odkloni

»Želja po izražanju statusa s telesnim videzom je verjetno celo stara toliko kot civilizacija,« je jasna prof. dr. Metka Kuhar, akademsko dejavna na področjih psihologije komuniciranja in participativnih procesov ter študijih mladine, družin, spola in samopodobe. »Telesni ideali so nenaravni odkloni od povprečnega stanja. Skrb za lepoto v zgodovini ni bila povezana izključno z ženskim spolom, temveč s privilegiranim življenjem. Recimo, v družbah, v katerih so (bili) mnogi na robu preživetja, je zajetnost statusni simbol, znak prestiža. V srednjem veku so se na dvorih tako moški kakor ženske kitili z izumetničenimi pričeskami ali lasuljami, napudranimi obrazi, našminkanimi ustnicami, modnimi dodatki, visokimi petami itn.«

Biti lepa in ugajati možu je bil ženski poklic

Sogovornica spomni, da so v poznem 18. stoletju, z modernizacijo, moški na Zahodu množično začeli delati v industriji, ženske so skrbele za dom in družino. »Od njih se je pričakovalo, da nudijo možu udoben in urejen dom pa tudi lepoto, fantazijo in šarm, da si bo opomogel od delovnega dne. Ženske se je tako k nečimrnosti spodbujalo, za moške je postala nedopustna. Biti lepa in ugajati možu je bil ženski poklic pa tudi njihova glavna želja,« opiše Metka Kuhar. »V prvi polovici 20. stoletja sta lepotne ideale začela krojiti ameriška



industrija in Hollywood. Tako film kot tiskani mediji s slikami in prodajni katalogi so omogočili, da so se poenoteni lepotni standardi razširili iz ZDA tudi drugod po Zahodu. Z nadaljnjim razvojem in prodorom medijev se ti ideali vsiljujejo po vsem svetu. V Sloveniji, ki do 20. stoletja pretežno ni bila industrializirana, od druge svetovne vojne do začetka 90. let prejšnjega stoletja pa nekapitalistična in zaradi socializma vendar bolj podporna do širše palete ženskih vlog, je ta trend nekoliko zaostajal, smo ga pa izdatno nadoknadili v zadnjih desetletjih s potrošništvom.«

To je nora situacija

V sodobnem, izjemno tekmovalnem svetu, bombardiranem z informacijo, da je uspeh nujen, vendar sta zakon mladost in lepota, so estetske operacije postale tehnika na dosegu roke. Kot bi mignil, ustavijo staranje in tiste, ki so drugačni od predpisanih lepotnih standardov, z njimi uskladijo. »Današnji čas stavi samo na videz,« se strinja psiholog dr. Andrej Perko. »Zunanja lepota, droge, močni avtomobili itd., na noter pa vlada praznina. Petdesetletnica, ki ni plastično popravljena, ni več normalna. To dejansko izraža hudo nezrelost celotne družbe. Ljudje niso sposobni nositi svojih let tako, kot se spodobi. Dostojanstveno. Pehanje za mladostjo, da so mame in hčere prijateljice, se podobno oblačijo, hodijo skupaj žurat, si celo iščejo partnerje v istih krogih – to je nora situacija. Kam gre ta svet, se spraševanje. Mladi mi rečejo, da sem konservativen in za časom. Ampak ne gre za to. Problem tiči v tem, kako ljudje doživljajo svoje življenje. Kot smiselno ali nesmiselno?« dr. Perko poudari, da je povsem enako v odnosu. »Ali so zreli vstopati v odnos, da bo uspešen ali ne?«

Najprej spremeniti vedenjske vzorce

So denimo gubice na obrazu ali prifrknjen nos resnično tako usodni, da je laže normalno živeti s popravljenim videzom, ki ga mnogo opazovalcev doživlja za nenaravnega? »Med tem, kako se počutimo in kako dojemamo svoj videz, je pogosto tesna povezava. Kaj če samozavedanje telesne hibe negativno vpliva na celotno osebnost? Estetska kirurgija je v tem smi-



❝ Naša samopodoba je precej odvisna od zgodnejših odnosov s starši ali skrbniki, od občutkov sprejetosti, zaželenosti. Poseben pomen za razvoj telesne samopodobe imajo vrstniški in sploh intimni odnosi med odraščanjem.
Prof. dr. Metka Kuhar, visokošolska učiteljica

slu le odstranjevalec ovire na poti k osebni sreči. To dokazuje tudi veliko študij, ki ocenjujejo spremembe v življenju po posegu. Tehnično gledano je naša naloga izboljšati videz. Globlji motiv pacienta in kirurga v vlogi zdravnika pa je izboljšati kakovost življenja,« je prepričan Peter Zorman, medtem ko dr. Andrej Perko opozarja, da je treba za dvig samozavesti napraviti še kaj več kot samo stremeti za večno mladostjo. »Spremeniti je treba vedenjske vzorce, način razmišljanja, napraviti in opravljati korektno naloge, ki nam jih življenje vsak dan polaga na naš osebni prag. To je seveda povezano z disciplino, trdim delom, odpovedovanjem in s tem tudi trpljenjem – smiselnim trpljenjem. Samo tako človek lahko osebnostno raste, samo tako lahko razvija ustrezno samopodobo in samozavest.«

Samopodoba je odvisna od zgodnejših odnosov s starši

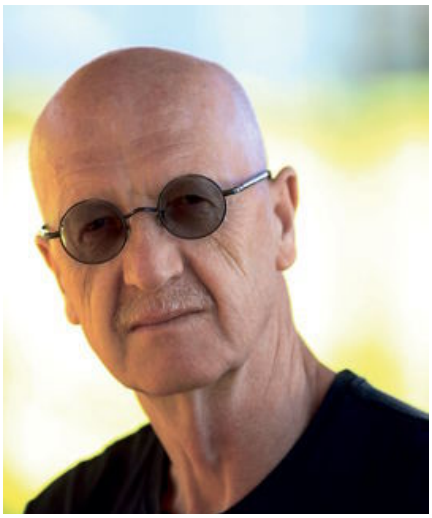
Metka Kuhar, avtorica kultne knjige V imenu lepote, opozori, da je poleg družbeno-kulturnih več dejavnikov, ki vplivajo na telesno samopodobo. »Zelo pomembna sta družinska socializacija in z njo povezano samospoštovanje. Naša samopodoba je precej odvisna od zgodnejših odnosov s starši ali skrbniki, od občutkov sprejetosti, zaželenosti ipd. Hkrati so pomembni drugi odnosi. Poseben pomen za razvoj telesne samopodobe imajo vrstniški in sploh intimni odnosi med odraščanjem. A tudi to še ni vsa plat zgodbe, posredi so še osebnostne lastnosti, njihovega izvora ne znamo čisto pojasniti, ampak nas pomembno določajo. Nekdo, ki je bolj perfekcionističen, bo zelo verjetno prej razvil določene patološke oblike ukvarjanja z videzom. Pomembno vpliva tudi zaznava uresničenosti na različnih področjih, od partnerstva in drugih odnosov, šole oz. zaposlitvene sfere, ustvarjalnega samoizražanja itd.«

Lepim ljudem ni nič lepše

Andrej Perko ponazori s primerom: »Lepim ljudem ni v našem svetu prav nič laže in lepše. Lahko da jim večkrat pogledajo skozi prste, vendar jim takšna protekcija ni v korist. Kvečjemu ponotranjijo napačno spoznanje, da se da do cilja priti na lahek način. Življenje samo jim kasneje vrne z obrestmi vred. Nič jim ne bo prihranjeno. Poznam nekaj res lepih deklet, ki same sebe doživljajo kot nepopolne, nikoli dovolj lepe, dobre. V ozadju gre navadno za sporočila, ki so jih ponotranjale v odnosu z njim pomembnimi osebami – starši. Lahko si mislite, kaj so jim sporočali vse otroštvo, zavestno ali nezavedno: 'Nisi dovolj dobra, nisi sposobna, nisi vredna, iz tebe ne bo nikoli nič.'« V odnosih s starši (in drugimi pomembnimi osebami) se oblikuje celotna samopodoba in telesna samopodoba je le del nje.«

Kakšna je cena nezrelosti?

Doc. dr. Simona Kralj-Fišer z Biološkega inštituta Jovana Hadžija je za Ono na vprašanje, kako se moški odločajo, odgovorila: »Zanje je najpomembneje, da je ženska mlada in lepa. Torej plodna.« Hja, v evoluciji pač šteje razmnoževalni uspeh?! Kaj o tem meni dr. Perko? »Seveda vsi moški z veseljem pogledamo za lepim dekletom, žensko, kar je naravno. Naravno je tudi, da ženske bolj izpostavijo svoje čare in s tem pritegnejo ustrezne kandidate, ki bi lahko zagotovili preživetje njih in njihovih otrok. O tej temi je zelo zanimivo pisal Wright v delu Moralna žival. To seveda ne pomeni, da mora biti ženska lepša od moškega – no, saj se teh dveh lepot niti ne da primerjati. Predvsem ne gre toliko za lepoto kot za zrelost. Zunanja lepota je lahko tudi zelo prazna, mrzla in nekako odbijajoča. O raznih lepotcih, narciskih, pa tako nima smisla izgubljati besed. Lahko da se kot mladeniči sprehajajo od dekleta do dekleta, ko pa ostarijo, navadno ostanejo sami kot pes na cesti. Takšna je cena nezrelosti in prav je tako.«



❝ Pehanje za mladostjo, da so mame in hčere prijateljice, se podobno oblačijo, hodijo skupaj žurat, si celo iščejo partnerje v istih krogih – to je nora situacija.
Dr. Andrej Perko, psiholog

Z lepotnim posegom ne boste zadržali partnerja

Peter Zorman ponuja drugačen pogled na polje lepote. Čeprav v družbi vsakih nekaj let zasledimo nov modni trend lepega obraza in telesa, je prepričan, da ima dojemanje lepote ali privlačnosti tudi biološko ozadje: »Ženstvene obline, ki jih poudarijo velike prsi in široki boki, imajo verjetno evolucijsko vlogo pri izbiri partnerja, saj podzavestno sporočajo

večjo plodnost in sposobnost skrbi za naraščaj. Tako so se moškim vedno zdele privlačnejše in jih dojemamo kot lepe.«

Žal med prebiranjem medijev še kar naletimo na ljudi, ki so od estetskih posegov že malodane odvisni. »Nekaj razvpitih primerov meče slabo luč na celotno stroko, saj ljudje menijo, da je takšen značilen rezultat našega dela. Pretirano zategnjen ali prenapihnjen obraz, vstran povlečeni ustni kotički, majhne oči, navzdol potegnjene ušesne mečice, nenaravno dvignjene obrvi in slabo načrtovane brazgotine so najpogostejši izdajalci,« ugotavlja Zorman in opozori, da se za estetske posege ljudje nikakor ne bi smeli odločati z danes na jutri. »Vsekakor si vsak kandidat za operacijo zasluži dovolj dolg pogovor s kirurgom, a hkrati velja tudi nasprotno. Tako kot pacient opazuje in ocenjuje svojega zdravnika, tako mora kirurg čim bolje spoznati pacientovo osebnost, pričakovanja in dejanski motiv za poseg. Ta je včasih prikrit, saj pacienti intuitivno skrivajo dvomljive motive, kot je poskus zadržanja moža ali želja ustreči partnerjevim kritikam.«



> Marsikdo si postavi indikacijo, ki je strokovno zgrešena. Zdravniki moramo razložiti, zakaj nekaj zanje ni primerno, čeprav je bilo dobro za njihovo prijateljico.
Peter Zorman, dr. med., specialist plastične, rekonstruktivne in estetske kirurgije

In kar je še zanimiveje, mnogi se v ordinacijo plastične in estetske kirurgije odpravijo zgolj po nasvet. Zorman pove, da veliko ljudi v prvi vrsti odvrnejo od neprimernih posegov, sploh kadar k zdravniku pridejo z idejami, ki so jih videli na televiziji, v revijah in pri znanih osebnostih. »Marsikdo si postavi indikacijo, ki je strokovno zgrešena. Zdravniki moramo razložiti, zakaj nekaj zanje ni primerno, čeprav je bilo dobro za njihovo prijateljico. Morda zveni nenavadno, a odvrnitev od operacije je pogosto zdravilnejša od dejanske operacije,« sklene.

Naseljujmo svoje telo

Metka Kuhar je visokošolska učiteljica, obenem v centru Metta vodi jogijsko vadbo, izvaja telesno psihoterapijo s poudarkom na sodobnih metodah zdravljenja travm in kraniosakralno resonanco. Kako po njenem napolniti notranjo praznino? »Živimo v času, ko je videti, da sodobne tehnologije izdatno prispevajo h 'krasnemu novemu svetu', kot bi dejal Huxley, tudi glede standardov videza ter prizadevanja za njihovo dosego. Na podlagi raziskav lahko rečem, da ugodno delujeta psihološka in medosebna dobrobit (optimizem, samospoštovanje, mehanizmi soočanja s težavami), kar je povezano tudi s prizadevanjem za kakovost življenja na sistemski, družbeni ravni – ne gre samo za rezultate ugodne družinske socializacije ali terapiranja. Izrazito podporno delujejo vse prakse, ki kultivirajo oz. krepijo zavedanje telesa – dandanes so pogoste prakse zavestnega gibanja, kot je joga, ali čuječnostne meditacije itn. Torej da res naseljujemo svoje telo, da smo telo z vsemi občutki vred, ne le da ga imamo in presojamo od zunaj. Sodobne tehnologije med drugim prav gotovo ne prispevajo k takšnemu udomačevanju znotraj lastnega telesa. Kot mati 12-letnice zelo pogrešam od prvega razreda naprej prakso, ki daje po raziskavah sodeč dobre rezultate – medijsko vzgojo. Izpostavila pa bi, da so intenzivnejše oblike nezadovoljstva z videzom skoraj vselej povezane z drugimi psihološkimi težavami oz. izzivi – da je telo v takih primerih platno, na katero simbolično projiciramo svoje strahove, travme oziroma so telesne prakse način poskusa samoreguliranja, ugajanja itd.«

BERNARDA JEKLIN, legendarna urednica

Peglajte se in glancajte, a najprej radi živite!



»Prepričana sem, da bodo lepotne operacije v tej moči, obliki in maniri počasi usahnile. Iz človeka izsesajo individualnost. Nekako si postanejo vsi podobni. Zaradi lepotnih operacij punce izgubijo šarm, tisto primarno lepoto, ki dela vsako posameznico lepo tudi zato, ker je drugačna od drugih. Punce so hotele od nekdaj biti lepe, samo včasih je bilo to bolj vezano na standard – brezhibna postava je bila zagotovljena predvsem tistim, ki so si jo lahko privoščili – zdaj lahko za nove prsi privarčuje že vsaka druga. Nič nimam proti estetskim posegom, posebno če so denimo težava štrleča ušesa. Zakaj jih ne bi popravili?! Kompleksi zaradi njih so nepotrebni, boleči in lahko mladost zelo zagrenijo. Pametne punce pa poudarjajo svojo individualnost. Visoko čelo, recimo, so včasih skrivale za kodri, zdaj ga poudarijo z dolgimi ravnimi lasmi. To je šarmantno. V glavnem je vprašanje samozavesti. Če se počutiš samozavestnega, imaš v notranjosti kompenzacijo, imaš osebnost, na katero si ponosen, in ti ni tako grozno pomembna zunanjost. Sicer pa: naj se peglajo in glancajo, a naj radi živijo!«