



Poro ilo medijskih objav

07.04.2014

Objave v poro ilu:

MED.OVER.NET

1

7.4.2014

Ve er

Stran/Termin: 24

SLOVENIJA

Naslov: Anoreksija: So krivi mama, ata, mediji?

Vsebina: Anoreksija, bigoreksija, bulimija, najnovejša med njimi je ortoreksija, obsedenost z zdravo hrano, vse te anomalije so že poznane v Sloveniji. Skrivamo jih za fasadami idealnega življenja

Avtor: ANDREJA KUTIN

Rubrika, Oddaja: REPORTAŽE, LJUDJE

Žanr: PORO ILO

Naklada: 31.150,00

Gesla: MED.OVER.NET

7.4.2014 Ve er

Stran/Termin: 24

Naslov: Anoreksija: So krivi mama, ata, mediji?

Avtor: ANDREJA KUTIN

Rubrika/Oddaja: REPORTAŽE, LJUDJE

Žanr: PORO ILO

Površina/Trajanje: 1.045,82

Naklada: 31.150,00

Gesla: MED.OVER.NET



Danaja Lorenčič podira klišeje in tabuje o motnjah hranjenja. (Blanka Kiefer)



Mediji niso edini krivci za motnje hranjenja, nosijo pa vplivna sporočila. (Reuters)

Anoreksija: So krivi mama, ata, mediji?



Anoreksija, bigoreksija, bulimija, najnovejša med njimi je ortoreksija, obsedenost z zdravo hrano, vse te anomalije so že poznane v Sloveniji. Skrivamo jih za fasadami idealnega življenja

ANDREJA KUTIN

Sedeva tam za Udarnikom, v eno redkih mirnih, še skritih kavarn v Mariboru, kjer te nihče ne pozdravlja v petminutnih presledkih. Kajti mesto je ravno dovolj veliko, da ne poznaš vseh, in ravno prav majhno, da se ne da skriti. Prav v mesto velikokrat zavije pogovor. Morda zato, ker ga tudi ona doživlja in ker se ukvarja s svojo zgodbo, ki bo maja izšla v knjigi. Morda zato, ker so tukaj še vedno prve fasade in se njena tema veže s prav temi fasadami, ki so v bolj odprtih družbah že odluščile omet. Motnje hranjenja so za Slovence še vedno skrita tema prav zaradi ljubosumnega ohranjanja idealne podobe, čeprav - ironično - nastajajo večinoma zaradi taiste skrbi.

Danaja Lorenčič je sociologinja, trenutno asistentka na Filozofski fakulteti v Mariboru. A zdi se, da jo akademski zborni jezik prav toliko odbija kot privlači, govori enako energično kot razmišlja, in ko nekje na sredi pogovora mrkne res stari diktafon, ki je prežvečil že marsikaj, postaviva čisto resno tezo, da sva ga verjetno skurili.

Rojstvo

Začneva na začetku, tako kot se začnejo tudi težave s hranjenjem. Rojstvo otroka. Priprava, pričakovanje, izbiranje barv, posteljice in nešteti nasveti. Zbegane nosečnice po porodu postanejo še bolj zbegane mamice. In postane glavna tema dojenje. Danaja takoj izpostavi, da je sociologinja - opazovalka družbenih gibanj in pojavov, ne svetovalka. "Napisala sem magistrsko nalogo o prehranjevalni situaciji v prvih treh letih otrokovega življe-

nja. Kadar me prijateljice vprašajo za nasvet o ustreznem načinu hranjenja otroka, se znajdem v nevhvaležni vlogi."

Raziskave kažejo, da v končni fazi ni tako pomembno, kako se otroka hrani (dojenje ali s stekleničko). Pomemben je odnos, ki poteka med hranjenjem. Otrok namreč čuti, če je mama napeta, ko ga doji. Obstajajo forumi, gibanja Breast is the Best (Dojka je najboljša). Včasih iz tega niso delali cirkusa, danes je hranjenje otroka cela znanost. Dojenje je skorajda trend. Tako kot biohrana, ki smo ji pred 20 leti rekli - hrana. A bolj pomembno je, kakšen je odnos med otrokom in materjo, ki se ustvari med hranjenjem."

Obsedeni z mišicami, zdravo hrano, hujšanjem ...

Na svojih predavanjih o motnjah hranjenja skuša učencem, študentom in staršem predstaviti strokovni in osebni pogled na motnje hranjenja. Njen namen je brisanje klišejev, podiranje tabujev o motnjah hranjenja. Eden med njimi je tisti, da imajo anoreksijo le bogate najstnice. Dosti ljudi je prepričanih, da se motnje hranjenja dogajajo najstnicam, po možnosti v ZDA. "Prvi stereotip, ki ga rušim na predavanjih, je spol. Tudi fantje se spopadajo z motnjami hranjenja. Zadnje čase se pojavljajo izrazi, kot je bigoreksija. Poenostavljeno jo imenujejo tudi moška anoreksija. Gre za obsedenost z atletskim, mišičastim telesom."

Drugi stereotip je starost, ker za motnjami hranjenja ne trpijo le mladostniki, temveč ljudje različnih starosti že od enajstih let naprej, pa tudi tisti stari čez 30. Motnje hranjenja je težko prepoznati, enostavno pa jih je spregledati. Ne diskriminirajo glede na spol, starost, družbeni razred. Anoreksijo naj bi imeli pisatelj Franz Kafka, pa Virginija Wolf, princesa Sissy. V tistih časih o anoreksiji ni bilo še nič znanega. "Tako kot se dandanes malo ve o ortoreksiji, pretirani obsedenosti z zdravo hrano, ki se odraža tudi v odnosu do telesa in pretiranem hujšanju. V Sloveniji jo že zdravijo, ampak o tem se zelo malo govori."

Motnje hranjenja imata en do dva odstotka ljudi na svetu. Ni pa skrivnost, da je za zdravljenje na enoti za motnje hranjenja čakalna doba. To pomeni, da potreba po zdravljenju obstaja, pravi Danaja. "Verjetno so motnje hranjenja problem, ki ga dolgo nihče ni predvidel. To se kaže v majhnem številu psihiatrov, ki so se specializirali za to smer. Ob vseh problemih v Sloveniji, recesiji in pomanjkanju so motnje hranjenje postranskega pomena. Verjamem, da je v teh časih veliko ljudi s hujšimi problemi, vendar so motnje hranjenja za obbolele in njihove svorce prav tako zelo velik problem."

Kdo je kriv?

Kako se družine pogovarjajo o debelosti, kakšen odnos do debelosti ima slovenska družina? Raziskave kažejo, da je v družinah, ki jim je telesni videz zelo pomemben, večje tveganje za razvoj motenj hranjenja. Staršem ni treba naravnost reči otroku, da je debel. Dovolj je, če se sami obremenjujejo s telesno težo in svojim videzom. "To je razlika med socializacijo in vzgojo. Socializacija je učenje s posnemanjem, vzgoja je načrtno usmerjena. Tako lahko starši rečejo otroku, naj se ne obremenjuje s svojo telesno težo, medtem ko so sami nenehno na dietah in se pritožujejo nad svojim videzom? Otrok ponotranji tisto, kar vidi, ne glede na to, kar sliši. Otroci se

Kako lahko starši rečejo otroku, naj se ne obremenjuje s svojo telesno težo, če so sami nenehno na dietah



Najprej k zdravniku

Kam po pomoč? "Obrniti se je smiselno na osebnega zdravnika, psihologa, psihoterapevta. V Mariboru nudijo pomoč osebam z motnjami hranjenja in svojcem na Infopeki. V Ljubljani sta koristna naslova Ženska svetovalnica in Muza. Zelo priporočljivo je tudi sodelovanje v podporni skupini. Že vrsto let jo ima Infopeka za tiste, ki imajo motnjo hranjenja, in za svojce. Zelo dobro je, da so starši vključeni v ta proces."

navadno učijo s posnemanjem. Dovolj je že, če starši preveč kritično komentirajo videz pevk ali voditeljic na televiziji. To počnejo verjetno nezavedno in se ne zavedajo, da so takšna sporočila lahko problematična za otroka. V takih družinah je verjetnost, da se bo motnja hranjenja razvila, večja. Seveda pa ni nujno."

Nedavno je v Infopeki predavala o motnjah hranjenja - s strokovnega in osebnega vidika, kjer je spregovorila tudi o krivdi medijev. Ne verjame v popolno krivdo medijev, da smo bralci, gledalci pasivni sprejemniki informacij. Pri razvoju motenj hranjenja gre za nesrečni splet okoliščin. So krivi mama, ata, mediji? "Najlažje je kriviti druge, najtežje pa je prevzeti odgovornost za svoja dejanja." Pomembno je spoznanje, da imajo motnje hranjenja uničujoče posledice.

Nasveti za stradanje in bruhanje, pa tudi pomoč

Kdaj prepoznaš in priznaš, da imaš težavo, je odvisno od več dejavnikov. Nekateri zaznajo težave že zelo mladi in se zdravijo že pred 17 letom, nekateri vztrajajo v zanikanju težave vse življenje. Tukaj je še vprašanje hospitalizacije. "Anoreksija je po mojem mnenju tudi sebično ravnanje, s svojim samouničevanjem raniš svoje bližnje. Zato ne obsojam staršev, ki otroka hospitalizirajo, saj so verjetno prestrašeni in želijo otroku pomagati. Razumem pa tudi starše, ki tega ne naredijo. Najlažje je obsojati ravnanja drugih ljudi. Bistveno težje jim je pomagati, jim svetovati, kaj naj storijo, če ima njihov otrok eno izmed oblik motenj hranjenja."

Svojo vlogo pri vsem tem imajo danes družbena omrežja. Še posebej so za medmrežne družabnosti dovzetni

mladi in prav pri motnjah hranjenja imajo lahko ta omrežja hudo negativen predznak. Dekleta si izmenjujejo načrte za učinkovito stradanje ali bruhanje, prikrivanje znakov bruhanja. Izmenjujejo si nasvete o tem, katero hrano je najtežje izbruhati, se spodbujajo pri ohranjanju anoreksije.

"Zanimivo je, da veliko mladih ve, kaj pomeni Pro Ana in Pro Mia (spletne strani, kjer se družijo dekleta z anoreksijo in bulimijo). Obstajajo pa tudi strani, ki so v pomoč, recimo [Med Over Net](#), pa tudi blogi, kjer ljudje opisujejo svoje izkušnje. Ampak tudi to je dvorezen meč. Vsak si od besedila vzame tisto, kar si želi. Za nekoga, ki ima anoreksijo, je vsak podatek dobrodošel. Si pa približno predstavljam, kako anoreksične osebe berejo besedila o anoreksiji."

Ana v meni

Danajina knjiga, ki bo izšla naslednji mesec, ni avtobiografija, je refleksija njenega življenja z anoreksijo: "Zato tudi nosi naslov Ana v meni in ironično je ana - kot skrajšano imenujemo anoreksijo - v sredini mojega imena. Ko delim osebno izkušnjo, me vedno znova preseneti pozitiven odziv. Ljudje začutijo, da niso sami. Zato se včasih opogumijo, delijo z mano svojo zgodbo. Pogosto me vprašajo za nasvet, kam naj se obrnejo po pomoč. Ana v meni ni le zgodba o dekletu z anoreksijo, ampak je predvsem zrcalo družbi, v kateri živim(o), in želim si, da bi se čim manj ljudi v moji knjigi prepoznalo. Žal pa izkušnje kažejo, da se v zgodbah o motnjah hranjenja prepozna vse več ljudi. Veliko jih živi v zanikanju." Z motnjo hranjenja nisi sam in se ti je ni treba sramovati, še pravi. Je pa treba najti moč, da si poiščeš pomoč.