

Kūno ratifikavimas. Valgymo sutrikimai kaip sociokultūrinių ir ekonominių problemų simptomas

ALMA LAUŽONYTĖ

almalauzonyte@gmail.com

Kapitalistinė pramonė, gaminanti masinės žiniasklaidos vaizdus apie svorį, propaguodama kūno ir lieknumo kultą, prisidėjo prie svorio stigmos priespaudos formavimo. Kūnas paverčiamas ne tik paklausia rinkos preke, bet per kūną siekiama atitikti socialinius lūkesčius, o tikslas turėti „idealią kūną“ dažnai veda į rizikingą sveikatos elgseną, kas paradoksaliai suplonino ribą tarp sveikos gyvensenos ir patologijos. Plono idealo internalizavimas sukelia nepasitenkinimą kūnu ir „dietinį“ elgesį (angl. *dietary behavior*), kuris prisideda prie valgymo sutrikimų išsivystymo rizikos, o tai rodo, kad valgymo sutrikimai yra sociokultūrinių-ekonominių problemų simptomas. Valgymo sutrikimai yra sudėtinga ir dažnai sunkiai gydoma psichinė liga, o nepaisant gydymo pažangos, įvairūs duomenys rodo, kad šio sutrikimo atvejų daugėja, mirtingumas yra bene didžiausias iš visų psichikos sveikatos sutrikimų. Šio straipsnio tikslas atskleisti kaip šiuolaikinė kapitalizmo ekonomika sukuria kultūrinį paradoksą, kai generuojant pajamas ir pelną, vienu metu „rūpinamasi“ visuomenės sveikatos klausimais ir tuo pat metu – ši sveikata pabloginama, kuriant „liekno kūno“ reprezentacijas ir susijusias žinias bei formuojant „kūno kultą“. Visa tai sudaro sąlygas praplėsti valgymo sutrikimų priežasčių aiškinimą, neapsiribojant vien psichologiniais ir genetiniais paaiškinimais, o įtraukiant sociokultūrinę-ekonominę perspektyvą, išryškinant panoptikumo, žiniasklaidos, dietų kapitalizmo ir juose slypinčios biopolitikos įtaką bei kontrolę.

Esminiai žodžiai: valgymo sutrikimai, kūno kultas, svorio stigma, sociokultūrinė-ekonominė perspektyva, masinė žiniasklaida, dietų kapitalizmas, kapitalistinė pramonė.

Pastaruoju laikotarpiu viešojoje erdvėje ir įvairiose socialinėse srityse, įskaitant bendravimą šeimoje ir privačiame kontekste, mokyklose ir įvairiose ugdymo institucijose, vis aktyviau plinta diskursas, kad turime kruopščiai konstruoti („konstruoti“) savo kūną, reguliariai sportuoti, tinkamai maitintis, stebėti savo kūną, kad būtume sveiki ir produktyvūs. Pasak Kal-

lifatides (2005)¹, neretai sveika gyvensena ir gyvenimas virsta „gyvenimu dėl kūno“. Baudrillard (2010)² teigimu, sveikata kaip biologinis imperatyvas, susijęs su išgyvenimu, transformavosi į socialinį imperatyvą,

1 Kallifatides, T. (2005). Gyvename kūno laikais, *Literatūra ir menas*, p. 30–42.

2 Baudrillard, J. (2010). *Vartotojų visuomenė: mitai ir struktūros*, Kaunas: Kitos knygos, p. 175.

susijusį su statusu. „Ji [sveikata] yra ne tiek fundamentali „vertybė“, kiek bandymas pasirodyti. Būtent „forma“ šioje mistikoje tiesiogiai jungiasi su grožiu“ (Baudrillard, 2010, p. 175). Vis tik šalia sveikos gyvensenos propagavimo iškyla kūno „atrodymo“ problema, kuri iš dalies sudaro sąlygas formuoti valgymo sutrikimams, kuriems būdingas svorio, kūno formų pervertinimas, ekstremali valgymo elgsena, dramatiškas savęs suvokimas, dėl kurio keičiasi mityba, pablogėja fizinė sveikata bei atsiranda psichosocialinių problemų. Galima pastebėti, kaip šiuolaikinėje visuomenėje paplitusių populiariosios kultūros naudojamų priemonių propaguojamas kūno ir lieknumo kultas socialiniuose tinkluose, reklamoje, kinematografijoje, televiziniuose projektuose, mados industrijoje, muzikos rinkoje ir kt. paradoksaliai suplonino ribą tarp sveikos gyvensenos ir patologijos.

Reikalavimai kaip žmonės turi formuoti savo kūną įgauna ryškų moralinį atspalvį. Sharp (2000)³ pastebėjimu, dėl hiperrealybės įtakos atsvaris imamas traktuoti kaip nusikaltimas, moralinė netvarka, tinginystė, drausmės ar savikontrolės trūkumas, kas iššaukia dekontekstualizaciją. Kitaip tariant, visuomenės spaudimas viešojoje erdvėje pasiekia tokią ribą, jog individas pradeda suvokti tiek kūną, tiek atskiras jo dalis kaip nutolusias, anapus konteksto, realybę, kai kūnas lyg stebimas per atstumą. Kūnas ne tik paverčiamas paklausia rinkos preke, bet per kūną siekiama atitikti socialinius lūkesčius, o siekis turėti „idealų

kūną“ dažnai veda į rizikingą sveikatos elgseną. Be kita ko, Richas, Evansas ir De-Pian (2009)⁴ pastebi, kad politikos priemonės, nurodančios, kaip žmonės turi elgtis, yra persmelktos „naujų sveikatos imperatyvų“ (angl. *new health imperatives*), kurie apeliuoja ne tik į „gerą sveikatą“ (angl. *good health*“), bet atspindi socialinę kontrolę.

Plono idealo internalizavimas sukelia nepasitenkinimą kūnu ir „dietinį“ elgesį (angl. *dietary behavior*), kuris prisideda prie valgymo sutrikimų išsivystymo rizikos, o tai rodo, kad valgymo sutrikimai yra sociokultūrinių-ekonominių problemų simptomai. 2000–2018 atlikta Galmiche, Déchelotte, Lambert ir Tavolacci (2019)⁵ sisteminė literatūros apžvalga atskleidė, kad valgymo sutrikimai padidėjo nuo 3,5 proc. 2000–2006 m. laikotarpiu iki 7,8 proc. 2013–2018 metais.

Psichikos sutrikimų diagnostikos ir statistikos vadovo penktajame leidime (angl. *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 1 – DSM-5*)⁶ šiuo metu nurodomi trys pagrindiniai valgymo sutrikimų tipai: nervinė anoreksija (angl. *anorexia nervosa AN*), nervinė bulimija (angl. *bulimia nervosa BN*) ir persivalgymo su-

3 Sharp, L. A. (2000). The Commodification of the Body and Its Parts, *Annual Review of Anthropology* 29: 287–328.

4 Rich, E., Evans, J., & De-Pian, L. (2009). Learning to Be a Healthy Young Woman: Body Burdens and Consumer Culture. *ESRC Seminar Series: Young Women in Movement – Sexualities, Vulnerabilities, Needs and Norms*, Goldsmiths University, 24 November.

5 Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G. & Tavolacci, M. P. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000–2018 period: a systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2019;109(5): 1402–1413.

6 Šis žinynas Jungtinėse Amerikos Valstijose dažniausiai naudojamas psichikos ligoms diagnozuoti.

trikimas (angl. *binge-eating disorder BED*)⁷ bei į valgymo sutrikimų sutrikimų diagnozę įtrauktas vengimo ir (arba) maisto ribojimo sutrikimas (angl. *avoidant/restrictive food intake disorder – ARFID*)⁸ (American Psychiatric Association, 2013)⁹. Nepaisant gydymo pažangos, mirtingumas nuo nervinės anoreksijos ir nervinės bulimijos išlieka ne tik labai aukštas (van Hoeken ir Hoek, 2020)¹⁰, bet šie valgymo sutrikimai yra bene didžiausia iš visų psichikos sveikatos problemų (Gibson, Workman ir Mehler, 2019)¹¹,

o sėkmingo gydymo ir pasveikimo rodikliai yra ganėtinai maži (Pike ir kt., 2023)¹². Įvairūs duomenys rodo, kad nervinės anoreksijos, nervinės bulimijos ir persivalgymo sutrikimo atvejų daugėja (Lindvall, Dahlgren, Wisting ir Øyvind, 2017)¹³.

Dar XX a. pab. atlikti moksliniai tyrimai¹⁴ patvirtino, jog sociokultūrinių liekno kūno kanonų internalizavimas, įdiegiamas per reklamą ir žiniasklaidą, formuoja nepasitenkinimą esamu kūnu, kas turi įtakos valgymo sutrikimų atsiradimui ir formavimuisi vis jaunesniame amžiuje. Tačiau svarbu pastebėti, kad dėl neigiamo kūno ar savęs vertinimo, žemos savivertės, nesaugumo ir valgymo sutrikimų pasireiškimo nėra atsakinga vien tik žiniasklaida. Atsakomybė atitenka kapitalistinei pramonei, gaminančiai masinės žiniasklaidos vaizdus apie svorį ir sukuriančiai kūno maniją. Kaip Levine ir Smolak (1996)¹⁵ teigia,

7 Pagal apibrėžimą *nervine anoreksija* sergantys žmonės turi per mažą svorį (pagal amžių ir lytį), o *nervine bulimija* sergantiems žmonėms kartojasi persivalgymo epizodai, po kurių seka kompensacinė svorio kontrolės elgsena, pavyzdžiui, savęs vertimas vemti arba badavimas. *Persivalgymo sutrikimui* būdingas pasikartojantis persivalgymas, susijęs su diagnostiniais specifiniais požymiais ir bent vidutinio sunkumo *distresu*, be pasikartojančio kompensacinio svorio kontrolės elgesio ir be reikalavimo pervertinti svorį / formą. (American Psychiatric Association, 2013).

8 ARFID pasireiškia maisto vengimu arba ribojimu dėl tokių priežasčių, kaip mažas apetitas ir (arba) apatija maistui, jutiminis jautrumas arba nepageidaujamų pasekmių (pvz., užspringimo) baimė. Šis ribojimas pasireiškia be susirūpinimo dėl svorio ir kūno vaizdo, susijusio su nervine anoreksija. ARFID gali turėti rimtų žalingų pasekmių sveikatai (sutrinka augimas, mityba, nukrinta svoris, o sunkiais atvejais prireikia maisto papildų arba maitinimo vamzdelių) bei atsirasti psichosocialinis poveikis turi įtakos asmens gebėjimui atlikti kasdienę veiklą, pavyzdžiui, lankyti mokyklą ar valgyti šeimoje ir kt. (American Psychiatric Association, 2013).

9 American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-V) (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Association.

10 Van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2020). Review of the burden of eating disorders: mortality, disability, costs, quality of life, and family burden. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(6), 521–527.

11 Gibson, D., Workman, C., & Mehler, P. S. (2019).

Medical Complications of Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa. *Psychiatric Clinics of North America*, 42(2), 263–274.

12 Pike, A.C., Sharpley, A.L., Park, R.J. Cowen, O. J., Browning, M., & Pulcu, E. (2023). Adaptive learning from outcome contingencies in eating-disorder risk groups. *Translational Psychiatry*, 13(1):340.

13 Lindvall Dahlgren, C., Wisting, L., & Rø, Ø. (2017). Feeding and eating disorders in the DSM-5 era: a systematic review of prevalence rates in non-clinical male and female samples. *Journal of eating disorders*, 5, 56.

14 Stice, E., Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media-portrayed thin ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social Clinical Psychology*, 13(3): 288–308.

15 Levine, M. P., & Smolak, L., (1996). Media as a context for the development of disordered eating. In Linda Smolak, Michael P. Levine & Ruth Striegel-Moore (Eds.), *The developmental psychopathology of Eating Disorders—Implications for research, prevention, and treatment* (pp. 235–257). Mahwah, N.J: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. New York: Oxford.

jog būtent kapitalistinė pramonė kartu su šeimomis, bendraamžiais, mokyklomis ir kitais sudaro „sociokultūrinį tinklą“ (angl. *socio-cultural network*), kuris formuoja kūno maniją (angl. *body obsession*).

Todėl šio straipsnio tikslas atskleisti kaip šiuolaikinė kapitalizmo ekonomika sukuria kultūrinį paradoksą, kai generuojant pajamas ir pelną, vienu metu „rūpinamasi“ visuomenės sveikatos klausimais ir tuo pat metu – ši sveikata pabloginama, kuriant „liekno kūno“ reprezentacijas ir susijusias žinias bei formuojant „kūno kultą“. Visa tai sudaro sąlygas praplėsti valgyimo sutrikimų priežasčių aiškinimą, neapsiribojant vien psichologiniais ir genetiniais paaiškinimais, o įtraukiant sociokultūrinę-ekonominę perspektyvą, išryškinant panoptikumo, žiniasklaidos, dietų kapitalizmo ir juose slypinčios biopolitikos įtaką bei kontrolę.

Panoptinė kūno priežiūra

Kalbant apie šiuolaikinę laisvos rinkos ekonomiką, kūno suprekinimą, neretai iškeliama biopolitikos sąvoka, apimanti tiek platų teorinių klausimų spektrą, tiek skirtingus reiškinius, įskaitant viešųjų erdvių, kūnų kontrolę ir žmogaus teisių apibrėžtį. Be abejonės, samprotaujant apie kūno pavertimą rinkos preke, čia nepa-neigiama mintis, kad žmogus yra aktyvus ir gali rinktis, ką pristato, pavyzdžiui, atstovavimo (angl. *agency*), įgalinimo (angl. *empowerment*) ar kitos teorijos, kuomet individai nėra supaprastinami iki biologinio organizmo sampratos. Tačiau šiame straipsnyje svarstant apie valgyimo sutrikimus kaip sociokultūrinių ir ekonominių

problemų simptomą, tampa itin svarbus kūno kontrolės ir priežiūros klausimas pasitelkiant panoptikumo, veikiančio viešosiose erdvėse, komunikacijoje, žiniasklaidoje, sąvoką.

Populiariosios kultūros naudojamos priemonės didžiąja dalimi manipuliuoja suvokimu, kad kūno išvaizda yra šiuolaikinis skiriamasis sėkmės požymis. „Kūnas yra kaip narcisistinio kulto objektas arba socialinės taktikos ir ritualo elementas, – procese grožis ir erotizmas sudaro du pagrindinius leitmotyvus“ (Baudrillard, 2010, p. 165). Anot filosofo, remiantis gamybos visuomenės ir valdomo vartojimo kodu, kūnas yra pasisavinamas ne kaip autonominis subjektas, o kaip instrumentalumo būtinybė. Kitaip tariant, nuosavi žmonių kūnai tampa valdomi. Kaip teigia Foucault (1998), panoptinės priežiūros situacijoje pats prižiūrimasis tampa „savo paties pavergimo principu“¹⁶. Milerius (2018) komentuodamas Foucault teoriją, pastebi, kad tampa nebesvarbu, kas ir dėl kokių priežasčių stebi, „esmiškai svarbu tai, kad prižiūrimasis jaučiasi nuolat stebimas ir taip įtvirtina priežiūros nenutrūkstumą“ (p. 201)¹⁷. Trumpai tariant, žmogus tampa Foucault įvardinto galios dispozityvo auka. Kontrolė nebedangstoma teisėmis ar įstatymais, o per ją diegiamos normos, o kartu sukuriamos aplinkybės, kad prižiūrimieji neva savarankiškai, niekieno nekontroliuojamai priima sprendimus, disponuoja ir išvengia unifikacijos pinklių.

¹⁶ Foucault, M. (1998). *Disciplinuoti ir bausti: kalėjimo gimimas*, Vilnius: Baltos lankos.

¹⁷ Milerius, N. (2018). *Žiūrėti į žiūrintįjį: kinas ir prievara*, Vilnius: Jonas ir Jokūbas, p. 201.

Tiesa, Foucault (1999)¹⁸ nevengia pripažinti, kad ne tik moralinio elgesio taisyklės nuolat perkonstruojamos, bet galiai įveiklinti pasitelkiamos skirtingos priemonės. Sistema trokšdama apsaugoti savo vienybę bei vengdama ginčų dėl manipuliacijos vartotojais, argumentuoja, kad „standartai atseit iš pat pradžių kyla iš vartotojų poreikių, dėl to jie ir priimami beveik be pasipriešinimo“ (Deleuze, Guattari, 2004 p. 160)¹⁹. Tarsi daroma paslauga, patenkinanti vartotojų geismus. Tokiu būdu paslepiami ketinimai dauginti mechaninę tikrovę. Maža to, pasiekama riba arba netgi peržengiama demarkacinė linija, kuomet beveik nesirūpinama, kas tą dieną paklius į fantazmų konvejerį. Simuliacinių fantazmų gamybos įvairovę apibūdina Mažeikis (2012): „simuliakriškumas, spektakliškumas, kūrybinių industrijų gaminami desublimacijos vaizdai ir lyderystės kaukės yra tai, kas apibūdina mūsų laikmetį“ (p. 87)²⁰. Taip įsitvirtina kolektyvinė logika ir įsivaizdavimai, jog patenkinamas nepasiekiamo geismo troškimas. Greta viso to, žmonės tiki fantazmų egzistavimu bei perkelia jiems ne tik savo emocijas, bet ir pradeda su jais kalbėtis, apie juos svajoti, jais grįsti savo veiksmus. Tai paaiškina, kaip kūnas tampa geismo gamybos taikiniu, kai įkalinamas tiek žmogaus kūnas, tiek jo vaizduotė, o kartu ryškėja pagrindinis biopolitikos siekis – stebėti ir kontroliuoti viešąsias erdves, komunikaciją bei privačius duomenis.

Pripažįstant, jog žiūrovai ir piliečiai panyra į prodiuserių, režisierių, socialinių tinklų vartotojų sukurtą realaus gyvenimą fikciją ir traktuoja tai kaip realybę, tuomet tenka konstatuoti, jog ilgainiui bus susiduriama su situacija, jog tai, kas *nuolat* stebima, imama *nuolat* to geisti. Tai puikiai iliustruoja Baudrillard (2009) knygos skyriuje *Panoptiškumo pabaiga* pateikiamas pavyzdys apie 1971 metais televizijos transliuotą projektą, kurio centre – Kalifornijoje gyvenančios Loud'ų šeimos kasdienybė: „septyni mėnesiai nenutrūkstamo filmavimo, trys šimtai valandų tiesioginės transliacijos, jokio scenarijaus, jokio siužeto, vienos šeimos odisėja, jos dramos, džiaugsmas, peripetijos *non-stop* – žodžiu, „žalias“ istorinis dokumentas“²¹. Kameros objektyvo *nuolat* rodoma tikrovės iliuzija, Baudrillard žodžiais „hiperrealybė“, priverstė dvidešimt tūkstančių amerikiečių nenutrūkstamai stebėti šeimos dramą, tapti „liturginės masinės visuomenės dramos“ dalimi. Be kita ko, Baudrillard perspėja, kad ši įsivyravusi hipertikrovė virto ne veidrodžio ir ne perspektyvos, bet manipuliacine DNR ląstelių tiesa.

Realybės šou, kino, socialinių medijų, reklamos efektyvumas kūno atžvilgiu buvo teoriškai pagrįstas daugeliu atžvilgių. Pavyzdžiui, Sobchack (2004) teigė, kad vaizdas gali išprovokuoti žmogaus „kūniškas mintis“²². Taip nutinka dėl to, kad žiūrovas regimą vaizdą užfiksuoja „negalvodamas“, nes pristatomas pasaulis yra nukreiptas į save, paliekant žiūrovą anoniminėje ir

18 Foucault, M. (1999). *Seksualumo istorija*, Vilnius: Vaga

19 Deleuze, G., Guattari, F. 2004. *Anti – Oedipus. Capitalism and Schizophrenia*, London, New York: Continuum.

20 Mažeikis, G. (2012). *Po pono ir tarno: lyderystės ir meistrystės dialektika*, Kaunas: Kitos knygos.

21 Baudrillard, J. (2009). *Simuliakrai ir simuliacija*, Vilnius: Baltos lankos, p. 38.

22 Sobchack, V. (2004). „What My Fingers Knew“, *Carnal Thoughts*. California: University of California Press.

neapsaugotoje vietoje. Pavojus kyla tuomet, kad savęs kaip asmenybės identifikacija vyksta per klaidingą pažinimo aktą, kitaip tariant, per iškreiptą tikrovės vaizdą, susitapatinant su pateiktais fantazmais, kurie yra autonomiški ir nepriklausomi nuo subjekto kūrinių. Pradedama fantazmų ieškoti realiame gyvenime, užsimezga geismų patenkinimo poreikis. Šioje situacijoje nepakankamai įvertinama, jog kūnas pirmiausia yra mūsų tapatybės vieta, galinti išreikšti žmogaus vietą socialinėje ir kultūrinėje erdvėje. „Kūnas tapo tuo, kas savo laiko buvo siela – privilegijuotu objektų taisyklės ramsčiu, valdančiuoju vartojimo etikos mitu“ (Baudrillard, 2010, p. 171). Visa tai rodo, kaip glaudžiai kūnas yra susijęs su ekonominėmis, psichologinėmis, politinėmis kontrolės strategijomis.

Žiniasklaidos priemonių veikimas

Akivaizdu, jog vienas stipriausių vaidmenų formuojant kūno sociokultūrinį kraštovaizdį atitenka ekrano technologijoms ir žiniasklaidos priemonėms. Galima akivaizdžiai matyti, kaip žiniasklaidos ir medijų dėka plinta įvairios suprekinto kūno vartojimo formos, kurias skatina ekonominės ir socialinės institucijos. Šalia sąvokos *realybės šou* yra tarsi nuoroda, jog ne viskas, kas matoma, gali būti tikra, tačiau žiūrovai ilgainiui žodį *šou* ištrina iš savo regėjimo lauko, pasilikdami *realybę* kaip nepaneigiamą tiesą. Ir nors Schwart (1986), Stearns (1997) teigimu, toks žiniasklaidos vaidmuo istoriškai nėra naujas reiškinys, tačiau žiniasklaida prisiimdama „stebinčiojo“ ir mokomąją pozicijas užima unikalią ir galingą vietą viešosios pedagogikos pers-

pektyvoje. „Viešojoje erdvėje įvyko esminių pokyčių, kurie sukūrė naujas pedagogikos vietas, pasižyminčias ypatingu naujų skaitmeninių ir žiniasklaidos technologijų susiliejimu“ (Giroux, 2004, p. 497)²³. Šie pokyčiai sukuria sąlygas mokymuisi peržengti formaliojo ugdymo įstaigų ribas, kaip sakytų Bernstein (2001)²⁴, virsti „visiškai pedagogizuota visuomenė“, kadangi daugybė socializacijos vietų tapo pedagoginėmis.

Įvertinant, jog žiniasklaidos priemonių ir ekrano technologijų vaidmuo padeda veikti vadinamajai „ketvirtajai valdžiai“, tenka pripažinti ir jų svarbą plėtojant tam tikrą viešosios pedagogikos formą, kai konstruojamas *realybės* paveikslas, kuris pateikiamas vartojimui. Galima sutikti su Giroux (2006)²⁵ mintimi, kad žiniasklaida įgaudama viešosios pedagogikos statusą, įteisina dominuojančią valdžią ir politines problemas, o kartu formuoja galingą socializacijos agentą. Bielinis (2005) taip pat apsvarstydamas žiniasklaidos socializacijos agento formavimą pabrėžia, kad „visuomenė nėra atspindima žiniasklaidos veidrodyje, bet žiūrėdama į žiniasklaidos „veidrodį“, o tiksliau – ekraną, visuomenė derinasi prie pamatyto vaizdo, tampa panaši į tai, kas vaizduojama. Galiausiai tiesa yra ta, kad „veidrodyje“ matome savo atspindį“

23 Giroux, H. (2004). Public Pedagogy and the Politics of Neo-Liberalism: Making the Political More Pedagogical. *Policy Futures in Education*, 2(3–4): 494–503.

24 Bernstein, B. (2001). From Pedagogies to Knowledge. In: Morias A, Neves I, Davies B, and Daniels H (eds) *Towards a Sociology of Pedagogy: The Contribution of Basil Bernstein to Research*. New York: Peter Lang.

25 Giroux, H. (2006). The New Authoritarianism in the United States. *Dissident Voice* 3. Prieiga per: <http://dissidentvoice.org/Jano6/Giroux03.htm>

(p. 44)²⁶. Kas leidžia formuotis minčiai, jog esame atspindys to, ką matome.

Hesse-Biber, Leavy, Quinn ir Zoino (2006)²⁷ išskiria ir nagrinėja keturias socialinės psichologijos teorijas – kultivavimo teoriją (angl. *cultivation theory*), pasitenkinimo ir naudojimo teoriją (angl. *gratifications and uses theory*), socialinio palyginimo teoriją (angl. *social comparison theory*) ir objektyvacijos teoriją (angl. *objectification theory*), kurios sudaro „įtakos mazgą“ (angl. *nexus of influence*). Šios teorijos leidžia plačiau suprasti šiuolaikinės laisvos rinkos ekonomikos ir žiniasklaidos veikimą bei jų poveikį valgymo sutrikimams atsirasti sutelkiant dėmesį ne tik į vaizdo poveikį (angl. *the exposure*), bet į tai kaip skirtingai suvokiama ir internalizuojama informacija. **Kultivavimo teoriją** (angl. *cultivation theory*) pradėjo plėtoti sociologas George Gerbner XX a. 7-ojo dešimtmečio pradžioje. Šioje teorijoje dominuoja trys vienas nuo kito neatsiejami komponentai: žiniasklaidos institucijos, pranešimų kūrimas ir pranešimų poveikis žiūrovams. Pagrindinė šios teorijos hipotezė, kad „kuo daugiau žiniasklaidos priemonių asmuo patiria, tuo labiau jis pradeda vertinti žiniasklaidos vaizdus kaip tikroviškus“ (Holstrom, 2004, p. 197)²⁸, o kuo dažniau tam tikros formos ir temos

kartojamos, intensyviau dominuoja tam tikri televizijos perduodami naratyvai, tuo įtaigiau homogenizuoja žiūrovų socialinės tikrovės sampratą (Shrum, 2017)²⁹. Analizuodamas kultivavimo teorijos poveikį ir procesus Shrumas (2017) pastebi, kad nors iš pradžių kultivavimo teorija sulaukė kritikos, buvo tikrinama iš įvairių teorinių perspektyvų (kultūrinės, socialinės, psichologinės), tačiau sutampančios išvados suteikia pagrindo teigti, kad ši teorija remiasi tvirtu teoriniu pagrindu. Martinso, Williamso, Harrisono ir Ratano (2009)³⁰ atlikta turinio analizė parodė, kad kultivavimo teorijoje būtina atkreipti dėmesį ir į vaizdo žaidimus, kuriuose vyrauja fotorealizmas. Pastebėtina, kad žaidimuose vaizduojamos lieknės moterys, o jų fotorealistiški vaizdai daugiausia parduodami vaikams, paaugliams. Teigiama, kad dėl šių normatyvinių įsitikinimų internalizuojamas lieknumo idealas ir galiausiai pradedama laikytis dietinio elgesio, kad būtų „normalu“ (Martins ir kt., 2009). Vadinasi, nuolatinis ir gausus liekno kūno vaizdavimas skatina įtikėti, kad idealizuotas įvaizdis yra ne tik galimas ir pageidautinas, bet ir būtinas pasiekti.

Vis tik gvildenant valgymo sutrikimų sąryšį su žiniasklaidos priemonėmis, svarbu atkreipti dėmesį, jog ne visiems asmenims išsivysto valgymo sutrikimai, nors jie susiduria su plačiai paplitusiais ir

26 Bieliniš, L. (2005). *Visuomenė, valdžia ir žiniasklaida*, Vilnius: Eugrimas, p. 44.

27 Hesse-Biber, Sh., Leavy, P., Quinn, C. E., & Zoino, J. (2006). The mass marketing of disordered eating and Eating Disorders: The social psychology of women, thinness and culture, *Women's Studies International Forum*, 29(2), 208–224.

28 Holstrom, A. J. (2004). The effects of the media on body image: A meta-analysis. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 48(2), p. 196–218

29 Shrum, L. J. (2017). Cultivation Theory: Effects and Underlying Processes. In Patrick Rossler, *The International Encyclopedia of Media Effects*. DOI: 10.1002/9781118783764.wbiemeo040

30 Martins, N., Williams, D. C., Harrison, K., & Ratan, R. A. (2009). A Content Analysis of Female Body Imagery in Video Games. *Sex Roles*, 61, 824–836.

išpopuliarėjusiais įvaizdžiais per žiniasklaidą. Tai padeda paaiškinti **pasitenkinimo ir naudojimo teorija** (angl. *gratifications and uses theory*), kuri pradėta taikyti XX a. 4-ajame dešimtmetyje, o išpopuliarėjo 6-ojo dešimtmečio pabaigoje–7-ojo dešimtmečio pradžioje, kai atsiradus televizijai žmonėms atsirado daugiau galimybių rinktis žiniasklaidos priemones (Blumler, 1979)³¹. Šią teoriją pirmasis pristatė komunikacijos mokslininkas Elihu Katz išskeldamas idėją, kad žmonės naudojami žiniasklaida savo naudai. Toliau šis autorius tyrimus plėtojo su kolegomis politologu Jay Blumler ir žurnalistu Michael Gurevitch. Pasitenkinimo ir naudojimo teorija nagrinėja individų vaidmenį – „kaip jie renkasi žiniasklaidoje perduodamą informaciją ir kaip jie elgiasi pagal pasirinktas interpretacijas“ (Hesse-Biber ir kt., 2006, p. 217). Plėtojant naudojimo ir pasitenkinimo teoriją siekiama trijų tikslų: paaiškinti, kaip individai, naudodamiesi masinės komunikacijos priemonėmis, tenkina savo poreikius; atskleisti pagrindinius individų naudojimosi žiniasklaidos priemonėmis motyvus; nustatyti teigiamas ir neigiamas individualaus žiniasklaidos naudojimo pasekmes (Hasan, 2014)³². Liu (2015)³³ atliktoje naudojimo ir pasitenkinimo teorijos istorinėje apžvalgoje teigiama, jog ši koncepcija tapusi viena įtakingiausių au-

ditorijos teorijų. Atliepiant valgymo sutrikimų temą šios teorijos kontekste, tikslinga pasiremti Heinberg ir Thompson (1995)³⁴ mintimi, jog kuo žiūrintieji labiau nepatenkinti savo kūnu prieš žiūrėdami idealius atvaizdus žiniasklaidoje, tuo labiau jie tampa nepatenkinti savo svoriu, kai jiems pateikiami tobulų kūnų atvaizdai. Tai pagrindžia naudojimo ir pasitenkinimo teorijos idėją, jog renkantis žiniasklaidos turinį ir atitinkamai koreguojant savo elgesį, reikšmingą vaidmenį atlieka žiūrovų asmeniniai motyvai ir išankstinės nuostatos. Vadinasi, jeigu žiūrintieji yra patenkinti savo kūnu, tuomet liekno kūno idealizavimas neturės stipraus poveikio valgymo sutrikimams formuotis.

Kita vertus, ši ir kitos teorijos nepaneigia socialinio spaudimo įtakos valgymo sutrikimams atsirasti. Dar XX a. pabaigoje valgymo sutrikimais sergantys pacientai nurodė mados žurnalų modelius kaip vieną iš šaltinių siekiant lieknumo (Levine & Smolak, 1996)³⁵. Atsižvelgiant, kad tas pats vaizdas turi skirtingą poveikį į jį žiūrintiems, vieniems kyla didesnė rizika būti labiau paveiktiems žiniasklaidos neikitiems, tai skatina pažvelgti į **socialinio palyginimo teoriją** (angl. *social comparison theory*).

31 Blumler, J. G. (1979). The role of theory in uses and gratifications studies. *Communication Research*, 6, 9–36

32 Hasan, S. (2014). *Mass Communication. Principles and Concepts*, New Delhi, India: CBS Publishers & Distributors Pvt Ltd.

33 Liu, W. Y. (2015). A Historical Overview of Uses and Gratifications Theory. *Cross-Cultural Communication*, 11(9), 71–78.

34 Heinberg, L. J., & Thompson, K. J. (1995). Body image and televised images of thinness and attractiveness: A controlled laboratory investigation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14, 325–338.

35 Levine, M. P., & Smolak, L., (1996). Media as a context for the development of disordered eating. In Linda Smolak, Michael P. Levine & Ruth Striegel-Moore (Eds.), *The developmental psychopathology of Eating Disorders—Implications for research, prevention, and treatment* (pp. 235–257). Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. New York: Oxford.

son theory), kurią 1954 m. pradėjo plėtoti Kurt Lewin mokiny, socialinis psichologas Leon Festinger. Iš pradžių ši teorija teigė, kad individai nori tobulėti, lygina save su kitais, kai tik įmanoma, lygina save su tais, į kuriuos yra panašūs. Vėliau teorija buvo papildyta, kad asmenys gali lyginti save su tais, į kuriuos yra nepanašūs, o palyginimai gali būti susiję su fizine išvaizda, idealizuotais įvaizdžiais ir valgymo įpročiais (Morrison, Kalin, ir Morrison, 2004)³⁶. Corcoran, Crusius ir Musweiler (2011)³⁷ pastebi, kad socialinio lyginimo proceso pasekmės priklauso nuo to, ar individas lygina save su asmeniu, kurį jis laiko geresniu ar blogesniu už save atitinkamu aspektu, ir nuo to, ar palyginimas yra „universalus“ (pvz., žiniasklaidos vaizdai), ar „partikuliarus“ (pvz., artimas žmogus). Lin ir Kulik (2002)³⁸ atliko eksperimentą pagal „pasi-matymų žaidimo“ (angl. *dating game*) scenarijų, kurio metu buvo siekiama nustatyti, kaip socialiniai palyginimai su bendraamžiais atsiliepia bendrai savivertei, pasitikėjimui savimi ir pasitenkinimui kūnu. Tyrimo rezultatai parodė, kad moterys patyrė nepasitenkinimą kūnu, kai lygino save su idealizuotais kūno atvaizdais, o partnerių neturinčioms moterims padidėjo nerimo jausmas. Tačiau, eksperimento dalyves

veikiant didelių kūno formų bendraamžių vaizdais nebuvo pasiektas kompensuojantys poveikis ir neišaugo pasitikėjimas savimi. Kaip teigia tyrimo autorės, toks asimetrisinis palyginimo poveikis gali lemti didelį nepasitenkinimą kūnu, mažėja savęs patrauklumas, sukuriamas spaudimas atitikti propaguojamus idealizuoto kūno standartus, kas veda į valgymo sutrikimų vystymąsi.

Ketvirtoji aptariama socialinės psichologijos teorija – **objektyvacijos teorija** (angl. *objectification theory*) labiau siejasi su feminizmo teorija. Objektyvacijos teorijos atstovai Frederickson ir Roberts (2004)³⁹ teigia, kad dažnai ir fragmentiškai rodomi liekni moterų kūnai neretu atveju tampa kapitalistinės ir patriarchalinės grožio industrijos įrankiais daiktams parduoti:

„...ši kultūrinė seksualinio objektyvizavimo aplinka veikia socializuojant mergaites ir moteris, kad jos save laikytų daiktais, kuriuos reikia vertinti pagal išvaizdą. Mergaitės ir tiesiogiai, ir per atstovus sužino, kad jų išvaizda yra svarbi ir kad kitų žmonių vertinimai dėl jų išvaizdos gali lemti, kaip su jomis bus elgiamasi, ir galiausiai paveikti jų socialinio ir ekonominio gyvenimo rezultatus. Teorijoje teigiama, kad todėl mergaitės ir moterys gali susirūpinti savo fizine išvaizda ir taip numatyti ir kontroliuoti elgesį su jomis – šis poveikis vadinamas „savęs objektyvacija“. Teorijoje teigiama, kad savęs sureikšminimas sukelia įvairias emocines ir elgesio sąnaudas“ (p. 17–18).

39 Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173–206.

- 36 Morrison, T. G., Kalin, R., & Morrison, M. A. (2004). Body-image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155), 571–593
- 37 Corcoran, K., Crusius, J., & Musweiler, T. (2011). Social Comparison: Motives, Standards, and Mechanisms. In D. Chadee (Ed.). *Theories in social psychology* (pp.119-139). Oxford, UK: Wiley-Blackwell.
- 38 Lin, L. F., & Kulik, J. A. (2002). Social comparison and women's body satisfaction. *Basic and Applied Social Psychology*, 24(2), 115–123.

Ši objektyvacijos forma reiškia, kad moterų kūnai traktuojami kaip objektai, dažnai atskirti nuo jų žmogiškumo, asmeninio veiksnio ir subjektyvumo. Todėl analizuojant iš žiniasklaidos veikimo ir valgymo sutrikimų ryšio perspektyvos, objektyvacijos teorija tampa itin svarbi apžvelgiant kaip socialinė kultūra skatina formuoti stebėtojų požiūrį į savo kūną, apibūdiant kas leidžiama arba neleidžiama daryti su savo kūnais. Žiniasklaidos poveikis kūno įvaizdžio nepasitenkinimui ir valgymo sutrikimams atsirasti yra visuotinai pripažįstamas kaip vienas kelių neigiamų pasekmių rizikos veiksnių Ferguson ir kt., 2014)⁴⁰. Taigi, visos šios aptartos socialinės psichologijos teorijos, kurios tarsi sudaro holistinį požiūrį, leidžia plačiau pažvelgti į masinių žiniasklaidos priemonių veikimą ir poveikį individams.

Dietų kapitalizmas

Kaip minėta anksčiau, šiuolaikinėje kultūroje sveikas ir gražus kūnas yra sėkmės, tvirtos darbo etikos ir savikontrolės simbolis, o medijų industrijoje, žiniasklaidoje didesnį kūno masės indeksą (KMI) turintys asmenys pateikiami kaip nepatrauklūs, nesveiki, moraliai nepilnaverčiai. Pavyzdžiui, kino vaizdai sustiprina stereotipus, kai vaizduodami antsvorio turintys moksleiviai, iš kurių tyčiojasi. Propaguojamų kūno standartų neatitikimas ir įsivaizdavimas

bei pristatymas, kad nepatrauklu ar siejama su tinginyte, yra kultūriškai specifinis ir neigiamai veikia asmenis nepriklausomai nuo to, kaip jie suvokia savo svorį (Joan ir Kimberly, 2016)⁴¹. Kitaip tariant, net ir mažą kūno masės indeksą (KMI) turintys asmenys, gali siekti numesti svorio kaip pasiekimo bei išvengti su kūnu susijusios gėdos. Lee, Hunger ir Tomiyama (2021)⁴² akcentuoja, kad svorio stigmą žala siejama su dietiniu elgesiu, trukdančiu ugdytis sveikos mitybos gyvenimo būdą, prisideda prie nesveiko svorio modelių kūrimo ir valgymo sutrikimų rizikos vystymo, ypač tarp paauglių ir moterų.

Norint suprasti dabartinį dietinį elgesį, svarbu atsisigręžti į dietų kultūros istoriją, kurios ištakos pastebimos dar 460 m. pr. m. e. Jeong ir Priefer (2022) atliko istorinę apžvalgą, kurioje retrospektyviai matyti, kad filosofas Hipokratas buvo vienas pirmųjų išryškinęs sveikatos ryšį su subalansuota mityba ir fiziniu aktyvumu. Savikontrolė maistui, gėrimams, lytiniais santykiams, kūno asketizmas kelis šimtmečius buvo viena iš senovės filosofijos temų, apimanti tiek stoikų požiūrį, tiek neopitagoriečių sampratą apie tinkamą sveikatą, tikrąjį žmogiškumą, dvasinę praktiką. Apie maisto pašalinimą iš organizmo naudojant vidurius laisvinančius vaistus, siekiant numesti ar nepriaugti svorio, jau skelbiama Avicenos sveikatos schemose (Jeong

40 Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A. & Galindo, M. (2014), Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(1)1-14

41 Joan, C. & Kimberly, Y. (2016), Weighty issues: college students discuss fat in culture and society, *Fat Studies*, 5(1), 88-89.

42 Lee, K. M., Hunger, J. M. & Tomiyama, A. J. (2021), Weight stigma and health behaviors: evidence from the eating in America study. *International Journal of Obesity*, 45(7), 1499-1509.

ir Priefer, 2022)⁴³. Svarbu paminėti, kad ankstesnėse visuomenėse, buvo ypač vertinama ritualinė pasninkavimo praktika, apsisvalymo procesas, susijęs su religinėmis šventėmis, kurių metu buvo siekiama pašalinti agresyvius impulsus kūne. Kaip pastebi Baudrillard (2010), archajiškas kolektyvinės pasninkavimo praktikos užgožė demokratiškas kūno išlaisvinimas, kuris užuot kūres harmoningą žmogaus santykį su kūnu, virto „alibi kasdienei maniakiškai disciplinuotai elgsenai“ (p. 180). Pastebima, kad jeigu iki XIX a. pab. svorio kontrolės per dietas samprata daugiausiai akcentavo išlaikyti kūno svorio balansą – „ne per ploną ar ne per storą kūną“ (angl. *not overly thin or overly fat body*) (Jeong ir Priefer, 2022), ilgainiui įvyksta radikalūs pokyčiai, kai kūnas, anot Baudrillard (2010), tampa objektu, kurį reikia „stebėti, apriboti, marinti „estetiniais“ tikslais, kai akys prikausytos prie liesų, bekūnių *Vogue* modelių“ (p. 180).

Faw, Davidson, Hogan ir Thomas (2021)⁴⁴ aprašo, kad idealaus kūno sampratos pokyčiai įvyksta apie 1850 m., kuomet prioritetu tampa itin lieknas kūnas, dėl ko svarbų vaidmenį atliko dietų pramonė, atsirado madingos dietos ir svorio metimo aparatai (nutukimo diržas, mažinantis riebalus muilas, riebalų mažinimo salonai ir kt.). XX a. pradžioje dietų verslas į rinką pateikia dietines tabletes, o XX a. pabaigoje

sukuriami vaistai svoriui mažinti, kurių žala apima ne tik šalutines reakcijas (pykinimą, galvos svaigimą, virškinimo trakto diskomfortą, malabsorbciją ir kt.), bet ir mirtį, todėl didelė jų dalis buvo pašalinta iš rinkos (Faw, ir kt., 2021). Šiandieniniame kontekste dietų kultūra apibrėžiama kaip lieknumo, atspindinčio statusą ir moralines dorybes, garbinimas šis reiškinys apima asmenų, kurių kūnai neatitinka reikalavimų, smerkimą ir tam tikrų maisto pasirinkimų demonizavimas (Jovanovski ir Jaeger, 2022)⁴⁵.

Viena aktualiausių problemų, kylančių dėl dietų kultūros ir dietų kapitalizmo, tai išaugęs valgymo sutrikimų paplitimas visame pasaulyje. Atlikta daug tyrimų, parodančių tiesioginį ryšį tarp valgymo sutrikimų simptomatikos ir sociokultūrinio spaudimo internalizacijos, įskaitant populiariosios kultūros, žiniasklaidos, dietų kultūros poveikį (Stice, Schupak-Neuberg, Shaw ir Stein, 1994⁴⁶; Tiggemann ir Anderberg, 2020⁴⁷). Svarbu pastebėti, kad nors valgymo sutrikimai būdingi visų lyčių, seksualinės orientacijos, rasių, amžiaus, etninių grupių, kūno tipų ir socialinių klasių atstovams, bet, kaip parodo naujausias Mishina, Kronström, Heinonen

43 Jeong, D., & Priefer, R. (2022). Anti-obesity weight loss medications: Short-term and long-term use. *Life Sciences*, 306:120825.

44 Faw, M. H., Davidson, K., Hogan, L., & Thomas, K. (2021). Corumination, diet culture, intuitive eating, and body dissatisfaction among young adult women. *Personal Relationships*, 28(2), 406–426.

45 Jovanovski, N. & Jaeger, T. (2022). Demystifying “diet culture”: Exploring the meaning of diet culture in online “anti-diet” feminist, fat activist, and health professional communities. *Women's Studies International Forum*, 90(1):102558.

46 Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 836–840.

47 Tiggemann, M., & Anderberg, I. (2020). Social media is not real: The effect of “Instagram vs reality” images on women's social comparison and body image. *New Media & Society*, 22(12), 2183–2199.

ir Sourander (2024) tyrimas⁴⁸ nepasitenkinimas kūnu, dietų laikymasis, valgymo sutrikimų paplitimas yra daug didesnis tarp paauglių merginų ir moterų, nei tarp vaikų ir vyrų.

Kaip rašo feministinės minties klasikė Beauvoir (2010) savo kūrinyje *Antroji lytis* (1949)⁴⁹ valgymo sutrikimai traktuojami kaip elgesys, atsiradęs dėl moterų priešpaudos visuomenėje, kurioje dominuoja vyrai. Liesumas, kaip moters grožio idealas, siejamas su kontrole ir moterų paklusnumu bei savęs pavergimu (Markauskienė ir Mažeikienė, 2015)⁵⁰. Tai leidžia formuoti prielaidai, kad valgymo sutrikimų išsivystymo rizika turi sąryšį su kapitalizmo ir patriarchyto sistemomis, kurios yra ekonominio ir sociokultūrinio konteksto dalys. Dell'Osso ir kt. (2016)⁵¹, analizavę nervinės anoreksijos sąvokos istorinę raidą, pastebi, kuomet pirmą kartą Vakarų pasaulyje paminėtos savęs maravimo, badavimo, pasninkavimo sąvokos, apibūdinamos kaip „šventoji anoreksija“ (Anorexia Mirabilis), jas dažniau praktikavo moterys nei vyrai. Nors „šventoji anoreksija“ buvo siejama su

apsivalymu nuo demoniško apsidėmimo ir jos nereikėtų tiesiogiai tapatinti su nervine anoreksija, tačiau tai nepaneigia jau viduramžiais krikščionių religijoje išryškėjusių lyčių skirtumų.

Nors lieknumo idealizavimas moterims ir valgymo sutrikimų paplitimas padidėjo per praėjusį šimtmetį, tačiau mokslininkų teigimu (Wolf, 1992; Hesse-Biber, 1996; Kilbourne, 2000), dabartinė kapitalistinių interesų ir patriarchalinės perspektyvos jungtis ir toliau veikia moterų kūnus, sukelia dietinį elgesį, kai sociokultūrinis ir ekonominis spaudimas verčia moteris būti lieknomis, taip skatindamas valgymo sutrikimų vystymąsi.

Žinojimas, kad ekonominė ir socialinė sėkmė turi sąryšio su lieknumu, skatina moteris sutelkti dėmesį į svorio savikontrolę. Didelė dalis moterų kūno išvaizdą traktuoja kaip vieną iš būdų nepriklausyti nuo vyrų, įtvirtinti savo galią, kadangi lieknas kūnas suvokiamas kaip profesinės ir socialinės sėkmės laidininkas. Goodman (2002)⁵² atliktas tyrimas nustatė, kad lotynų amerikietės ir baltaodės moterys dažnai suvokia socialinę konotaciją, siejančią ekonominę sėkmę su lieknumu. Tačiau tenka pripažinti, kad toks savarankiškumo siekis virsta savęs pavergimu, o dietų, maisto, kosmetikos chirurgijos, sveikatingumo, fitneso pramonė gauna didžiulį finansinį pelną. Galima teigti, kuo labiau moterys jaučiasi nesaugios savo kūne, nepasitiki savimi ir siekia vizuali-

48 Mishina, K., Kronström, K., Heinonen, E., & Sourander, A. (2024). Body dissatisfaction and dieting among Finnish adolescents: A 20-year population-based time-trend study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(8), 2605–2614.

49 Beauvoir, S. de (2010). *Antroji lytis*, Vilnius: Margi raštai.

50 Markauskienė, E. & Mažeikienė, N. (2015). Valgymo sutrikimų turėjusių moterų patirtys: feministinis požiūris socialiniame darbe. *Specialusis ugdymas*, 2(33), 143–157

51 Dell'Osso, L., Abelli, M., Carpita, B., Pini, S., Castellini, G., Carmassi, C., & Ricca, V. (2016). Historical evolution of the concept of anorexia nervosa and relationships with orthorexia nervosa, autism, and obsessive-compulsive spectrum. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 12, 1651–1660.

52 Goodman, R. J. (2002). Flabess is fabulous: How Latina and Anglo women read and incorporate the excessively thin body ideal into every experience. *Journalism and Mass Communication Quarterly*, 79(3), 712–727.

nio tobulumo, tuo greičiau ir stipriau jos pakliūna į kapitalizmo sistemos pinkles, kai formuojamos nuostatos, kad grožis yra lieknumas, o kūnas yra svarbesnis už protą ir kitus dalykus.

Hesse-Biber (1996)⁵³ pabrėžia, kad gyvename svorio apsėstoje visuomenėje, kai sukeliamas didžiulis socialinis, politinis ir ekonominis spaudimas. „Kadangi moterys jaučia, kad jų kūnai neatitinka grožio testo, Amerikos pramonė iš to gauna didžiulę naudą, nuolat puoselėdama moteriškąjį nesaugumą, žadėdama estetinį tobulumą, skatindama nuolatinį išpareigojimą stengtis pirkti ir atitikti“ (Hesse-Biber, 1996, p. 32). Kai asmenys suvokiami kaip neatitinkantys grožio standartų, kuriuos visuomenė taiko patrauklumui apibrėžti, jiems gali atsirasti nesaugumo jausmas dėl savo egzistencijos, ypač jeigu tai yra paaugliai ir moterys (Yeeles, 2017)⁵⁴. Atsiradusi kūno įvaizdžio įtampa, svorio stigma sukelia obsesinį-kompulsinį sutrikimą, kuris iškraipo KMI, atsiranda poreikis investuoti į sveiką kūną, fizinius pratimus, tinkamą svorio kontrolę, kad būtų realizuotas sveikas ir gražus kūno įvaizdis (Pauze ir kt., 2021)⁵⁵. Kitaip tariant, sukuriamas įtikėjimas nepalaujamai vartoti, skirti pernelyg daug dėmesio ir investicijų į išvaizdą, nes tai laikoma gyvybiškai reikalinga.

Kūno tapimą investicinio darbo objektu, kuris virsta lėtiniu ir moraliniu terorizmu prieš savo kūną, išryškina Baudrillard (2010) rašydamas, jog „teorinis kūno ir daiktų, kaip ženklų, ekvivalentiškumas sukuria iš tikrųjų magišką lygtį: „Pirkite ir gerai jausitės savo odoje“ (p. 169). Šiai nuostatai pagrįsti autorius pasitelkia žurnalo *Elle* straipsnį *Paslaptingi mūsų kūno raktai, atveriantys kelius į gyvenimą be kompleksų*, kuriame teigiama, kad reikia būti savimi, išmokti skaityti savo kūną, gerai jaustis savo odoje, įsikurti savo kūne ir kt., o kartu kaip atitikmuo skaitytojams pateikiamas Brigitte Bardot atvaizdas teigiant, kad „ji gerai jaučiasi savo odoje. Jos viskas gražu – nugara, kaklas, talija... Ji iš tiesų įsikuria savo kūne. Ji panaši į mažą gyvūnėlį, kuris tiksliai užpildo savo kostiumą“. Viena vertus, galima svartyti, kad žurnale pateikiamas tekstas yra postūmis link išsilaisvinimo ir savo kūno pažinimo, kita vertus, Baudrillard išvelgia medijų kaip industrijų siūlymą moterims įsikverbti į savo kūną ir narcisistiškai investuoti į jį „iš vidaus“, tvarkyti kūną it būtų tvarkomas palikimas, kitu atveju, gresia bausmė – suknelė nebetaps antraisiais namais. „Ši narcisistinė reinvesticija, sudėliota kaip išsilaisvinimo ir pasiekimų mistika, iš tiesų visuomet tuo pačiu yra efektyvus, konkurencinio, ekonominio tipo investicija. Kūnas, tokiu būdu „pasisavintas“ iš karto tampa priklausomas nuo „kapitalistinių“ tikslų“ (Baudrillard, 2010, p. 164), o tai rodo, kad išsilaisvinimas virsta ne gilesnius pažinimu, o funkcionali objektu, jog kūnas taptų fizinio kapitalo kūrimo priemone.

Reaguojant į kapitalizmo veikimo principus, kuomet kūnas tampa investicijos

53 Hesse-Biber, Sh, N. (1996). *Am I thin enough yet? The cult of thinness and the commercialization of identity*, New York: Oxford University Press.

54 Yeeles, A. (2017). Genetics: locus for anorexia nervosa. *Nature Human Behaviour*, 1(7).

55 Pauze, A., Plouffe-Demers, M. P., Fiset, D., Saint-Amour, D., Cyr, C. & Blais, C. (2021). The relationship between orthorexia nervosa symptomatology and body image attitudes and distortion. *Scientific Reports*, 11(1)

objektu, nešančiu pelną, natūralu, kad kūnas virsta ir vartojamu objektu, o tai leidžia sutikti su anksčiau išsakyta autoriaus mintimi, jog „išsilaisvintas“ kūnas tampa „valdomu nuosavu“ kūnu.

Tai, kad populiarioji kultūra ir medių industrija išplečia galimybes konstruoti reikiamus vartotojus, keisti jų vartojimo, elgesio įpročius, plačiai aptariama Rubavičiaus knygoje *Postmodernusis kapitalizmas* (2010)⁵⁶. Autorius primena, kad industrialiam kapitalizmui būdingas aplinkos, žmonių santykių ir kultūros, įskaitant ir kūnų, suprekinimas, kurį apibūdina kaip „vartojimo ir vartotojų kapitalizmas“ (p. 30). Kadangi vienas iš kapitalistinės gamybos tikslų yra vartojimas, o šis ugdo poreikius, kurie turi atitikti siūlomus gaminius, anot Rubavičiaus (2010), nestebina, kad poreikiai imami gaminti kartu su produkcija. Visa tai atspindi natūralią kapitalizmo logiką, kurioje vartotojas yra ne tik prekių santykių veikėjas, bet ir įgauna prekės formą.

Jau ankstesniuose šio straipsnio skyriuose buvo aptariama, kaip kūnas tampa geismo gamybos taikiniu, vartotojams to net neįtariant, pasitelkiant panoptikumą, įvairias žiniasklaidos priemones. „Įvairios *masmedijos* diegia požiūrį, kad jos tik atliepia žmonių poreikius, tai yra kalba aptaria ir rodo tai, ko nori žmonės. Toks požiūris stiprinamas reitingais, balsavimais, tarsi patvirtinančiais publikos poreikių ir jos įtakos viršenybę“ (Rubavičius, 2010, p.179). Tai rodo, kad manipuliatyviai sukuriamos aplinkybės ne tik vartoti siūlomas prekes ar

paslaugas, bet žmonėms įdiegiamas suvokimas, kaip jie patys trokšta siūlomos prekės ar paslaugos.

Dietų ir maisto pramonė, kaip vienas iš kapitalizmo segmentų, apeliuoja į esminį tikslą – pelną ir vartotojų išnaudojimą. Paradoksalu, kad rinka skatindama maisto paklausą vartotojams tuo pat metu siūlo ir dietinį, ir nesveiką maistą. Ulijaszek (2017)⁵⁷ pateikia Jungtinės Karalystės atvejį, kuomet žiniasklaida, medicinos įstaigos nutukimą dažniausiai pristato kaip asmeninės atsakomybės ir kontrolės problemą, o vyriausybės politika skatina gerą pilietiškumą per vartojimą. Šis procesas įvardijamas kaip „kultūrinis paradoksas“ (angl. *cultural paradox*), kurio metu net ir liekniems vartotojams gresia pavojus nutukti, kadangi didelė tikimybė kilti „atoveiksmio efektui“ (angl. *rebound effect*), dar vadinamam „yo-yo“ reiškiniu. Harisson (2018)⁵⁸ papildo atoveiksmio efektą apibūdindama jį kaip svorio ciklą, kai po priaugto svorio, seka netvarios dietos, o numetus svorio, vėliau sugrįžtama prie ankstesnio svorio, galimai ir viršsvorio ar nutukimo, kas iššaukia nepasitenkinimą kūnu. Dėl kapitalizmo sukeliamo kultūrinio paradokso padidėja rizika susirgti valgymo sutrikimais. Elgsenos polinkio į nutukimą teorija nurodo, kad valgymo elgesys susijęs su maisto suvartojimo reguliavimu (Herle ir kt., 2021)⁵⁹, kaip

57 Ulijaszek, S. J. (2017). *Models of obesity: From ecology to complexity in science and policy*, Cambridge, UK: Cambridge University Press.

58 Harrison, Ch. (2018). *Why I'm an Anti-Diet Dietitian—and What That REALLY Means*. Intuitive Eating Dietitian, Anti-Diet Author, & Certified Eating Disorders Specialist. <https://christyharrison.com/blog/what-does-anti-diet-really-mean>

59 Herle, M., Abdulkadir, M., Hübel, C., Ferreira, D. S.,

56 Rubavičius, V. (2010). *Postmodernusis kapitalizmas*, Kaunas: Kitos knygos.

kad nuolatinis išrankus valgymas, ilgalaikis kalorijų ribojimas ir persivalgymas vaikystėje stipriai koreliuoja su padidėjusia anoreksijos rizika paauglystėje ir vyresniame amžiuje (Herle ir kt., 2019)⁶⁰.

Apsvarstydami dietų kapitalizmą ir kultūrinio paradokso sukeliamus padarinius svarbu šalia „yo–yo“ sindromo išskirti „pro–ana“ („pro-anorexia) sindromą, kuris dažniausiai pasireiškia tarp paauglių mergaičių. „Pro–ana“ sindromas būdingas asmenims, kurie ne tik žavisi neįprastai lieknu kūnu, bet ir intensyviai valdo savo svorį, kontroliuoja suvartojamą maistą, neabejodami, kad tai yra idealus kūnas (Juarascio ir kt., 2010)⁶¹. Bardone-Cone ir Cass (2007)⁶² aprašo, kad šio sindromo šalininkai dažnai siekia konkrečių svorio mažinimo rodiklių, pavyzdžiui, matomų raktikaulių, klubų kaulų, o kūnai, kurie primena skeletus, pro-anerijų bendruomenėse laikomi gražiausiais ir šį grožio idealą siekiama įgyvendinti. Problematiška, jog pro-aneriai sumenkina neigiamus valgymo sutrikimų aspektus, o šį sindromą vertina

kaip gyvenimo būdo pasirinkimą (Carlo ir kt., 2021)⁶³. Tai patvirtina, kad perdėtas dietinis elgesys, šališki visuomenės grožio standartai, patiriama svorio spauda iššaukia ne tik „pro-ana“ sindromą ar „yo-yo“ reiškinių, virstančius kultūros dalimi, bet ir pačius valgymo sutrikimus paverčia kultūra. Visa tai leidžia teigti, kad valgymo sutrikimų priežastys yra ne tik psichiatrinio ir genetinio pobūdžio, bet valgymo sutrikimai tampa sociokultūrinių ir ekonominių problemų simptomu.

Išvados

Kapitalistinė pramonė, gaminanti masinės žiniasklaidos vaizdus apie svorį, propaguoja kūno ir lieknumo kultą, prisidėdama prie svorio stigos spaudos formavimo. Kūnas paverčiamas ne tik paklausia rinkos preke, bet per kūną siekiama atitikti socialinius lūkesčius, o tikslas turėti „idealų kūną“ dažnai veda į rizikingą sveikatos elgseną, kas paradoksaliai suplonino ribą tarp sveikos gyvensenos ir patologijos. Plono idealo internalizavimas sukelia nepasitenkinimą kūnu, „dietinį“ elgesį, kuris prisideda prie valgymo sutrikimų išsivystymo rizikos, o tai rodo, kad valgymo sutrikimai yra ir sociokultūrinių-ekonominių problemų simptomai.

Straipsnyje atskleistas kūno kontrolės ir priežiūros vaidmuo, pasitelkiant pannoptikumo, veikiančio viešosiose erdvėse, komunikacijoje, žiniasklaidoje sąvoką,

Bryant-Waugh, R., Loos, R. J., Bulik, C.M., Stavola, B.D. & Micali, N. (2021). The genomics of childhood eating behaviours, *Nature Human Behaviour*, 5(5), 625–630.

60 Herle, M., Stavola, B. D., Hübel, C., Abdulkadir, M., Ferreira, D.S., Loos, R.J., Bryant-Waugh, R., Bulik, C.M. & Micali, N. (2019). A longitudinal study of eating behaviours in childhood and later eating disorder behaviours and diagnoses. *The British Journal of Psychiatry*, 216(2), 113–119.

61 Juarascio, A.S., Shoaib, A. and Timko, C.A. (2010). Pro-eating disorder communities on social networking sites: a content analysis. *Eating Disorders*, 18(5), 393–407.

62 Bardone-Cone, A.M. & Cass, K.M. (2007). What does viewing a pro-anorexia website do? An experimental examination of website exposure and moderating effects. *International Journal of Eating Disorders*, 40(6), 537–548.

63 Carlo, L., Gaia, R.P., Sara, L., Chiara, C., Daniela, S., Alessandro, G. & Sergio, S. (2021). Why people join pro-Ana online communities? A psychological textual analysis of eating disorder blog posts. *Computers in Human Behavior*, 124:106922

išryškino kaip glaudžiai kūnas yra susijęs su ekonominėmis, psichologinėmis, (bio) politinėmis kontrolės strategijomis. Aptartas žiniasklaidos priemonių veikimas, tarpininkavimas, kurių metu platinamos įvairios suprekinto kūno vartojimo formos. Taip pat straipsnyje išskirtos ir glaustai nagrinėtos keturios socialinės psichologijos teorijos – kultivavimo teorija (angl. *cultivation theory*), pasitenkinimo ir naudojimo teorija (angl. *gratifications and uses theory*), socialinio palyginimo teorija (angl. *social comparison theory*) ir objektyvacijos teorija (angl. *objectification theory*), kurios sudarydamos „įtakos mazgą“, leido plačiau suprasti šiuolaikinės laisvos rinkos ekonomikos ir žiniasklaidos veikimą bei jų poveikį valgymo sutrikimams atsirasti sutelkiant dėmesį ne tik į vaizdo poveikį, bet į tai kaip

skirtingai suvokiama ir internalizuojama informacija.

Dėl kapitalizmo sukeliama kultūrinio paradokso padidėja rizika susirgti valgymo sutrikimais, paauglių merginų ir moterų, nei tarp vaikų ir vyrų. Šališki visuomenės grožio standartai, patiriama svorio priespauda iššaukia ne tik „pro-ana“ sindromą, „yo-yo“ reiškinį, virstančius kultūros dalimi, bet ir pačius valgymo sutrikimus paverčia kultūra. Visa tai patvirtina, kaip svarbu apsvarstyti viešosios pedagogikos vaidmenį sprendžiant valgymo sutrikimų prevencijos klausimus. Būsimuose tyrimuose svarbu plačiau nagrinėti ką gali padaryti pedagogai, medių kūrėjai, kinematografijos pramonės atstovai, žurnalistai ir šiuos profesionalus rengiančios institucijos, skiriant dėmesį strategijų kūrimui, formuojant pozityvaus kūno įvaizdį.

Literatūra

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-V) (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Association.
- Bardone-Cone, A.M. & Cass, K.M. (2007). What does viewing a pro-anorexia website do? An experimental examination of website exposure and moderating effects. *International Journal of Eating Disorders*, 40(6), 537-548.
- Baudrillard, J. (2009). *Simuliakrai ir simuliacija*, Vilnius: Baltos lankos.
- Baudrillard, J. (2010). *Vartotojų visuomenė: mitai ir struktūros*, Kaunas: kitos knygos
- Beauvoir, S. de (2010). *Antroji lytis*, Vilnius: Margi raštai
- Berstein, B. (2001). From Pedagogies to Knowledges. In: Morias A, Neves I, Davies B, and Daniels H (eds) *Towards a Sociology of Pedagogy: The Contribution of Basil Bernstein to Research*. New York: Peter Lang.
- Bielinis, L. (2005). *Visuomenė, valdžia ir žiniasklaida*, Vilnius: Eugrimas.
- Blumler, J. G. (1979). The role of theory in uses and gratifications studies. *Communication Research*, 6, 9-36
- Carlo, L., Gaia, R.P., Sara, L., Chiara, C., Daniela, S., Alessandro, G. & Sergio, S. (2021). Why people join pro-Ana online communities? A psychological textual analysis of eating disorder blog posts. *Computers in Human Behavior*, 124:106922
- Corcoran, K., Crusius, J. & Musweiler, T. (2011). Social Comparison: Motives, Standards, and Mechanisms. In D. Chadee (Ed.). *Theories in social psychology* (pp.119-139). Oxford, UK: Wiley-Blackwell.
- Deleuze, G., Guattari, F. 2004. *Anti – Oedipus. Capitalism and Schizophrenia*, London, New York: Continuum.
- Dell’Osso, L., Abelli, M., Carpita, B., Pini, S., Castellini, G., Carmassi, C., & Ricca, V. (2016). Historical evolution of the concept of anorexia nervosa and relationships with orthorexia nervosa, autism, and obsessive-compulsive spectrum. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 12, 1651-1660.
- Faw, M. H, Davidson, K, Hogan, L., & Thomas, K. (2021). Corumination, diet culture, intuitive eating, and body dissatisfaction among young

- adult women. *Personal Relationships*, 28(2), 406–426.
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A. & Galindo, M. (2014). Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(1), 1–14.
- Foucault, M. (1998). *Disciplinuoti ir bausti: kalėjimo gimimas*. Vilnius: Baltos lankos.
- Foucault, M. (1999). *Seksualumo istorija*. Vilnius: Vaga
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173–206.
- Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G. & Tavolacci, M. P. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000–2018 period: a systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2019;109(5):1402–1413.
- Gibson, D., Workman, C., & Mehler, P. S. (2019). Medical Complications of Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa. *Psychiatric Clinics of North America*, 42(2), 263–274.
- Giroux, H. (2006). The New Authoritarianism in the United States. *Dissident Voice* 3. Prieiga per: <http://dissidentvoice.org/Jano6/Giroux03.htm>
- Giroux, H. (2004). Public Pedagogy and the Politics of Neo-Liberalism: Making the Political More Pedagogical. *Policy Futures in Education*, 2(3–4): 494–503.
- Goodman, R. J. (2002). Flabness is fabulous: How Latina and Anglo women read and incorporate the excessively thin body ideal into every experience. *Journalism and Mass Communication Quarterly*, 79(3), 712–727.
- Harrison, Ch. (2018). *Why I'm an Anti-Diet Dietitian—and What That REALLY Means*. Intuitive Eating Dietitian, Anti-Diet Author, & Certified Eating Disorders Specialist. <https://christyharrison.com/blog/what-does-anti-diet-really-mean>
- Hasan, S. (2014). *Mass Communication. Principles and Concepts*. New Delhi, India: CBS Publishers & Distributors Pvt Ltd.
- Heinberg, L. J., & Thompson, K. J. (1995). Body image and televised images of thinness and attractiveness: A controlled laboratory investigation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14, 325–338.
- Herle, M., Abdulkadir, M., Hübel, C., Ferreira, D. S., Bryant-Waugh, R., Loos, R. J., Bulik, C.M., Stavola, B.D. & Micali, N. (2021). The genomics of childhood eating behaviours, *Nature Human Behaviour*, 5(5), 625–630.
- Herle, M., Stavola, B. D., Hübel, C., Abdulkadir, M., Ferreira, D.S., Loos, R.J., Bryant-Waugh, R., Bulik, C.M. & Micali, N. (2019). A longitudinal study of eating behaviours in childhood and later eating disorder behaviours and diagnoses. *The British Journal of Psychiatry*, 216(2), 113–119.
- Hesse-Biber, Sh, N. (1996). *Am I thin enough yet? The cult of thinness and the commercialization of identity*, New York: Oxford University Press.
- Hesse-Biber, Sh., Leavy, P., Quinn, C. E., & Zoino, J. (2006). The mass marketing of disordered eating and Eating Disorders: The social psychology of women, thinness and culture, *Women's Studies International Forum*, 29(2), 208–224.
- Holstrom, A. J. (2004). The effects of the media on body image: A meta-analysis. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 48(2) 196–218.
- Yeeles, A. (2017). Genetics: locus for anorexia nervosa. *Nature Human Behaviour*, 1(7)
- Martins, N., Williams, D. C., Harrison, K., & Ratan, R. A. (2009). A Content Analysis of Female Body Imagery in Video Games. *Sex Roles*, 61, 824–836.
- Jeong, D., & Priefer, R. (2022). Anti-obesity weight loss medications: Short-term and long-term use. *Life Sciences*, 306:120825.
- Joan, C. & Kimberly, Y. (2016). Weighty issues: college students discuss fat in culture and society, *Fat Studies*, 5(1), 88–89.
- Jovanovski, N. & Jaeger, T. (2022). Demystifying “diet culture”: Exploring the meaning of diet culture in online “anti-diet” feminist, fat activist, and health professional communities. *Women's Studies International Forum*, 90(1):102558.
- Juarascio, A.S., Shoaib, A. and Timko, C.A. (2010). Pro-eating disorder communities on social networking sites: a content analysis. *Eating Disorders*, 18(5), 393–407.
- Kallifatides, T. (2005). Gyvename kūno laikais, *Literatūra ir menas*, 3042.
- Lee, K. M., Hunger, J. M. & Tomiyama, A. J. (2021). Weight stigma and health behaviors:

evidence from the eating in America study. *International Journal of Obesity*, 45(7), 1499-1509.

Levine, M. P., & Smolak, L., (1996). Media as a context for the development of disordered eating. In Linda Smolak, Michael P. Levine & Ruth Striegel-Moore (Eds.), *The developmental psychopathology of Eating Disorders—Implications for research, prevention, and treatment* (pp. 235–257). Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. New York: Oxford.

Lin, L. F., & Kulik, J. A. (2002). Social comparison and women's body satisfaction. *Basic and Applied Social Psychology*, 24(2) 115–123.

Lindvall Dahlgren, C., Wisting, L., & Rø, Ø. (2017). Feeding and eating disorders in the DSM-5 era: a systematic review of prevalence rates in non-clinical male and female samples. *Journal of eating disorders*, 5, 56.

Liu, W. Y. (2015). A Historical Overview of Uses and Gratifications Theory. *Cross-Cultural Communication*, 11(9), 71–78.

Markauskienė, E. & Mažeikienė, N. (2015). Valgymo sutrikimų turėjusių moterų patirtys: feministinis požiūris socialiniame darbe. *Specialusis ugdymas*, 2(33), 143–157

Mažeikis, G. (2012). *Po pono ir tarno: lyderystės ir meistrystės dialektika*, Kaunas: kitos knygos.

Milerius, N. (2018). *Žiūrėti į žiūrintįjį: kinas ir prievarta*, Vilnius: Jonas ir Jokūbas.

Mishina, K., Kronström, K., Heinonen, E., & Sourander, A. (2024). Body dissatisfaction and dieting among Finnish adolescents: A 20-year population-based time-trend study. *European Child + Adolescent Psychiatry*, 33(8), 2605–2614.

Morrison, T. G., Kalin, R., & Morrison, M. A. (2004). Body-image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155), 571–593

Paوزه, A., Plouffe-Desmiers, M. P., Fiset, D., Saint-Amour, D., Cyr, C. & Blais, C. (2021). The relationship between orthorexia nervosa symptomatology and body image attitudes and distortion. *Scientific Reports*, 11(1)

Pike, A.C., Sharpley, A.L., Park, R.J. Cowen, O. J., Browning, M., & Pulcu, E. (2023). Adaptive learning from outcome contingencies in eating-disorder risk groups. *Translational Psychiatry*, 13(1):340.

Rich, E., Evans, J., & De-Pian, L. (2009).

Learning to Be a Healthy Young Woman: Body Burdens and Consumer Culture. *ESRC Seminar Series: Young Women in Movement – Sexualities, Vulnerabilities, Needs and Norms*, Goldsmiths University, 24 November

Rubavičius, V. (2010). *Postmodernusis kapitalizmas*, Kaunas: kitos knygos.

Sharp, L. A. (2000). The Commodification of the Body and Its Parts, *Annual Review of Anthropology* 29: 287–328.

Shrum, L. J. (2017). Cultivation Theory: Effects and Underlying Processes. In Patrick Rossler, *The International Encyclopedia of Media Effects*. DOI: 10.1002/9781118783764.wbieme0040

Sobchack, V. (2004). “What My Fingers Knew”, *Carnal Thoughts*. California: University of California Press.

Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H. E., & Stein, R. I. (1994). Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 836–840.

Stice, E., Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media-portrayed thin ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social Clinical Psychology*, 13(3): 288–308.

Tiggemann, M., & Anderberg, I. (2020). Social media is not real: The effect of “Instagram vs reality” images on women's social comparison and body image. *New Media & Society*, 22(12), 2183–2199.

Ulijaszek, S. J. (2017). *Models of obesity: From ecology to complexity in science and policy*, Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Van Hoeken, D., & Hoek, H. W. (2020). Review of the burden of eating disorders: mortality, disability, costs, quality of life, and family burden. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(6), 521–527.