



Stravování a gender

Shrnutí různých odborných článků od Gaby Beckmann

Bližší pohled na souvislosti

Téma stravování se výborně hodí k lepšímu pochopení praktického využití genderu mainstreamingu. Neboť: strava (a s ní i zdraví) a pohlaví podléhají nejrůznějším sociálním konstrukčním procesům, které probíhají v individuálním kontextu a které jsou zapojeny do společenských struktur. Výzkum zaměřující se na genderové aspekty ve stravování je ještě velmi mladý, což nás může trochu udivit. Protože právě jídlo a pití patří k nejčastějším aktivitám každodenního života. A my pochopíme, že se zde skrývají genderové aspekty, nejpozději tehdy, když si uvědomíme jak je stravovací chování žen a mužů často velmi odlišné.

Gendrový výzkum v oblasti stravování je výmluvný a přesvědčivý, protože přibližuje základní skutečnosti lidského soužití. Tak, jako je společnost odkázaná na generativní reprodukci, aby si zajistila přežití, musejí se lidé dennodenně stravovat, aby mohli fyzicky přežít. Obojí vychází z charakteru života. Jak je však potřeba potravy uspokojována a jak je upevňován vztah obou pohlaví k sobě, což se bezprostředně spojuje s generativní reprodukcí, není dáno přírodou. Jedná se o kulturní a sociální pravidla, která na jedné straně stanovují určitý řád a na druhé straně určují, co a jak se bude jíst a pít. Oba regulativní systémy jsou tak blízce propojeny s přirozeností člověka, že se zdají být tou „nejpřirozenější věcí na světě“, a tím se zase rychle z našeho zorného pole ztrácejí. Zvláště to platí pro řád mezi pohlavími, ale také pro řád ve stravování – jak se žena/muž má stravovat – to působí jako bezprostřední interpretace přirozených skutečností. Jejich kulturní a sociální dimenze zůstává často nepoznána.

Genderové přísady

Potraviny, stravovací chování, styl stravování, postoj ke stravování a také samotná místa, kde stravování probíhá, vykazují při bližším prozkoumání společenské konotace. Za prvé se těmto aspektům stravování připisuje určité pohlaví, za druhé skýtá stravování také – podobně jako móda – velmi široké pole pro vědomé a cílené konstruování určitých rolí. Pomocí tématu jídlo a pití se vytváří, zažívá a připisuje určitá mužskost nebo ženskost. Chování při stravování je také demonstrováno pohlavností.

Stravování proto představuje velmi intenzivní formu vytváření pohlaví, neboť se neodehrává pouze na úrovni chování a očekávání. Kromě toho tu jde také o přímou tělesnou úroveň, protože to, co jíme a pijeme, má určitý vliv na mužské nebo ženské tělo. Stravování má v neposlední řadě také své emocionální aspekty a sice v tom, jak jídlo a pití a jejich důsledky prožíváme. Velmi centrální – ale nejméně uvědomovaná – je skutečnost, že stravování hraje také důležitou roli na úrovni mocenské, při vytváření hierarchií pohlaví.



Stravovací návyky a lidské tělo

Ženská socializace se do značné míry soustřeďuje na tělo a jeho manipulaci, zatímco chlapcům se spíše vštěpuje používání těla instrumentální a zaměřené na výkonnost. S tím spojené stravovací návyky a spokojenost s vlastním tělem zřetelně ukazují rozdíly pohlaví. Pohlaví je vytvářeno, samo sobě a ostatním ukazováno skrze ženské a mužské stravovací strategie. Velmi obecně bychom mohli říci: „Ženy si při jídle odříkají, muži užívají“. Muži se řídí spíše tím, co jim chutná, ženy obsahem kalorií a tím, jak je jídlo zdravotně prospěšné. Zdrženlivost při stravování je vlastnost, která se obecně definuje spíše jako ženská. Zhltnout velké množství potravy se interpretuje spíše jako mužské chování. Učucávání ze sklenice s našpulenými rty je chování, které se spojuje spíše se ženami – rychlé pití z láhve je spíše výrazem mužskosti.

Experimenty nám ukazují, že žena, která během jídla sní jen velmi malé množství, je vnímána jako zvláště ženská. Působí atraktivněji, je více pocitově založená a lépe vypadá, než když se pořádně nají („jako muž“).

Takováto přiřazení očividně fungují a ne pouze na přímo pozorovatelné úrovni chování, ale také na hlubší úrovni normativních očekávání. Pokusné osoby, které měli přiřadit zbylé jídlo po obědě fiktivním mužům nebo ženám, se shodly na jednotném výsledku: z talířů s velkým zbytkem jídla jedly podle jejich odhadu ženy – z talířů s malými zbytky jedli muži. Pro pokusné osoby bylo velmi překvapivé, když po ukončení experimentu zjistili, že zbylé zbytky jídla na talířích byli stejně velké. (Když muži a ženy dělají totéž, není to totéž!).

Otevřený přístup k tématu stravování se spojuje s ženskostí, zatímco mužskost spíše znamená neřídít se stravovacími doporučeními a upřednostňovat požitek. Rizikové chování z hlediska zdraví se i při jídle lépe hodí do tradiční koncepce mužskosti.

Výstižné rozdíly ve stravovacích návycích:

Ženy	Muži
Jedí zdravěji, častěji konzumují čerstvé ovoce a zeleninu, mléčné produkty; častěji jedí hodnotné potraviny a syrovou zeleninu a ovoce; častěji se stravují vegetariánsky.	Vykazují vyšší hodnoty u energeticky bohatých potravin; jedí větší množství masa (hlavně červené maso), konzumují více uzeniny a alkoholických nápojů.
Mají v průměru lepší znalosti o stravování; zdravá strava hraje v jejich koncepcích zdraví centrální roli.	Muži upřednostňují – v souladu se společenskými představami o „chování adekvátní danému pohlaví“ – spíše pohyb a sport jako nejdůležitější faktory podporující zdraví.

Sociální konstrukce pohlaví a kulturní systémy nabízejí tyto vzory: hlad po mase u mužů – tendence konzumovat rostlinnou stravu u žen.



Ženy	Muži
Umírněnost, zdrženlivost, kontrola. „Nežensky“ působí: rychlé pití z láhve, konzumace zkrvavělých steaků, pořádné zakousnutí se do tučné kýty.	Bezstarostné a vydatné konzumování, rychlé tempo při jídle, jistá odolnost vůči alkoholu. „Nemužsky“ působí: našpulenými rty usrkávat z okraje skleničky, ukusovat o přestávce na kávu mrkev.

I stravovací situace jsou kódovány na základě pohlaví:

Ženy	Muži
Kafíčko v kavárně	Rezervovaný stůl pro stálé hosty v hospodě

Způsoby přípravy pokrmů také poukazují na role připsané pohlavím:

Pole ženské kompetence	Pole mužské kompetence
Pečení, vaření, dušení (neplacené vaření pro rodinu; s láskou připravované pokrmy jako reprezentace ženské péče je měřítkem zdařilé ženskosti).	Grilování (dobrodružství, svoboda); profesionální vaření (špičkový výkon) obdiv od ostatních (vaření pro zvláštní příležitosti, svátky).

Chuť a pokrmy s image určitého pohlaví:

Ženské	Mužské
Lehké, jemné = atributy, které popisují ženskou oblíbenou chuť	Trpké, hořké (čokoláda pro muže)
Dezert s názvem Hruška Helena, palačinka Suzette...	Typické pokrmy se specifickými německými názvy: „dřevorubecký steak“, „lovecký řízek“...

Časté konzumování většího množství masa se považuje za mužské a hraje při budování mužskosti důležitou roli. Tím se také navenek komunikuje příslušnost k mužskému pohlaví. Tedy: maso a konzumování alkoholu jsou insignie mužskosti. Zatímco držet dietu je návyk, který praktikují ženy. Oba způsoby chování – konzumace alkoholu u chlapců a častost držení diet u dívek – výrazně zesilují v období puberty.



Emoce: mužský princip slasti, ženský princip strasti

Různé studie poukazují na to, že již žáci/žákyně v předpubertální fázi vykazují zřetelné rysy ve stravovacích návycích specifické pro jedno pohlaví. Chlapci zdůrazňují, že se po jídle cítí obzvláště dobře a fit. Udávají, že pro dobré jídlo nechají kdykoliv cokoli ležet a běží se najíst. U dívek vládnují již ve velmi útlém věku ve spojitosti s jídlem negativní pocity jako strach a obavy. Zřídka je pro ně strava zdrojem požitku a příjemného pocitu. Spíše představuje potenciální ohrožení, které je třeba hlídat a kontrolovat. Domácí výchova posiluje chlapce v tom, že jejich chuti k jídlu nechává volnost, podporuje je v tom, aby si nabrali a snědli hodně jídla, aby snědli celou porci na talíři. Chlapci, kteří jedí rádi a hodně, jsou považováni za zdravé. Dívky jsou jen málokdy chváleny, když dobře jí, jsou spíše konfrontovány s regulujícími intervencemi. Radost z jídla a vlastní záliby v určitých chutích u nich velmi brzy ustupují do pozadí.

Toto vžitě chování pokračuje v dospělosti. Muži se u svých stravovacích návyků nechávají nejvíce (75%) řídit svou chutí. S konzumací potravy mají spojené pocity jako spokojenost, radost, příjemný pocit, nezávislost a autonomie (neposlušáním stravovacích doporučení). Kódování pocitů specifické pro obě pohlaví tu zní: je mužské, nesklonit se před žádnou mocí a nebyt úzkostlivý. U žen se naopak ukazuje zcela opačný poměr: v anketách spojuje necelá polovina žen jídlo s kontrolou a jen čtvrtina žen jí podle své chuti. Emocionální přístup k jídlu je u žen spíše ambivalentní: myšlenkové a emocionální spojení nechutenství a atraktivnosti, přání a pocity strachu mohou vést k tomu, že chuť k jídlu je vnímána jako selhání a je upevňována negativními pocity jako stud nebo vina.

Stravování a moc

Přes potraviny, formy jejich přípravy, místa, kde se potraviny konzumují, atd. se uskutečňuje nejen praktické jednání – jak a co jím – ale také mocenské poměry, které s tím spojujeme nebo které tomu připisujeme. Typicky „mužské“ a typicky „ženské“ potraviny buď označujeme jako „silné“ nebo „slabé“. Určitě nikoho nepřekvapí, že žensky konotované pokrmy mají spíše kvalitu „slabé“: tvaroh, ovoce, zelenina, sladké dezerty – jsou jemné, lehké, vláčné. Jejich konzumace nevyžaduje žádnou velkou sílu (při žvýkání, polykání), protože nekladou téměř žádný fyzický odpor. Na sociální významové úrovni jsou ženské potraviny spojovány s vlastnostmi jako „šetrčí“, „zdravé“, „hýčkájí“ a jsou vnímány jako vhodná strava pro děti, starší lidi a nemocné.

Mužské pokrmy jsou vnímány jako silné: dominují jim vlastnosti jako „vydatné“ nebo „těžké“, protože se jedná o ostré, hořké, trpké nebo silně kořeněné pokrmy nebo vysokoprocentní alkohol. Mají účinky, které dráždí sliznice, a při konzumaci kladou znatelný odpor (jako například maso). Vyžadují silný skus a jsou energeticky bohaté.

U takových kulturních hodnocení se nejedná jen o jednoduché a bezhodnotové rozlišování, ale o vyjadřování hierarchických poměrů. V mnoha společnostech je konzumace masa považována za nadřazenou stravu, zatímco rostlinná strava má nižší (sociální) statut. Možná z toho můžeme odvodit strach mužů, že by se zřeknutím masa připravili o svou „mužskost“.



Výhled

Stravovací strategie reprodukují hierarchii pohlaví. Proto by měl ten, kdo rozvíjí koncepce pro genderově spravedlivou podporu zdraví a prevenci a kdo chce vhodné programy úspěšně aplikovat v praxi, znát tyto poznatky a zohledňovat je. V Německu je téma „obézní děti a mladí lidé“ neustále v politickém programu bez toho, aniž by se přihlédlo k podobným genderovým analýzám.

Použitá literatura a další odkazy:

- Counihan, Carole M.; Kaplan Steven L. (vyd.), 2004: Food and Gender. Identity and Power.
- Kolip, Petra, 2004: Der Einfluss von Geschlecht und sozialer Lage auf Ernährung und Übergewicht bei Kindern (Vliv pohlaví a sociální situace na stravu a obezita dětí); Zentrum für Public Health, Universität Bremen.
- Mense, Lisa, 2007: Gesunde Ernährung im Kontext von Lebensstilen und Geschlecht. (Zdravá strava v kontextu životních stylů a pohlaví) Zdroj: Zeitschrift für Frauenforschung (Časopis pro výzkum žen), Geschlechterstudien (gendrová studia), 25. Jahrgang (25. ročník), 1/2007; str. 23-36.
- Rückert-John, Jana (vyd.), 2004: Gender und Ernährung. Hockenheimer Beiträge zu Gender und Ernährung (Gender a strava. Hockenheimské příspěvky k genderu a stravě), 1/2004.
- Setzwein, Monika, 2004: Ernährung - Körper - Geschlecht. Zur sozialen Konstruktion von Geschlecht in kulinarischen Kontexten. (Strava – tělo – pohlaví. K sociální konstrukci pohlaví v kulinárních kontextech)
- Setzwein, Monika, 2006: Frauenessen - Männeressen? Doing Gender und Essverhalten. (Ženské jídlo – mužské jídlo? Doing gender a stravovací návyky) zdroj: Kolip, Petra; Altgeld, Thomas (vyd.): Geschlechtergerechte Gesundheitsförderung und Prävention. Theoretische Grundlagen und Modelle guter Praxis (Genderově spravedlivá podpora zdraví a prevence. Teoretické základy a modely dobré praxe); str. 41-60.
- <http://www.uni-hohenheim.de/gender/homepage/Seiten/Home.htm>