

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

**BAKALÁŘSKÉ PREZENČNÍ STUDIUM
2010 – 2013**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Zdeňka Dvořáková

Ideál krásy

Praha 2014
Vedoucí bakalářské práce: MgA. Tomáš Kepka

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

BACHELOR FULL-TIME STUDIES

2010 – 2013

BACHELOR THESIS

Zdeňka Dvořáková

Ideal of beauty

Prague 2014

The Bachelor Thesis Work Supervisor:
MgA. Tomáš Kepka

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

Jméno autorky

Poděkování

Chtěla bych poděkovat MgA. Tomášovi Kepkovi za jeho trpělivost, vstřícnost a odbornou pomoc.

Anotace

Bakalářská práce pojednává o ideálu krásy, zabývá se jeho proměnami v čase a jeho vnímáním v současnosti. První část je věnována samotnému pojmu krása, jak ji vnímáme a jaké pocity v nás vyvolává. Dále se autorka věnuje popisu vývoje ženské krásy od pravěku po současnost a sleduje příčiny těchto změn. Tyto změny lze pozorovat i ve zvyklostech a hodnotách odlišných kultur, kterým je také věnována část této práce. Následují psychologicky patologické jevy, jako jsou poruchy příjmu potravy, jejich příčiny a průběh nezdravého sebepojetí u nás i ve světě. Závěr práce je věnován tomu, jak lze chápat ideál krásy ze sociálně psychologického hlediska a jeho relativnosti.

Klíčová slova

Determinanty, dokonalost, estetika, harmonie, historie, krása, PPP, plastická chirurgie, image, sebepojetí, sebeprezentace, životní styl.

Annotation

Bachelor thesis describes ideal of beauty, investigates its changes in time and its perception nowadays. First part is devoted to the term beauty itself, how do we perceive it and which feelings does it evoke in us. Furthermore, author dedicates herself to describe the evolution of woman's beauty since prehistoric ages until present and traces reasons of these changes. Evolutionary changes can also be observed in customs and values of different cultures, which is another aspect covered in the thesis. Followed by psychologically pathological phenomena such as eating disorders, its causes and progress of unhealthy self-conception at home or abroad. End of the thesis is dedicated to how you can understand the beauty ideal of social-psychological perspective, and its relativity.

Key words

Aesthetics, beauty, determinant, eating disorder, harmony, history, perfection, plastic surgery, woman, image, self, self-presentation, lifestyle.

OBSAH

ÚVOD	9
TEORETICKÁ ČÁST	10
1. KRÁSA	10
1.1 Estetika.....	10
1.2 Harmonie	12
1.3 Obecný pojem krásy	12
2. KRÁSA V ČASE	13
2.1 Pravěk	13
2.2 Starověk	14
2.3 Středověk	16
2.4 17. - 18. století	18
2.5 19. století.....	20
2.6 20. století.....	21
2.7 21. století.....	23
2.8 Marillyn Monroe.....	24
2.9 Twiigy	26
3. PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY	28
3.1 Mentální anorexie	28
3.2 Mentální bulimie.....	28
3.3 Faktory ovlivňující vznik těchto psychických onemocnění.....	29
3.4 Důsledky	30
3.5 Kdy vyhledat lékaře	32
3.6 Léčba.....	32
3.7 Návodů na anorexii z internetu (webových stránek).....	33
3.8 Isabelle Caro	34
4. PLASTICKÁ CHIRURGIE.....	35
4.1 Historie.....	37
4.2 Historie plastické chirurgie v České republice.....	39
5. KULTURNĚ PODMÍNĚNÝ SYNDROM	40
6. KRÁSA ZE SOCIÁLNĚ PSYCHOLOGICKÉHO HLEDISKA	45
6.1 První dojem.....	47
6.1.1 Faktory ovlivňující vnímání druhých.....	48
6.1.2 Chyby, kterých se dopouštíme	48
6.2 Sebepojetí.....	49
6.2.1 Jak nás vnímají druzí	49
6.2.2 Srovnání s ostatními.....	50
6.2.3 Kulturní vlivy.....	50
6.2.4 Interpretace a hodnocení vlastní osoby	50

6.3 Tělesné sebepojetí.....	50
6.4 Sebe prezentace.....	51
6.5 Životní styl.....	52
ZÁVĚR	54
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	57
SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK	62
SEZNAM PŘÍLOH.....	63

Úvod

Ženská krása, dokonalost těla a tváře, jsou v současnosti velmi diskutovaná témata. Ve vyspělých a ekonomicky stabilních zemích je idealizován trend vyhublého symbolu krásy a obezita je zostuzována. Na ženě by neměly být viditelné známky stárnutí a tělo by mělo být bez jediného gramu tuku. Mnoho žen tomuto vyhublému vzoru krásy nemůže dostat přirozenou cestou, a tak podléhá drastickým dietám, které mohou vést až k anorexii či bulimii. Tento trend se stává životu nebezpečný, zejména pro dospívající dívky, ale v poslední době nejsou výjimkou ani muži potýkající se s těmito problémy. V dnešní době se velké oblibě těší estetická chirurgie a i ta se ženám i mužům často vymyká kontrole. Všichni jsme podrobni diktátu a nevědomky podléháme regulím a normám naší společnosti. Domníváme se, že dokonalý vzhled nám dopřeje společenskou prestiž a postavení, po kterém toužíme.

První kapitola se zabývá samotnou definicí slova krása. Je důležité si tento abstraktní pojem nejprve vysvětlit a konkretizovat. Pochopení pojmu krása nám usnadní orientaci v následujících kapitolách.

Úkolem druhé kapitoly je seznámit nás s proměnami krásy v čase, dále s geografickými a kulturně podmíněnými vlivy, které tento symbol do značné míry ovlivňují.

Třetí část bakalářské práce je věnována poruchám příjmu potravy, jelikož tento patologický jev úzce souvisí s touhou po kráse, dokonalosti a společenském uznání. Tento jev zde autorka jasně definuje, popisuje jeho příčiny, průběh a případnou léčbu.

Následující část práce se věnuje plastické chirurgii, která má zajímavou historii a v současnosti je masově využívána nejen celebritami, ale i obyčejnými lidmi. Popularita tohoto oboru značně narůstá a jasně poukazuje na fakt, že vzhled je v současnosti podstatnou součástí našeho života.

V závěru bakalářské práce se autorka zabývá krásou ze sociálně psychologického hlediska, relativností pojmu krása a jeho odlišným vnímáním a neustálou proměnou jak v čase, tak i kultuře.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Krása

Krásou je abstraktní pojem, s nímž se setkáváme v mnoha oblastech lidského bytí. Tímto významem se zabývala zejména filosofická disciplína zvaná estetika (z řeckého *aisthesis*, smyslové vnímání).

Krásou je považována jako kvalita jsoucna (člověku, krajině, písni, myšlence, nauce), která v nás probudí zálibení, nebo odraz našeho přístupu k pozorované věci, to poukazuje na závislost na konvencích.¹

Esencialismus - (latinsky *essentia* – jsoucnost), krásou jako jsoucí. Tento termín byl zavedený K. R. Popperem k označení názoru, že úkolem vědy je nalézat a popisovat pravou přirozenost věcí, tedy jejich podstatu. Podle K. R. Poppera jsou esencialistické definice neurčité a zavádějící. Proti esencialismu stojí metodologický nominalismus.²

Konvencionalismus - krásou jako věc postoje pozorovatele. Filozofické stanovisko, zakládající se na svobodné dohodě mezi vědci, podle něhož se vědecké principy a teorie řídí subjektivně a pouze úvahami o vhodnosti, účelnosti, pohodlnosti, "ekonomii myšlení" ap. Zakladatelem konvencionalismu je J. H. Poincaré.³

1.1 Estetika

Nauka o podstatě krásy, jejíž základy byly postaveny již v řeckém filozofickém myšlení. Jméno je odvozeno z řečtiny „*aisthanomai*“ (vnímám, pozoruji).

A. G. Baumgarten roku 1750 n. l. vytvořil dílo „*Aesthetika*“, kde vymezil estetiku jako samostatnou vědu a ustanovil teoretické uvažování o vzniku, podstatě a formách krásy.

Řecký tvůrčí a přemýšlivý charakter byl předpokladem k tomu, všimnout si nejen vnějších znaků krásy, nýbrž i vnitřních a jeho souvislostí s přírodním děním i s problémy společenského života. Také nastaly otázky, jaký je vztah mezi krásou a mravností a v jaké míře může estetika ovlivnit utváření lidské povahy. Z důvodů rozvoje výtvarného a slovesného umění byla estetická krásou zkoumána převážně na uměleckých dílech.

¹ <http://cs.wikipedia.org/wiki/Kr%C3%A1sa>

² http://www.cojeco.cz/index.php?id_desc=24783&s_lang=2&detail=1&title=esencialismus

³ <http://leccos.com/index.php/clanky/konvencionalismus>

Démokritos tvrdil, že pohled na krásná díla v nás vyvolává velké potěšení. Snažil se o vyšší stupeň dokonalosti v zobrazování lidského těla: na základě měření proporcí chtěl určit podmínky krásy - pro dosažení většího pocitu libosti.

V 5. stol. př. n. l Polykleitos vytvořil sochu Doryfora, mladého muže pravidelně vyvinutého, vložil do něj přednosti různých atletů. Tato postava se rozkládala spíše do šířky. Vytvořil i směrnice o proporcích lidského těla a o jejich použití v sochařství. Následníkem této tvorby byl Lýsipos se sochou Doryfa, kde stanovil nový ideál měkčích a štíhlejších forem. Na tomto příkladu lze pozorovat neustálý vývoj a změny v ideálu krásy.

Aristotelův výměr krásna: *„Krásné je to, co jsouc pro sebe žádoucí, je hodno chvály, anebo to, co jsouc dobré je libé, poněvadž jest dobré. (Je-li to krásné, je ctnost nutně něčím krásným, neboť jest dobrem a zároveň jest hodna chvály.)“*⁴

Další pohled na krásu z estetického hlediska. Estetická funkce = to, co je nám (subjektivně) libé, co nás uspokojuje, co odpovídá našemu ideálu - krása je tedy relativní, neboť každému z nás se líbí něco jiného. Pojetí krásy je zejména ovlivněno historickým, společenským a národnostním zařazením, pravidly, zaměstnáním, inteligencí, vzděláním a podmínkami našeho životního prostředí – *„dobové pojmání krásna (hledání krásy v ošklivosti, ošklivosti v kráse - francouzští prokletí básníci, např. Baudelaire - báseň Zdechlina - pach, červi, hniloba - jev nehezky, ale přirozený. Vše autor líčí jako krásnou a vznešenou věc). Pohled na krásu se z historického hlediska měnil - např. v antice šlo o spojení krásy tělesné a duševní, ve středověku se stal ideálem krásy mučedník, světec, renesance se vrací k antice. Opak krásy označujeme jako ohavné.“*⁵

⁴ BAHNÍK, V. *Slovník antické kultury*. Praha: Svoboda-Libertas, 1974. ISBN 25-119-74, s. 193

⁵ <http://www.odpovedi.cz/otazky/co-je-to-krasa>

1. 2 Harmonie

Pythágorovci chápali krásu v protikladu například - mužské a ženské, hranice a nekonečno, přímka a křivka. Dle jejich názoru je jen jeden z protikladů znakem dokonalosti a krásy.

Herakleitos chápal svět protikladů tak, že existují skutečnosti, které jsou nesmiřitelné a harmonie nenastane zrušením jednoho z nich, ale naopak tím, že budou obě zachovány. Harmonii chápe jako rovnováhu těchto skutečností.⁶

1. 3 Obecný pojem krásy

Je vymezen lidským vnímáním. Nelze ho přímo definovat, krásu můžeme posuzovat objektivně či subjektivně. Objektivní výklad spočívá v souladu jednotlivostí tvořících celek. Subjektivní vnímání je do značné míry vymezené individuálním pocitem libosti pozorovatele, ale i celým kulturně společenským paradigmatem. Není tak náhodou, že definice krásy se v průběhu let stále mění a často si stála i v protikladu. Obecně však platí, že krásné se člověku zdá to, co je v souladu s přírodou, to, co symbolizuje a připomíná život. Krása je projevem jednoty a harmonie, dokonale fungující celek. Tělo člověka je také dokonale fungující celek, odlesk krásy a zákonitosti vesmíru. Plná krása bytosti je však určena dodržováním mravního řádu, morálky, která je opět zrcadlením dokonalého vesmírného řádu. Pravá krása by neexistovala bez kontrastu pozitivního a negativního, které na sebe navzájem upozorňují.⁷

Obecně je za krásné považováno to, co je úměrné a se správnými proporcemi. Krása byla v řeckém a latinském světě definována jako spojení úměrnosti s příjemností barvy a světla.

Pythágoras jako první prohlásil, že číslo je podstatou všeho a to zapříčinilo zrod esteticko-matematické vize kosmu: věci existují, jelikož odrážejí řád, projevují se v nich matematické zákony, které jsou existenční podstatou a zároveň i podstatou krásy.⁸

⁶ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 72

⁷ <http://www.odpovedi.cz/otazky/co-je-to-krasa>

⁸ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 61

2. Krása v čase

Každé období a kultura má svůj ideál krásy a vyzdvihuje odlišné módní trendy. Tento ideál se měnil v závislosti na sociálních a společenských podmínkách. V období, kdy nás soužila chudoba, války a nemoci, byly u žen upřednostňovány kypré tvary, zato v dobách blahobytu je tomu naopak. V současnosti jsou požadavky na vzhled až zvrácené, je velmi preferován kult vyhublých, anorekticky vypadajících těl. Ženy s chlapeckou postavou a muži s ženským půvabem. Toto je považováno za krásné ve světě modelingu, kde se snaží šokovat a zaujmout. Svět, který z velké části ovlivňuje i vnímání a postoje naší společnosti.⁹

2.1 Pravěk

Pro toto období je charakteristická Věstonická Venuše (23 000 př. n. l.). Venuše je tradiční označení gynekomorfních sošek vyskytujících se v pravěkém umění.¹⁰ Věstonická Venuše (a vůbec většina jejích kamenných vrstevnic, které se nám dochovaly) byla zkrátka ztělesněním mateřství a blahobytu – velká ňadra, břicho a široké boky. Na základě její podoby si dnes můžeme utvořit představu o tehdejší kultuře a hodnotách, které lidé vyznávali. Žena byla symbolem mateřství, zázemí a společnost si jí vážila. Zobrazuje ideál krásy své doby. Ideálem pravěkého muže byla žena plodná a silná, díky čemuž dokázala přežít i tužší zimu nebo období hladu.¹¹

Pro ženy v této době je také velmi charakteristická role sběraček, díky tomu také získaly rozsáhlé znalosti ohledně rostlin a jejich využití. Mnoho antropologů se domnívá, že právě ony se staly prvními průkopníky zemědělství.¹² Ženy mohly zastávat i mužskou roli lovce. Byly tak vychovány od dětství nebo tuto roli museli zaujmout z důvodů nedostatku mužů v tlupě.¹³

Pravěké ženy se zajímaly o módu stejně jako ženy v dnešní době. „V Srbsku byly nalezeny neolitické sošky, podle kterých archeologové usuzují, že už před 7500 lety mladé ženy nosily krátké topy, minisukně a šperky ze zvířecích zubů. Ještě dřív si lidé zdobili tělo tetováním a za dekoraci se považovaly dokonce i jizvy. Spoustu ozdob

⁹ <http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

¹⁰ SKLENÁŘ, K., Z. SKLENÁŘOVÁ, M. SLABINA, *Encyklopedie pravěku v Čechách, na Moravě a ve Slezsku*. Praha: Libri, 2002. ISBN 80-7277-115-9, s. 386-387

¹¹ <http://www.teepok.cz/skaut-in/teepokuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/>

¹² http://www.lidovky.cz/praveke-zeny-v-domacnosti-09q-/ln_veda.asp?c=A060322_131029_ln_veda_fho

¹³ <http://www.jenprozeny.cz/duse/24707-neuveritelne-jak-zily-zeny-praveku>

známe také z pohřbů. Už před objevem kovů se objevují šperky z keramiky, mušlí a ulit. V neolitu se přidávají jantarové perly a měděné, později bronzové ozdoby. Nosily se náramky, nákrčníky, nánožníky, náušnice, záušnice (sloužily jako dnešní sponky), prsteny, spony a jehlice do vlasů.¹⁴

Obrázek 1 Věstonická Venuše



Zdroj: <http://www.mezinami.cz/bud-v-obraze/politika/prava-zen-2-postaveni-zeny-v-praveku/>

2.2 Starověk

V této době byly ženy pro muže inspirací a i tehdy byly kypřejší tvary považovány za symbol krásy. Převládaly však homosexuální vztahy, což se plně odrazilo v umění a detailním vyobrazení mužských těl. Ženy byly považované za méněcenné a postrádaly veškerá práva. V 5. století př. n. l. se tento postoj k ženám změnil a staly se tak větší součástí světa umění.¹⁵

V této době byla považována za idol krásy Afrodita (5. stol. př. n. l.), jinak také Afrodité, starověká řecká bohyně krásy, lásky, plodnosti a sexuální touhy. V římské mytologii byla známa pod latinským ekvivalentem Venuše.¹⁶ Dle bájných legend a mýtů byla dcerou Dia a jeho milenkou, bohyně deště, Dióny. Další pověst vypráví, že se zrodila z mořské pěny oplodněné bohem hvězdného nebe Úranem.¹⁷ V antickém umění se stala nejvíce zobrazovanou postavou.

Oslavována byla přirozenost, tělesná zdatnost, duševní uměřenost a mravní dokonalost. Sokratés u Platóna jako první vyslovil požadavek na spojení krásna a dobra:

¹⁴ <http://www.jenprozeny.cz/duse/24707-neuveritelne-jak-zily-zeny-praveku?page=0,1>

¹⁵ GRANT, M., *Klasické Řecko*. Praha: BB art, 1999. ISBN 80-7257-079-X, s. 297-299

¹⁶ <http://klapetek.blog.cz/1103/afrodite-bohyne-krasy-a-lasky>

¹⁷ <https://sites.google.com/site/starovekebajepovesti/afrodite>

„Pokládal za krásné jen to, co je současně i mravně dobré. Tělesnou krásu proto hodnotil kladně jen ve spojení s ušlechtilou duší.“¹⁸

Byli přesvědčení, že krása, dobrota a ctnost jsou svou neoddělitelnou součástí. Veškeré tyto skutečnosti jsou vyjádřeny pojmem kalokagathia, také kaloskaiagathos. Význam tohoto pojmu lze volně přeložit jako soulad krásy a dobra. Kalokagathia je řeckým ekvivalentem ideálu krásy, dokonalé souznění fyzické a duševní krásy jedince dovedené k naprosté dokonalosti.

S athénským spojením kalokagathie je velmi spjata původní Platónova myšlenka, že krása, dobro a pravda spolu úzce souvisejí.

Filozofie dvou velkých řeckých myslitelů Platóna a Aristotela dokonale vystihuje estetičnost helénské kultury. Nejvýznamnější ideou pro Platóna je idea dobra, jež se nachází ve světě nadsmyslovém. V tomto světě na sebe dobro přejímá podobu krásna a ta je považována za největší statek světa, v němž žijeme. Aristoteles předpokládal, že ctnost je středem mezi dvěma protiklady, tím popisuje dobro estetiky. *„Harmonické spojení krásy s dobrem jest cílem výchovy mravní a ctnost jeví se jim jako duševní zdraví, nepravost jako neduh duše. Jde o to, vyvíjet všechny přirozené síly tělesné a duševní, neboť život musí být shodný s přírodou a nikoli proti ní. Šlo jim o všestranné a uměřené zmocnění života.“¹⁹*

„Co je správné, to je krásné.“ Tato slova vystihují správný vzor člověk, jako dokonalý soulad a vyváženost tělesné a duševní krásy, ctnosti a statečnosti.²⁰

¹⁸ BAHNÍK, V. *Slovník antické kultury*. Praha: Svoboda-Libertas, 1974. ISBN 25-119-74, s. 193

¹⁹ ZICH, O., *Sokolstvo s hlediska estetického*. 1. vyd., Praha: Československá obec sokolská, 1920, s. 7

²⁰ Kolektiv autorů: *Srov. Slovník antické kultury*. Praha: Svoboda, 1974. 1. vyd., ISBN 25-119-74, s. 238

Obrázek 2 Nefertiti



Zdroj: <http://www.ceskatelevize.cz/ct24/svet/206258-nefertiti-nadherna-zena-prichazi-patri-berlinu-nebo-kahire/>

2.3 Středověk

V počátcích středověku se ideál krásy dosti podobal dnešnímu trendu. Za krásnou byla považována žena štíhlá, drobné postavy, úzkých boků a malých ňader. Samozřejmě, že vliv církve a náboženství měl na symbol krásy velký dopad. Fyzická krása již nebyla středem pozornosti, jelikož církve vybízela k nedůvěře v rozkoše těla.²¹ Celý středověk se nesl v duchu náboženství, což se odráželo i na tělech lidí. Z náboženských důvodů se držely půsty a nadváha byla brána negativně. Asketický život občanů nižších vrstev zapříčiňoval až vyhublost a jakékoli známky obezity byly brány za nemoc, která se musí léčit.

„Ve středověku odrážel vzhled společenské postavení. Šlechta se oblékala podle postavení a rozdíly byly chráněny zákonem. Středověk se vyznačoval příležitostnými půsty z náboženských důvodů. Po celá staletí lidé hledali příčiny obezity, aby tento problém vyřešili. Nadváha byla přičítána poruchám trávení, nervovému vyčerpání, počestnosti, nebo naopak nečestnosti, poruchám endokrinních žláz, nadměrnému přísunu kalorií a nedostatku pohybu. Ve snaze ulehčit si život podstupovali lidé s nadváhou zázračné „kúry“, brali opium, zvraceli, užívali žaludeční kapky, železité vody, rtuťové léky a projímadla.“²²

Ideál krásy byl spatřován v podobě Panny Marie a neposkvrněného početí. Podle těchto parametrů žena měla jednoznačně vypadat panensky čistá a křehká i přesto, že měla několik dětí.²³

²¹ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 154

²² FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0. s. 54

²³ <http://slecna.info/dusevno/idealy-versus-realita-co-je-to-zenska-krasa/>

V tomto období již nebyl kladen velký důraz na proporční matematiku. Za příčinu můžeme považovat znehodnocení tělesné krásy ve prospěch té duševní.²⁴ Ve středověku jsou ženskými idoly světičky, tedy ty, které se zřekly fyzického pokušení a odevzdaly se Bohu.²⁵ Po ženách jakéhokoli společenského zařazení byla vyžadována zbožnost, mravnost a poslušnost. Mravní zásady žen byly mnohem přísnější, než byly stanoveny pro muže. Ženy „pykaly“ za osobnost od přírody nestálou, slabou a náchylnou ke hříchu. Z tohoto důvodu je pro ženy nejlepší volbou duchovní cesta, kde se žena naučí ovládat své slabosti a nedostatky a uzpůsobí své chování ověřeným religiózním praktikám.

Od panen bylo očekáváno plné odevzdání se Kristu. Jejich úkolem bylo setrvávat o samotě v modlitbách a uchovat si alespoň do svatby tělesnou a duševní čistotu. Manželka a matka musí být dokonalým odrazem duchovna, poslušnosti, ctnosti a zároveň ozdobou a družkou svého muže. Nesměla zklamat ani jako vychovatelka dětí mladých křesťanů.

Za první ženský vzor v počátcích christianizace byla považována Ludmila, manželka Bořivoje. Křest přijala záhy po svém manželovi a po jeho smrti spravovala knížectví místo svých nedospělých synů. Později se měla stát i poručnicí svých vnuků, Václava a Boleslava. Došlo však k vyostřenému sporu mezi Ludmilou a její snachou Drahomírou, který pro Ludmilu skončil smrtí. Tento příběh a způsob mučednického úmrtí vytvořil obraz svatého života a předkládá vzor zbožné ženy. Ludmila se stala první „apoštolkou“ a ochránkyní víry křesťanské.²⁶

²⁴ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 77

²⁵ <http://www.teeppek.cz/skaut-in/teepkuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/>

²⁶ LANDEROVÁ, M., B. KOPIČKOÁ, J. BUREŠOVÁ a E. MAUR, *Žena v českých zemích od středověku do 20. Století*. Praha: Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1, s. 172-173

Obrázek 3 Žena středověku



Zdroj: <http://www.glogster.com/purple55/the-middle-ages/g-6mp8t9a9q5ea5o7v47a9va0>

2.4 17. - 18. století

S příchodem baroka začala být kila navíc u žen žádoucí (přibližně od druhé poloviny 16. století). Plné tvary byly symbolem zdraví a plodnosti, z důvodů obav z nemocí byly i vítány. Opět se zdůrazňovala prsa, břicho a ňadra. Tento fenomén přetrval až do 19. století.²⁷

Baroko a rokoko se od sebe příliš neliší a nenásilně na sebe navazují. Kromě malých rozdílů, kdy baroko dávalo přednost větší přirozenosti a plnějším tvarům. Toto období je charakteristické skvostnými a honosnými róbami každé dámy.²⁸ Barokní kypré krásky byly nahrazeny ženami s útlým pasem a nepříliš přirozenou vizáží.²⁹

Módním trendem byla široká krinolína (sukně vyztužená obručemi - kovovými, dřevěnými, nebo z velrybích kostí) vyzdobená krajkami, stuhami, stříbrným a zlatým vyšíváním z brokátu. Ta byla doplněna o nechvalně známou šněrovačku, která až nezdravým způsobem tvořila ženám siluetu „vosího“ pasu. Vnitřek korzetu byl vyztužen tvrdými kosticemi, nejčastěji velrybími. Na výrobu takového korzetu bylo zapotřebí až jednoho kilogramu rybích kostic. Mnoho dam kvůli ní podléhalo častým mdlobám z nedostatku vzduchu, jelikož jejich plíce se nemohly dostatečně roztáhnout a také z důvodu nadměrného stlačení orgánů. Ženy, které ji nosily od svého mládí,

²⁷ <http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

²⁸ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 239

²⁹ <http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

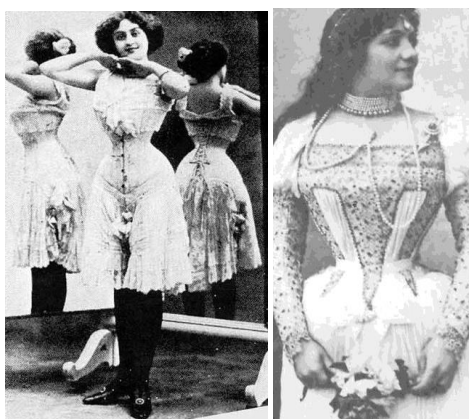
trpěly vážnými a trvalými deformacemi vnitřních orgánů.³⁰ Dále střežíčky na vysokém podpatku zdobené krajkou, které byly převážně z atlasu, brokátu, hedvábí a sametu.³¹

Ve velké míře se používal pudr, který se vyráběl z rýžové či obilné mouky. Byl aplikován na obličej, paže, dekolt i paruku. Jeho úkolem bylo zakrýt veškeré nedostatky pleti, vrásky, jizvy i šedivé vlasy. Ideálním a nejvíce oblíbeným odstínem byla bílá barva.³² Přemíra používání pudru panstvu paradoxně způsobila kožní potíže a svou přirozenou krásu si udrželi do pouhých třiceti let. Na zakrytí drobných nedostatků pleti používali mušky, ústrižky hedvábí, taftu nebo kůže, které se dělaly ve tvaru srdíček, květin, karetních symbolů, ale i v různém zvířecím podobenství. Z důvodu nápadného kontrastu používali tuš na řasy, tužku na obočí a oči, rtěnku a rumělkové tvářenky. Tato kombinace jim propůjčovala vzhled loutek či masek bez výrazu.³³

Používali vysoké paruky, převážně v bílé barvě, které byly bohatě zdobeny květinami, perlami, peřím atp. Ženám byla na hlavě vyčesávána hotová umělecká díla.³⁴

Hygiena v této době velmi zaostávala, jelikož se lidé domnívali, že voda tělu odebírá ochranné látky a to způsobuje onemocnění. Proto upřednostňovali parfémy, které měly pach překrývat. Oblíbená byla vůně hnijících jablek s hřebíčkem a skořicí s rozetřeným tukem. Tato směs byla předchůdcem pomády z francouzského výrazu (pomme - jablko). Ludvík XIV. si oblíbil vůni pomerančových květů.³⁵

Obrázek 4 Žena 17. - 18. století



Zdroj: <http://www.korzetorium.cz/do-18-stoleti-2.html#G1535>

³⁰ <http://www.teeppek.cz/skaut-in/teepkuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/>

³¹ <http://mladazena.maminka.cz/scripts/detail.php?id=362927>

³² <http://www.moje-rodina.cz/krasa-a-styl/krasa-v-promenach-casu>

³³ http://cs.wikipedia.org/wiki/Rokokov%C3%A1_m%C3%B3da

³⁴ <http://www.teeppek.cz/skaut-in/teepkuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/>

³⁵ <http://procproto.cz/zajimavosti-a-novinky/kralove-to-s-cistotou-neprehaneli/>

2.5 19. století

V 19. století se stal novým trendem zdravý životní styl. Pozornost nebyla soustředěna pouze na štíhlost, ale také na zdraví a vitalitu.

„V 19. století zavedl Lewis nový obraz zdraví v podobě tzv. gymnastiky – cvičení spojené se skromným životem na čerstvém vzduchu, s dlouhými procházkami a dvěma lehkými jídly za den. Neobdivoval pouze štíhlost samotnou, ale také zdraví a vitalitu. První kliniky, vodní koupele a lázně pro otlé se objevily ve 40. letech 19. století. Pacienti byli léčeni klidem, ponořování do vody, vegetariánskými dietami a vodou. Cílem kúry byl úbytek hmotnosti.“³⁶

Co se týče ideálu krásy u žen, popsala jí Fialová v knize (Jak dosáhnout postavy snů) takto: „*Ani provokativní, ale ani nevinná – taková je žena z tohoto období. Její smyslnost není vulgární, ale ani se za ni nestydí. Ladné a štíhlé křivky by neměly pohoršovat, ale lahodit oku.*“³⁷

Za ideální vlastnost ženy v 19. století by se dala považovat decentní smyslnost spojená se zdravým životním stylem. Jako idol této doby uvádí Fialová Nahou Maju.

Obrázek 5 Žena 19. století



Zdroj: <http://la-duchesse.blog.cz/0910/korzety-19-stoleti>

³⁶ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0. s. 54

³⁷ FIALOVÁ, L. *Jak dosáhnout postavy snů: Možnosti a limity korekce postavy*. Praha: GradaPublishing, 2007. ISBN 978-80-247-1622-0. s. 29

2.6 20. století

S nástupem 20. století se ženy začaly emancipovat a ruku v ruce s pracovním procesem, který se stal samozřejmostí téměř pro každého občana, dámy výrazně zeštíhly. Již ve 20. letech 20. století byla velkým fenoménem „chlapecká postava“ (žena s útlým pasem a malými ňadry). V té době byly míry tehdejší Miss America 81-63-89, což do značné míry odpovídá i dnešnímu trendu. 20. století procházelo změnami téměř co deset let, proto se pokusím toto století takto rozfázovat, abych ho mohla lépe přiblížit. Díky filmu a médiím se stávají idolem filmové hvězdy z Hollywoodu a téměř celé 20. století je postavené zejména na sex-appealu.

Na počátku 20. století ženy chodily ostříhané jako chlapi a snažily se docílit mužské postavy tím, že si stahovaly prsa a nosily rovné šaty, které skrývaly pas.³⁸ Toto období bylo plné smíchu, jazzu a tance. Tak by se dal popsat i svět módy, který v té době panoval, byl také do značné míry ovlivněn kubismem. Na ženu neměly upozorňovat šaty, které nosí, ale její ladné pohyby. Šaty byly volně střižené s nízkým pasem v bocích, aby právě tyto pohyby vlnícího se těla podtrhovaly. Nosily se převážně luxusní materiály a oblečení nově vycházející hvězdy a ikony módního světa Coco Chanel. Módními barvami byla šedá, hnědá a béžová. Velkým trendem byla snědá pokožka se zlatavým podtónem, a proto mnoho žen propadlo opalování.³⁹

Image „flapper“, slavné „garsonky“ nebo „couturiérky“ aneb ženy vládou! Takto byly označovány ženy, které se do životního stylu dvacátých let vrhly po hlavě. Nosily krátké sukne i vlasy a přemíru make-upu. Rády posedávaly v barech, kde pily, kouřily, poslouchaly jazz a tancovaly charleston. Otevřeně mluvily o tématech, která byla do té doby pro ženy naprostým tabu, typickým příkladem je sex. Vyznávaly volnější mravy a vysmívaly se společenským konvencím. Mezi tyto ženy patřila i již zmiňovaná Coco Chanel.⁴⁰

O několik let později ve 30. - 40. letech se opět začaly upřednostňovat vlnnější ženy. Byla to reakce společnosti na tehdejší poměry spjaté s ekonomickou krizí a následně i s druhou světovou válkou. V těchto dobách krize a hladu byl vždy větší zájem o kypré krásy, které se zároveň stávají symbolem blahobytu, hojnosti

³⁸ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kulturou štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0, s. 55

³⁹ http://www.moda.cz/Kategorie/Styl_a_trendy/DvacataLeta.html

⁴⁰ <http://www.fitnessv.cz/zivot-a-moda-20-let>

a plodnosti.⁴¹ V roce 1942 vyšla kniha *Nový lékařský rádce*, kde její autor Karel Pur popsal tehdejší ideál krásy těmito slovy: „*Jemná stavba kostí, oblé tvary, plné nepřevísle prsy, široké kyčle, neochlupený trup a obličej.*“⁴² Sex-symbolem této doby byla například božská Marilyn Monroe s křivkami 91-58-91 a v Čechách spanilá Adina Mandlová. Dnes by byly považovány za boubelaté.⁴³

Příchodem ekonomické krize bylo zasaženo i odvětví módy. Začalo se šetřit na materiálu, používala se umělá vlákna místo přírodních, zkracovaly se sukně, rukávy, a mizí i složité a nákladné prvky oděvu.⁴⁴ Nosily se kalhoty s vysokým pasem, jednoduché sukně a šaty jejichž délka sahala nejčastěji ke kolenům, dále saka, kabátky, halenky a nejvíce nošenými barvami byla šedá, hnědá, černá a bílá. Tuto jednoduchou módu dámy obohatily o důmyslné doplňky jako punčochy se švem, další nezbytností byla kabelka, psaníčko, brože, bižuterie, spony a samozřejmě klobouček.⁴⁵

60. léta odstartovala revoluci v podobě extrémně vyhublých žen Twiggy z anglického výrazu (proutek). Její míry se pohybovaly okolo neuvěřitelných 79-56-81, měřila 170cm a vážila pouhých 41kg. Rozdíl mezi ní a Marilyn je 20kg.⁴⁶ Módní průmysl tuto změnu přivítal velmi kladně a mnoho žen horlivě pracovalo na tom, aby se svými proporcerami novému idolu „chlapecké postavy“ co nejvíce podobaly. Mnoho mužů tento vzor krásy odmítalo a odmítá. Stále raději upřednostňují ženy s liniemi „přesýpacích hodin“ (bujné poprsí, útlý pas a oblé boky). Ale i přesto, Twiggy odstartovala a udala směr módy na několik příštích let.⁴⁷

Kdybychom chtěli charakterizovat období 20. století, zejména jeho první a začátek druhé poloviny, hlavním cílem bylo šokovat. Byl to boj mezi krásou provokace a konzumace. Přišlo velmi mnoho nových trendů v oblasti módy i umění, z velké části doslova šílených. Každý měl svůj vlastní a velmi osobitý styl. Toto móda byla do velké míry ovlivněna mnoha událostmi, které se v té době odehrály, jako válka ve Vietnamu, výtvarné umění, hudba, nové technologie atp.⁴⁸

⁴¹ <http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

⁴² <http://www.maminka.cz/clanek/jen-pro-maminku/venuse-twiggy-marylin-jak-doba-meni-zensky-ideal-krasy>

⁴³ <http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

⁴⁴ <http://mvintage.ic.cz/moda.html>

⁴⁵ <http://www.modniarena.cz/inspirace/retro-a-vintage-styl-moda-40-let.html>

⁴⁶ <http://slečna.info/dusevno/idealy-versus-realita-co-je-to-zenska-krasa/>

⁴⁷ <http://www.bety.cz/zdravi-a-zivotni-styl/clanky/804/Ideal-krasy-zenskeho-tela-aneb-Nebylo-nam-v-baroku-lip>

⁴⁸ UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7, s. 413-417

V 60. letech se staly středem pozornosti dlouhé a štíhlé nohy. A jak je lépe zviditelnit než pomocí minisukně. S touto krátkou sukni se začaly dostávat do popředí i punčochové kalhoty různých barev. Posléze nastoupily maxi-kabáty, šortky, halenky nebo také kozačky. Nosily se pestrobarevné oděvy například s květinovým vzorem nebo pop artovým potiskem. Velkým hitem v oděvní tvorbě byly vojenské prvky a inspiracemi byly uniformy veteránů. Tento trend byl ironicky inspirován válkou ve Vietnamu⁴⁹ „Počátky hippies módy změnily dobu, ale především módu. Čelenky, džíny s vyšívkami a batikované košile obletěly celý svět!“⁵⁰

Obrázek 6 Žena 20. století Audrey Hepburn



Zdroj: <http://iamanenglishrose.blogspot.cz/2009/11/on-how-to-be-lovely-audrey-hepburn-on.html>

2.7 21. století

„Postupně se ale naše myšlení mění, většina diet dnes už nabízí zdravou, jednoduchou a vyrovnanou stravu. A hlavně už konečně není moderní být vyzábly. V současné době se žádá plnější postava než v 60. letech, je moderní vypadat zdravě a ne mít nohy a ruce jako tyčky.“⁵¹

Za ideální krásky jsou v dnešní době brány miss a topmodelky. Dříve to byla například Karolina Kurková. Tu popisuje Fialová jako „ženskou krásu v dokonalosti“.⁵² Vystihuje ji štíhlá postava a stylovost.

Vlastností, které si na ženách v 21. století nejvíc ceníme, je tedy stylovost.

⁴⁹ <http://www.studentpoint.cz/218-moda-styl/8121-60.-leta-vychrtla-twiggy-a-sexualni-revoluce>

⁵⁰ <http://www.studentpoint.cz/218-moda-styl/8121-60.-leta-vychrtla-twiggy-a-sexualni-revoluce>

⁵¹ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0. s. 56

⁵² FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0. s. 56

Obrázek 7 Žena 21. století Angelina Jolie



Zdroj: <http://www.fanpop.com/clubs/angelina-jolie/images/28590815/title/angelina-jolie-photo>

2.8 Marilyn Monroe

Obrázek 8 Marilyn Monroe



Zdroj: <http://www.topzine.cz/video-nejdrazi-filmove-kostymy-foukani-pod-sukni-lame-rekordy>

Marilyn Monroe, vlastním jménem Norma Jean Montensová, se narodila 1. 6. 1926 v Los Angeles. Její dětství po boku psychicky labilní matky nebylo příliš šťastné, byla posílána k různým pěstounům a nakonec skončila v sirotčinci.

Za války pracovala v továrně na padáky a záhy se uplatnila jako modelka reklamní agentury Blue Book. Velmi ji proslavila série kalendářních aktů.⁵³ Norma toužila po herecké kariéře, a tak začala studovat u hereček Jean Harlowové a Lany Turnerové.⁵⁴ Netrvalo dlouho a roku 1946 si této půvabné krásky všimlo i filmové studio Cauntry Fox a tím byla odstartována její kariéra herečky. Posléze si odbarvila

⁵³ <http://zivotopis.osobnosti.cz/marilyn-monroe.php>

⁵⁴ <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

vlasý na blond a zvolila si své nové umělecké jméno Marilyn Monroe, kombinace jmen její babičky a herečky Marilyn Millerové.⁵⁵

Její krása a půvab se zasloužily o velké množství rolí a mnoho filmů těžilo z jejích ženských vna. Stala se americkým sex-symbolem. Časopis PhotoplayMagazine v r. 1953 označil Marilyn titulem Best New Actress. V 27 letech byla nesporně nejkrásnější blondýnou Hollywoodu.⁵⁶ I přes její inteligenci a touhou po vážných a charakterních rolích byla obsazována do rolí prostoduchých blondýnek. Za svoji kariéru natočila celkem 30 filmů a jeden zůstal nedokončen. Byla středem pozornosti každého bulvárního plátku, zajímali se o její neuspořádaný život, četné rozvody a milostné avantýry.⁵⁷

Významní muži, kteří si našli místo v jejím srdci. Basebollová hvězda JoeDiMaggio, za kterého se provdala v San Francisku 14. ledna 1954. Během jejich svatební cesty v Tokiu Marilyn vykonávala službu pro vojáky sloužící v Koreji. Joeovi se nelíbilo, jak ji muži obdivují, a stal se z něj velmi žárlivý partner. Jeho chování vedlo k rozvodu, který proběhl již v říjnu 1954. Jejím dalším manželem se stal spisovatel Arthur Miller, za kterého se provdala 29. června 1956. I toto manželství skončilo rozvodem. Vedle svých manželů měla celou řadu milenců, mezi které patřili oba synové Charlese Chaplina, bratři Kennedyové, herecký agent Johny Hyde, filmový magnát Howard Hughes.⁵⁸ Tento citát dostatečně vystihuje její vztah k mužům: „*Muž je jako koberec. Položte ho dobře hned napoprvé a můžete po něm šlapat celý život.*“⁵⁹ Je o ní známo, že během svého života prodělala až patnáct potratů.

I přes svou velkou oblíbenost, slávu a neskonalou krásu trpěla depresemi, které se snažila zahnat velkým množstvím léků a alkoholu. To se jí stalo nejspíše i osudovým. Zemřela v noci ze 4. na 5. srpna 1962 ve věku 36 let. O její smrti panuje mnoho spekulací, některé vypráví o nehodě, jiné o sebevraždě a byla zmíněna i pravděpodobnost vraždy. Dodnes příčina jejího úmrtí nebyla zcela objasněna. Její pohřeb proběhl 8. srpna 1962 ve Westwood Memorial Park v Los Angeles.⁶⁰

⁵⁵ <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

⁵⁶ <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

⁵⁷ <http://zivotopis.osobnosti.cz/marilyn-monroe.php>

⁵⁸ <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

⁵⁹ http://cs.wikiquote.org/wiki/Marilyn_Monroe

⁶⁰ <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

Tato hvězda světového formátu nebude ještě dlouho zapomenuta a její jméno bude znít několika generacím. Vždy si vybavíme její nejznámější scénu z filmu Slaměný vdovec, kdy ji průvan z větráku na chodníku fouká pod sukni, ona se ji snaží udržet a půvabně se u toho usmívá.⁶¹

2.9 Twiggy

Obrázek 9 Twiggy



Zdroj: <http://bleubirdvintage.typepad.com/blog/2009/10/style-muse-twiggy.html>

Twiggy, vlastním jménem Leslie Hornby, se narodila v Anglii 19. 8. 1949. Žila v naprosto obyčejné rodině na londýnském předměstí. Otec se živil jako tesař, matka pracovala v továrně a Lesley studovala. Snila o normálním životě a nikdy ji nenapadlo, že by se mohla stát světově známou modelkou, sama se nepovažovala za krásnou a výjimečnou.⁶²

Byl začátek roku 1966, kdy byla Leslie vyslána nafotit několik snímků jejího krátkého účesu pro kadeřnický salón jejího přítele. Fotografie zaujaly kolemjdoucí reportérku bulvárního Daily Expressu a posléze se Twiggy objevila na jeho titulní straně. Tak se zrodila hvězda světového formátu Twiggy Lawson, první supermodelka na světě, které se podařilo odstartovat revoluci ve vnímání ženské krásy, a započala éru anorektických modelek.⁶³

⁶¹ <http://www.topzine.cz/marilyn-monroe-vychazi-po-temer-padesati-letech-po-jeji-smrti-kniha-s-exkluzivnim-materialem>

⁶² <http://www.novinky.cz/zena/styl/179262-twiggy-odstartovala-modu-anorekticky-ch-modelek-dnes-proti-nim-bojuje.html>

⁶³ <http://zivotopis.osobnosti.cz/leslie-twiggy-hornby-i.php>

Její umělecké jméno Twiggy, ve volném překladu proutek nebo větvička, má původ v přezdívce, kterou jí kdysi věnoval její bratr, když se snažil pojmenovat její štíhlé nohy (Twigs- větvičky).⁶⁴

V době, kdy vládly krásky typu Brigitte Bardot či Sophia Loren, se Twiggy se svými chlapeckými proporcemi, 41 kilogramy, 168 centimetry, plochým hrudníkem, žádnými boky a s nepřehlédnutelnými očima a výrazem vystrašeného kotěte, stala opravdovým středem pozornosti a okamžitě okouzila módní tvůrce.

Vypuklo kolem ní naprosté šílenství, které by se dalo přirovnat k beatlemanii. Svět jí ležel u nohou a dokonce firma Mattel podle ní vytvořila novou panenku Barbie. Stala se nejlépe placenou modelkou 60. let.

Začala v pouhých 16 letech a mnoho lidí jí nedávalo moc času, avšak ona sama se rozhodla módní mola opustit ve svých 20 letech. Odmítala být nadále pouhým ramínkem na šaty. Začala se věnovat svému butiku a módní značce, v čemž pokračuje až dodnes.⁶⁵

V roce 1977 si vzala herce Michaela Witneyho za manžela a narodila se jim dcera Carly. Manželství bohužel nemělo dlouhé trvání. Michael v roce 1983 zemřel na infarkt. O pět let později se Twiggy provdala za druhého osudového muže svého života, herce a režiséra Leigha Lawsons. Je stále šťastně vdaná a příležitostně se věnuje natáčení reklam, filmů a charitativním projektům.

Jelikož život dokáže být velmi zvláštní a paradoxní, sama začala bojovat proti drastickým dietám, anorexii, bulimii a varuje mladé dívky před vtěšňováním se do vzoru anorektických modelek. Sama dobře ví, že právě ona tento trend odstartovala a upozorňuje na to, že se nikdy žádnými dietami neničila a vždy jedla vše, na co měla chuť. Měla pouze tu výhodu, že jí dobře fungoval metabolismus a její tělesné predispozice byly genetické.⁶⁶

⁶⁴ <http://retromanie.webnode.cz/modni-ikony/twiggy/zivotopis/>

⁶⁵ <http://www.novinky.cz/zena/styl/179262-twiggy-odstartovala-modu-anorekticky-ch-modelek-dnes-proti-nim-bojuje.html>

⁶⁶ <http://retromanie.webnode.cz/modni-ikony/twiggy/zivotopis/>

3. Poruchy příjmu potravy

3.1 Mentální anorexie

Anorexie (*latinsky anorexianervosa, z řečtiny an – zbavení, nedostatek; orexis – chuť*)⁶⁷ - duševní onemocnění způsobené zcela vědomým snižováním váhy pod hranici vyhublosti (BMI 17,5 respektive 15% pod hmotností přiměřené věku a výšce). Anorexie postihuje jak ženy, tak i muže, ty ovšem v menším zastoupení, než je tomu u žen. Je to nechutenství způsobené extrémně přehnanými obavami vytvořenými představou měřítek kladených na tělesné tvary.

Z počátku jedinec vyřadí ze svého jídelníčku pouze jídla obsahující velké množství kalorií, až dospěje k tvrdě omezenému jídelníčku, který může obsahovat pouze několik soust ovoce či zeleniny za celý den, jen aby ho doslova udržely při životě.⁶⁸ Nejedná se tedy o dodržování dietických postupů a toto jednání je životu velmi nebezpečné. Může to vést k chronickému stádiu nechutenství, které vede k tomu, že již nedokáže potravu přijímat a hladoví.⁶⁹ Touha po rychlém úbytku na váze je tak silná, že se uchyluje i k jiným metodám hubnutí, jako je nadměrné cvičení, užívání projímadla nebo jiných prostředků na hubnutí a opakovaně vyvolávané zvracení. Během hubnutí dochází i ke zkreslenému a pokřivenému obrazu skutečnosti, kdy postižený může svůj odraz v zrcadle vnímat naprosto jinak a i při podvaze své tělo vnímá jako otlé.⁷⁰

3.2 Mentální bulimie

Bulimie nebo bulimarexie (řecký výraz pro „vlčí hlad“). Jedná se o opakované záchvaty přejídání, „žravosti“, charakterizované jedením v ohraničených periodách, přičemž je člověk schopen pozřít takové množství jídla, které do značné míry převyšuje normu snesitelnou pro normálního člověka. Dále se dostávají pocity, že konzumaci jídla nelze zastavit a nemáme ji plně pod kontrolou.

⁶⁷ http://cs.wikipedia.org/wiki/Ment%C3%A1ln%C3%AD_anorexie

⁶⁸ HELLER, J., O. PECINOVSKÁ, *Pavučina závislosti: Alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. Praha: Togga, 2011. ISBN 978-80-87258-62-0, s. 85

⁶⁹ <http://www.o-nas-pro-vas.estranky.cz/clanky/hubnuti/priznaky-a-projevy-anorexie...html>

⁷⁰ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 23-28

Pak následuje takzvané kompenzační chování, jež má zabránit následnému nárůstu váhy. Může se jednat o vyvolávání zvracení, zneužívání projímadel, diuretika nebo klystýr, dále hladovění, či nepřiměřené cvičení.

Toto chování se objevuje alespoň dvakrát týdně po dobu nejméně tří měsíců.

Tento proces výrazně ovlivňuje zdravotní stav, psychiku a sebehodnocení, stejně jako je tomu u anorexie.⁷¹

3.3 Faktory ovlivňující vznik těchto psychických onemocnění

Kulturní:

- tlak médií, která nám neustále předkládají a vykreslují „dokonalý“ ideál krásy v podobě štíhlých hlavních hrdinů s dokonale řezanými rysy, vyrýsovaným tělem a popřípadě bujným poprsím

- další nátlak plyne z komerčních reklam, které se nás snaží mylně přesvědčit, že pokud budeme žít „reklamním životem“, budeme žít šťastně a spokojeně

- stálé vnucování myšlenky, že kdo je vyhublý, je zdravý
- nekonečné omílání toho, kdo jak vypadá a co nosí
- zesměšňování obezity a přílišný důraz na tělesný vzhled
- nevhodné stravovací návyky rodičů, přemíra kladení důrazu na vzhled a různé diety

- vnucování myšlenky konformity, abychom byli vrstevníky a společností přijímání kladně - je podstatné dobře vypadat a podobat se většině

Psychologický:

- úzkostnost, pedantie, důslednost a přílišná ctižádostivost
- nejistota v dospívání, zejména je-li posílena traumatickým zážitkem
- nadmíra tělesného tuku
- zdravotní potíže spjaté s dietou⁷²
- nucení dítěte do jídla, přestože je syté nebo mu nechutná a je následně trestáno, může se tento zážitek zakořenit hluboko v jeho mysli a v pozdějším věku vyvolat poruchu příjmu potravy

⁷¹ LINDSEY, H., L. COHN, *Bulimia: A Guide to recovery*. Carls bad California, 1999. ISBN 0-936077-31-X, s. 2-3

⁷² KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 35-36

- tento stav může být vyvolán také traumatickým a psychicky náročným prožitkem, jako je například šikana, rozvod rodičů, úmrtí blízké osoby atp. Ve velké míře je to zapříčiněno i podvědomým přesvědčením, že jen štíhlí lidé jsou žádoucí a úspěšní v životě. Tato myšlenka je bohužel velmi podporována medií a reklamním průmyslem.⁷³

3.4 Důsledky

Tato onemocnění se pojí s velkým rizikem úmrtí, jelikož tělo, kterému odpíráme životně důležitou potravu, přichází o mnoho živin, minerálů a vitamínů, které jsou pro funkci těla velmi podstatné. Dlouhodobé hladovění způsobuje tělesné i duševní utrpení.⁷⁴

Pokles hmotnosti a velký úbytek tuku může vést k mnoha zdravotním komplikacím, nejprve se objevuje zácpa, narušení hormonálních regulací, zimomřivost. Následuje i zvýšené vypadávání vlasů, zkažené zuby z důvodu vysokého poškození zubní skloviny, problémy s pletí a zvýšený výskyt chloupků po těle.

Počáteční úbytek váhy se pojí s rostoucím sebevědomím a dobrou náladou. V tomto období bývají tito jedinci ještě velmi společenští a aktivní. Později se začnou izolovat od svých přátel, rodiny i okolí. Věnují se jen svému tělu a uzavírají se do sebe. Začne se projevovat zhoršení nálady, vzrůstá přecitlivělost, náladovost, podléhají depresím, neurózám. Pokud je nutíme do jídla, reagují nepřiměřeně, emočně vydírají a nesmyslnými protiargumenty se nás snaží přesvědčit o své pravdě.⁷⁵

Rozvinutá mentální anorexie a bulimie se nejviditelněji projevuje tělesnou vychrtlostí. Začínají chřadnout veškeré tkáně v organismu. Nastává celková únava, svalová atrofie, řídnutí kostí, poškození jater, změna krevního obrazce, poruchy funkce ledvin a močového měchýře. Dalšími následky je chudokrevnost, slabý puls a srdeční obtíže, které mohou vést až k zástavě. Trpí nespavostí, poruchami spánku a u některých pacientek se vyskytují poruchy vědomí a mdloby.

Z důsledků vyhublosti dochází k oslabené činnosti pohlavního systému a závažným důsledkem může být vynechaní či úplné vymizení menstruačního cyklu

⁷³ <http://naposledy.blog.cz/rubrika/anorexie-bulimie>

⁷⁴ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 41-43

⁷⁵ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 23-28

(amenorea). To způsobí celkové rozvrácení hormonální rovnováhy, což má dopad i na funkci vaječníků. Proto dochází ke sníženému zájmu o sexuální aktivity.

Vlasy anorektiků jsou jako chmýří, řídké, suché a lámou se. Následuje tedy i jejich vypadávání. Nehty se kříví, lámou a jsou na nich podélné rýhy. Důsledkem anorexie je také suchá, šupinatá kůže s nedostatkem kolagenu, která přechází do nezdravého žlutavého zabarvení. U žen se vyskytuje nežádoucí zvýšené tělesné ochlupení na místech, kde nebylo, například: brada, ochlupení horního rtu, často chloupky na hrudi. Může se vyskytnout značné množství kožních onemocnění a snadno se jim tvoří modřiny.

U bulimie způsobuje závažné komplikace zvracení. Mezi jeho nepříjemné důsledky patří otoky slinných žláz pod čelistí, které vyvolávají dojem oteklého obličeje. Nebezpečnějším následkem, který není tolik viditelný, je narušení rovnováhy tělesných tekutin a solí, které mají nepříznivý dopad na srdce a ledviny. Dále nízká hladina draslíku, která snižuje pravidelnost srdečního tepu. Důsledkem jsou křeče, závratě a ztráta vědomí. Žaludeční šťávy do značné míry poškozují jícn a zubní sklovinu. Celkové oslabení organismu, poškození jak fyzických tak i psychických aspektů jedince z důvodů ztráty životně důležitých živin je doprovázeno stejnými příznaky jako u anorexie.⁷⁶

Následkem této nemoci je i porucha vnímání proporcí svého těla, kdy člověk i přes to, že je vyhublý až na kost, si stále připadá otlý. Nevnímá se reálně. Je však zajímavé, že u ostatních odhaduje proporce dobře, ale u sebe toho schopný není.⁷⁷

V závěru tohoto onemocnění dochází k celkovému metabolickému rozvratu organismu, kdy je nutno poskytnout lékařskou pomoc, která není omezena pouze na jediný medicínský obor, ale zaměstná celý tým specialistů. Pokud není poskytnuta včas, je velmi pravděpodobné, že postižený nemocí podlehne.⁷⁸

⁷⁶ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 41-43

⁷⁷ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 23-28

⁷⁸ <http://nekorektni-hubnuti.cz/users/files/poruchy-prijmu/5c-Dusledky.pdf>

3.5 Kdy vyhledat lékaře

Okamžitou lékařskou pomoc je třeba vyhledat v těchto případech:

- vyhublost a nechutenství je způsobeno jiným závažným onemocněním, jako je například tuberkulóza nebo porucha štítné žlázy
- lidé trpící silnými depresemi se sklony k sebevraždě
- nemocní, kteří mají zároveň problémy s jinými patologickými jevy, jako je alkohol, drogy atp.
- ti, kteří obtížně ovládají motoriku svého těla a upadají do mdlob

Vyhledat lékaře je nutné co nejdříve, hned jak zpozorujeme, že je něco v nepořádku. Určitě zabránit vzniku akutního stádia, kdy spadne BMI již k 17,5. V počátcích nemoci stačí jen pomoc psychiatrů či psychologů, léčba není tak náročná a pacient není v takovém ohrožení života. Tato fáze se dá ještě poměrně dobře zvládnout. Pokud je však pacient v akutním stádiu, kdy jsou ohroženy tělesné funkce (omdlívají, fialoví jim prsty, nevyjdou schody, nezvednou se z dřepu, jde vidět celková slabost), nastává situace, kdy je zapotřebí hospitalizace.⁷⁹

3.6 Léčba

Je nutná návštěva odborníka (psychologa, psychiatra). Domluvíme se s ním, jak léčba bude vypadat. Zeptáme se, jaké služby nám může lékař poskytnout atp. Tato návštěva je takovou seznamovací formou, kdy vy si prověřujete lékaře a on si o vás zjistí základní informace. Samozřejmě na základě dojmů se rozhodneme, zda chceme v léčbě pokračovat.

Pokud se jedná o akutní případ, je nutná hospitalizace. Pobyt bývá několikadenní a pomůže nemocným stabilizovat organismus a přibrat na váze.

Problém však může přetrvávat i po propuštění, a proto je nutná kontrola, zda se stav opět nemění. Proto je vhodné navštěvovat jednotku specializované péče na psychiatrických odděleních. Proces trvá několik týdnů, zlepšují se stravovací návyky a pracuje se na změně postoje k jídlu.⁸⁰ Pacienty je třeba naučit dostatečně jíst, aby měli pocit přesytení. Musí být pozměněny i jejich návyky ohledně druhů jídla,

⁷⁹ <http://www.anorekticka.cz/kdy-vyhledat-lekare/>

⁸⁰ <http://nemoci.vitalion.cz/anorexie/>

nesmí si vybírat. Jsou nuceni k jídlu ve společnosti jiných lidí a k dojíždání svých porcí.⁸¹

3.7 Návod na anorexii z internetu (webových stránek pro anorektičky):

Bohužel velkou podporou anorexie je všudypřítomný internet. V současnosti existují desítky webových stránek, kde si dívky navzájem dávají rady, jak a proč s anorexií začít, jak nejlépe potlačit hlad a jak anorexii maskovat před blízkými, aby nenabyli podezření.

- *Jezte, jak nejpomaleji dovedete. (Lidskému tělu trvá cca 30 minut, než si uvědomí, že už nemá hlad)*
- *Mezi každým soustem pokládejte vidličku.*
- *Žvýkejte sousto, dokud se samo nerozpustí v puse.*
- *Mezi sousty pijte . (Dříve se budete cítit plní.)*
- *Nejezte po sedmé hodině večer!*
- *Pokud máte možnost, jezte nazi před zrcadlem.*
- *Pokud máte neodbytný pocit hladu, zkuste si dát sousto do pusy a pak je vyplivněte.*
- *Tělo ošálíte i tím, že sníte kostky ledu. (Tělo si bude myslet, že přijalo nějakou potravu.)*
- *Pokud vám začne hlasitě kručet v břiše, mírně se do něj bouchněte, přestane to.*
- *Pokud každou hodinu vypijete jednu sklenici vody, budete se cítit plní.*
- *Udělejte si svůj inspirační deníček, kam si nalepíte obrázky svých oblíbených hvězd, napište si tam své cíle a hesla. Kdykoli se budete cítit zle, podívejte se do něj a vrátí se vám chuť nejíst.*
- *Čistěte si zuby, nebudete chtít míchat chuť zubní pasty s jídlem.*
- *Když budete cítit, že to nezvládnete, jděte se projít.*
- *Zapisujte si, co všechno jste snědli.⁸²*

⁸¹ KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9, s. 38-39

⁸² <http://my-thinspirations.blog.cz/en/1304/navod-na-anorexii-d>

3.8 Isabelle Caro

Obrázek 10 Isabelle Caro



Zdroj: <http://derewi.blog.cz/1101/isabelle-caro>

Isabelle Caro, francouzská modelka, která se lidem dostala do povědomí tím, že se nechala vyfotografovat nahá na billboardy v rámci kampaně boje proti anorexii.

Isabella se svěřila celému světu se svou zkušeností s anorexií a varuje všechny dívky, které nejsou spokojeny se svým tělem. Kromě anorexie se potýkala i s kožním onemocněním - lupénkou, s vypadáváním vlasů a mnoha dalšími problémy způsobenými nedostatkem živin. Vážila pouhých pětadvacet kilo při sto šedesáti centimetrech výšky. V závěru zmínila své největší přání⁸³ „*Přeji si jen žít, život je ten nejkrásnější dar, který máme, a já ho miluju. Budu bojovat do posledních sil, nevzdám to!*“⁸⁴

Isabelle jedla denně dva čtverečky čokolády a pět kukuřičných lupínků. Nedávno kvůli tomu v osmadvaceti letech zemřela. Přes všechny snahy boj s anorexií prohrála.

Bohužel podobných jako Isabelle je spousta. Doufejme, že při zveřejňování takovýchto zstrašujících případů, jich bude stále ubývat.

⁸³ <http://zivotopis.osobnosti.cz/isabelle-caro.php>

⁸⁴ <http://zivotopis.osobnosti.cz/isabelle-caro.php>

Léčba mentální anorexie a bulimie je dlouhodobá záležitost a plně se podaří asi u 40% pacientek. Zbylá procentní část se buď neustále vrací k recidivě, nebo se u anorektiček začne objevovat tendence k bulimii.

Je to běh na dlouhou trať a je důležité se zaměřit na její prevenci. Ta spočívá v pravidelném přísunu pestré stravy, v přiměřeném pohybu, vytvoření vlídného přístupu k sobě samému. Zakořenění správných stravovacích návyků je potřeba vytvářet již od dětství. Hlavně nepodléhat médiím a klamavým reklamám, že jen štíhlý člověk je krásný, a že hodnota jedince spočívá pouze v jeho vzhledu.⁸⁵

4. Plastická chirurgie

Obrázek 11 Plastická chirurgie: první rekonstrukce obličeje



Zdroj: http://g.denik.cz/56/08/yeo_walter_kroky.jpg

Obrázek 12 Plastická chirurgie: výsledek první rekonstrukce obličeje



Zdroj: <http://sip.denik.cz/celebrity/takhle-vypadala-prvni-operace20080904.html>

⁸⁵ <http://www.aktin.cz/clanek/805-anorexie-vs-bulimie>

Slovo „plastický“ je odvozeno z řeckého slova „plastikos“ jehož význam je formovat, tvarovat. Jedná se o specializovaný obor, který se zabývá obnovením a zdokonalením mnoha částí lidského těla.

Dělí se do dvou kategorií:

1. Rekonstrukční chirurgie - zaměřuje se na vrozené defekty nebo na defekty způsobené úrazy či nemocemi v průběhu života.

2. Kosmetická chirurgie - zaměřuje se na úpravu estetických a kosmetických vad klienta způsobených vrozenými odchylkami ve vzhledu, úrazy, nebo přirozeným stárnutím⁸⁶ např. velký a křivý nos, odstáté uši, pokleslá a asymetrická prsa, vrásky atd. Tato proměna se provádí dle požadavků klienta nebo dle ideálního vzoru krásy odpovídajícímu dané společnosti a době.

Samozřejmě se používají základní operační techniky chirurgie a dochází i ke kombinaci různých chirurgických postupů, každý takový zákrok zanechává jizvy. Ale v současné době laserových vynálezů jejich odstranění není již žádný problém.

Jeden fakt, který je s plastickou operací úzce spjat, nelze popřít, a to, že má velmi pozitivní dopad na život jedince z psychologického hlediska. Člověk se cítí sebevědoměji, zlepšuje se jeho vztah k sobě samému a dodává mu kuráž do života, jak v oblasti partnerských tak i pracovních vztahů. Z tohoto důvodu se plastické chirurgii přezdívá – PSYCHOCHIRURGIE.⁸⁷

Věk zájemců o plastickou operaci velmi klesl. Zpravidla začíná v 18 letech, kdy je největší zájem o zákroky, jako je liposukce, operace nosu a zvětšení prsů pomocí silikonových implantátů. Klienti ve středním věku mají zájem převážně o operace očních víček, modelaci nebo zmenšení prsů, s narůstajícím věkem a přibývajícimi vráskami přichází na řadu facelifting – plastická operace obličeje a krku.

V současnosti jsou velmi oblíbené zákroky estetické a laserové dermatologie, jedná se o procedury jako je laserová depilace, laserové odstranění pigmentací, laserové odstranění tuku, mateřských znamének, žilek, laserové omlazení pokožky, odstranění vrásek pomocí botulotoxinových injekcí, vyplnění vrásek injekčními kožními implantáty a mnoho dalších rejuvenačních metod.⁸⁸

⁸⁶ <http://ordinace.nova.cz/clanek/novinky/plasticka-chirurgie-od-historie-do-soucasnosti.html>

⁸⁷ <http://www.plastickachirurgie.com/co-je-plasticka-chirurgie-f28.html>

⁸⁸ <http://ordinace.nova.cz/clanek/novinky/plasticka-chirurgie-od-historie-do-soucasnosti.html>

4.1 Historie

Jako položení základního kamene pro vznik plastické chirurgie můžeme považovat období starého Egypta. Tyto zákroky, které se do velké míry podobaly těm dnešním, však nebyly praktikované na živém těle, nýbrž na mrtvém.

U mumie Ramsese II. byl objeven chirurgicky upravený nos. Několik dalších mumií tehdejších panovníků mělo vycpané tváře obvazy, podobným způsobem jako se dnes používají implantáty. Snažili se tak co nejlépe zachovat dokonalý vzhled svých panovníků i dlouho po smrti.

Plastická chirurgie, která se dá považovat za opravdovou, se zrodila v 7. století v Indii. Zabývala se zejména tím, jak lze nahradit useknuté ucho nebo nos, o které postižení přišli v boji nebo za trest (například za krádež nebo cizoložství).

Při operaci byly používány odřezky kůže z čela nebo tváří a tato metoda byla po staletí chráněným tajemstvím.

Nejznámějším chirurgem své doby byl Sushruta a také autor knihy Sushruta Samhita, v níž se zmiňuje i o rekonstrukci nosu a uší. V Indii působil 600 let př. n. l.

Plastika nosu probíhala následujícím způsobem. Z těla člověka byl odříznut kus kůže, z tváří nebo čela, ten byl vytvarován do požadovaného tvaru pomocí kovové destičky a následně byl přišit k obličejí. Do nosních dírek byly vloženy dřevěné trubičky, jejichž úkolem bylo udržet průchodné dýchací cesty. Metoda byla velmi účinná, a tak se používala až do 18. století.⁸⁹

V polovině 15. století Heinrich von Pfalzpaint popsal proces vytvoření nosu u pacienta, který o něj přišel po útoku psa. Při operaci použil kůži ze zadní strany paže.⁹⁰

Chirurgický zákrok v oblasti hlavy a obličeje sebou nesl značná rizika, jako nebezpečí infekce a nesnesitelnou bolest. Z toho důvodu plastická chirurgie nebyla tak běžně využívána jako je tomu dnes. Změna nastala až s příchodem anestetik, která pacienty zbavila nepříjemných a bolestivých zážitků.⁹¹ Dalším přínosem bylo používání sterilních technik a dezinfekčních prostředků, které snížilo riziko infekce.⁹²

⁸⁹ http://ona.idnes.cz/historie-plasticke-chirurgie-uriznute-nosy-a-obnovovani-predkozky-11h-zdravi.aspx?c=A100904_220234_zdravi_bad

⁹⁰ <http://plasticka-chirurgie.iobchody.com/historie-plasticke-chirurgie/>

⁹¹ http://ona.idnes.cz/historie-plasticke-chirurgie-uriznute-nosy-a-obnovovani-predkozky-11h-zdravi.aspx?c=A100904_220234_zdravi_bad

⁹² <http://plasticka-chirurgie.iobchody.com/historie-plasticke-chirurgie/>

Období rozkvětu zažila plastická chirurgie na konci 18. století, když britští chirurgové měli možnost sledovat práci indického zedníka, který prováděl rhinoplastiku člověku, který o nos přišel v tureckém vězení. Nechali se jím inspirovat a jeho metodu okopírovali a šířili jí dál po celé Evropě. V roce 1818 vyšla kniha Rhinoplastik, autorem byl Karl Ferdinand Graefe a tuto metodu v ní velmi propagoval. Byl první, kdo popsal operaci rozštěpu a očních víček.⁹³

V následujících letech si plastická chirurgie připisovala jeden úspěch za druhým. V roce 1792 provedl chirurg Chopard první operaci rtu, při níž použil kůži z krku. V roce 1814 úspěšně operoval Joseph Carpue britského důstojníka, který přišel o nos v důsledku otravy rtutí.⁹⁴ V roce 1827 provedl první americký plastický chirurg Dr. John Peter Mettauer zákrok napravení rozštěpu patra, přičemž použil nástroje, které sám vynalezl.

První světová válka přinesla mnoho příležitostí pro zdokonalení schopností a zkušeností plastických chirurgů. Zákroky byly prováděny na zraněných vojácích a převážně se týkaly rozdrcených kostí a řezných ran v obličeji.

V této době se prosadil Novozélandčan Sir Harold Gillies, který pečoval o vojáky a je považován za zakladatele moderní plastické chirurgie. Jeho metody byly rozšířeny jeho bratrancem a žákem Archibaldem Mc Indoe, který pomáhal vojákům s vážnými popáleninami, které utrpěli v boji. Roku 1946 byla Gillisem provedena první operace změny pohlaví, při níž přeoperoval ženu na muže.⁹⁵

Opravdový boom zažila plastická chirurgie v šedesátých a sedmdesátých letech. Zákroky se začaly provádět mnohem častěji a přibýlo i lékařů, kteří se o tento obor začali zajímat. V roce 1962 vyvinul Thomas Cronin první silikonové implantáty, které se v průběhu následujících deseti let začaly využívat na vylepšení téměř každé části těla.⁹⁶

⁹³ http://ona.idnes.cz/historie-plasticke-chirurgie-uriznute-nosy-a-obnovovani-predkozky-11h-/zdravi.aspx?c=A100904_220234_zdravi_bad

⁹⁴ Tamtéž

⁹⁵ <http://plasticka-chirurgie.iobchody.com/historie-plasticke-chirurgie/>

⁹⁶ http://ona.idnes.cz/historie-plasticke-chirurgie-uriznute-nosy-a-obnovovani-predkozky-11h-/zdravi.aspx?c=A100904_220234_zdravi_bad

4.2 Historie plastické chirurgie v České republice

Obrázek 13 Plastická chirurgie: František Burian



Zdroj: <http://www.achot.cz/detail.php?stat=145>

Zakladatelem plastické chirurgie v Česku byl František Burian. Své zkušenosti nabral především v období první světové války, když založil stanici plastické chirurgie v Temešváru. Ta byla po válce převedena pod nemocnici na Hradčanech. Nakonec se roku 1937 pracoviště definitivně usadilo v nemocnici na Královských Vinohradech, kde se stalo základem kliniky plastické chirurgie.

Klinika plastické chirurgie v Praze vznikla v roce 1948. Bylo založeno i oddělení pro léčbu popálenin, které přispělo k rozšíření preventivní péče na léčení pacientů s vnějšími vrozenými vadami tváře, genitálu, končetin a trupu, s nádorovým onemocněním kůže, popáleninami, poúrazovými stavy a s kosmetickými vadami.⁹⁷

František Burian vychoval celý zástup výborných plastických chirurgů, kteří pokračovali v jeho práci a stali se mistry svého oboru.⁹⁸ Profesor Arnold Jirásek se za spolupráce Františka Buriana v roce 1932 zasloužil o to, že plastická chirurgie byla uznána za samostatný obor a tak byla i přednášena na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy.⁹⁹

V současnosti se plastická chirurgie v České republice vyrovná světové úrovni a velkou část pacientů tvoří cizinci i z důvodu příznivější cenové relace.¹⁰⁰

Vzhledem k převratnému technickému vývoji se máme v tomto oboru zcela určitě na co těšit. Ale měli bychom si dát pozor, abychom tuto vášeň udrželi na uzdě a nesnažili se zastavit stárnutí za každou cenu. Snažme se stárnout esteticky a držet se přísloví „Všeho s mírou.“

⁹⁷ <http://plchir.lf1.cuni.cz/historie-plasticke-chirurgie-v-ceske-republice>

⁹⁸ <http://ordinace.nova.cz/clanek/novinky/plasticka-chirurgie-od-historie-do-soucasnosti.html>

⁹⁹ <http://plchir.lf1.cuni.cz/historie-plasticke-chirurgie-v-ceske-republice>

¹⁰⁰ <http://plasticka-chirurgie.iobchody.com/historie-plasticke-chirurgie/>

5. Kulturně podmíněný syndrom

Každá doba si utváří vlastní ideál krásy, který se odvíjí dle hospodářské a ekonomické situace. Univerzální ideál ženské krásy neexistuje, lze ho vnímat jako většinou uznávaný symbol, který je podmíněn místem, lidmi kolem nás a časem. Euro-americká kultura, kultura ekonomicky prosperujících a vyspělých zemí s dostatkem životních potřeb, jako je Evropa a Severní Amerika.¹⁰¹ V těchto zemích se vytvořil i nový rodinný model, povinností ženy již není stát se matkou, starat se o domácnost a děti. Dnes se může seberealizovat, má stejná práva a životní podmínky jako muži, je jim rovnocenná. I přes tuto skutečnost je tu tlak společnosti, který na ženu působí a považuje ji tak za špatnou matku i ženu. Novodobý model nám vnucuje myšlenku, buď ve všem nejlepší a stihni toho co nejvíc. Tím se však rozpadá starý rodinný model a mnohá manželství. Ženy se snaží vybudovat si kariéru a vysoké společenské postavy a tím se rodinný život odsouvá a začínají si ho budovat až kolem 30. roku života.¹⁰²

Euro-americká kultura je charakteristická tím, že vyznává vyhublý, v mnoha případech podvyživený, ideál krásy. To bohužel vede k vyhublosti i v jiných kulturách, které tento symbol krásy začínají přijímat za vlastní, i když pro jejich kulturu není zcela typický. Tuto davovou „psychózu“ - touhu po vyhublosti - způsobuje do velké míry globalizace, média, reklamy a migrace jiných etnik do euro-amerických zemí. To vše zapříčiňuje osvojování si cizích kulturních zvyklostí. S tím však ruku v ruce přichází anorexie a bulimie i tam, kde tyto poruchy příjmu potravy běžně nehrozí a šíří se tak do jiných kultur. Jednou z příčin tohoto podivného kultu vyhublosti je strach z obezity a chorob, které s sebou přináší. Tento vzor krásy přišel v 60. letech a v současnosti se dá mluvit i o tom, že pomalu upadá.¹⁰³ Začínají se objevovat první pokusy o prolomení této tradice, jako například týden módy v New Yorku, v jehož rámci proběhla přehlídka XXL. Tyto akce jsou známkou toho, že se trend opět mění a vyhublé modelky brzy přestanou být vzorem krásy. Je třeba však udržet tu správnou míru a nejít do extrému, jako v již zmíněném baroku. Za dokonalé by se mělo považovat normální

¹⁰¹ KOBÍKOVÁ, Z.: Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 5.

¹⁰² <http://veverkova.blog.idnes.cz/c/29310/Postaveni-zen-ve-svete.html>

¹⁰³ KOBÍKOVÁ, Z.: Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 5-6.

tělo s ženskými křivkami.¹⁰⁴ Výzkumy dokonce poukazují na fakt, že pro většinu mužů jsou atraktivní ženy s obléjšími tvary a křivkami ve tvaru „přesýpacích hodin“.

V tom se zcela liší kultura arabská, asijská a černošská. Tak jak se liší kultury, liší se i jejich symbol krásy. To, co se v jedné zemi považuje za přitažlivé, se může v jiné zemi považovat za odpudivé. Takový příklad nám předkládají země, kde vládne chudoba a hlad. Na těchto místech se považuje za ideál krásy plnoštíhlost, stejně jak tomu bylo v minulosti i v Evropě. Proto se na ideálu krásy vždy nejlépe shodnou lidé sdílející stejné kulturní zvyklosti.¹⁰⁵

Arabské ženy jsou pro muže atraktivní, pokud mají nadváhu. Je zde kladen důraz na tělesné znaky plodnosti a ideálu mateřství. Žena štíhlé postavy je pro ně znakem neplodnosti a nemoci, tudíž v této kultuře zcela nežádoucí. I přesto se i zde potvrzuje, že pokud ženy této kultury nějakou dobu pobývají v euro-amerických zemích, začnou se u nich projevovat patologické stravovací návyky. V muslimských zemích, kde jsou ženy pod nadvládou mužů, tyto poruchy příjmu potravy nehrozí, jelikož žena musí splňovat veškerá kritéria, aby plně uspokojila svého muže.¹⁰⁶

Statistiky prokázaly, že tyto ženy mají nejvíce plastických operací na světě i přesto, že chodí stále zahalené. Jejich přednostmi jsou převážně oči, ruce (někdy nosí rukavice) a chodidla.¹⁰⁷

Muslimské ženy podléhají staré tradici známé jako „závoj“ neboli hidžab. Hidžab je odvozenina ze slova hidžaba – v překladu úkryt před zraky. Tento oděv se nazývá i jako burka nebo nikáb. Burka i to, jestli má mít žena síťku přes oči, se liší podle země a výkladu koránu. Má zabránit sexuálním podnětům u jiných mužů. Tuto touhu by měla žena vzbuzovat pouze u svého muže. Hlavním cílem je skrýt její krásu nebo gesta, která by mohla vzbuzovat podezření o pokažené morálce. Závoj, který je součástí hábitu, má ženskou duši uchránit od slabosti, domýšlivosti a má udržet její morálku. Postavení žen v islámských zemích se liší dle státu i společenského postavení.

¹⁰⁴ <http://www.bety.cz/zdravi-a-zivotni-styl/clanky/804/Ideal-krasy-zenskeho-tela-aneb-Nebylo-nam-v-baroku-lip>

¹⁰⁵ HOGENOVÁ, A., *Kvalita života a tělesnost*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0457-4, s. 39-42

¹⁰⁶ KOBÍKOVÁ, Z.: Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy. In *Zpravodaj Anabell* č. 13. 2007, s. 7.

¹⁰⁷ <http://fpv.uniza.sk/orgpoz/krasa/historia.php>

Jejich postavení neurčuje pouze islám, ale i tradice, způsob jakým je korán vyložen a míra uplatnění práva šaría.¹⁰⁸

Obrázek 14 Muslimky



Zdroj: <http://www.atlanka.net/index.php?text=580-jeden-den-muslimky>

Asijské, indonéské a filipínské ženy mívají plnoštíhlou postavu, jelikož je známkou bohatství. Z tohoto důvodu dělají i nemožné, aby nabraly na váze. Z důvodů nedostatku jídla a peněz, za které by se dalo pořídit, si ženy na černém trhu kupují hormony pro krávy, díky kterým rapidně přibírají. Velmi tak hazardují se svým životem a to jen kvůli tomu, aby si získaly muže a byly v budoucnu zabezpečeny a chráněny. Hubenost je zde známkou nemoci a neplodnosti.¹⁰⁹

V Číně se používala do roku 1911 (někde se uvádí 1949) metoda nesoucí název Zlatá lilie (Zlatý lotos). Byl to způsob, při kterém se ženám svazovali nohy, aby jim nerostly, jelikož v této zemi byly malé nohy považovány za symbol krásy. Rituál byl praktikován již od třetího až sedmého roku života. Podstoupila ho téměř miliarda žen. Toto svazování způsobilo drastické zmrzačení, přičemž se obvazy musely namáčet do parfému, aby překryly hnilobný zápach tlejícího masa.¹¹⁰

Japonky bývají vždy spíše malého vzrůstu a štíhlé, jelikož mají kratší a tenčí kosti, je to dáno jejich genetickými predispozicemi.¹¹¹ Velkým trendem je co nejsvětější pleť, kterou si Japonky zajišťují používáním krémů s vysokým UV faktorem a další zvláštností je, že nepoužívají parfémy. Země vycházejícího slunce je velmi proslulá svými společnicemi, kterým se přezdívá Gejša. Jsou to dívky, které jsou vychovávány od 3-5 let. Jejich úkolem je se naučit umění zpěvu, tance, hraní

¹⁰⁸ <http://veverkova.blog.idnes.cz/c/29310/Postaveni-zen-ve-svete.html>

¹⁰⁹ KOBÍKOVÁ, Z.: Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 7.

¹¹⁰ <http://fpv.uniza.sk/orgpoz/krasa/historia.php>

¹¹¹ KUCHARIČOVÁ, M.: Glosa. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 8.

různorodých her, vaření speciálních čajů a s tím spojenými obřady, věnovat se dovednostem správné konverzace, aranžování květin. Gejši musely být všeobecně vzdělané. Tradiční líčení se vyznačovalo bílou tváří, rty v rudé barvě, bohatě zdobenými účesy. Nosily zlatem zdobená kimona.

Obrázek 15 Gejša



Zdroj: <http://mkvl.blog.cz/0805/gejsi>

Jak již bylo zmíněno i sem zapluly západní trendy. Ženy si barví vlasy do světlejších odstínů, často podstupují plastické operace víček. Dokonce podstupují velmi drastický zákrok a to chirurgické prodloužení noh, které lze prodloužit jen o 1-2 centimetry.¹¹²

Ženy v afrických zemích jsou považovány za méněcenné a během jejich života se jim často nedostane ani řádného vzdělání. Tomuto zvyku se absolutně nebrání, jelikož ho považují za běžný a vyznačují se až slepou poslušností. V mládí je jim prováděna velmi bolestivá rituální obřízka, která jim následně velmi zneprjemňuje pohlavní styk a může zapříčinit i smrt způsobenou silným krvácením nebo infekcí. Obřízka je prováděna proti jejich vůli v pouhých 13 letech, i když je to v rozporu s tamními zákony. V této zemi je velmi rozšířen virus HIV a následné onemocnění AIDS. Je to zapříčiněno mužskou promiskuitou a častými případy znásilnění, které jsou zde na denním pořádku.¹¹³ Černošky z Jižní Afriky jsou vysoké, svalnaté, s mohutnější pánví a rameny. Ty z pralesů měří pouze necelý metr a půl, jsou podsadité, mají břicho, krátké nohy a povislá ňadra.¹¹⁴ V Africe jsou považovány za symbol krásy hýždě.

¹¹² <http://fpv.uniza.sk/orgpoz/krasa/historia.php>

¹¹³ <http://veverkova.blog.idnes.cz/c/29310/Postaveni-zen-ve-svete.html>

¹¹⁴ KUCHARIČOVÁ, M.: Glosa. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 8.

Obrázek 16 Africká žena



Zdroj: <http://www.fototichy.eu/gallery/category/nid/192>

Wolfová chápe roli a symbol krásy žen v čase a kultuře převážně jako neměnnou, a i přes veškerou emancipaci, kterou ženy prošly, nepocítuje příliš velkou změnu v jejich postavení. Popisuje, jak nám tato společnost stále vnucuje myšlenku toho, abychom se stále staraly o svůj vzhled a následovaly nám předkládaný symbol krásy. Jinak se nejspíše nestaneme plnohodnotnými členy této společnosti. Tato myšlenka a vzor krásy je nám ponoukána jak v reklamách, televizních pořadech, tak i v časopisech. Ženy mají větší tendenci podléhat kulturním a módním vlivům i přesto, že působí na obě strany. Je to zapříčiněno modelem, který vládne světu již od nepaměti „ *Muži pozorují ženy. Ženy samy na sebe nahlízejí s vědomím, že jsou pozorovány. To určuje nejen vztah mužů k ženám, ale i vztah žen k sobě samým.*“¹¹⁵ Wolfová chápe ženskou roli jako podřízenou mužskému světu, kde žena nesmí být schopná a inteligentní. Měla by pouze krásně vypadat a starat se o svého muže a rodinu. Také si uvědomuje, jakou moc poskytuje ženská krása a že její spojení s inteligencí se může stát vražednou kombinací. Jelikož mnoho mužů se nechá ženskou krásou velmi unést.¹¹⁶

Je důležité, abychom se přijaly takové, jaké jsme, a vnímaly tak i své tělo. Měly bychom se pouze snažit o to, abychom vyzdvihly své kvality, ale ne násilnou cestou. Je také třeba legislativně usměrňovat média a přimět je k šíření jiných kulturních hodnot, jelikož právě média se zapřičiňují o globální šíření tohoto podivného a vyhublého ideálu krásy. Měli bychom se obecně pokusit nechat toto téma otevřené, aby měl každý možnost si utvářet vlastní hodnoty a vlastní symbol krásy.¹¹⁷

¹¹⁵ Wolf, N., *Mýtus krásy*. Bratislava: Aspekt, 2000. ISBN: 80-85549-15-8, s. 338

¹¹⁶ Wolf, N., *Mýtus krásy*. Bratislava: Aspekt, 2000. ISBN: 80-85549-15-8, s. 338

¹¹⁷ KOBÍKOVÁ, Z.: *Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy*. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007, s. 5-7.

6. Krása ze sociálně psychologického hlediska

„Celý svět je jeviště a všichni lidé na něm jenom herci: mají své příchody a odchody; za život každý hraje mnoho rolí v sedmero aktech.“¹¹⁸

William Shakespeare

V minulosti bylo lidské tělo vnímáno jako užitkový nástroj určený především pro práci, dnes je tomu jinak. V novověku se především preferuje tělesná krása, zdatnost a úspěch. Naše tělo je vnímáno jako nástroj, kterým dáváme najevo své kvality a společenské postavení.¹¹⁹ Na prvním dojmu, který si o nás člověk utvoří, se z 55 procent podílí vzhled, z 38 procent vystupování a hlas, a pouhých 7 procent vědomosti a obsah našeho sdělení. Ač si to neradi přiznáváme, tak vzhled ovlivňuje zásadně výsledky jednání. Mnoho skutečností dokazuje, že oči jsou rychlejším a přísnějším soudcem než analytické posouzení faktů.

V průběhu života každý z nás zastává několik sociálních rolí. Ty si vybíráme podle toho, jak chceme být danou společností či sociální skupinou vnímáni. Některé role jsou pro nás přirozené, druhé si volíme sami a vynakládáme pro jejich splnění určité úsilí. V průběhu naší komunikace si utváříme jeho obraz a představu o něm. Význam masky je zachován v masce, kterou nosíme. Při vytváření své image si sami určujeme, co vlastně chceme o sobě sdělit, které části našeho vnitřního já chceme projevit, a které potlačit.

Prostřednictvím masky se snažíme přizpůsobit okolnímu světu a jsme takoví, jací je potřeba být pro společnost. Takzvané mimikry jsou přírodní kamufláž pro člověka.

Někteří výzkumníci soudí, že obraz sebe sama, který člověk vnímá, je v mnoha případech jen obraz implementovaný jeho okolím. Tudíž nosíme takové masky, které jsou nám vnucené sociální skupinou či společností, do které patříme. Dle J. V. Česnova je v člověku utajená existence, která potlačuje svou vlastní osobnost a bojí se projevit.

Slovo „obraz“ se v poslední době asociuje s anglickým slovem „image“ (obraz, fasáda, role, motiv, reputace, maska, přesvědčení). Tento pojem lze vyjádřit jako vnímání veřejného já druhými lidmi. Image je dojem, který vzbuzujeme při komunikaci s určitou osobou. Psycholog M. S. Jampolsky píše: *„Tvář nám způsobuje muka: maska*

¹¹⁸ <http://monalisa.blogarchiv.cz/377439-cely-svet-je-jeviste-php>

¹¹⁹ <http://finexpert.e15.cz/prvni-dojem-je-dulezity-aneb-jak-dobre-zapusobit>

*chrání naši důstojnost, naši svobodu. Maska ochraňuje naši duši proti úšklebkům... Naladění se na masku nutí tělo převzít funkce obličeje, a z obličeje se stává tělo.*¹²⁰
Modernímu člověku je v dnešní době odepřena možnost sebevyjádření.

I přesto, že se společnost snaží člověka vtáhnout do svého systému vzájemných vztahů a povinností, každý z nás si vytvoří obranou bariéru proti tomuto pohlcení a to v podobě sebeidentifikace. Člověk se nikdy nebude chtít plně identifikovat se společností, a proto využívá svou image (společenskou masku).

Pro každého člověka je vhodným atributem pro maskování jeho vlastní tělo a obličej. Obličej dokáže dokonale odrážet naše emoce a i díky mimickým vráskám je možné částečně odhadnout povahu člověka. Pomocí kosmetiky či make-upu lze částečně upravovat emoční projevy naší tváře.¹²¹

Naše tělesné pohyby a postoje také odrážejí naše emocionální prožitky, mnoho těchto projevů je nevědomých a nesnadno se korigují. Na našem těle lze však korigovat jiné aspekty, a to naši proporcionalitu a oděv.

Již v prvním okamžiku o člověku velmi vypovídá jeho zevnějšek. Podle zevnějšku se lidé vzájemně posuzují. Vypovídá to o našem společenském postavení, dosaženém vzdělání, o našich osobních kvalitách i schopnostech. To vše je rozpoznatelné během několika okamžiků z našeho oděvu, make-upu, posturiky, hlasu a chování. Tyto jednotlivé složky naší image nám přinášejí jasnou informaci o tom, kdo je jejich nosič a co od něj můžeme očekávat.¹²²

Podstatou správné image je, co nejvíce zapůsobit, strhnout na sebe pozornost a posléze díky tomu ovlivnit chování druhých lidí. Image je také odrazem vývojového stupně dané společnosti a způsob, jak se dokážeme adaptovat k okolnímu prostředí.¹²³

Pět hlavních komponentů image:

- **Textura** neboli zevnějšek člověka (postava, tělesné proporce, rysy obličeje, barva pleti, vlasy)

¹²⁰ <http://www.drill.cz/?item=206>

¹²¹ <http://www.drill.cz/?item=206>

¹²² FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0, s. 51-53

¹²³ <http://books.google.cz/books?id=r2td9mXNUnkC&pg=PA66&dq=sebepojeti&hl=cs&sa=X&ei=YZXnUrl8yY7gBIO9gZAF&ved=0CFUQ6AEwBw#v=onepage&q=sebepojeti&f=false>

- **Role** neboli manýry (sociální statut, temperament, způsoby vystupování, řeč, hlas, lexikon, mimika, emoce)
- **Kostým** (vše, co nosíme: oblečení, obuv, pokrývky hlavy, make-up, účes, opálení, apod.)
- **Enturáž** (svět věcí a objektů, kterými se obklopujeme - interiér, automobil, technické vymoženosti, profesionální nástroje, doplňky apod.)
- **Příběh** (informace, které se dozvídáme o člověku - jméno, vzdělání, věk, charakter, fakta z jeho života, koníčky, etapy profesního růstu apod.)¹²⁴

Ze statistik vyplývá, že 60 až 70% lidí si především všimne toho, jak člověk vypadá, 30 až 35% si všimá způsobu chování, a pouhých 5 až 7% si všimne obsahu toho, co bylo řečeno.¹²⁵

6.1 První dojem

První dojem (efekt pořadí či efekt primarity) - naše vnímání informací o určitém jevu, situaci či osobě. Tento dojem bývá natolik silný, že ovlivňuje informace pozdější a naše tendence vnímat a posuzovat osobu na základě dříve získaných informací.¹²⁶ První dojem si utváříme během prvních čtyř minut od počátku setkání. Na základě vizuálních vjemů (tělesné rysy, řeč těla, vystupování, oblečení, upravenost) si vytváří úsudek 90% lidí. Obecně vnímáme charakteristické rysy v tomto pořadí: rasa, věk, velikost, výraz obličeje, oblečení, pohyb a držení těla.¹²⁷ Jsme ovlivněni okamžitým soudem založeným na asociačním spojení s povrchními znaky a tendenci zobecňovat (stereotypy, předsudky, haló-efekt).¹²⁸

S. E. Asch provedl roku 1946 výzkum týkající se tohoto jevu a zjistil, že první informace, kterou dostaneme, do velké míry ovlivňuje naše budoucí nahlížení na druhou osobu.

Pokud chceme na druhou stranu dobře zapůsobit, je důležité zaujmout hned od začátku. Velmi důležitým prvkem je úsměv, který navodí příjemnou atmosféru a pocit empatie. Základem je vhodně zvolený elegantní oděv, kde bychom se měli vyhýbat

¹²⁴ <http://emergencecz.wordpress.com/tag/image/>

¹²⁵ <http://www.drill.cz/?item=206>

¹²⁶ http://cs.wikipedia.org/wiki/Efekt_primarity

¹²⁷ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0, s. 10

¹²⁸ http://cs.wikipedia.org/wiki/Efekt_primarity

výstředním doplňkům a agresivním barvám. Oblečení by nám mělo dobře padnout, abychom se během schůzky cítili dobře a pohodlně. Je vhodné zvolit jemný parfém i líčení. Uzpůsobení naší vizáže by se mělo odvíjet od toho, s kým budeme jednat, na pohlaví účastníků a na povaze jednání. Styl a vzhled, který zvolíme, může navodit příjemnou atmosféru, nebo nám dodat na vážnosti a autoritativnosti.¹²⁹

Vzhled, celkové projevy a vystupování člověka jsou základní faktory, které rozhodují o tom, jak budeme okolím vnímáni a přijati. Je důležité nepodceňovat přípravu způsobu vyjadřování, prezentace a oděvu. Vše by mělo korespondovat s prostředím, ve kterém se budeme pohybovat.

Vzájemné vytváření obrazu vzniká na základě prvního dojmu během několika minut první schůzky. To může ovlivnit průběh celého jednání i budoucí vztahy mezi lidmi. Nonverbální komunikace a způsob vyjadřování je v rámci prvního dojmu velmi důležitý. Proto je dobré se chovat přirozeně, jelikož nepřirozená gesta jsou lehkou odhalitelná a v pozorovateli mohou zanechat dojem neupřímnosti a přetvářky.¹³⁰

6.1.1 Faktory ovlivňující vnímání druhých

- vzájemný vztah mezi lidmi (to jak vnímáme druhé je ovlivněno naším vztahem k dané osobě)

- optimista vnímá kladné vlastnosti, pesimista hlavně záporné
- často se lidé dopouštějí toho, že projektují své vlastnosti na vnímanou osobu
- člověk může být ovlivněn i předsudky a připisovat osobě vlastnosti, které jsou

pro danou skupinu typické

- do velké míry jsme ovlivněni tzv. prvním dojmem
- čím více informací získáme o druhém člověku, tím je naše představa přesnější
- pokud se vnímaný přetvařuje, zkresluje to naši představu o jeho osobě
- to jak vnímáme druhou osobu, může ovlivnit i jeho popularita

6.1.2 Chyby, kterých se dopouštíme

- Haló efekt - necháme se ovlivnit jedním výrazným rysem, ať už pozitivním či negativním

¹²⁹http://books.google.cz/books?id=Pj0_0WwE4bkC&pg=PA69&dq=prvniho+dojem&hl=cs&sa=X&ei=rNvwUsGrOJOSHgeulYD4CA&ved=0CC4Q6AEwAA#v=onepage&q=prvniho%20dojem&f=false 69

¹³⁰ <http://finexpert.e15.cz/prvni-dojem-je-dulezity-aneb-jak-dobre-zapusobit>

- První dojem – necháme se ovlivnit první dojmem natolik, že to působí i na naše budoucí poznávání dané osoby
- Logická chyba - na základě zkušeností předpokládáme, že některé vlastnosti a projevy spolu logicky souvisí
- Efekt mírnosti – posuzujeme někoho mírněji jen z důvodu naší náklonosti k jeho osobě
- Efekt sociálního postavení – přisuzujeme člověku takové vlastnosti, které jsou pro jeho profesi a postavení typické
- Projekce – promítáme své vlastnosti do druhého
- Předsudky a stereotypy – zjednodušené a zkreslené hodnocení osob, kterým přisuzujeme rysy, které jsou jim často připisovány¹³¹

6.2 Sebepojetí

Sebepojetí je celková představa o vlastní osobě, které má prvky kognitivní (sebepoznání, sebe-definování), emocionální (sebehodnocení, sebeúcta) a činnostně regulativní (sebeprosazování, sebeuplatnění, sebekontrola).

Vnímání sebe sama, pocity a úvahy o našich pozitivních a negativních vlastnostech a schopnostech. Představu o sobě můžeme odvozovat také z představ, které o nás mají druzí, ze srovnání s ostatními, kulturních návyků a hodnocení vlastního chování a myšlenek.¹³²

6.2.1 Jak nás vnímají druzí

To lze vyložit z takzvaného zrcadlového jáství, můžeme sledovat svůj odraz tím, jak s námi ostatní komunikují. Tento obraz však nelze vysledovat u kohokoli, ale u lidí, kteří v našem životě hrají důležitou roli, například intimní partner, rodina, přátelé. Pokud o nás smýšlí pozitivně, bude se to odrážet v jejich chování vůči naší osobě, a naopak.

¹³¹ <http://www.venzkrabice.cz/files/uploads/materialy/vzk3-jaro/prezentace/Prezentace%20Roman%20Kufa.pdf>

¹³² <http://books.google.cz/books?id=r2td9mXNUnkC&pg=PA66&dq=sebepojeti&hl=cs&sa=X&ei=YZXnUrl8yY7gBIO9gZAF&ved=0CFUQ6AEwBw#v=onepage&q=sebepojeti&f=false>

6.2.2 Srovnání s ostatními

Další možností, jak získat obraz sebe sama, je porovnání naší osoby s jinými lidmi, nejlépe sobě rovnými. Například pokud vykonáváme nějaký sport, bude pro nás důležité znát výsledky našich výkonů v porovnání s ostatními. Takovéto srovnání nám přináší pohled z jiné perspektivy.

6.2.3 Kulturní vlivy

Naše kultura nám vštěpuje mnoho názorů, postojů a hodnot, kterými bychom se měli řídit jak v pracovním tak i osobním životě. Poskytuje nám měřítko, dle kterých se můžeme hodnotit. Pokud v dané kultuře stojíme na vysokém žebříčku úspěšnosti, přispívá to k pozitivnímu vnímání naší osoby.

Pro sebepojetí jsou také důležité faktory týkající se role pohlaví. Ty určují projevy chování mužů a žen. Existuje také známá klasifikace kultur z hlediska převládání ženského nebo mužského prvku. V ženské kultuře jsou lidé vedeni ke skromnosti a jsou zdůrazňovány blízké interpersonální vztahy. Konflikty se řeší kompromisem. V mužské kultuře jsou lidé vedeni k soutěživosti, ambicióznosti a asertivitě. Konflikt řeší přímo a „bojem“.

Pokud projevíme vlastnosti uznávané naší kulturou, dočkáme se ocenění a pozitivního obrazu.

6.2.4 Interpretace a hodnocení vlastní osoby

To je jak si v daném okamžiku rekonstruujeme, chápeme a hodnotíme své chování. To znamená, že pokud jednáme v rozporu s naším vnitřním přesvědčením, vnímáme to negativně.¹³³

6.3 Tělesné sebepojetí

Vytvoření postoje k vlastnímu tělu, který zaujímáme na základě obrazu utvořeného o těle, jeho vzhledu a funkčnosti. Zahrnuje vlastní hodnocení i postoje našeho okolí.

Tělesné sebepojetí souvisí s prožíváním tělesných proporcí, které je subjektivní a těžko měřitelné. V rámci sebepojetí hraje vnímání těla velkou roli. *„Především představy o výšce, hmotnosti, stavbě těla, obličeje, vlasech, očích, hlasu a jejich*

¹³³<http://books.google.cz/books?id=r2td9mXNUnc&pg=PA66&dq=sebepojeti&hl=cs&sa=X&ei=YZXnUr18yY7gBIO9gZAF&ved=0CFUQ6AEwBw#v=onepage&q=sebepojeti&f=false>

oceňování mají význam pro přijetí či odmítnutí vlastního těla, ztotožnění se s ním, či odcizení se tělu.“ Tento obraz je ovlivněn ideálem krásy, který daná společnost uznává.

Dle Hohlera (1981) je krása lidského těla spojením vrozených dispozic a působením kulturních a společenských faktorů, které určují normy estetického ideálu, tím formují osobnost člověka jak po tělesné, tak i duševní stránce. Z estetického hlediska bývá často hodnocená tvarová složka subjektu, aniž by byl brán v potaz účel, či zdravotní hledisko.¹³⁴

6.4 Sebe prezentace

Sebe prezentace (impression management) je nedílnou součástí našeho života. Jedná se o proces, kdy kontrolujeme dojmy a obraz naší osoby u druhých lidí. Tato regulace informací může být vědomá i nevědomá. To souvisí s hlubší vnitřní strukturou naší osobnosti.

Naše sebevyjádření provádíme každým pohybem nebo činností, prostřednictvím vlastního těla. Dalším prostředkem je tvar a barva našeho těla, oči, vlasy a hlas. To vše slouží k identifikaci našeho druhu a individua. Tento projev je z velké části nevědomý, lze na něm však pracovat a utvořit z něj i vědomý projev. Jako vhodný příklad lze použít mluvenou řeč. Slova jsou naše naučené reakce, ale řeč obsahuje více komponentů než jen slova a věty, například rytmus, tón a modulaci. Ty jsou ve velké míře spontánní a individuální. Dodávají našemu vyjadřování bohatost.

Osobnost člověka se odráží i v jeho hlase a intonaci. Zvučný, bohatý hlas plný nízkých a vysokých tónů, jež mu dodávají na libozvučnosti, působí na druhé příjemně a poukazují na způsob našeho života. Člověk, který těchto jazykových prvků nevyužívá, mluví monotónně, tiše a jeho projev na nás působí unaveně. Tak v nás zanechá dojem plachosti a určité omezenosti.

Slovo osobnost (persona) se skládá ze dvou kořenů. První je odvozen z latinského persona, což bylo označení masky, které nosili herci. V tomto smyslu je osobnost vnímána jako role, kterou během svého života přijímáme. Rozložením slova na per a sona, nám dává význam přes zvuk. Podle toho je osobnost člověka odražena

¹³⁴ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0, s. 51

v jeho hlase. Lze tedy říci: „*Chceš-li poznat člověka, nesoustřed' se na masku, ale poslouchej jeho hlas.*“¹³⁵

6.5 Životní styl

V průběhu života lidé přebírají různé zvyky, módu, trávení volného času a v tom směru jsou ovlivněni konzumem. Tato konzumní éra, která prostoupila postmoderní společnost, zrušila hodnotu i extenzi tradic a zvyků, což vedlo ke vzniku mezinárodní kultury. To způsobilo, že lidé postmoderní společnosti jsou otevřeni společenským změnám a osobní transformaci i v oblastech jako je životní styl.¹³⁶

Život každého jedince je ovlivněn společenským nátlakem, který je pro danou společnost charakteristický, zde existují další směrnice určené pro jedince s různým společenským postavením a uvádějí události, kterých by měl člověk dosáhnout, dokonce i v jakém věku by to mělo být.¹³⁷

Úroveň našeho životního stylu ovlivňuje mnoho faktorů, jako je vzdělání, profesionální postavení, životní styl, rodina, původ, dalším nepříliš výrazným vlivem je věk a s naprosto minimální důležitostí je pohlaví jedince. Existuje tvrzení, že společenské statusy se liší dle materiálního zabezpečení, prestiže a moci. V postmoderní společnosti je velmi důležité vzdělání, které se váže k naší budoucí profesi a pak prostřednictvím příjmu ovlivňuje naši životní úroveň i společenské postavení. Vzdělání má totiž dvě důležité funkce, první je enkulturační funkce, což je všeobecný přehled. Za druhé se jedná o získání praktické kvalifikace, pro budoucí uplatnění zprostředkované trhem práce.¹³⁸

Věk a pohlaví jsou znaky, které jsou znatelné již na první pohled a ovlivňují to, jak s námi bude naše okolí jednat. Každá společnost určuje nějaké konvence v oblékání, účesech atd. Jejich nedodržování je považováno za úchytku. Je tedy zřejmé, že s těmito znaky lze manipulovat. Můžeme tedy vyvolat falešnou vidinu nižšího nebo vyššího věku, či jiného pohlaví.

¹³⁵ <http://www.vivia.cz/sebevyjadreni-a-hlas>

¹³⁶ LIPOVETSKY, Gilles. *Éra prázdnoty: Úvahy o současném individualismu*. Praha: Prostor, 2003. ISBN 80-7260-085-0, s. 260-272

¹³⁷ *Mládež na křižovatce. Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeižace a informatizace*, Praha : Svoboda Servis, 2004, ISBN 80-86320-33-2, s. 240

¹³⁸ TUČEK, Milan. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí.* Praha: SLON, 2003. ISBN 80-86429-22-9, s. 428

Příslušnost ke skupině je charakteristická společným stylem oblékání, šperky, ozdob, tetování a účesy. Tyto jednotlivé prvky vypovídají o společenském postavení skupiny, jejich vizích a společných aktivitách. Bývají často odrazem nějakého přesvědčení a životního stylu (hippies, rockeři, punkeři).

Některá zaměstnání jsou charakteristická specifickými oděvy (talár, oblek, uniformy, pláště). Ve velké míře vypovídají o svém nositeli.

Individuální osobní znaky jedince značně odlišují. Extrovertní a společenší lidé dávají přednost sytým a světlým barvám, často preferují i vlastní módní trendy. Introverti a konformisté se nenechávají unášet módními trendy a výstřelky, jejich oblečení často nemá nic společného s podporou komunikace.¹³⁹

Volný čas je další důležitou složkou našeho života a je výrazem subjektivní stránky jedince, jeho zájmů a potřeb. Volný čas je také systémově propleten s danou společností, které odpovídají určité vzorce chování, zvyky a tradice.¹⁴⁰

Pro každou společnost jsou typické určité tradice a móda, která se během let přebírá, nahrazuje a posléze opět obnovuje. Jedinec tyto vzory napodobuje, aby uspokojil svou potřebu sociální opory. Móda určuje základ, kterým se všichni nechají vést, ale také může být prostředkem sebe odlišení. Móda současnosti je velmi individuální a plná mnoha stylů, tím se liší od historických etap.

Na základě všech zmíněných složek utváříme sebe sama a tím i naše postavení a přijetí ve společnosti. Necháváme se inspirovat sportem, hudbou i lidmi, které potkáváme. Veškeré tyto zkušenosti a setkání utvářejí naši osobnost a image. Pro člověka je přirozené se přizpůsobovat okolním vlivům, zdokonalovat se a působit na druhé. Pro každého z nás je důležitý pocit sounáležitosti a přijetí.

Své tělo můžeme považovat za umělecké dílo, obraz naší duše, obraz toho kým jsme. To vše dáváme najevo svou vizáží, vyjadřováním a chováním.

¹³⁹ FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0

¹⁴⁰ *Mládež na křižovatce. Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-86320-33-2, s. 240

Závěr

Symbol krásy se v čase a kultuře stále proměňuje. Jak již bylo v této práci několikrát zmíněno, je mnoho faktorů, které ovlivňují naše vnímání v tom, co je krásné a co ne. Proto je tento pojem velmi relativní a nedá se jej přímo definovat. V průběhu našeho života na každého z nás působí mnoho vlivů, jako například výchova, kultura, prostředí, ve kterém žijeme, a mnoho dalších. To vše ovlivňuje naše vnímání, vzorce chování a následného jednání. To zapříčiňuje velkou odlišnost názorů na ideál krásy.

Ideál krásy těl se stále měnil a mění, totéž však nemůžeme tvrdit o rysech v obličejí. Barvy vlasů a pleti přicházejí a odcházejí ve vlnách aktuálních trendů doby. Když porovnáme veškeré krásky naší doby, vždy měly něco společného: velké oči, výrazné rty, mírně vypadlá líčka a vyšší čela. Tyto rysy jsou námi podvědomě vnímány jako dokonalé. A je vědecky dokázáno, že čím větší symetrie panuje v naší tváři, tím více jsme pro naše okolí atraktivní. Po dopsání této práce bylo zjištěno, že již od nepaměti nás spojuje jedno, a to touha po tom se líbit. Proto podstupujeme plastické operace a destruktivní diety, abychom v co největší míře splňovali tento vzorec atraktivity.

Denně jsou nám v mediích, reklamách a módních časopisech prezentovány nezdravě vyhublé modelky s abnormální výškou a pletí bez jediné chybičky. Tyto fotografie a obrazy jsou však často výsledkem několikahodinového retušování ve Photoshopu. Cílem je veřejnosti ukázat "bezchybné tělo". Ostatní je nepřípustné. Štíhlost se stává metaforou úspěšného života. Lidé, kteří tento vzor dokonalosti a bezchybnosti splňují, trpí převážně mentální anorexií. A i přes to, že na tuto nemoc zemře ročně tisíce lidí, je nám vyhublost stále podsouvána jako symbol krásy a zdraví.

Takto má podle naší společnosti vypadat ideál krásy, díky němuž dosáhneme i dokonalého života. Můžeme si také povšimnout, že ve filmech, seriálech a reklamách nebývají zobrazovány ženy při těle, které odporují dnešnímu vyhublému trendu, jako hlavní hrdinky. Ani nikde nevidíme ženu, která má brýle, rovnátka, nedokonalou pleť a která není příliš atraktivní. Toto můžeme vidět jen za předpokladu, že se v závěru dění promění v půvabnou krásku. Obyčejným dívkám se podle našich medií nikdy nesplní sen o zámku a krásném princí. Jen krásný a štíhlý člověk má nárok si žít utopickým životem.

Ženy přijímají svůj úděl a snaží se společenským a kulturním nátlakům vyhovět, aby byli plnohodnotnými členy v systému, který je nastaven. Nejen však ženy, ale my všichni podléháme tomu, co nám naše společnost předkládá. Ať se jedná o náš vzhled, automobil, vzdělání či společenské postavení. Vždy budeme podléhat kulturně podmíněnému syndromu.

Žijeme ve světě, který jsme si sami nastavili a utvořili, utvořili k vlastnímu obrazu, a pokud je tento obraz pokřivený, jen my jsme viníky. To, co bylo dříve symbolem mateřství, plodnosti a krásy, je dnes odsuzováno a spojováno s nemocí a chudobou. Ženy již v minulosti podstupovali nesmyslné, bolestivé a životu nebezpečné zákroky jen proto, aby našli zalíbení v očích druhých. Na tomto faktu se nic nemění.

Je až alarmující, jakým způsobem si necháváme vnucovat, co je a není krásné. *„Je třeba upozornit na skutečnost, že ještě před dvaceti lety byla průměrná váha ženy jen asi o šest kilogramů vyšší, než průměrná váha modelky. Dnes tento rozdíl činí téměř dvacet kilo. To, že je něco v módě, ještě neznamena, že je to automaticky krásné.“¹⁴¹*

Neměli bychom natolik podléhat vnějším vlivům, ale měli bychom se více zaměřit na utváření vlastních hodnot a norem pro určení krásy. Vnímat to, co je nám opravdu libé a vyvolává v nás příjemné pocity okouzlení. Naučit se mít rádi taková, jací jsme. Soustředit se na to, co lze ovlivnit vlastními silami a zaměřit se i na svou vnitřní krásu, která je nedílnou součástí krásy fyzické, jak již jednou bylo řečeno mysliteli starého Řecka.

Tento citát dokonale vystihuje, jak bychom měli vnímat sami sebe a svět kolem nás.

„Nemůžeme si vybrat, kolika let se dožijeme, ale můžeme si sami zvolit, kolik života našim létům dokážeme dát. Nemůžeme ovlivnit krásu naší tváře, ale můžeme ovlivnit její výraz. Nemáme kontrolu nad těžkými okamžiky života, ale můžeme si je ulehčit. Nemůžeme ovlivnit negativní atmosféru celého světa, ale můžeme ovlivnit atmosféru, která panuje v naší mysli. Často se snažíme ovlivňovat věci, se kterými

¹⁴¹ <http://slecna.info/dusevno/idealy-versus-realita-co-je-to-zenska-krasa/>

*nemůžeme nic dělat. Příliš málo se snažíme ovlivňovat to, co je v našich silách, naše postoje.*¹⁴²

John C. Maxwell

¹⁴² <http://citaty.pelmel.info/citaty/c33-vlastni-cesta>

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

- BAHNÍK, V. *Slovník antické kultury*. Praha: Svoboda-Libertas, 1974. ISBN 25-119-74
- FIALOVÁ, L. *Jak dosáhnout postavy snů: Možnosti a limity korekce postavy*. Praha: GradaPublishing, 2007. ISBN 978-80-247-1622-0
- FIALOVÁ, L. *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: GradaPublishing, 2006. ISBN 80-247-1350-0
- GRANT, M. *Klasické Řecko*. Praha: BB art, 1999. ISBN 80-7257-079-X
- HELLER, J., O. Pecinovská, *Pavučina závislosti: Alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. Praha: Togga, 2011. ISBN 978-80-87258-62-0
- HOGENOVÁ, A. *Kvalita života a tělesnost*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0457-4
- KOBÍKOVÁ, Z.: *Euroamerický podvyživený ideál ženské krásy*. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007.
- Kolektiv autorů: *Srov. Slovník antické kultury*. Praha: Svoboda, 1974. 1. vyd., ISBN 25-119-74
- KRCH, F. D., *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-598-9
- KUCHARIČOVÁ, M.: Glosa. In Zpravodaj Anabell č. 13.2007.
- LANDEROVÁ, M., B. KOPIČKOÁ, J. BUREŠOVÁ a E. MAUR, *Žena v českých zemích od středověku do 20. století*. Praha: Lidové noviny, 2009. ISBN 978-80-7106-988-1
- LIPOVETSKY, G., *Éra prázdnoty: Úvahy o současném individualismu*. Praha: Prostor, 2003. ISBN 80-7260-085-0
- Mládež na křižovatce: Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-86320-33-2
- SKLENÁŘ, K., Z. SKLENÁŘOVÁ, M. SLABINA, *Encyklopedie pravěku v Čechách, na Moravě a ve Slezsku*. Praha: Libri, 2002. ISBN 80-7277-115-9
- TUČEK, M., *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: SLON, 2003. ISBN 80-86429-22-9
- UMBERTO, E., *Dějiny krásy*. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7
- WOLF, N., *Mýtus krásy*. Bratislava: Aspekt, 2000. ISBN: 80-85549-15-8
- ZICH, O., *Sokolstvo s hlediska estetického*. 1. vyd., Praha: Československá obec sokolská, 1920.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

LINDSEY, H., L. COHN, *Bulimia: A Guide to recovery*, Carts bad California, 1999, ISBN 0-936077-31-X

Seznam použitých internetových zdrojů

Aktin. Anorexie vs. bulimie [online]. Dostupné z: <http://www.aktin.cz/clanek/805-anorexie-vs-bulimie>

Anorektička. Kdy vyhledat lékaře. [online]. Dostupné z: <http://www.anorekticka.cz/kdy-vyhledat-lekare/>

Bety. Zdraví životní styl. [online]. Dostupné z: <http://www.bety.cz/zdravi-a-zivotni-styl/clanky/804/Ideal-krasy-zenskeho-tela-aneb-Nebylo-nam-v-baroku-lip>

Books-Google. První dojem. [online]. Dostupné z: http://books.google.cz/books?id=Pj0_0WwE4bkC&pg=PA69&dq=prvniho+dojem&hl=cs&sa=X&ei=rNvwUsGrOJOShgEuYD4CA&ved=0CC4Q6AEwAA#v=onepage&q=prvniho%20dojem&f=

Books-Google. Sebepojetí. [online]. Dostupné z: <http://books.google.cz/books?id=r2td9mXNUnkC&pg=PA66&dq=sebepojeti&hl=cs&sa=X&ei=YZXnUrI8yY7gBIO9gZAF&ved=0CFUQ6AEwBw#v=onepage&q=sebepojeti&f=false>

Citáty- Pelmel. Vlastní cesta. [online]. Dostupné z: <http://citaty.pelmel.info/citaty/c33-vlastni-cesta>

Co je co. Esencialismus. [online]. Dostupné z: http://www.cojeco.cz/index.php?id_desc=24783&slang=2&detail=1&title=esencialismus

Cs- Wikipedia. Anorexie. [online]. Dostupné z: http://cs.wikipedia.org/wiki/Ment%C3%A1ln%C3%AD_anorexie

Cs- Wikipedia. Efekt primarity. [online]. Dostupné z: http://cs.wikipedia.org/wiki/Efekt_primarity

Cs- Wikipedia. Krása. [online]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Kr%C3%A1sa>

Cs- Wikipedia. Rokoková móda. [online]. Dostupné z: http://cs.wikipedia.org/wiki/Rokokov%C3%A1_m%C3%B3da

Cs- Wikipedia. Marilyn Monroe. [online]. Dostupné z: http://cs.wikiquote.org/wiki/Marilyn_Monroe

Drill. [online]. Dostupné z: <http://www.drill.cz/?item=206>

Emergencecz. Wordpress. Image. [online]. Dostupné z: <http://emergencecz.wordpress.com/tag/image/>

FDB. Marilyn Monroe. [online]. Dostupné z: <http://www.fdb.cz/lidi-zivotopis-biografie/20673-marilyn-monroe.html>

Finexpert. První dojem je důležitý aneb jak dobře zapůsobit. [online]. Dostupné z: <http://finexpert.e15.cz/prvni-dojem-je-dulezity-aneb-jak-dobre-zapusobit>

Fitnessstv. Život a móda 20. let. [online]. Dostupné z: <http://www.fitnessstv.cz/zivot-a-moda-20-let>

FPV- Uniza. Historie krásy. [online]. Dostupné z: <http://fpv.uniza.sk/orgpoz/krasa/historia.php>

Jen pro ženy. Neuvěřitelné! Jak žily ženy v pravěku. [online]. Dostupné z: <http://www.jenprozeny.cz/duse/24707-neuveritelne-jak-zily-zeny-praveku?page=0,1>

Klapetek- Blog. Afrodíté bohyně krásy a lásky [online]. Dostupné z: <http://klapetek.blog.cz/1103/afrodite-bohyne-krasy-a-lasky>

Leccos. Konvencionalismus. [online]. Dostupné z: <http://leccos.com/index.php/clanky/konvencionalismus>

Lidovky. Pravěké ženy v domácnosti. [online]. Dostupné z: http://www.lidovky.cz/praveke-zeny-v-domacnosti-09q-/ln_veda.asp?c=A060322_131029_ln_veda_fho

Maminka. Venuše, Twiggy, Marylin - Jak doba mění ženský ideál krásy. [online]. Dostupné z: <http://www.maminka.cz/clanek/jen-pro-maminku/venuse-twiggy-marylin-jak-doba-meni-zensky-ideal-krasy>

Mladá žena-maminka. Co prozrazují skříňky s líčidly - Baroko, rokoko, empír [online]. Dostupné z: <http://mladazena.maminka.cz/scripts/detail.php?id=362927>

Moda. 20. léta. [online]. Dostupné z: http://www.moda.cz/Kategorie/Styl_a_trendy/DvacataLeta.html

Modniarena. Retro a vintage styl, móda 40. let. [online]. Dostupné z: <http://www.modniarena.cz/inspirace/retro-a-vintage-styl-moda-40-let.html>

Moje-rodina. Krása v proměnách času. [online]. Dostupné z: <http://www.moje-rodina.cz/krasa-a-styl/krasa-v-promenach-casu>

Monalisa. Blogarchiv. Celý svět je jeviště. [online]. Dostupné z: <http://monalisa.blogarchiv.cz/377439-cely-svet-je-jeviste-php>

Mvintage. Móda. [online]. Dostupné z: <http://mvintage.ic.cz/moda.html>

My-thinspirations.blog. Návod na anorexii. [online]. Dostupné z: <http://my-thinspirations.blog.cz/en/1304/navod-na-anorexii-d>

Naposledy-blog. Anorexie- bulimie. [online]. Dostupné z: <http://naposledy.blog.cz/rubrika/anorexie-bulimie>

Nekorektní - hubnutí. Důsledky. [online]. Dostupné z: <http://nekorektni-hubnuti.cz/users/files/poruchy-prijmu/5c-Dusledky.pdf>

Nemoci-vitalion. Anorexie. [online]. Dostupné z: <http://nemoci.vitalion.cz/anorexie/>

Novinky. Twiggy - Odstartovala módu anorektických modelek. Dnes proti nim bojuje. [online]. Dostupné z: <http://www.novinky.cz/zena/styl/179262-twiggy-odstartovala-modu-anorekticky-ch-modelek-dnes-proti-nim-bojuje.html>

Odpovědi. Co je to krása. [online]. Dostupné z: <http://www.odpovedi.cz/otazky/co-je-to-krasa>

Ona-idnes. Historie plastické chirurgie: uříznuté nosy a obnovování předkožky. [online]. Dostupné z: http://ona.idnes.cz/historie-plasticke-chirurgie-uriznute-nosy-a-obnovovani-predkozky-11h-/zdravi.aspx?c=A100904_220234_zdravi_bad

O-nás-pro-vás-estranky. Příznaky a projevy anorexie. [online]. Dostupné z: <http://www.o-nas-pro-vas.estranky.cz/clanky/hubnuti/priznaky-a-projevy-anorexie...html>

Ordinace-nova. Plastická chirurgie – od historie do současnosti. [online]. Dostupné z: <http://ordinace.nova.cz/clanek/novinky/plasticka-chirurgie-od-historie-do-soucasnosti.html>

Plastickachirurgie. Co je plastická chirurgie. [online]. Dostupné z: <http://www.plastickachirurgie.com/co-je-plasticka-chirurgie-f28.html>

Plchir-lf1-cuni. Historie plastické chirurgie v české republice. [online]. Dostupné z: <http://plchir.lf1.cuni.cz/historie-plasticke-chirurgie-v-ceske-republice>

Procproto. Králové to s čistotou nepřeháněli. [online]. Dostupné z: <http://procproto.cz/zajimavosti-a-novinky/kralove-to-s-cistotou-neprehaneli/>

Retromanie. Twiggy- životopis. [online]. Dostupné z: <http://retromanie.webnode.cz/modni-ikony/twiggy/zivotopis/>

Sites-google. Afrodíté. [online]. Dostupné z:

<https://sites.google.com/site/starovekebajeapovesti/afrodite>

Slecna-info. Ideály versus realita: Co je to ženská krása. [online]. Dostupné z:

<http://slecna.info/dusevno/idealy-versus-realita-co-je-to-zenska-krasa/>

Studentpoint. 60. léta vychrtlá Twiggy a sexuální revoluce. [online]. Dostupné z:

<http://www.studentpoint.cz/218-moda-styl/8121-60.-leta-vychrtla-twiggy-a-sexualni-revoluce>

Superrodina. Ženská krása v proměnách času. [online]. Dostupné z:

<http://www.superrodina.cz/2011/09/26/zenska-krasa-v-promenach-casu/>

Teepek. Jak se měnil ideál krásy. [online]. Dostupné z: [http://www.teepek.cz/skaut-](http://www.teepek.cz/skaut-in/teepekuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/)

[in/teepekuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/](http://www.teepek.cz/skaut-in/teepekuv-styl/2406-jak-se-menil-ideal-krasy/)

Topzine. Marilyn Monroe vychází téměř 50 let od její smrti kniha s exkluzivním materiálem. [online]. Dostupné z: <http://www.topzine.cz/marilyn-monroe-vychazi-po-temer-padesati-letech-po-jeji-smrti-kniha-s-exkluzivnim-materialem>

Ven z krabice. Význam fyzického vzhledu v kariéře. [online]. Dostupné z:

<http://www.venzkrabice.cz/files/uploads/materialy/vzk3-jaro/prezentace/Prezentace%20Roman%20Kufa.pdf>

Veverkova-blog-idnes. Postavení žen ve světě. [online]. Dostupné z:

<http://veverkova.blog.idnes.cz/c/29310/Postaveni-zen-ve-svete.html>

Vivia. Sebevyjádření a hlas. [online]. Dostupné z: <http://www.vivia.cz/sebevyjadreni-a-hlas>

Životopis-osobnosti. Isabelle Caro. [online]. Dostupné z:

<http://zivotopis.osobnosti.cz/isabelle-caro.php>

Životopis-osobnosti. Leslie (Twiggy) Hornby. [online]. Dostupné z:

<http://zivotopis.osobnosti.cz/leslie-twiggy-hornby-i.php>

Životopis-osobnosti. Marilyn Monroe. [online]. Dostupné z:

<http://zivotopis.osobnosti.cz/marilyn-monroe.php>

SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK

Seznam obrázků:

Obrázek 2: Věstonická venuše	14
Obrázek 2: Nefertiti	16
Obrázek 3: Žena středověku	18
Obrázek 4: Žena 17.-18. století	19
Obrázek 5: Žena 19. století	20
Obrázek 6: Žena 20. století Audry Hepburn	23
Obrázek 7: Žena 21. století Angelina Jolie	24
Obrázek 8: Marilyn Monroe	24
Obrázek 9: Twiggy	26
Obrázek 10: Isabelle Caro	34
Obrázek 11: Plastická chirurgie: první rekonstrukce obličeje	35
Obrázek 12: Plastická chirurgie: výsledek první rekonstrukce obličeje	35
Obrázek 13: Plastická chirurgie: František Burian	39
Obrázek 14: Muslimky	42
Obrázek 15: Gejša	43
Obrázek 16: Africká žena	44

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A - Věstonická Venuše

Příloha B - Nefertiti

Příloha C - Žena středověku

Příloha D - Žena 17.-18. století

Příloha E - Žena 19. století

Příloha F - Žena 20. století Audry Hepburn

Příloha G - Žena 21. století Angelina Jolie

Příloha H - Marilyn Monroe

Příloha CH - Twiggy

Příloha I - Isabelle Caro

Příloha J - Plastická chirurgie: první rekonstrukce obličeje

Příloha K - Plastická chirurgie: výsledek první rekonstrukce obličeje

Příloha L - Plastická chirurgie: František Burian

Příloha M - Muslimky

Příloha N - Gejša

Příloha O - Africká žena

PŘÍLOHY

Příloha A – Věstonická Venuše



Zdroj: <http://www.mezinami.cz/bud-v-obraze/politika/prava-zen-2-postaveni-zeny-v-praveku/>

Příloha B – Nefertiti



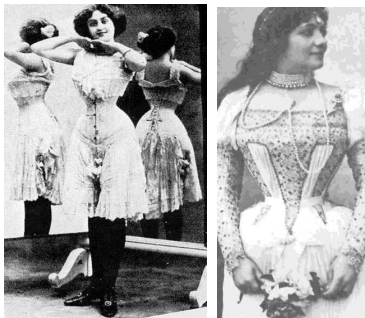
Zdroj: <http://www.ceskatelevize.cz/ct24/svet/206258-nefertiti-nadherna-zena-prichazi-patri-berlinu-nebo-kahire/>

Příloha C – Žena středověku



Zdroj: <http://www.glogster.com/purple55/the-middle-ages/g-6mp8t9a9q5ea5o7v47a9va0>

Příloha D – Ženy 17.-18. století



Zdroj: <http://www.korzetorium.cz/do-18-stoleti-2.html#G1535>

Příloha E – Žena 19. století



Zdroj: <http://la-duchesse.blog.cz/0910/korzety-19-stoleti>

Příloha F – Žena 20. století Audrey Hepburn



Zdroj: <http://iamanenglishrose.blogspot.cz/2009/11/on-how-to-be-lovely-audrey-hepburn-on.html>

Příloha G – Žena 21. století Angelina Jolie



Zdroj: <http://www.fanpop.com/clubs/angelina-jolie/images/28590815/title/angelina-jolie-photo>

Příloha H – Marilyn Monroe



Zdroj: <http://www.topzine.cz/video-nejdrazsi-filmove-kostymy-foukani-pod-sukni-lame-rekordy>

Příloha CH – Twiggy



Zdroj: <http://bleubirdvintage.typepad.com/blog/2009/10/style-muse-twiggy.html>

Příloha I – Isabelle Caro



Zdroj: <http://derewi.blog.cz/1101/isabelle-caro>

Příloha J – Plastická chirurgie: první rekonstrukce obličeje



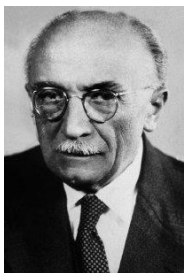
Zdroj: http://g.denik.cz/56/08/yeo_walter_kroky.jpg

Příloha K – Plastická chirurgie: výsledek první rekonstrukce obličeje



Zdroj: <http://sip.denik.cz/celebrity/takhle-vypadala-prvni-operace20080904.html>

Příloha L – Plastická chirurgie: František Burian



Zdroj: <http://www.achot.cz/detail.php?stat=145>

Příloha M – Muslimky



Zdroj: <http://www.atlanka.net/index.php?text=580-jeden-den-muslimky>

Příloha N – Gejša



Zdroj: <http://mkvl.blog.cz/0805/gejsi>

Příloha O – Africká žena



Zdroj: <http://www.fototichy.eu/gallery/category/nid/192>

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Zdeňka Dvořáková

Obor: Sociální a mediální komunikace

Forma studia: prezenční studium

Název práce: Ideál krásy

Rok: 2014

Počet stran textu bez příloh: 63

Celkový počet stran příloh: 5

Počet titulů českých použitých zdrojů: 18

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 1

Počet internetových zdrojů: 54

Počet ostatních zdrojů: 0

Vedoucí práce: MgA. Tomáš Kepka