

## Rozdział 2

# Genderyzacja (upłciowienie) wieku jako zjawisko empiryczne

### 2.1. Wyobrażenia o kobietach i mężczyznach młodych, w średnim wieku i starych (Joanna Brzezińska, Krystyna Dzwonkowska-Godula)

Wiek jako konstrukt społeczny tłumaczony jest przez analogię do różnicowania pojęć i kategorii *pleć* i *gender*, gdzie wiek rozumie się dwójako: z jednej strony jako wiek chronologiczny, metrykalny, czyli cecha biologiczna – jak *pleć* żeńska bądź męska; z drugiej zaś jako społecznie i kulturowo uwarunkowana kategoria wieku – podobnie jak *gender*. Wiek nie jest zatem niezmienny, wrodzony i stały, a stanowi przypuszczalnie obiektywny fakt, właściwość, która pozwala jednostkom umiejscowić siebie i innych w ramach określonych kategorii wieku oraz zachowywać się i działać stosownie do tych kategorii (Laz 1998). Współcześni badacze zaczęli zwracać uwagę na współzależność kategorii płci i wieku, biorąc pod uwagę wpływ obu na jednostkę w ramach badań określonych grup społecznych. „Wiek upłciowiony” (*gendered age*), podobnie jak *pleć*, stanowi ważny czynnik kształtujący relacje społeczne i ustanawia określone wzorce kulturowe w odniesieniu do określonych faz życia osób o określonej płci (Twigg 2004). Jak zauważa Cherry Russell, odwołując się do badań z ostatnich lat na temat percepcji starzenia się kobiet i mężczyzn, nie tylko biologiczny proces starzenia się jest zjawiskiem, które ma upłciowiony charakter (w szczególności w odniesieniu do kobiet), ale także sam wiek podlega genderyzacji (Russell 2007).

Przedmiotem niniejszego rozdziału jest analiza sposobów definiowania wieku, granic wiekowych trzech głównych etapów życia człowieka, tj. młodości, wieku średniego i starości, oraz ich charakteryzowania względem kobiet i mężczyzn przez uczestniczki i uczestników zogniskowanych wywiadów grupowych. Zakłada się, iż definicje i interpretacje owych faz życia są determinowane kulturowo – przede wszystkim zgodnie z modelem patriarchalnym – i ulegają genderyzacji, tj. są ściśle powiązane z kategoriami płci i odpowiadającymi im wzorami.

W wywiadach fokusowych uczestników badania reprezentujących różne kategorie płci i wieku poproszono o określenie przedziałów wiekowych dla kobiet i mężczyzn w poszczególnych fazach życia zdefiniowanych jako: młodość, wiek średni oraz starość. Szczegółowe dane dotyczących szacowanych granicznych wartości metrykalnych dla trzech ww. etapów w życiu człowieka w podziale na płeć zaproponowane przez poszczególne kategorie respondentów zaprezentowano w Tabeli 1.

Analiza przedziałów wiekowych podanych przez kobiety i mężczyzn w różnym wieku pozwala dostrzec wyraźną zależność między płcią a metryką, gdyż w odmienny sposób na osi czasu definiuje się młodość, wiek średni i starość w odniesieniu do każdej z płci. Można zauważyć, iż w oczach badanych mężczyzn kobiety starzeją się szybciej aniżeli oni sami. Podczas gdy respondentki w przeważającej mierze (choć nie zawsze) podają podobne granice dla poszczególnych etapów życia w przypadku obu płci, respondenci widocznie wydłużają okres młodości mężczyzn i opóźniają moment wkraczania w starość. Asymetria w społecznym postrzeganiu wieku kobiet i mężczyzn, szczególnie starszych, wpisuje się w patriarchalny model relacji władzy i wzmacnia koncepcję podwójnego standardu starzenia się w odniesieniu do obu płci (Sontag 1972).

Zdaniem uczestniczek badań fokusowych kobieta młoda to osoba w wieku od 18 lub 20 lat do 35, a nawet 40 lat, podczas gdy w opinii uczestników wywiadów grupowych o młodej kobiecie można mówić od ukończenia 16 bądź 18 lat do lat 30, ewentualnie 35. Niewątpliwie w swojej surowszej ocenie przedziału wiekowego tego etapu życia dla kobiet mężczyźni biorą pod uwagę patriarchalny wzorzec kobiecości, zgodnie z którym kobiecą młodość asocjuje się z młodzieńczą urodą, zdrowiem reprodukcyjnym, płodnością i prawdopodobnie uznają, że zasoby te kobiety tracą wcześniej, szybciej. Jak najczęściej wskazywano, młodość w przypadku mężczyzn rozpoczyna się w wieku 18 lub 20 lat – kobiety podają tu przeważnie wyższy wiek graniczny i proponują również próg 24 lat, a nawet 28–29 lat jako moment początkowy, kierując się wolniejszym rozwojem psychologicznym przedstawicieli płci przeciwnej (FGI\_1\_KM; FGI\_2\_KM; FGI\_4\_KSR), „bo później dojrzewają emocjonalnie [...] dla mnie te 24, to właśnie te 29 to jest młody mężczyzna, a wcześniej to jest po prostu chłopak” (FGI\_2\_KM\_K6). Podobnego zdania o różnicach w tempie dojrzewania chłopców i dziewcząt są także mężczyźni w średnim wieku i starzy, ponieważ „wcześniej to są szcawie [...] fiu-bździu w głowie” (FGI\_4\_MSR\_M4). Etap młodości mężczyzn, zdaniem badanych, trwa do osiągnięcia wieku 35 lat, a nawet do 38 i 40 roku życia. Interesującym wydaje się, iż respondenci częściej podają tu wyższe wartości graniczne dla siebie aniżeli respondentki (np. mężczyźni w średnim wieku określają górną granicę młodości dla kobiet na poziomie 30 lub 35

lat, a dla swojej kategorii płci na poziomie 35 lub 38 lat; badane z tej grupy niezależnie od płci szacują górną granicę na 40 lat).

W przypadku definiowania cezury metrykalnej dla wieku średniego obserwuje się podobne różnice między kobietami i mężczyznami. W oczach mężczyzn biorących udział w badaniu fokusowym wiek średni osób płci żeńskiej rozpoczyna się nierzadko już w momencie ukończenia 30 lub 35 lat i trwa przeważnie do 60 roku życia, związanego z niższą „produktywnością” i pokwitaniem, choć w gronie starych mężczyzn dyskutowano, że moment przejścia w etap starości również determinuje również wygląd, bo „zależy, jak dba o siebie kobieta”, a „podstawa, żeby była atrakcyjna” (FGI\_6\_MST\_M6).

Młodzi badani okazali się najbardziej restrykcyjni, wyznaczając wartość końcową wieku średniego dla kobiet sięgającą 50 lub 55 lat (czego nie zastosowali względem mężczyzn), co potwierdza, że ich zdaniem mężczyźni wolniej się starzeją. W dyskusji jednej z grup respondentów w średnim wieku zadźwięczał także patriarchalny ton względem kobiet w podobnym wieku, gdyż jeden z uczestników, zgadzając się na przesunięcie granicy wiekowej z 55 lat na 60, stwierdził, iż „można im tę 60 podarować, niech mają” (FGI\_4\_MSR\_M1). Kobiety zaś, definiując swoje granice dla tego etapu życia, jako początkowy podają najczęściej wiek 40 lat, co świadczy o tym, iż same czują się młode istotnie dłużej. Wyjątek stanowią tu młode badane, które mają problem z wytyczeniem dolnego progu dla wieku średniego – uczestniczki pierwszej grupy fokusowej dostrzegają potrzebę wydzielenia okresu przejściowego między młodością a wiekiem średnim kobiety (35–40 lat), by następnie wskazać średni wiek kobiet od lat 40; w drugiej grupie uzgodniono natomiast niższą dolną granicę wieku średniego dla kobiet niż dla mężczyzn (36 lat dla kobiet i 39 dla mężczyzn). Wydaje się zatem, iż część kobiet podziela zdanie badanych mężczyzn, że młodość kobiety trwa krócej. Być może szybciej i bolesniej zauważają oznaki starzenia się biologicznego lub też jest to efekt przyswojenia bardziej rygorystycznych oczekiwań społecznych wobec kobiecego wyglądu. Jeśli w tym przypadku obserwuje się wpływ zróżnicowanych płciowo konstruktów kulturowych, to znamienne jest, że same kobiety posługują się schematami genderowymi w sposób dyskryminujący własną płć, a mężczyznom odraczają moment przemienienia ich młodości. Z kolei średni wiek dla mężczyzn określano najczęściej jako okres między 35 (wyłącznie zdaniem badanych obu płci z tej kategorii wiekowej) lub 40 rokiem życia (większość kategorii badanych) a 60 bądź w pojedynczych przypadkach 65 i 70 rokiem życia, co nie zależy od aparycji i atrakcyjności zewnętrznej, a przede wszystkim od aktywności zawodowej (FGI\_3\_MSR; FGI\_4\_MSR), a także zdrowia i sprawności fizycznej (FGI\_5\_MST; FGI\_6\_MST) i jest jak najbardziej spójne z patriarchalną koncepcją męskości.

Tabela 1. Szacowany wiek kobiet i mężczyzn w trzech fazach życia: młodości, wieku średniego i starości (w latach)

KATEGORIA RESPONDENTÓW	szacowany wiek kobiet młodych	szacowany wiek młodych	szacowany wiek kobiet w średnim wieku	szacowany wiek mężczyzn w średnim wieku	szacowany wiek kobiet starych	szacowany wiek mężczyzn starych
kobiety młode	18/20-35	20-35 lub 24/25-35/38	40-55 lub 36-60/65	40-55 lub 39-55/60	55/60-80 i powyżej 80	55/60-70/75 i powyżej 70/75
mężczyźni młodzi	18-30/35	18/20-35/39 lub 16-40	30-55/60 lub 30-50/55	40-65 lub 35-55	powyżej 50/60 lub 60/70	powyżej 50 lub 65
kobiety w średnim wieku	20-39/40	18/20-40 lub 25-40	40/41-60/65	40-65 lub 41-60	60-75/80 lub powyżej 80	powyżej 60/65
mężczyźni w średnim wieku	16/18-20/35 lub 20-30/35	17/18-35/38 lub 25-35	30/35-55 lub 30/35-60/65	35-60/65 lub 38-60	55-70 i powyżej 70	powyżej 60/65
kobiety stare	20-35/45 lub 18-35/40	20-35/40 lub 20-35	35-55 lub 40-60	35-60 lub 40-60	60-70 i powyżej 70	60/65-80
mężczyźni starzy	18-30 lub 25-35 lub 18/20-38/45	18/20-40	35-60 lub 30/35-65	40-60 lub 50-60/70	60 i więcej	powyżej 60

Etap starości dla osób płci żeńskiej najczęściej datowany jest od pułapu 60 lat (w przypadku młodych respondentów od 55. roku życia), zapewne asocjowanego z wiekiem przejścia kobiet na emeryturę. Dla mężczyzn jako cezurę podawano zarówno 60, jak 65 lat (jak określali respondenci młodzi oraz w wieku średnim, a także respondentki w średnim wieku). Stare uczestniczki fokusów i badani w średnim wieku obu płci podkreślili przy tym, że w Polsce wielu mężczyzn nie dożywa sędziwych lat. Co ciekawe, niektórzy młodzi badani oraz w średnim wieku, szacując lata, jakie przypadają na starość kobiety, podają końcowe wartości graniczne na poziomie 70 i 80 lat. Młodym trudno wyobrazić sobie starą kobietę jako „schorowaną babcię”, „staruszkę”, bo „niektórzy w tym wieku to już umierają” (FGI\_2\_M7), co znalazło również patriarchalny wydźwięk w dyskusji, w której badani w średnim wieku uznali, że „ten odsetek już 70+ jest coraz mniejszy, jeżeli chodzi o wartości ilościowe, i tak mniej też dostrzegalne chyba” (FGI\_2\_MSR\_M8), więc „możemy się już tymi »w wieku nad grobem« nie zajmować” (FGI\_1\_MSR\_M7). O ile mężczyźni nierzadko mają trudność ze zdefiniowaniem granic starości dla kobiet, a ich percepcja starej kobiety jest w przeważającej mierze negatywna, o tyle respondentki z wszystkich grup wiekowych obszernie i kompleksowo podejmują temat własnej starości. Należy ponadto zauważyć, iż wszystkie badane – zarówno kobiety młode, jak i w średnim wieku oraz stare – wytyczając przedział starości, sygnalizują konieczność wyodrębnienia dwóch grup starości: „kobiet starszych”, czyli w wieku 60–75/80 lat jako etap przejściowy „dojrzałości”, „dojrzenia do starości” (FGI\_1\_KM; FGI\_2\_KM) oraz „kobiet starych”, tj. po 80. roku życia, co motywują aktywnym trybem życia, relatywnie dobrym zdrowiem i żywotnością tych pierwszych oraz samotnością i stanem zdrowia niepozwalającym na samodzielność tych drugich.

Analizując wypowiedzi uczestników zogniskowanych wywiadów grupowych na temat ram wiekowych młodości, wieku średniego i starości, można również dostrzec istotne rozbieżności w wytyczaniu granic metrykalnych dla poszczególnych etapów życia człowieka w grupach respondentów z uwzględnieniem wyłącznie kategorii wieku. Młodszy respondenci przejawiają tendencję do lokowania danych faz życia wcześniej, zapewne dlatego, iż kolejne jego etapy – wiek średni i starość – wydają im się jeszcze odległe. Ponieważ na ogół cechuje nas tendencja do utożsamiania się z grupą zapewniającą wysokie poczucie własnej wartości, silniejsza identyfikacja respondentek i respondentów z aktualną przynależnością do ludzi młodych niż zbiorowości płci wydaje się zrozumiała. Z tego też względu analogicznie starsi respondenci, definiując progi dla swoich kategorii wiekowych, skłaniają się do wydłużania zakresów wieku średniego i przesuwania momentu przejścia

w etap starości. Kobiety i mężczyźni w zaawansowanym wieku średnim opóźniają moment umożliwiający zaliczenie ich do kategorii starych, a i starzy uczestnicy badań fokusowych optują za późniejszą cezurą początku starości.

Ponadto warto zwrócić uwagę, że dyskutując o kryteriach definiowania młodości, respondentki reprezentujące wszystkie przedziały wiekowe dostrzegają zmiany kulturowe i świadomościowe w odniesieniu do określania etapów życia zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Przyczyn upatrywano w subiektywnym odczuwaniu własnej metryki i prowadzonym (aktywnym) stylu życia (FGI\_2\_KM\_K1,K3,K4,K8), gdyż wiek „zależy od tego, jak żyjemy i jak się czujemy” (FGI\_2\_KM\_K3). Co więcej, jedna z młodych uczestniczek fokusów zauważyła w tym założeniu zmianę pokoleniową polegającą na wydłużaniu się granicy młodości: „Ja wiem po sobie, np. człowiek ma 32, ale to się przesuwa. Kiedyś się uważało, że jak człowiek ma 30 lat, to – o matko – ostatni dzwonek, a to wszystko zależy, w jakim towarzystwie i w jakim środowisku się obracamy” (FGI\_2\_KM\_K1). Spostrzeżenie to wypłynęło także w dyskusjach kobiet w średnim wieku i starych, postulujących o podniesienie granicy młodości do 40 lat (FGI\_4\_KSR; FGI\_5\_KST; FGI\_6\_KST) i można je podsumować, cytując wypowiedź jednej z badanych w wieku średnim, w której wyraźnie wybrzmiewają te współcześnie obserwowane zmiany kulturowe i generacyjne: „Dla mnie w tej chwili to już nawet do czterdziestki, ale kiedyś 28 to była stara [...]. Bo to teraz inaczej dziewczyny wyglądają [...]. Jak byłam na pierwszym roku studiów, to dziewczyny 28 lat to były naprawdę dla mnie stare. Niech ktoś mi teraz powie, że ja jestem stara, a mam już prawie sześćdziesiąt” (FGI\_4\_KRS\_K7).

Poza wskazaniem granic młodości, wieku średniego i starości dla przedstawicieli obu płci, uczestniczki i uczestnicy zogniskowanych wywiadów grupowych tworzyli charakterystyki kobiety i mężczyzny w każdej z trzech kategorii wiekowych (młodej kobiety, kobiety w średnim wieku i starej kobiety oraz młodego mężczyzny, mężczyzny w średnim wieku i starego mężczyzny). Wykorzystano tu technikę niedokończonych zdań (np. „Młoda kobieta...”, „Stary mężczyzna...”). Badani z reguły w swoich opisach odnosili się do: cech wyglądu zewnętrznego, cech osobowości, zachowań czy stylu życia oraz ról społecznych przypisywanych kobietom i mężczyznom w danym przedziale wiekowym, co odpowiada strukturze stereotypów płci.

W charakterystykach młodej kobiety tworzonych w zogniskowanych wywiadach grupowych dominują odniesienia do wyglądu, który jest traktowany jako kluczowy zasób, kapitał przedstawicielki tej kategorii grupowej. To do nich stosuje się określenie „płeć piękna”, są one bowiem postrzegane jako te, które „mają wygląd i figurę”, urodę oraz wdzięk,

„świeżość”, „ładne ciało”, „piękne włosy”, zgrabną, szczupłą, „gibką” sylwetkę, są atrakcyjne fizycznie. Z jednej strony te cechy wyglądu traktowane są jako „naturalne” z racji wieku i predyspozycji młodego, kobiecego organizmu, na co wskazywało także podkreślanie ich dobrego zdrowia. Z drugiej strony w wypowiedziach odnoszących się do młodych kobiet często pojawiało się określenie „zadbana”, co może wskazywać, że wygląd jednak trzeba kształtować, jest on efektem określonych działań i wysiłków, więc od młodych kobiet oczekuje się dbania o niego. Jak to ujęła jedna ze starych uczestniczek dyskusji grupowej, „(młoda kobieta jest – przyp. aut.) czysta, pachnąca, (ma – przyp. aut.) obcięte paznokcie u rąk, zadbane uzębienie, zadbany zapach z ust [...]” (FGI\_5\_KST\_K6). Na kreowanie własnej atrakcyjności fizycznej przez młode kobiety wskazuje także przypisywanie im modnego ubioru, makijażu, wysportowanej sylwetki oraz opalenizny. Wymaga się zatem od nich „umiejętności ubrania się, zadbania o siebie od strony makijażu” (FGI\_4\_MSR\_M7). Co ciekawe, w dyskusjach pojawiły się opinie, że niekiedy młode kobiety przesadzają z makijażem (komentarz młodych mężczyzn), są wyzywające i w stylu ubierania się ulegają modzie i starają się powielać wzorce upowszechniane w mediach – „lansują się” (uwagi mężczyzn w średnim wieku) oraz eksperymentują z wyglądem (co nie było oceniane pozytywnie) i starają się poprzez wygląd zwrócić na siebie uwagę (komentarze kobiet w średnim wieku).

W tworzonych na potrzeby badania obrazach młodej kobiety można zauważyć nakładanie się dwóch przeciwstawnych wizerunków: „dziewicy” i „ladacznicy”. Wskazywano na ich wdzięk i świeżość, co kojarzone jest z niewinnością, dziewczęcością czy nawet „dziecięcością”. Ale pojawiały się też komentarze dotyczące ich seksapilu (dyskusja młodych uczestniczek badania), „ponętneho” (młodzi mężczyźni) czy „wyzywającego” wyglądu (mężczyźni w średnim wieku). W dyskusji grupowej z mężczyznami w średnim wieku pojawiły się wyraźne powiązania wyglądu młodych kobiet z ich seksualnością. Badani zauważali, że młode kobiety przekraczają „próg dziewczęcości” i zaczynają poprzez swój wygląd akcentować „jestem kobietą, a nie dzieckiem” (FGI\_3\_MSR\_M5), co wiąże się prawdopodobnie z ekspozycją kobiecych atrybutów np. poprzez strój czy makijaż. Zwracali także uwagę, że należy odróżniać dwudziestolatki od trzydziestolatek, których dojrzałość przejawia się w tym, że „ona nie musi epatować seksem, bo to się teraz tak ładnie nazywa, żeby wszyscy wiedzieli, że jestem gotowa, jestem w rui i można mnie brać” (FGI\_3\_MSR\_M5). Ten aspekt seksualności młodych kobiet pojawiał się także we wskazaniach cech i zachowań oraz ról społecznych, charakterystycznych dla przedstawicielek „płci pięknej” w tej kategorii wiekowej. Młodzi rozmówcy opisywali młodą kobietę jako obiekt zainteresowania

mężczyzn, kochankę, ale także utrzymankę mężczyzny, odwołując się do zjawiska sponsoringu (Gardian 2007). Mamy tu zatem obraz kobiety wykorzystującej swój „kapitał erotyczny” czy „seksualny” (Hakim 2010; Paprzycka, Orlik 2015) do zdobywania innych zasobów. Stare uczestniczki badania mówiły o rozwiązłości młodych kobiet: „Uprawiają seks w parku w biały dzień” (FGI\_5\_KST\_K4). „Nie szanujące się, [...] I ta zmiana partnerów taką lekką ręką” (FGI\_6\_KST\_K5). Wyrażając oburzenie, czy niesmak wobec takiego zachowania, podkreślały różnicę pokoleniową, dając do zrozumienia, że w „ich czasach” było to nie do pomyślenia.

W tworzonych w dyskusjach grupowych charakterystykach młodej kobiety atrakcyjność fizyczna (i seksualna) zdaje się odgrywać pierwszoplanową rolę, co odpowiada patriarchalnej koncepcji kobiecości. Jak zauważa Ewa Malinowska, na kapitał ludzki kobiet w modelowym społeczeństwie patriarchalnym składają się przede wszystkim „dobra, w które człowieka wyposaża natura, a więc wrodzony stan zdrowia i wygląd” (Malinowska 2011: 9). Odejście od takiego kulturowego modelu kobiecości można zauważyć, analizując wskazywane przez badanych cechy osobowości, role społeczne czy płaszczyzny aktywności „typowe”, ich zdaniem, dla młodych kobiet. Przypisywano im bowiem cechy stereotypowo męskie, takie jak aktywność, siła, energia, odwaga, ambicja, pasja, determinacja, pomysłowość, ciekawość świata, wiara w siebie i pewność siebie, przebojowość, zaradność, otwartość. Stare badane, charakteryzując młode przedstawicielki ich płci na zasadzie kontrastu z własnym pokoleniem, wskazywały nie tylko na refleks i sprawność umysłu młodych kobiet, ale także – co zaskakuje wobec stosunkowo wielu krytycznych uwag pod ich adresem – na ich mądrość. Być może chodziło tu o zauważane przez nie przywiązywanie przez młode kobiety (ich wnuczki i ich koleżanki) dużej wagi do wykształcenia, znajomości języków obcych i aktywności zawodowej, pozwalających na niezależność i osiągnięcie wyższej pozycji społecznej. Reprezentantki starego pokolenia uczestniczące w badaniu, poddawane patriarchalnej socjalizacji płciowej i mające ograniczone możliwości kształcenia i rozwoju kariery zawodowej, zdawały się doceniać tę kulturową zmianę i ten aspekt funkcjonowania młodych kobiet. Także wśród starych mężczyzn pojawiła się uwaga na temat dojrzałości, w tym dojrzałości intelektualnej młodej kobiety (którą można powiązać ze wspomnianą wyżej mądrością), przejawiającą się – według badanych – w kształceniu się i dążeniu do niezależności, „żeby jej życie nie było zdominowane przez mężczyznę” (FGI\_6\_MST\_M1).

W charakterystykach młodych kobiet, tworzonych w grupowych dyskusjach, pojawiły się także odniesienia do określonej postawy życiowej: radości z życia, optymizmu, pogody ducha i poczucia humoru, bycia szczęśliwym i uśmiechniętym, co można traktować jako atrybuty



młodości. Znalazły się tu również stereotypowe kobiece cechy, takie jak: emocjonalność i uczuciowość, wrażliwość i delikatność, niezdecydowanie czy bycie „kapryśnym”. Osoby w średnim wieku obu płci zwracały uwagę na infantylność młodych kobiet, „miotanie się” w poszukiwaniu własnej drogi życiowej. Bardziej krytyczni okazywali się wypowiadający się mężczyźni z tej grupy wiekowej, stosujący wobec nich określenia „małpi rozum”, „ukryta” czy „farbowana inteligencja” i wyjaśniający, że młode kobiety „może i są inteligentne”, ale tego nie okazują, bądź też jedynie sprawiają wrażenie inteligentnych. W przekonaniu badanych są one podatne na manipulację ze strony mediów (reklam, wideoklipów), bo bezmyślnie kopiują „modne” zachowania i sposób myślenia. Mamy tu zatem odniesienie do stereotypu „głupiej blondynki” (choć określenie takie nie pojawiło się w dyskusji) – ładnej, ale niezbyt mądrej dziewczyny. W dyskusji mężczyzn w średnim wieku scharakteryzowano młodą kobietę jako wyrachowaną materialistkę – osobę chciwą i pazerną. Trudno wyjaśnić, skąd takie akurat skojarzenie u badanych. Być może zauważyli oni różnicę pokoleniową. Przedstawiciele starszych pokoleń uczono, że o pieniądzach się nie rozmawia i nie wypada przyznawać się do cenięcia ich jako życiowej wartości, a tym bardziej nie przystoi to przedstawicielkom płci pięknej. Młodzi ludzie tymczasem zorientowani są na materialny sukces i nie wstydzą się tego. Może to także efekt obecności w mediach tematu sponsoringu, galerianek itp., zjawisk będących przejawem chęci zdobycia przez młode kobiety dóbr materialnych za wszelką cenę: „Patrzenie przez pryzmat portfela, przede wszystkim, w tym wieku” (o kobietach dwudziestokilkuletnich – przyp. aut.) (FGI\_4\_MSR\_M4,M5). Starzy uczestnicy badania obu płci zwracali z kolei uwagę na złe maniery młodych kobiet, ich wulgarne zachowanie, np. przeklinanie, „złe prowadzenie się” oraz palenie papierosów i picie alkoholu, co w patriarchalnej koncepcji płci jest traktowane jako męskie zachowanie, nieprzystające kobietom.

W odniesieniu do ról społecznych pełnionych przez młode kobiety uczestnicy zogniskowanych wywiadów grupowych wymieniali ich aktywność edukacyjną i zawodową. Młodą kobietę kojarzono zatem ze studentką i osobą pracującą, rozwijającą się zawodowo, zaczynającą karierę zawodową. Rzadziej wspomniano o roli matki jako charakterystycznej dla tej kategorii wiekowej kobiet, co może wynikać z przesuwania się granicy urodzenia pierwszego dziecka i upowszechniania się zjawiska późnego macierzyństwa. Możliwość rodzenia dzieci była jednak traktowana często jako wyznacznik granicy młodości: „Kiedyś się uważało, że jak człowiek ma 30 lat, to – o matko – ostatni dzwonek” (FGI\_2\_KM\_K1). „jeszcze może dzieci rodzić, więc jest młoda” (o czterdziestoletniej kobiecie – przyp. aut.) (FGI\_6\_KST\_K5). Co ciekawe, mężczyźni w średnim wieku

zwrócili uwagę na trudność łączenia przez młode kobiety ról rodzinnych z zawodową aktywnością: „Kobiety, zwłaszcza młode, stoją przed bardzo ważnym dylematem – albo będą się emancypować, czyli idą w tym bardzo nowoczesnym nurcie, albo muszą wybrać, albo też nie mają innego wyboru, wybrać tradycyjną rolę, czyli bardziej na rodzinę niż na karierę, czyli ten dylemat jest wpisany w ten próg życiowy” (FGI\_3\_MSR\_M5). W ich przekonaniu był to wybór „albo..., albo...”, co wynikało prawdopodobnie z faktu, że rodzinę utożsamiali oni z tradycyjnym podziałem ról, w którym nie ma miejsca dla kobiety robiącej karierę zawodową. Stąd też kobiety mogą być „wyzwolone albo [...] zniewolone, [...] przedsiębiorcze albo domowe” (FGI\_3\_MSR\_M5). Na ten aspekt funkcjonowania młodych kobiet nie zwróciły uwagi uczestniczki badania w żadnej kategorii wiekowej. W charakterystykach tworzonych przez młodych uczestników badania obu płci młode kobiety opisywano jako wolne, bez zobowiązań, szalone, mające czas na zabawę (w przekonaniu jednego z badanych po trzydziestce „zaczyna się już bardziej taki wiek matczyny i tu byłby taki wiek średni kobiety” – FGI\_2\_MM\_M3). Z kolei w wypowiedziach starszych badanych pojawiły się odniesienia do tradycyjnych, domowych ról kobiet: „Jeżeli (młoda kobieta – przyp. aut.) ma dzieci, rodzinę, to pewnie jest i panią domu” (FGI\_6\_KST\_K10); „Ponieważ na kobietę spada obowiązek żywienia, powinna mieć dobre podstawy w żywieniu i gotowaniu i wszystkich takich” (FGI\_6\_MST\_M4). A zatem aktywność w sferze publicznej, wykształcenie i zawodowa kariera nie zwalniają młodej kobiety z bycia gospodynią domową, co wiąże się z określonymi umiejętnościami i obowiązkami.

Jeżeli chodzi o charakterystyki kobiety w średnim wieku tworzone w dyskusjach grupowych, podobnie jak w przypadku młodej kobiety, badani wyróżnili dwa aspekty jej wyglądu. Zwrócono uwagę na jego „naturalne” atrybuty, takie jak „pierwsze siwe włosy”, „pierwsze zmarszczki”, skłonność do nadwagi, „dojrzałą urodę”, ale takich uwag było stosunkowo niewiele. Znacznie więcej miejsca poświęcono cechom wyglądu wynikającym z działań ich „posiadaczek”. Mówiono zatem o zadbanym wyglądzie, zaznaczając, że ta dbałość jest konieczna, by kobieta w tym wieku była atrakcyjna fizycznie. Jak ujął to jeden z badanych w średnim wieku: „Jeśli chodzi o urodę, według mnie, właśnie wtedy jest najpiękniejsza kobieta, jeśli jest oczywiście zadbana” (FGI\_3\_MSR\_M5). Zdaniem młodych uczestniczek badania, ta „wzmóżona” dbałość o wygląd („więcej kremów, balsamów na zmarszczki, pilingi, fryzjer i tak dalej” – FGI\_1\_KM\_K2) jest konieczna, by jak najdłużej wyglądać młodo, co wynika z kultu młodości i społecznego przekonania, że piękne może być jedynie młode ciało. Jak wynika z wypowiedzi badanych, za pomocą różnego rodzaju zabiegów na rzecz atrakcyjnego wyglądu kobiety w średniej fazie życia

powinny maskować swój chronologiczny wiek, co zdaje się być ważne w kulturze, w której przedstawicielki płci pięknej nie powinno się pytać o metrykę. Tym bardziej, że – zdaniem części mężczyzn młodych i w średnim wieku uczestniczących w badaniu – mogą one być „zmęczone życiem” i na ich wyglądzie może się odbijać sytuacja życiowa, niezadowolone z przebiegu dotychczasowego życia (bo to czas dokonywania bilansów i ocen) oraz „postępujące problemy zdrowotne”: „może być zapuszczona, czasem kobiety nie dbają o siebie” (FGI\_1\_MM\_M7); „taka kobitka te 45 lat, to może być już sterana, bez pięciu zębów i tak dalej” (FGI\_1\_MM\_M3). W dyskusji z udziałem rozmówców w średnim wieku pojawiło się określenie „ryczących czterdziestek”, będące – jak można wnioskować z wypowiedzi badanych – odpowiednikiem pojęcia kryzysu wieku średniego, stosowanego potocznie głównie w odniesieniu do mężczyzn: „no na pewno zaczyna się tutaj faza »ryczących czterdziestek«, czyli tak zwany pierwszy bilans życia, kiedy się już podsumowuje, co się osiągnęło, a co niestety [...]” (FGI\_3\_MSR\_M5). W wywiadach grupowych z mężczyznami w młodym i średnim wieku stawiano pytanie, czy w ogóle można mówić o atrakcyjności fizycznej dojrzałych kobiet. Młodzi badani uznawali, że uroda idzie w parze z młodością: „uroda była (w wieku – przyp. aut.) 18–35, a teraz z urodą nie jest tak, jak było kiedyś” (FGI\_1\_MM\_M1). Z kolei rozmówcy w średnim wieku zastanawiali się, czy atrakcyjny wygląd ich rówieśnic jest autentyczny, a na ile jest dziełem chirurgów plastycznych. Uznano, że można tu mówić o „specyficznej urodzie”, „bo każdy wiek ma swoją urodę w pewnym momencie” (FGI\_4\_MSR\_M6). Dla badanych z tej kategorii wiekowej istotna była atrakcyjność seksualna kobiety w średnim wieku, która na tym etapie życia w ich przekonaniu spada, choć można spotkać „sexbomby w tym wieku” (FGI\_3\_MSR\_M4). Co ciekawe, do seksualnego aspektu wyglądu kobiety w średnim wieku odniosły się też stare rozmówczynie, zauważając, że młodsze od nich przedstawicielki płci pięknej ubierają się „seksownie”, tak jakby chciały zaznaczyć, że w tym wieku jeszcze można sobie na to pozwolić, podczas gdy starość czyni kobietę istotą asekualną.

Jak wynika z dyskusji grupowych, kobieta w średnim wieku powinna dbać o to, by wyglądać atrakcyjnie, czyli młodo, ale też obowiązuje ją odpowiedni dla jej wieku styl ubierania się. Pojawiały się tu określenia „elegancka”, „dystygowana”. Zwracano uwagę, że styl ubierania się odróżnia ją od młodej kobiety: „garsonki, pastelowe bluzeczki, czółenka, okularki korekcyjne” (FGI\_2\_KM\_K6); „ubrana stylowo, jak do wieku” (FGI\_2\_MM\_M3), „kobieta młoda jest atrakcyjna, ale nie jest elegancka raczej” (FGI\_3\_KSR\_K2). Zdaniem starych mężczyzn biorących udział w badaniu po wyglądzie kobiety w średnim wieku widać, czy odniosła ona sukces zawodowy.

Powyższe rozważania pokazują, że w dyskusjach na temat wyglądu kobiety w średnim wieku pojawiło się wiele wątków, co może świadczyć o problematyczności tego aspektu jej charakterystyki (określenie wyglądu młodej kobiety wydawało się łatwiejsze i mniej kontrowersyjne dla badanych). Badani chętniej i obszerniej wypowiadali się na temat cech osobowości czy funkcjonowania psychiki kobiet, które zakończyły już etap młodości w swoim życiu. Słowem-kluczem było tu pojęcie dojrzałości, którą wiązano z życiowym doświadczeniem, niekiedy też z szeroko rozumianym spełnieniem. Czasem pojawiało się także określenie życiowej mądrości. Dojrzałość kobiety w średnim wieku przejawiała się, w przekonaniu uczestników zogniskowanych wywiadów grupowych, w jej zrównoważeniu, „stonowaniu”, stateczności, odpowiedzialności czy rozsądku. Podkreślano samoświadomość kobiet w tym wieku: „większa taka świadomość siebie, czego ja chcę od życia naprawdę” (FGI\_3\_MSR\_M7). W różnych grupach wiekowych rozmówców pojawiały się jednak sprzeczne opinie dotyczące możliwości samorealizacji. Młode uczestniczki zauważały, że kobieta w średnim wieku nie może być już tak spontaniczna i „szalona” jak kiedyś, ma dokładnie rozplanowany dzień, musi rezygnować z własnych potrzeb czy przyjemności w związku z „obciążeniem rodziną” (najpierw własnymi dziećmi, potem pierwszymi wnukami) oraz pracą zawodową: „umie się jeszcze bawić, ale wie, że są obowiązki, które musi wykonać”; „chciałaby być szalona, ale nie za bardzo jej wypada” (FGI\_1\_KM\_K2, K1). Z kolei rozmówcy w średnim wieku uznawali, że „to jest najlepszy czas, kiedy można zrealizować swoje cele” (FGI\_3\_MSR\_M5) i zająć się sobą, bo ma się już odchowane dzieci. Ponadto, w dyskusjach grupowych z ich udziałem zauważono, że w związku z dokonywanym w tym wieku bilansem kobieta może chcieć zmienić swoje życie, doświadczyć w życiu tego, czego dotąd nie przeżywała w sferze seksualnej, w realizacji swoich pragnień i pasji. Przy czym – jak wynika z ich wypowiedzi – tym, co ich rówieśnikom może przeszkadzać i skłaniać je do życiowej zmiany, jest patriarchalny model relacji płci i podział ról: „może też [...], jeśli jest niespełniona, na przykład cały czas, całą młodość służyła facetowi, to może się jej odbić i teraz »ja« jestem ważna” (FGI\_3\_MSR\_M5), „może siedziałam w garach wcześniej” (FGI\_3\_MSR\_M7). Zwracano uwagę na aktywność kobiet w średnim wieku w sferze edukacyjnej, stałe podnoszenie przez nie kwalifikacji, a także dbanie o zdrowie i kondycję fizyczną. Z dyskusji grupowych wyłania się stosunkowo bogata charakterystyka cech osobowości kobiety na tym etapie życia. Uczestnicy przypisywali jej stereotypowe cechy kobiece takie jak: cierpliwość, opiekuńczość, gospodarność i oszczędność (w odniesieniu do zajmowania się domem i zarządzania domowymi finansami), uczuciowość (przeżywanie kolejnych związków, „zakochanie”

we wnukach), gadatliwość, skłonność do narzekania i „czepiania się” („krytyczna wobec innych osób” – FGI\_6\_MST\_M7; „zdarzają się w tym wieku jędze” – FGI\_5\_MST\_M8). Ale opisując kobietę w średnim wieku, wymieniali także cechy przypisywane mężczyznom w patriarchalnym modelu płci: zdecydowanie, przedsiębiorczość, zaradność, ambicja, odwaga, siła psychiczna. Zdaniem starych respondentek wiele tych cech osobowości zostało przez kobietę w średnim wieku zdobytych czy ukształtowanych w związku z rolami odgrywanymi w rodzinie i w gospodarstwie domowym (kierowaniem życiem rodziny).

Jeśli chodzi o role społeczne charakterystyczne dla kobiety w średnim wieku, to właśnie rola rodzinno-domowym poświęcano w dyskusjach grupowych najwięcej miejsca. Odnosząc się do aktywności w sferze publicznej, wskazywano jedynie rolę zawodową, ewentualnie mówiono o aktywności edukacyjnej. Młode osoby zauważały trudność w łączeniu ról w sferze prywatnej i publiczno-zawodowej przez kobietę w średnim wieku, ograniczenie życia do tych dwóch obszarów i brak czasu dla siebie: „praca – dom, praca – dom”, „po drodze zje kanapkę” (FGI\_1\_MM\_M1, M3); „na miasto nie wyjdzie, bo trzeba odebrać dzieci i zawieźć je do domu” (FGI\_1\_KM\_K3). Choć o aktywności zawodowej kobiety w średnim wieku mówiono niewiele, to przyjmowano ją za pewnik, wymóg („powinna mieć wykształcenie i zawód” – FGI\_6\_MST\_M1) oraz wskazywano jako podstawę poczucia własnej wartości i poczucia atrakcyjności<sup>3</sup>. W odniesieniu do sfery prywatnej, przypisywanej kobietom w kulturze patriarchalnej, wymieniano takie role kobiety w średnim wieku jak role pełnione w rodzinie (córka, matka, babcia, żona), w gospodarstwie domowym (kucharka, sprzątaczką, pielęgniarzką) oraz rolę kochanki. Wskazanie na rolę córki przez uczestniczki badania w średnim wieku może wynikać z obciążenia kobiet w tej fazie życia opieką nad starzejącymi się rodzicami. Jeśli chodzi o bycie babcią, to również w tej grupie badanych pojawiły się uwagi o niechęci do pełnienia tej roli przez kobietę w średnim wieku, co może wynikać z potocznego utożsamiania słowa „babcia” z osobą starą. Próbowano poradzić sobie z tym problemem, używając określenia „młoda babcia”. Opieka nad członkami rodziny oraz prowadzenie gospodarstwa domowego były traktowane jako coś oczywistego dla kobiety w średnim wieku. Przy czym pojawiały się tu zarówno określenia negatywne, jak „kura domowa”, świadczące o niskim społecznym szacunku dla tej pracy, jak i pozytywne: „perfekcyjna pani domu”, mówiące o kompetencjach, sprawności

3 Potwierdzają to wyniki badań sondażowych, według których w polskim społeczeństwie ceni się bardziej osoby aktywne zawodowo niż gospodynie domowe (CBOS 2013b: 38).

organizacyjnej, gospodarności kobiet w tej sferze. W odniesieniu do ról rodzinnych wskazywano, że kobieta w średnim wieku jest nie tylko żoną, ale może być także wdową bądź rozwódką. Osoby w średnim wieku obu płci oraz stare kobiety podkreślały aktywność w sferze seksualnej kobiet w średnim wieku, tak jakby trzeba było zaznaczyć, że seks nie jest jedynie domeną młodości. Mówiono przy tym nie tylko o roli kochanki, ale zauważano również, że kobieta w średnim wieku jest świadoma swej seksualności, wolna od lęku przed niechcianą ciążą (FGI\_5\_KST), może być znudzona mężem i szukać odmiany (FGI\_6\_KST), zaspokajając swoje potrzeby seksualne z młodszymi mężczyznami np. poprzez seksturystykę (FGI\_4\_MSR).

Jak już wspomniano, omawiając granice wieku dla młodości, wieku średniego i starości w odniesieniu do kobiet i mężczyzn, w przypadku starych kobiet niektóre grupy dyskusyjne dostrzegły konieczność rozróżnienia dwóch etapów starości. Mówiono zatem o kobietach starszych („późna dojrzałość”) i starych – staruszkach. Dokonując charakterystyki starych kobiet, część respondentów trzymała się tego rozróżnienia, inni przypisywali te same cechy seniorkom bez względu na ich wiek. Jako atrybuty wyglądu starej kobiety wymieniano zmarszczki („pomarszczona”), siwe włosy, ewentualnie ufarbowane, krótkie lub z trwałą ondulacją oraz nadwagę i pochyłą sylwetkę. Opisywano ją jako zanedbaną, niedbającą o higienę osobistą („śmierdząca”), często bez zębów, zupełnie nieumalowaną albo przesadzającą z makijażem i perfumami. Charakteryzując sposób ubierania się starej kobiety, wspomniano o paniach ubierających się elegancko i klasycznie („kapelusik”), ale także o preferowaniu przez kobiety w tej fazie życia praktycznych, wygodnych i tanich ubrań. Elementem ubioru kojarzonym z paniami w podeszłym wieku przez część grup dyskusyjnych był beret, młodzi dodawali „moherowy”. Stare uczestniczki badania, opisując kobiety z ich pokolenia, uznały, że wiele z nich wygląda „nieciekawie”, bo „już nie wypada dekoltu założyć, koszulki z krótkim rękawkiem, spódniczka musi być do kostki, żeby nie było widać...” (FGI\_1\_KST\_K6) albo ubierają się niezgodnie z wiekiem – „niektóre chcą być osiemnastki też” (FGI\_1\_KST\_K2). Jak ujęła to jedna z respondentek z tej grupy badanych, stara kobieta „albo jest śmieszna, albo jest zanedbana” (FGI\_1\_KST\_K2). Warto przy tym zauważyć, że starzy respondenci zupełnie zignorowali kwestię wyglądu w charakterystyce swojej rówieśniczki, czyniąc go zupełnie nieważnym dla kobiety w tym wieku, która staje się „niewidzialna”. Z kolei wypowiadający się mężczyźni w średnim wieku określili ją mianem nie tylko zanedbanej, ale i „brzydkiej”, kojarząc starość z brzydotą, ale skojarzenie odnosili wyłącznie do kobiet, których atrakcyjność fizyczna zawsze jest przedmiotem oceny płci przeciwnej. Ich rówieśniczki broniły jednak starych kobiet

zaznaczając, że „kobieta jest i może być zawsze atrakcyjna dla swojego wieku” (FGI\_1\_KSR\_K7) i podając przykłady znanych, atrakcyjnych i zadbanej seniorek jak Beata Tyszkiewicz czy Tina Turner. W dyskusjach grupowych, w których rozróżniano starsze i stare kobiety (staruszki), te ostatnie opisywano jako zniedołężniałe, mające problemy z poruszaniem się, chodzące o lasce, zaniedbane oraz smutne, bo z reguły samotne. Te dopiero wchodzące w fazę starości postrzegano jako uśmiechnięte i zadowolone, ponieważ są wolne od zobowiązań zawodowych, mają czas dla siebie. O pogodnych, wesołych starych kobietach mówiły ich rówieśniczki, nie zgadzając się z negatywnym stereotypem starości, kojarzonej ze smutkiem, samotnością, chorobami i biernością społeczną. Pojawiały się jednak uwagi, że pogoda ducha zależy od stanu zdrowia, a także poczucia życiowego spełnienia: „Jak ma 75 lat i jest zdrowa i przeżyła to życie w taki sposób, w jaki chciała i była zadowolona w życiu, to będzie po prostu promieniała” (FGI\_2\_MSR\_M6).

W charakterystykach osobowości starej kobiety, tworzonych przez uczestników zogniskowanych wywiadów grupowych, pojawiło się wiele cech stereotypowo kojarzonych z kobiecością, takich jak: ciepło, troskliwość, opiekuńczość (także „nadopiekuńczość”), rodzinność oraz orientacja na innych. Z wypowiedzi badanych wyłaniał się obraz babci troszczącej się o dorosłe dzieci oraz wnuki, wspierającej je także finansowo: „taka osoba nie myśli o swoich potrzebach tylko o innych, np. wnukach. Martwi się przyszłością wnuków” (FGI\_2\_KM\_K4); „córce pomaga i jeszcze wnuczce, czyli w tym wieku jest bardzo pomocna” (FGI\_1\_MSR\_M7, M5). Podawano także przykłady seniorek angażujących się jako wolontariuszki w działania na rzecz osób spoza rodziny: „Czują potrzebę niesienia pomocy [...], mają czas i doświadczenie ogromne, życiowe i mogą np. ludziom pomagać” (FGI\_1\_MSR\_M7, M4, M5). Obok cech kobiecych wymieniano również atrybuty starości, takie jak mądrość i życiowe doświadczenie, którymi stare kobiety dzielą się z innymi, służąc radą młodszym ludziom. Kojarzono je także ze zrędliwymi, wymądrzającymi się i pouczającymi teściowymi („Taka typowa teściowa, z syndromem »a nie mówiłam?«, »ja wiem lepiej«” – FGI\_1\_MM) lub wścibskimi, wszytkowiedzącymi, plotkującymi sąsiadkami, żyjącymi sprawami innych, „bo nie mają własnego życia” (FGI\_1\_KST\_K5). Starą kobietę postrzegano ponadto jako zmęczoną, narzekającą na zdrowie i mówiącą głównie o swoich chorobach, niezadowoloną z życia, „z pretensjami”, sfrustrowaną w związku z wykluczeniem z rynku pracy i kiepską sytuacją finansową: „Marudna. [...] ciągle jej źle” (FGI\_1\_KST\_K6, K2). Negatywne charakterystyki odnoszono przede wszystkim do staruszek opisywanych jako zgorzkniałe i złośliwe, „krytyczne wobec młodych osób” (FGI\_1\_KST\_K4), smutne, opuszczone, narzekające, wegetujące: „Dla mnie stare to takie zużyte,

takie już...nic ich nie interesuje nic ich nie obchodzi po prostu żyje... i czeka na śmierć” (FGI\_1\_KM\_K3, K2). Zwracano uwagę, że schorowane kobiety w zaawansowanym wieku dzieciennieją – wymagają czułości i opieki, są bezradne („Ona by wiele jeszcze może chciała, ale już jej organizm nie pozwoli” – FGI\_4\_KSR\_K7), czują się samotne i niepotrzebne (bo wnuki są już dorosłe), są „depresyjne” i ciągle się modlą.

Wiele miejsca w dyskusjach grupowych poświęcano stylowi życia starej kobiety. Jej rówieśniczki opisywały ją (i same siebie?) jako mającą dużo czasu i wolną od zobowiązań: „Wyluzowana [...] już nic nie musi. [...] cieszy się, że w tym wieku ma już wolność” (FGI\_1\_KST\_K6, K1, K2). Jednak w charakterystykach starej kobiety tworzonych w różnych grupach fokusowych pojawiły się obrazy bardzo aktywnej *versus* bardzo biernej osoby. A zatem opisywano ją jako ciągle szukającą sobie zajęcia, angażującą się przede wszystkim w życie rodziny: „Aktywna bardzo, nadaktywna. [...] opiekowanie się rodziną. Przyjechać, pojechać, zawieźć, przywieźć, ugotować, usmażyć. Po prostu jest tego milion” (FGI\_3\_KSR\_K6). Ale także podróżującą, jeżdżącą do sanatoriów i tam nawiązującą znajomości i bawiącą się na dansingach, uczestniczącą w zajęciach na uniwersytecie trzeciego wieku, aktywną fizycznie – chodzącą z kijkami, ćwiczącą tai chi czy jogę. Stereotypowo kojarzono ją także z oglądaniem seriali, słuchaniem Radia Maryja, czytaniem harlequinów i robótkami na drutach. Charakteryzując stare kobiety, wspomniano babcie robiące zakupy na osiedlowym ryneczku, siedzące na ławce w parku z koleżankami czy regularnie chodzące do kościoła. Pojawiły się uwagi, że na starość kobiety „fundamentalizują się religijnie, bardzo. [...] w kościołach można zauważyć więcej kobiet w tym wieku” (FGI\_1\_MSR\_M5). Podkreślano, że stare kobiety są towarzyskie, mają z reguły grono koleżanek, z którymi się spotykają, plotkując lub rozmawiając o chorobach, „szukają towarzystwa w poradniach, przychodniach i w kościołach” (FGI\_1\_KM\_K1, K2). Badane w średnim wieku, po pięćdziesiątce, zauważały, że współczesne seniorki są bardziej aktywne niż stare kobiety żyjące dawniej, wychodzą poza role tradycyjnie im przypisywane, jak rola babci poświęcającej się rodzinie. Podkreślały, że kobiety w podeszłym wieku doksztalcają się, często są jeszcze aktywne zawodowo, mają różne zainteresowania: „Babcie mają prawo do realizowania siebie” (FGI\_4\_KSR\_K7). W części dyskusji grupowych pojawiły się jednak uwagi, że życie starej kobiety toczy się głównie w sferze prywatnej: „siedzi w domu przeważnie i tylko dzieci, wnuki” (FGI\_4\_KSR\_K5). Jeśli wychodzi z domu, to tylko do kościoła i na cmentarz, bądź na spacer z psem wokół bloku, swoje kontakty społeczne ograniczając do najbliższych sąsiadek. Jej styl życia opisywano jako monotony i schematyczny. Badani zwracali także uwagę na problemy finansowe starych kobiet



odbijające się na jakości ich życia („Cierpiąca na brak pieniędzy. [...] skromnie żyjąca, kupująca na ryneczku, jeździ MPK i tam gdzie jest taniej” – FGI\_2\_KM\_K8). Zauważali, że podejście do życia, aktywne *versus* biernie przeżywanie starości przez kobiety, uzależnione jest od ich stanu zdrowia, wykształcenia, sytuacji rodzinnej, dawnej aktywności zawodowej, a także mentalności – sposobu traktowania starości zarówno przez samą jednostkę, jak i jej otoczenie.

W charakterystykach starej kobiety uczestnicy dyskusji grupowych odnosili się także do jej ról społecznych. Wymieniano tu przede wszystkim rolę babci, zauważając przy tym, że polega ona nie tylko na opiece nad wnukami, czy wspieraniu ich finansowo, ale również ich wychowywaniu: „Uczyć wnuki, bo to jednak szkoła tego wszystkiego nie powie co babcia. [...] dobrych manier” (FGI\_2\_MST\_M6, M7). Mówiono także o roli troskliwej żony: „Pielęgnowująca męża. No widziałam, jak panie ubierały pana, szaliczek zawiązywały, guziczki zapinały, miały dziecko swoje, a pan tak stał, a później poszli na spacer” (FGI\_2\_KST\_K9) bądź kojarzono starą kobietę z wdowieństwem. Młodzi respondenci widzieli ją w roli „upierdliwej teściowej”. Podkreślano, że stare kobiety są zaradnymi, dobrymi gospodyniami i świetnymi kucharkami. Doceniano ich zaangażowanie w życie rodzinne: „chcą rodzinie się jak najbardziej przydać i pomagać” (FGI\_1\_KM\_K5). Jednak ich aktywności nie ograniczano do sfery prywatnej. Pojawiły się uwagi na temat wciąż czynnych zawodowo starych kobiet oraz słuchaczek uniwersytetu trzeciego wieku. Jak można wywnioskować z części wypowiedzi, kobieta w tej fazie życia szuka sobie zajęcia, bo musi udowodniać sobie samej i innym, że „jest jeszcze potrzebna” (FGI\_2\_MSR\_M7).

Jeśli chodzi o młodego mężczyznę, podobnie jak w odniesieniu do młodej kobiety, badani podkreślali jego atrakcyjność fizyczną będącą niejako atrybutem młodości. Jak wynika z wypowiedzi, również od przedstawicieli „brzydkiej” płci w tym wieku oczekuje się dbałości o wygląd. Obok takich przymiotników jak „przystojny”, „silny”, „wysoki”, „dobrze zbudowany”, odpowiadających stereotypowi męskości, pojawiały się określenia wskazujące na konieczność podejmowania konkretnych działań na rzecz własnego wyglądu przez młodego mężczyznę. Charakteryzowano go jako zadbanego, wysportowanego, opalonego, schludnego, dobrze czy elegancko ubranego, ładnie ostrzyżonego. W dyskusji grupowej z udziałem kobiet w średnim wieku zwrócono uwagę, że niekiedy dbanie o wygląd przez młodych mężczyzn jest przesadne i zostało ocenione jako niemęskie: „taka dbałość [...], która przekracza granicę dobrego smaku, jeżeli chodzi o mężczyznę. Facet ma być facetem” (FGI\_3\_KSR\_K6). Wypowiadający się młodzi mężczyźni zauważali, że przedstawiciel ich kategorii płciowej i wiekowej podąża za modą, przywiązuje wagę do tego,

co na siebie zakłada, czym jeździ itp.: „gadżeciarz”, „lubi się pokazać”, „szpaner” (FGI\_2\_MM\_M3, M8).

Krytycznie do wyglądu młodych mężczyzn odnosili się uczestnicy badania w średnim wieku. W ich przekonaniu wcale nie dbają oni o to, jak wyglądają, nie troszczą się o higienę osobistą albo zupełnie nie dbają o sylwetkę i nie podejmują aktywności fizycznej, albo dążą do budowy ciała typu strongman Pudzianowski, kształtując nadmiernie masę mięśniową. Scharakteryzowano ich jako spędzających wolny czas przed ekranem telewizora lub z konsolą do gry oraz puszką piwa w dłoni (FGI\_3\_MSR), co negatywnie odbija się na ich wyglądzie. Z kolei, zdaniem starych respondentek, schludny wygląd nie dotyczy wszystkich młodych mężczyzn, a tym, co determinuje szczególnie ich ubiór, jest zarówno wychowanie (wpojone poczucie estetyki), jak i wykonywany zawód („Bo trzeba podzielić na tych, którzy pracują w korporacjach, w firmach i na tych, którzy pracują fizycznie” – FGI\_5\_KST\_K7).

Charakteryzując cechy osobowości i zachowania młodego mężczyzny, zwracano uwagę na jego beztróskę, lekkomyślność i nieodpowiedzialność, przejawiające się m.in. w ryzykownych zachowaniach (np. brawurowa jazda samochodem czy motorem, zażywanie narkotyków). Wspominano, że prowadzi on „hulaszczy tryb życia”, jest rozrywkowy – ciągle „baluje” i poszukuje wrażeń, bywa wulgarny, lubi alkohol i inne używki, często zmienia partnerki. Podkreślano ponadto brak dbałości o zdrowie związany z poczuciem nieśmiertelności. Starzy respondenci zauważali zróżnicowanie postaw życiowych młodych mężczyzn: „Różni są młodzieńcy, jedni się za chuligaństwo biorą i złodziejstwo, a drudzy chcą być poważni i życie na poważnie brać” (FGI\_6\_MST\_M6). Z wypowiedzi uczestniczek wywiadów z wszystkich kategorii wiekowych wyłania się obraz niedojrzałego młodego człowieka, „maminsynka”, „dużego dziecka”, wciąż dla wygody mieszkającego z rodzicami, unikającego zobowiązań i odpowiedzialności, egoisty i egocentryka nastawionego na realizację własnych potrzeb. Ponieważ mówiły o tym przede wszystkim kobiety, ich opinie można traktować jako wyraz rozczarowania współczesnymi młodymi mężczyznami – rówieśnikami i potencjalnymi partnerami, synami czy wnukami – którzy nie chcą dorosnąć. Badane charakteryzowały ich także jako przywiązujących dużą wagę do „kasy” i innych dóbr materialnych, lubiących szpanować różnymi gadżetami, a przede wszystkim „super samochodem”, drwiąco komentując, że w ten sposób „leczą oni kompleksy” (FGI\_1\_KM\_K4), czy nazywając ich pozerami (FGI\_3\_KSR\_K5). Pojawiły się uwagi, że młodzi mężczyźni ulegają wpływom i modom. Zauważany przez badanych z różnych grup dyskusyjnych pęd do kariery młodego mężczyzny, nastawienie na sukces zawodowy i osiągnięcie wysokiej pozycji społeczno-ekonomicznej koresponduje z patriarchalnym

ideałem męskości, podobnie jak koncentracja na sobie, indywidualizm oraz współzawodnictwo i przedsiębiorczość. Mamy tu zatem obraz „młodego wilka” realizującego te społeczne oczekiwania. Pojawiły się jednak uwagi, że młody mężczyzna, w związku z niekorzystną sytuacją na rynku pracy, może mieć niestabilną jeszcze sytuacją zawodową i finansową. Badane w średnim wieku zaznaczały, że współcześnie młodzi mężczyźni (oraz młodzi ludzie w ogóle) przywiązują dużą wagę do wykształcenia, są żądni wiedzy i się doksztalają. Wśród cech przypisywanych młodym mężczyznom przez uczestników grup fokusowych wymieniano także energiczność, kreatywność, ambicję, pracowitość oraz odwagę – traktowane stereotypowo jako męskie atrybuty. Respondentki w średnim wieku i starsze zauważały u nich jednak też takie „kobiece” cechy jak wrażliwość, opiekuńczość czy uczuciowość, ale również słabość psychiczna czy znerwicowanie. Być może zaobserwowały one odchodzenie od patriarchalnego ideału męskości w pokoleniu młodych mężczyzn, postrzegając ich jako osoby androgyniczne, łączące w sobie cechy przypisywane kobietom i mężczyznom.

W charakterystykach młodego mężczyzny tworzonych w zogniskowanych dyskusjach grupowych pojawiły się także odniesienia do ról społecznych, zarówno rodzinnych, jak i pełnionych w sferze publicznej. W przypadku tych drugich badani wskazywali rolę studenta (przy czym młodzi badani wspominali tu o „wiecznym studiowaniu”), osoby pracującej lub zakładającej pierwszą własną działalność gospodarczą. Jak już wspomniano, młody mężczyzna był kojarzony z koncentracją na karierze zawodowej, wobec której rodzina schodzi na dalszy plan: „wraca tylko jako bohater na weekend do domu” (FGI\_4\_KSR\_K7). Bardziej zróżnicowany okazał się opis sytuacji rodzinnej młodego mężczyzny. Z jednej strony wskazywano, że unika on zobowiązań, jest singlem, często jeszcze mieszkającym z rodzicami, stąd wspomniano o roli syna. Mówiono o jego niestałości w uczuciach, niechęci do tworzenia stałego, formalnego związku intymnego, ewentualnie o nieudanym pierwszym małżeństwie. Respondenci w średnim wieku tłumaczyli owo odkładanie założenia rodziny przez mężczyzn z młodszego pokolenia ich potrzebą wolności i niezależności oraz ciągłej zmiany. W dyskusji starych mężczyzn zaznaczono, że mogą oni przegapić odpowiedni moment na małżeństwo: „Dużo jest później takich kawalerów, których czas już przeminął” (FGI\_5\_MST\_M8). Z drugiej strony, młodym mężczyznom przypisywano role narzeczonego oraz ojca, wskazując, że ta faza życia to czas stabilizacji życiowej – rodzinnej i zawodowej. Badane w średnim wieku zauważyły ponadto, że młodzi mężczyźni mający potomstwo „przejmują się tacierzyństwem” (FGI\_3\_KSR\_K2), co potwierdza upowszechnianie się w młodym pokoleniu wzoru aktywnego ojcostwa (Dzwonkowska-Godula 2015).

W charakterystykach mężczyzny w średnim wieku nie w każdej dyskusji grupowej pojawiły się opisy wyglądu. Ten aspekt zignorowali zupełnie biorący udział w badaniu mężczyźni po pięćdziesiątce (zarówno ci zaliczani jeszcze do kategorii badanych w średnim wieku, jak i starzy), tak jakby uznali, że „nie ma o czym mówić” – mężczyzna w średnim wieku nie wyróżnia się już młodym, atrakcyjnym wyglądem, a jeszcze nie wygląda staro. Brak opisu wyglądu bądź bardzo oszczędne, zdawkowe charakterystyki (dokonywane np. przez uczestniczki w średnim wieku) w porównaniu z opisem cech osobowości, zachowań i ról społecznych mężczyzny w tej fazie życia mogą świadczyć o pomniejszaniu znaczenia męskiego wyglądu, co odpowiada patriarchalnej koncepcji męskości (Malinowska 2011). Grupy fokusowe opisujące fizyczne atrybuty mężczyzny w średnim wieku wskazywały na widoczne oznaki starzenia się, takie jak siwe włosy, „łysinka”, zakola, a także zły stan uzębienia. Pojawiły się uwagi na temat pierwszych problemów zdrowotnych oraz uzależnienia wielu mężczyzn od alkoholu, co odbija się na ich wyglądzie. Jako cechę charakterystyczną wymieniano nadwagę, „brzuszek” będący efektem spożywania piwa („brzuszek piwny”) oraz braku aktywności fizycznej („Niewysportowani. Siedzą przed telewizorami” – FGI\_4\_KSR\_K1). Młodzi uczestnicy badania wskazywali także wąsy oraz specyficzny strój czy jego elementy: „koszula w kratę”, „flanela”, „podkoszulki bawełniane”, „kalesony zimą”, saszetka noszona na pasku lub „listonoszka”. Mamy tu zatem obraz osoby nieprzwiązującej zbytniej wagi do ubioru, który ma być przede wszystkim wygodny i praktyczny. W nielicznych wypowiedziach pojawiły się komentarze na temat elegancji mężczyzny w średnim wieku oraz określenia go mianem zadbanego. Młode respondentki zauważyły, że mężczyzna w tej fazie życia „jeszcze dba o wygląd”, potwierdzając tym samym, że dbałość o atrakcyjność fizyczną jest domeną przedstawicieli młodszego pokolenia i nie dotyczy już starych mężczyzn. Z kolei rozmówczynie w średnim wieku, bardzo krytycznie oceniające wygląd swoich rówieśników – zaniebanych i „dziadziejących”, zaznaczały, że zdarzają się wśród nich zadbani mężczyźni, chcący za wszelką cenę zatrzymać upływ czasu i „piękniejących”, „bo kosmetyczka wtedy, fryzjerka, nowe BMW” (FGI\_3\_KSR\_K4). Podobnie jak w odniesieniu do młodego mężczyzny, tak i w charakterystyce mężczyzny w średnim wieku podkreślano znaczenie posiadanego przez niego samochodu „na pokaz” („czerwone auto”, „sportowa fura”, „ferrari czy lamborghini”). W przekonaniu badanych, w tej fazie życia szybkie, sportowe auto spełnia określoną funkcję: ma mężczyznę odmłodzić i przyciągać uwagę „młodych lasek” (FGI\_1\_MM\_M7). Jak drwiąco zauważyły stare rozmówczynie: „A jak ma auto, to mu się wydaje, że ho, ho” (FGI\_5\_KST\_K6); „Ale to jest po prostu przedłużenie męskości” (FGI\_5\_KST\_K2).

W dyskusjach grupowych zwracano uwagę na kryzys wieku średniego przeżywany przez mężczyzn, przejawiający się m.in. w odczuwanej frustracji („ciągle jakieś pretensje, do życia, do czasu, do wieku” FGI\_5\_KST\_K2), poczuciu przytłoczenia rodziną i pracą, rozgoryczeniu utratą wolności, trudności pogodzenia się z upływem czasu, lęku przed starością i potrzebie udowodnienia sobie i innym, że jest się jeszcze w pełni sił i możliwości, także w sferze seksualnej. Dostrzeżono tendencję do zmiany partnerki na młodszą: „im się chyba wydaje, że jak jest kobieta młoda, to im jakby lat odejmowała” (FGI\_4\_KSR\_K3), przeżywania przez nich „drugiej młodości”, poszukiwania wrażeń. Równieśniczki określały ich mianem „Piotrusiów Panów”, chodzących wiecznie w krótkich spodenkach, niedopuszczających do siebie myśli o starzeniu się. W charakterystykach mężczyzny w średnim wieku wskazywano także takie wady jak: przemądrzałość, zarozumiałość, egocentryzm, przewrażliwienie na własnym punkcie czy hipochondria. Młodzi respondenci, mając ma myśli prawdopodobnie swoich ojców, zwracali uwagę, że z mężczyzną ze starszego pokolenia „ciężko się dogadać” (FGI\_2\_MM\_M6), bo „wszystko wie najlepiej” (FGI\_2\_MM\_M7) i „zaczyna być autorytarny w tym wieku” (FGI\_1\_MM\_M3). Z kolei młode badane wskazywały na pozytywne cechy panów w średnim wieku, odróżniające ich od młodych mężczyzn, niedojrzałych lekkoduchów, takie jak odpowiedzialność, stateczność, powaga, dystygowanie, dojrzałość, rozsądek. Również w grupie kobiet w średnim wieku charakteryzowano mężczyzn z tego pokolenia poprzez zestawienie ich z młodymi i podkreślenie różnic w zachowaniu się w towarzystwie. A zatem mężczyzna w średnim wieku „potrafi tańczyć”, „rozmawiać, dyskutować”, „potrafi też być czarujący” (FGI\_3\_KSR\_K6,K4,K7). Stare rozmówczynie zaś opisywały człowieka „sprawnego umysłowo”, „rozwijającego się intelektualnie i życiowo” (FGI\_5\_KST\_K2, K8), „dbającego o zdrowie” (FGI\_6\_KST\_K2), prawdopodobnie zestawiając mężczyzn w średnim wieku z tymi ze swojego pokolenia, których wymienione przymioty nie dotyczą. Jednak w porównaniu ze swoją rówieśniczką, mężczyzna w średnim wieku został scharakteryzowany jako „pierdoła”, leniwy, bierny, niedbający o własny rozwój psychiczny i fizyczny, gdyż „zdecydowanie kobiety bardziej [...] dbają o siebie i sportowo, i w ogóle, natomiast mężczyźni nie” (FGI\_4\_KSR\_K6); „kobiety mają taką cechę fajną, że one cały czas się uczą i rozwijają, może nie wszystkie, a faceci gdzieś zatrzymują się w jakimś momencie” (FGI\_3\_MSR\_M7). W przekonaniu respondentek z tej grupy wiekowej wynika to z uprzywilejowania męskiej płci, społecznego przyzwolenia na spoczywanie na laurach, podczas gdy kobiety muszą wciąż się starać i walczyć o lepszą pozycję w społeczeństwie: „Zawsze ten facet miał łatwiej [...]. My musiałyśmy

o wszystko zabiegać i walczyć” (FGI\_4\_KSR\_K7). Badane w średnim wieku mówiły o słabości psychicznej mężczyzn z ich pokolenia, która prowadzi do depresji i frustracji, popadania w nałogi: „W ogóle kobiety są chyba silniejsze psychicznie od tych facetów [...] się mówi, że słaba płeć jesteśmy, a to oni są słabi” (FGI\_4\_KSR\_K5). Opisywały ich jako marudnych, użalających się nad sobą, płaczących, bezradnych i wymagających wsparcia od swoich partnerek. Respondentki zauważały zatem odwrócenie ról, feminizację osobowości średniego pokolenia mężczyzn. W dyskusjach grupowych kojarzono ich także z innymi cechami stereotypowo przypisywanymi kobietom, opisując ich jako rodzinnych, uczuciowych, opiekuńczych.

W przekonaniu części uczestniczek w średnim wieku ich rówieśnicy są dezorientowani wobec przemian patriarchalnie zdefiniowanych ról płciowych, nie wiedzą, kim są i kim mają być, gdy kobiety wkraczają w ich płaszczyzny aktywności: „kobiety są tak świadome, zdecydowane i silne, że mężczyźni się totalnie czują zagubieni. Nie radzą sobie. [...] no bo my też jesteśmy w stanie pracować i nakarmić i oni są totalnie zagubieni” (FGI\_3\_KSR\_K6). Problem z tożsamością dotyczy właśnie mężczyzn w średnim wieku w związku z kryzysem na tym etapie życia, dokonywaniem bilansu, co udało się osiągnąć i jakie są perspektywy, o czym wspominali badani z tego pokolenia: „Kim będę? Dziadkiem nie chcę być, [...] taka tożsamość: kim ja teraz jestem? Co ja mam właściwie? 60 lat mam i [...]?” (FGI\_3\_MSR\_M7). Badane z tej kategorii wiekowej oraz młodsze wspominały o potrzebie uznania i sprawowania władzy odczuwanej przez mężczyzn z tego pokolenia, co można interpretować jako próbę zachowania patriarchalnych relacji płci: „ma władzę”, „albo chciałby ją mieć”, „albo lubi żyć w przekonaniu, że ją ma” (FGI\_1\_KM\_K7,K1,K2); „oczekują uznania, żeby było ich takie miejsce w domu, jakieś miejsce czy jakiś fotel, których im nikt nie zajmuje fizycznie. To jest fotel taty i tam nie siadamy” (FGI\_3\_KSR\_K2).

Sporo miejsca w dyskusjach grupowych poświęcono stylowi życia mężczyzn w średnim wieku. Z jednej strony opisywano ich jako mało aktywnych fizycznie, spędzających czas wolny na oglądaniu meczy i piciu piwa, niechętnych do pozadomowej i pozazawodowej aktywności: „Taki, co mu się nic nie chce” (FGI\_5\_KST\_K5). Z drugiej strony wymieniano różne hobby i pasje, takie jak wędkowanie, kolekcjonowanie czegoś, sklepanie modeli, majsterkowanie, naprawianie samochodu, zainteresowanie polityką. Zwrócono uwagę na zły stan zdrowia i krótsze życie mężczyzn w porównaniu z kobietami, co wiązano z zaniedbywaniem przez nich problemów zdrowotnych, prowadzeniem niezdrowego stylu życia i antyzdrowotnymi działaniami podejmowanymi od młodych lat: „jest duża umieralność na różnego rodzaju właśnie te choroby cywilizacyjne [...],

zawały, udary, wylewy spowodowane właśnie tym życiem młodym czyli woda, papierochy, stres [...]” (FGI\_3\_MSR\_M4).

Jak wynika z analizowanych wypowiedzi, mężczyzna w średnim wieku jest kojarzony ze stabilną sytuacją zawodową, finansową i rodzinną, ze „spełnieniem się”: „To też jest taki przedział wiekowy, (że – przyp. aut.) facet w pełni może powiedzieć »osiągnąłem, zrobiłem, należy mi się«” (FGI\_3\_MSR\_M5). W odniesieniu do kluczowej dla patriarchy definicji męskości aktywności zawodowej charakteryzowano mężczyznę w tej fazie życia jako zapracowanego i skoncentrowanego na pracy, „żyjącego nią”, „ojca wiecznie na nadgodzinach” (FGI\_1\_MM\_M3). Jak zauważali uczestnicy badania po pięćdziesiątce, utrata zatrudnienia jest dla niego szczególnie dotkliwa. Powoduje bowiem zachwianie jego statusu społecznego, także pozycji w rodzinie, tym bardziej, że aktywność zawodowa wiąże się z pełnieniem roli głowy rodziny i jej żywiciela. Mówiono o konieczności spłacania kredytów w związku z kupnem samochodu, działki, domu, co wymaga stabilnej, dobrej pracy. Podkreślano, że mężczyzna w średnim wieku jest żonaty i „dzieciaty”, „dba o bezpieczeństwo innych, rodziny” (FGI\_1\_MM\_M6), „powinien mieć mieszkanie, dzieci” (FGI\_5\_MST\_M4). Młode badane charakteryzowały mężczyznę w tym wieku jako zaangażowanego w życie rodzinne, „pomagającego w domu” i „zajmującego się rodziną”, ale też jako „przytłoczonego tym wszystkim, i rodziną, i pracą” (FGI\_1\_KM\_K5, K6). Z jednej strony określano go mianem odpowiedzialnego za rodzinę, z drugiej strony opisywano przypadki porzucenia żony i dzieci dla młodszej kobiety. Wspomniano także o roli dziadka. Jak się okazuje, rodzina – genderowo kobieca sfera – wskazywana była jako bardzo ważna sfera życia mężczyzny w średnim wieku, szczególnie wobec niekorzystnej sytuacji na rynku pracy dla starzejących się osób, a także wobec utraty przez mężczyznę roli jedyne go żywiciela rodziny: „Naturalnie, po to człowiek żyje, żeby mieć rodzinę, wychować dzieci” (FGI\_6\_MST\_M7). Przypisywanie „rodzinnej orientacji” mężczyznom w tej fazie życia może być także efektem obserwowanych przez badanych przemian ról płciowych i pojawienia się zaangażowanych, aktywnych ojców, którzy nierzadko doczekują się potomstwa, będąc metrykalnie w średnim wieku.

Charakteryzując starego mężczyznę, uczestnicy zogniskowanych wywiadów grupowych bardzo krytycznie oceniali jego wygląd, podkreślając przede wszystkim zaniedbanie, nieprzestrzeganie zasad higieny osobistej: „Niechlujstwo totalne i w ubiorze, i ciało brudne, zaniedbane, nawet niedogolone. Włosy z uszu wystają i z nosa” (FGI\_4\_KSR\_K7). Zauważano, że mężczyzna w tym wieku zupełnie nie przywiązuje wagi do tego, jak wygląda i nie widzi potrzeby dbania o aparycję: „Już nie ma za bardzo chęci o siebie dbać, nie ma po co, zaniedbany” (FGI\_2\_MM\_M2).

Badane w średnim wieku wspomniały o zapachu starych mężczyzn: „Śmierdzi papierosami”, „O tak, i potem”, „Starością”, „Zalutują wilgocią” (FGI\_4\_KSR\_K1, K3, K4). Jako ich cechy charakterystyczne uczestnicy wywiadów wymieniali siwe włosy, zmarszczki, nadwagę, czerwoną twarz, wąsy i brodę, okulary, sztuczną szczękę, a także powolny sposób poruszania się („Szurają nogami” – FGI\_5\_KST\_K5). Zwracali także uwagę na znoszoną, „niedopasowaną odzież” (FGI\_1\_MM\_M3), starego mężczyzny, który wygląda „jak wyciągnięty ze starej szafy” (FGI\_3\_MSR\_M7). Jak ujęła to jedna ze starych badanych: „panowie w tym wieku ubierają się jak stare dziady, nic nie idą z modą, w ogóle niemodny” (FGI\_5\_KST\_K7). W obronie starych mężczyzn stanęli respondenci w średnim wieku, zaznaczając, że sposób ubierania się seniorów zależy od ich pozycji społecznej: „Ale oczywiście są też zadbani, schludni faceci”, „Ci na stanowiskach wyłamują się jakby z tego stereotypu” (FGI\_3\_MSR\_M7, M5). Zwrócili oni uwagę na brak określonej oferty odzieżowej dla mężczyzn w tej fazie życia: „Nie ma takiego budowania takiego wizerunku, imagu, jak mógłby wyglądać fajnie, atrakcyjnie, facet po sześćdziesiątce czy siedemdziesiątce” (FGI\_3\_MSR\_M7). Młode uczestniczki badania zauważyły, że społeczeństwo bardziej krytycznie ocenia wygląd starych kobiet niż starych mężczyzn i oczekuje od nich większej dbałości o własny wizerunek, by nie wyglądały na swój wiek: „kobiety są bardziej oceniane, że jak ma tyle lat, to powinna bardziej o siebie zadbać tak, żeby wyglądać młodziej i tak dalej, a u mężczyzny to jakoś tak, że ma tyle lat to może tak po prostu wyglądać i nikt mu tego nie będzie wypominał” (FGI\_1\_KM\_K1).

Badani negatywnie oceniali także cechy osobowości i zachowania starego mężczyzny. Wśród jego zalet wymieniono jedynie opanowanie, doświadczenie i mądrość oraz grzeczne, szarmanckie zachowanie: „Na przykład ten moment, kiedy kobieta podchodzi do stołu, to oni wstają, z takimi dobrymi manierami” (FGI\_3\_KSR\_K6). Wskazano za to wiele wad, opisując go np. jako złośliwego, zgryźliwego i krytycznego: „Krytykujący, oceniający wszystkich i wszystko” (FGI\_3\_KSR\_K5); „wszystko go denerwuje” (FGI\_5\_MST\_M7). Starego mężczyznę kojarzono z konserwatyzmem, uporem, niechęcią do zmian. Młodzi określali go jako „przestarzałego” (FGI\_2\_MM\_M5), „starej daty, [...] w myśleniu i we wszystkim” (FGI\_2\_MM\_M8). Dostrzegano ponadto takie same cechy jak u charakteryzowanej wcześniej starej kobiety: narzekający, marudny, depresyjny, „gderliwy”. Zauważano, że starzy mężczyźni są zmęczeni życiem, „zgnusniali”, zgorzkniali i sfrustrowani („Jeżeli nie powiodło mu się w poprzedniej fazie, no to tutaj, faceci tutaj gorzknieją” – FGI\_3\_MSR\_M5) oraz zrezygnowani („no bo już jest za późno, żeby cokolwiek zmienić. Emeryturę ma, jaką ma, rodzinę taką jaką ma, już zdrowie takie jakie ma i niewiele już z tym może zrobić” – FGI\_2\_MM\_M2). W przekonaniu



młodych badanych zdarzają się wśród nich dziwacy („Gościu z takimi dziwactwami, z którymi się nie rozumie” – FGI\_1\_MM\_M3). Sporo miejsca w dyskusjach grupowych dotyczących starego mężczyzny poświęcono jego aktywności seksualnej, a właściwie jej brakowi, podczas gdy w charakterystykach jego rówieśniczki aspekt ten zupełnie się nie pojawił, zgodnie ze społecznym aseksualnym wizerunkiem starej kobiety. Z wypowiedzi wyłania się obraz „erotomana gawędziarza” („Cały czas tylko o seksie, o różnych takich rzeczach”, „tylko poopowiadać sobie mogą” FGI\_4\_KSR\_K7, K5), „podrywacza” (FGI\_6\_KST\_K5, K6), który „za osiemnastkami się ogląda” (FGI\_1\_MM\_M3). Sami badani z tej kategorii wiekowej wspominali o ciągłym zainteresowaniu płcią przeciwną („Nie wierzę, żeby któryś z panów i ja nie obejrzał się za ładną dziewczyną, jak jest dobrze zbudowana” – FGI\_5\_MST\_M6), choć przyznawali, że mają już problemy z potencją. Jak wynika z dyskusji grupowych, mężczyzna na starość zatracza cechy kojarzone tradycyjnie (czytaj: patriarchalnie) z męskością. Charakteryzowano go bowiem jako niesamodzielnego, bezradnego, zależnego od partnerki czy innych osób i w związku z tym ustępliwego i uległego: „Ulega, bo wie, że nie podskoczy za bardzo”, „Mężczyzna jest bardziej bezradny w tym wieku. Kobieta jest bardziej sprytna, bardziej zaradna, stara się jakoś wszystko ogarnąć, a mężczyzna – on się tylko słucha albo marudzi” (FGI\_5\_KST\_K6, K2). Z drugiej strony jego rówieśniczki opisywały starego mężczyznę jako egoistę, z roszczeniową postawą („Wszystko mu się należy” – FGI\_6\_KST\_K2). Wizerunek mężczyzny w sędziwym wieku dopełniały uwagi na temat krótszego, w porównaniu z kobietami, życia (komentarze, że wielu mężczyzn nie dożywa starości) oraz złego stanu zdrowia i niechęci do leczenia dolegliwości i chorób.

Bardzo ubogie okazały się opisy stylu życia i ról społecznych starego mężczyzny wobec bogatych dyskusji na temat tych aspektów funkcjonowania kobiety w tym wieku. Z wypowiedzi wyłania się obraz „pana w kapiach przed telewizorem” (FGI\_1\_KM\_K1), palącego i pijącego alkohol, przyjmującego lekarstwa (co zmusza go do ograniczenia spożywania alkoholu), opowiadającego historie ze swojego życia i rozważającego swoją nieuchronnie zbliżającą się śmierć, w ramach hobby zajmującego się działką, majsterkującego bądź wędkującego. Niemniej wspomniano także o „wyjątkach od reguły” jak starszuskowie jeżdżący na rowerze: „A ci rowerzyści, którzy po sześćdziesiątce jeżdżą po Europie?” (FGI\_3\_MSR\_M7) czy „na harleyu”. Jeśli chodzi o role społeczne, starego mężczyznę postrzegano jako męża zależnego od opiekującej się nim żony: „jeżeli żona umiera pierwsza, to on sobie nie radzi. Kobieta jest otoczona tymi przyjaciółkami, rodziną, potrafi się bardziej zająć sobą, natomiast mężczyzna często właśnie jest nieporadny” (FGI\_1\_KM\_K6),

ewentualnie jako wdowca usilnie szukającego opiekunki na starość: „Z reguły mężczyzna stary szuka, jeśli jest sam, szuka kobiety, żeby ktoś się zaopiekował, żeby zrobił mu zupę, tego mielonego, itd.” (FGI\_5\_KST\_K6). Zaznaczano, że bardzo ważną rolę w jego życiu jest bycie dziadkiem. Badani ze średniego pokolenia zauważali, obserwując własnych ojców, że starzy mężczyźni lepiej radzą sobie z wnukami niż z dziećmi, że dopiero na starość odnajdują się w takiej opiekuńczej roli: „W końcu dojrzał. O jedno pokolenie za późno” (FGI\_3\_KSR\_K2); „dziadek to ma taką smykałkę do wnuczki czy do wnuczka [...] on odkrywa taką prawdziwą miłość rodzicielską w tym wieku” (FGI\_3\_MSR\_M5). Uczestnicy badania reprezentujący starych mężczyzn przyznawali, że bycie dziadkiem sprawia im wiele radości. Poza wspomnianymi rolami pełnionymi w rodzinie stary mężczyzna był widziany w roli emeryta, niekiedy jeszcze pracującego (np. jako portier), by dorobić do emerytury. Podobnie jak w przypadku charakterystyki kobiety w tej fazie życia, zwrócono uwagę na jego kiepską sytuację finansową przejawiającą się w konieczności zmiany mieszkania na tańsze, a przede wszystkim w posiadaniu starego „kaszłącego” auta i trudnościach z jego utrzymaniem („i co roku problem, skąd wykrobać pieniądze na ubezpieczenie samochodu” – FGI\_4\_MSR\_M7). Jak można zauważyć, wzmianka o samochodzie pojawiła się w opisie mężczyzny w każdej kategorii wiekowej, co niewątpliwie czyni z auta atrybut męskości.

Podsumowując, na podstawie zebranego materiału badawczego, można zaobserwować funkcjonowanie w społecznej świadomości „upłciowionego wieku” – koncepcji kobiecości i męskości, zróżnicowanych w odniesieniu do ludzi będących w różnych fazach życia. Zjawisko genderyzacji wieku przejawia się w rozróżnianiu cech fizycznych i cech osobowości oraz ról społecznych przypisywanych kobietom i mężczyznom określanym jako młodzi, w średnim wieku i starzy. Dostrzec je można, porównując wizerunki kobiety oraz analogicznie wizerunki mężczyzny w różnych przedziałach wiekowych, ale także zestawiając ze sobą społeczne obrazy osób młodych, w średnim wieku i starych reprezentujących obie płcie (młoda kobieta a młody mężczyzna itd.). Analiza wypowiedzi respondentów pozwala zauważyć różnice pokoleniowe w sposobie pojmowania i realizowania kobiecości i męskości przez przedstawicieli różnych przedziałów wiekowych. Badani wskazywali odmienny sposób funkcjonowania współczesnych młodych kobiet w porównaniu z ich matkami czy babkami, przejawiający się w orientacji na zdobycie wykształcenia i określonej pozycji zawodowej, by być niezależną od mężczyzny, czy też ich upodabnianie się do płci przeciwnej w wulgarnym zachowaniu czy seksualnej rozwiązłości.

Jak pokazują wyniki badania, stereotypy kobiecości i męskości oparte na polaryzacji płci tracą swoją żywotność, gdy uwzględnia się wiek stereotypizowanej jednostki. Na przykład w odniesieniu do wyglądu kojarzenie kobiecości z atrakcyjnością fizyczną, wdziękiem itp. odnosi się jedynie do młodej kobiety. W przypadku starej kobiety określenie „płeć piękna” nie znajduje zastosowania, określa się ją mianem brzydkiej bądź w ogóle ignoruje to, jak wygląda, czyniąc ją niewidzialną, a także aseksualną. Taki sposób oceniania cech fizycznych kobiety opowiada patriarchalnej koncepcji kobiecości, traktującej atrakcyjność fizyczną jako jej główny zasób i atut w młodym wieku – określający jej pozycję na rynku matrymonialnym, tracony z wiekiem i tym samym prowadzący do społecznej marginalizacji starej kobiety (np. dyskryminacja kobiet ze względu na wiek na rynku pracy). Jak się jednak okazuje, także wygląd mężczyzny jest przedmiotem społecznej oceny. Przy czym w przypadku przedstawicieli „brzydkiej płci” ma on świadczyć przede wszystkim o ich pozycji społecznej, stąd też istotne są tu różnego rodzaju „gadżety”, w tym samochód „na pokaz”. Wizytówką mężczyzny, zgodnie z patriarchalną koncepcją męskości, ma być również sylwetka świadcząca o sile fizycznej, witalności oraz sprawności, także w sferze seksualnej. Podobnie jak w przypadku kobiet, zasób ten traci na znaczeniu wraz z wiekiem – zarówno jako przedmiot społecznej oceny mężczyzny, jak i jego zabiegów (dbałość o wygląd jako cecha młodego mężczyzny i „jeszcze” mężczyzny w średnim wieku). Wypowiedzi badanych dotyczące granic wieku dla obu płci pokazują na różnice w postrzeganiu starzenia się kobiet i mężczyzn: „kobieca” młodość trwa krócej niż „męska”. Kobieta tym bardziej więc powinna dokładać wszelkich starań, by nie wyglądać na swój wiek i by jak najdłużej zachować młody wygląd, co w jej przypadku jest warunkiem atrakcyjności fizycznej.

Analiza charakterystyk osobowości kobiet i mężczyzn w różnym wieku pokazuje, że właściwie w odniesieniu do żadnej kategorii wiekowej nie odwołano się do stereotypu kobiecości i męskości „w czystej postaci”. Kobietom młodym i w średnim wieku przypisywano wiele męskich cech, podkreślając ich aktywność, niezależność, ambicję, siłę czy pewność siebie. Z kolei u mężczyzn w średnim wieku i starych obserwowano feminizację ich osobowości, dostrzegając u nich przede wszystkim takie negatywne „niemęskie” cechy jak słabość psychiczna, zależność, skłonność do narzekania czy bezradność. Można by zatem powiedzieć, że z wiekiem mężczyźni tracą na męskości, jeśli chodzi o cechy charakteru. Jednak w młodości są, przede wszystkim w ocenie kobiet, zbyt dziecinni i niedojrzali, by móc ich traktować jak „prawdziwych” mężczyzn. Wydaje się, że badani dostrzegali zjawisko, nazywane w literaturze przedmiotem, ale także potocznie, mianem „kryzysu męskości”, co szczególnie wyraźnie

opisali, wypowiadając się na temat mężczyzny w średnim wieku. Zauważono (dotyczyło to przede wszystkim respondentek i respondentów z tej kategorii wiekowej) poczucie zagubienia dojrzałych mężczyzn wobec przemian społecznych ról płciowych i emancypacji kobiet. Pozytywnie natomiast oceniano takie „kobiece” cechy młodych mężczyzn i tych w średnim pokoleniu, jak opiekuńczość i czułość, wskazując na możliwość łączenia przez jednostkę cech obu płci (osoby androgyniczne).

W odniesieniu do ról społecznych zauważyć można patriarchalne kojarzenie mężczyzn w każdej kategorii wiekowej z aktywnością zawodową<sup>4</sup> oraz traktowanie ich pozycji społecznej (mierzonej karierą zawodową i statusem materialnym) jako kluczowych dla ich społecznej tożsamości. Choć, wobec utraty przez nich roli jedyne go żywiciela rodziny, dostrzegano znaczenie rodziny w życiu dojrzałego mężczyzny, mówiąc o jego zaangażowaniu w życie rodzinne bądź też wskazując je jako jego życiowy priorytet. Jak się okazuje, macierzyństwo nie jest traktowane jako podstawowy i kluczowy wyznacznik kobiecości w żadnej z kategorii wiekowej, choć kobiety wciąż kojarzone są ze sferą prywatną, co dotyczy jednak w najmniejszym stopniu młodych osób postrzeganych jako zorientowane na zdobywanie wykształcenia i pracę zawodową. Jako „naturalne”, ale i problematyczne uznawano łączenie przez kobietę obowiązków rodzinnych i zawodowych. Kobiety w średnim wieku i starsze charakteryzowano jako zaangażowane w życie rodzinne, zorientowane na innych, służące pomocą, opiekunki dzieci oraz partnera, podkreślając jednocześnie, że ich aktywność nie ogranicza się do sfery prywatnej. Oceniano je jako bardziej aktywne społecznie od mężczyzn, szczególnie w starości.

Jak dało się zauważyć, badani wypowiadający się na temat kobiet i mężczyzn młodych, w średnim wieku i starych, z jednej strony nie mieli trudności w tworzeniu takich generalnych charakterystyk, z drugiej strony – dostrzegali problematyczność takich uproszczeń, podkreślając zróżnicowanie każdej zbiorowości. Ponadto, opisując typowego przedstawiciela określonej kategorii płci i wieku, odwoływali się do podziału „my” – „oni”, z reguły lepiej oceniając własną kategorię społeczną w porównaniu z innymi, co odpowiada opisywanej przez psychologów ogólnej tendencji do nad-oceny grupy przynależności (zwłaszcza tej przypisanej). Szczególnie wyraźnie można to zauważyć w wypowiedziach respondentek w średnim wieku bardzo krytycznie wypowiadających się na temat swoich rówieśników czy w komentarzach mężczyzn w średnim wieku o przedstawicielach młodszego pokolenia. Charakteryzując

4 Nawet w odniesieniu do starych osób postępowano się etykietką „emeryt”, wskazującą na dawną aktywność zawodową mężczyzny, gdy takie określenie nie padało w charakterystyce starych kobiet.

kobiety i mężczyzn w różnych przedziałach wiekowych, podkreślano zarówno różnice między płciami, jak i różnice pokoleniowe. Wreszcie można przypuszczać, że badani, opisując osobę reprezentującą określoną płć i kategorię wiekową, myśleli o konkretnych ludziach ze swojego otoczenia – swoich dzieciach, rodzicach, dziadkach, sąsiadach itp. Odwoływali się zatem do obserwacji prowadzonych we własnym środowisku społecznym, uogólniając jednostkowe doświadczenia i „uzgadniając” je z innymi. W rezultacie powstały uproszczone, ale też zróżnicowane, niejednoznaczne społeczne obrazy kobiet i mężczyzn młodych, w średnim wieku i starych.

## **2.2. Społeczne oczekiwania dotyczące zachowań wobec wyglądu w świadomości kobiet i mężczyzn w różnym wieku** (Julita Czernecka)

Ciało jest miejscem, które podlega nieustannej kontroli społecznej poprzez narzucone nań normy i wzory kulturowe. (pierwotna wersja). Jednak dopiero ponowoczesność poddała je szczególnej dyscyplinie i samokontroli poprzez wszechobecne w kulturze zachodniej środki masowego przekazu. To w obrazach innych ciał często szukamy zasad istnienia naszego ciała – służą nam za lustro, w którym się przeglądamy i dokonujemy porównania siebie z innymi ludźmi. Konsekwencją obserwowanych w ponowoczesności zmian było wzmocnienie się społecznej presji, która zmusza dziś kobiety i mężczyzn do zaakceptowania kryteriów klasyfikowania i wartościowania ciała. Jeżeli ciało jednostki nie odpowiada „normalnemu” wizerunkowi ciała, jest ona zmuszana do zaprzeczenia własnemu „nieidealnemu” ciału (Melosik 1996). Dzieje się tak szczególnie w przypadku kobiet, które tradycyjnie kojarzone z cielesnością silnie identyfikują się ze swoim ciałem, niż mężczyźni.

Kobiety w społeczeństwie patriarchalnym, tradycyjnym utożsamiane były z pięknem, urokiem osobistym i wdziękiem, a także delikatnością. Dotyczyło to nie tylko zachowania, ale także wyglądu (np. poruszanie się z gracją, upiększanie ciała). Z kolei mężczyźni byli utożsamiani z byciem silnym fizycznie, co przejawiało się w takich cechach jak wysoki wzrost, umięśnione ciało czy szerokie barki (Mandal i in. 2010). Jednak ostatnie dekady przyniosły znaczącą zmianę w kontekście wymogów dotyczących

wyglądu i kobiet, i mężczyzn. Dziś mówimy o wielości modeli kobiecości i męskości, bo, choć nadal obowiązują te wymienione powyżej, to jednak wachlarz współcześnie istniejących wizerunków obu płci jest bardzo szeroki. Warto jednak zauważyć, że już nie tylko od kobiet wymaga się swoistej „dyscypliny” ciała, ale ta „władza nad ciałem” zmierzająca do stworzenia takich modeli identyfikacji, w których główną rolę odgrywają młodość, sprawność fizyczna, atrakcyjność seksualna, obejmuje także we współczesnym społeczeństwie mężczyzn (Foucault 1998). W przypadku mężczyzn nastąpiło widoczne przesunięcie w kierunku modelu bardziej androgynicznego, łączącego cechy do tej pory uważane za męskie z elementami „typowo” kobiecymi, rozszerzającymi znacznie stosowanie zabiegów estetyzujących ciało.

Niniejszy rozdział poświęcony jest analizie wypowiedzi badanych, na temat tego, co sądzą o społecznych oczekiwaniach wobec wyglądu kobiet i mężczyzn w swoim wieku. Analizowany materiał badawczy pochodzi z indywidualnych wywiadów swobodnych. W pierwszej kolejności zostanie dokonana próba weryfikacji świadomości kobiet w poszczególnych kategoriach wiekowych, na temat oczekiwań społecznych, jakie są w ich opinii stawiane wobec ich płci i wieku, a także wskazane podobieństwa i różnice w opiniach uczestniczek badania w różnym wieku. W drugiej kolejności interpretacji zostaną poddane wypowiedzi mężczyzn.

Jako pierwsze analizowane zostaną opinie młodych kobiet. Wypowiadając się na temat tego, z jakimi społecznymi oczekiwaniami spotykają się wobec swojej kategorii wiekowej, w pierwszej kolejności wskazywały one na dwa aspekty: zachowanie młodzieńczej skóry na twarzy oraz szczupłej sylwetki. Wiele z nich poświęciło sporo uwagi, opowiadając o odpowiedniej pielęgnacji cery, począwszy od stosowania kremów z filtrem UV, chroniących przed promieniami słonecznymi i zarazem przed pogłębianiem się zmarszczek, poprzez stosowanie odpowiednich kremów pod oczy czy kremów nawilżających. Wszystko to po to – ich zdaniem – by móc zachować długo młodzieńczy wygląd i opóźnić powstawanie pierwszych zmarszczek. W wypowiedziach respondentek daje się zauważyć nacisk, jaki młode kobiety powinny stawiać na prewencję w tym zakresie:

Przed wszystkim stawiać na pielęgnację, bo jeżeli nie postawimy na pielęgnację, to najlepsze kosmetyki kolorowe niewiele działają [...] i bardzo ważny jest krem z filtrem UV, szczególnie w tych wiosennych, letnich miesiącach, zakładamy na makijaż, pod makijaż matujący krem i możemy sobie chodzić cały dzień, bo przede wszystkim największe problemy, jakie się pojawiają na skórze, to winne jest słońce (KM\_5\_28). Cera powinna być świetlista,

dobrze nawilżona, niespalona przez słońce, bo teraz jest to w ogóle niemodne. Mieć taką młodzieńczą świeżość, im mniej się opalmy i bardziej nawilżamy i odżywiamy, tym ona ma więcej blasku i ona ma być tylko delikatnie podkreślona (KM\_10\_30).

Drugim najistotniejszym aspektem dla młodych kobiet było dbanie o zachowanie szczupłej sylwetki dzięki stosowaniu odpowiedniej diety, zachowaniu regularności posiłków oraz picciu dużej ilości wody. Warto zwrócić uwagę na to, że często wskazywały na ten ostatni aspekt jako czynnik, dzięki któremu możliwe jest zachowanie atrakcyjnego wyglądu skóry poprzez detoksykację organizmu ze szkodliwych substancji oraz zapewnienie jej odpowiedniego nawilżenia:

Powinny nawilżać się, żeby te sześć szklanek wody codziennie wypijać [...], nawilżyć, oczyścić organizm, żeby nie mieć jakiejś potrzeby zjedzenia jakiś niezdrowych przekąsek, ale głównie o jakiś tam detoks chodzi i nawilżenie. I jak najbardziej zdrowe odżywianie [...]. Myślę, że bardzo ważne są małe odstępy między posiłkami, czyli powiedzmy, co jest szalenie ważne, czyli jedzenie, co trzy godziny, ale tak jak najbardziej te małe posiłki, które mieszczą się w dłoni i wieczorem też faktycznie, żeby starać się żeby ostatni posiłek zjeść około siódmej, ósmej godziny (KM\_15\_36). I o to (powinna dbać młoda kobieta – przyp. aut.), żeby się nie utuczyć niestety. [...] jeśli dziewczyna po prostu z czystego lenistwa, że tak powiem się zapuszcza – coraz więcej takich młodych dziewczyn widzimy – to jest problem [...]. Ogólnie w miarę trzymać jednak zdrową wagę ciała (KM\_8\_29).

Młode kobiety mówiły o tym, że ważne jest, by mieć jędrne, szczupłe ciało, bo ono po prostu dobrze prezentuje się w ubraniach. Nieregularne posiłki, picie małej ilości wody, stosowanie używek – te wszystkie czynniki były traktowane jako niekorzystnie wpływające na wygląd, przede wszystkim prowadzące do otyłości i nieestetycznie prezentującej się sylwetki. Najmłodsze respondentki mówiły również o innych aspektach, choć nie poświęcały im już tak dużo uwagi, jak tym przedstawionym powyżej. Zwracały także uwagę na pielęgnację włosów, sposób uczesania i dobrania fryzury stosownej do ich wieku. Poruszały także kwestię dbałości o siebie rozumianej jako „higienę osobistą” oraz „czystość” i „schludność”. Oprócz tego wspominały o odpowiednim ubiorze, który powinien być stosownie dobrany kolorystycznie oraz pasujący do budowy sylwetki. Zdaniem jednej uczestniczki młoda kobieta powinna przede wszystkim zadbać, aby jej całościowy wizerunek był spójny zarówno z jej figurą, jak i z charakterem oraz osobowością: „Żeby jakoś dopasować wszystko do siebie, swojego charakteru, figury, żeby to wszystko do osoby, kobiety pasowało” (KM\_13\_34). W dalszej kolejności wśród istotnych oczekiwań społecznych wobec młodych kobiet wymieniano

makijaż, przede wszystkim stosowany po to, by uatrakcyjnić wygląd i ukryć niedoskonałości skóry oraz defekty urody. Kilka kobiet wspomniało o zadbanych paznokciach, potrzebie stosowania zabiegów pielęgnacyjnych w profesjonalnych salonach kosmetycznych, w tym także depilacji ciała. Bardzo niewiele było wypowiedzi dotyczących zachowania dobrej kondycji fizycznej i konieczności uprawiania sportu – przy dość dużej ilości wskazań na temat szczupłości ciała. Tylko jedna uczestniczka badania wspominała o tym, że młode kobiety powinny się wysypiać i nie palić papierosów (KM\_5\_28). Inna badana z kolei zauważyła zależność między zdrowiem a wyglądem i uznała, że kobiety w jej wieku powinny monitorować swój stan zdrowia i regularnie się badać: „Młoda kobieta powinna często odwiedzać lekarza, bo wygląd to też zdrowie wewnętrzne prawda, czasami nasz organizm na zewnątrz pokazuje, że na coś chorujemy prawda typu zmiany na paznokciach, włosach, zepsute zęby” (KM\_9\_30). Jeszcze inna stwierdziła, że kobieta w jej wieku ma się troszczyć o swój wygląd, żeby podnieść własną samoocenę i poprawić swój nastrój:

Powinna dbać o to, by wyglądać tak, żeby czuć się ze sobą dobrze. I żeby to, jak wygląda, podnosiło jej nastrój, a nie obniżało. I to już w zależności od tego, kto jakie ma potrzeby. No zakładam, że zdecydowana większość ma potrzebę wyglądać atrakcyjnie. W związku z tym powinna robić tak, żeby czuć się atrakcyjnie. To, że ktoś się ubierze w jakiś tam sposób, czy zrobi sobie taką, a nie inną fryzurę czy makijaż to jest już później kwestia gustu. I ktoś może uznawać to za atrakcyjne, a ktoś inne wręcz przeciwnie (KM\_4\_27).

Jeśli chodzi o świadomość respondentek w średnim wieku na temat społecznych oczekiwań względem zachowań wobec wyglądu stawianym kobietom w ich wieku, to w pierwszej kolejności najwięcej z nich odniosło się do kwestii fryzury i dbałości o włosy. Kobiety przyznawały, że w ich wieku kobieta nie może „chodzić z brudnymi włosami”, powinna regularnie chodzić do fryzjera i dbać o włosy – farbować je, by nie było widać siwizny, układać, modelować, podcinać. Zdaniem niektórych to, co „uchodzi” młodym dziewczynom (luźna fryzura), nie jest już akceptowane u kobiet dojrzałych. Większość z nich uważa, że w ich wieku zadbana fryzura to „podstawa” atrakcyjnego wyglądu:

Włosy na pewno są ważne, no to już nie jest tak jak się jest młodą dziewczyną, że można sobie je zapiąć w gumkę. Też kiedyś nie używałam suszarek, lokówek, prostownic. Od kilku lat zaopatrzyłam się w takie sprzęty (KSR\_1\_38). Powinna chociaż raz w tygodniu, może raz w miesiącu iść do [...] do fryzjera, wiadomo włosy siwe to trzeba o to dbać, trzeba farbę nałożyć, żeby takie mankamenty nie wychodziły na co dzień (KSR\_13\_61).



W drugiej kolejności kobiety w średnim wieku stwierdziły, że istotną kwestią dla ich równoletek jest zachowanie szczupłej sylwetki, pilnowanie wagi, dbanie o figurę, staranie się, żeby nie przytyć i tym samym zachować atrakcyjny wygląd. W swoich wypowiedziach podkreślały, że wiele kobiet w ich wieku ma nadwagę i jest w tym względzie zaniebana. Kobiety równocześnie zdają sobie sprawę z tego, że ich wiek nie „ułatwia” zachowania dobrej kondycji, ze względu na zmiany metabolizmu, przebyte ciąży, problemy ze zdrowiem – jednak ich zdaniem należy dokładać starań, by mimo wszystko dbać o zachowanie zgrabnej sylwetki. Szczególnie na ten aspekt zwracały uwagę kobiety między 40 a 50 rokiem życia:

„O figurę przede wszystkim trzeba dbać, żeby jakoś nie przytyć za bardzo, żeby nie upaść się. Niestety widzę te kobiety około pięćdziesiątki i niestety one są zaniebane, jeśli chodzi o figurę. Te brzuchy straszne, to ciało związające, ja wiem, że dzieci, że ciąży, ja też byłam w ciąży dwa razy i jakoś tak nie wyglądam. Nie wiem, trzeba trochę ćwiczyć, mniej jeść, ograniczać się” (KSR\_4\_45).

Kobiety podkreślały, że zmiany w budowie sylwetki i problemy z utrzymaniem prawidłowej wagi nie zależą tylko od ich kondycji, ale także zdrowia, szczególnie w kontekście wchodzenia w okres menopauzy związanej ze zmianami hormonalnymi:

Robi się problem z utrzymaniem wagi w pewnym wieku i to jest jakby ewidentne, doszłam do tego jak już weszłam w pewien wiek. Znaczący jest trudniej po prostu utrzymać wagę, zaczyna się tyć, [...] więc na pewno trzeba dbać o dietę, o to żeby nie utyć za bardzo (KSR\_5\_47). Przede wszystkim jest to okres, gdy kobiety wchodzi w okres przekwitania, co się wiąże na przykład z tyciem, więc pilnowanie wagi (KSR\_6\_48).

Jedna z wypowiadających się na ten temat pań przyznała, że należy mieć taką figurę, sylwetkę, z którą dobrze się czujemy, ponieważ wtedy kobiety „emanują czymś takim radosnym na zewnątrz” (KSR\_7\_49). W związku z tym, wiele kobiet podkreślało znaczenie, jakie w ich wieku ma aktywność fizyczna i zachowanie ogólnej sprawności. Kobiety w średnim wieku powinny zatem zachować regularną aktywność ruchową – chodzić na spacer, basen czy fitness odpowiedni do ich wieku:

Jak się jest młodszym, [...] to łatwiej jest zachować fajną sylwetkę i zdrowie. Natomiast już z wiekiem niestety prawo ciężenia już działa, no nie ma tak, że będzie lepiej, więc trzeba w to więcej wysiłku w to włożyć, tak? Jakiś basen – tego typu rzeczy. Bardziej zadbać o swoją fizyczność, figurę (KSR\_3\_42). Jeżeli na to zdrowie pozwala, to chodzić na zajęcia usprawniające, zdrowy

kregosłup, już może nie siłownia, ale kijki, chodzenie z kijami, jakieś spacery na świeżym powietrzu (KSR\_13\_61).

Aby zachować zgrabną sylwetkę, kobiety w średnim wieku powinny także zadbać o zdrowe odżywianie się i utrzymanie odpowiedniej diety w celu zachowania dobrej kondycji fizycznej. Jest to przez nie utożsamiane z zadaniem o siebie, o swoje zdrowie i przede wszystkim z przeciwdziałaniem otyłości: „Odżywianie jest też istotne, powinny patrzeć na to, co jedzą, tak delikatnie, nie diety, ale fajnie zdrowo jeść” (KSR\_2\_41). Jedną z respondentek upatruje przyczyn otyłości wśród rówieśniczek w ich nadmiernym objadaniu się: „Gros kobiet to jest po prostu z zaniehdania grubych, [...] jedzą słodczye, lody, chipsy i tak dalej, no to jak ona ma później wyglądać? No cóż, potem są skutki w postaci otyłości i nagle skąd ja taka gruba? Ano stąd, że żresz, a nie jesz” (KSR\_4\_45). Dla innej badanej ważny jest umiar w diecie, regularne posiłki i przede wszystkim picie wody:

Woda, woda i jeszcze raz woda. Moja maksyma – jeść wszystko, tylko w granicach rozsądku, wszystko z umiarem. Pięć posiłków takich nie za dużych. I to jest, uważam, że najlepsze. Regularne jedzenie, nie takie dorywcze albo kiedy tam mi się przypomni, że powinnam coś zjeść, tylko mija pora jest godzina 22.00 i już w zasadzie nie powinnam jeść (KSR\_14\_61).

Kontynuując temat oczekiwań społecznych wobec kobiet w średnim wieku, respondentki zwracały uwagę, że od ich równoletek oczekuje się, że będą się ubierać stosownie do sytuacji, swojej figury i wieku. Badane zdają sobie sprawę z tego, że mając 40, 50 czy 60 lat, nie ma się już tak jędrnego ciała, żeby je „zbyttnio” odsłaniać, a nadmiernie obcisły strój może w tym wieku bardzo niekorzystnie wpłynąć na ocenę sylwetki:

Myślę, że o figurę przede wszystkim, ale też o to, jak się ubiera, czyli, żeby stosownie właśnie do swojej figury. Jeśli nie może obcisłego, bo jest gruba, to żeby nie popadała w jakąś śmieszność, bo potem niestety wygląda jak jakaś parówka (KSR\_4\_45). Powinna się ubierać stosownie do wieku, nie zakładać jakiejś tam sukienki mini, bo nogi już nie takie czy jakieś tam gołe plecy, bo plecy już też nie takie jak młoda dziewczyna ma, tylko powinna to jakoś zakryć, tuszować się. Ubrać się jakoś tak stosownie do wieku (KSR\_15\_62).

Wskazywano także na to, że kobiety w średnim wieku powinny wykonywać także zabiegi pielęgnacyjne – używać kremów przeciw starzeniu się, różnych balsamów i maseczek, by zachować jędrność skóry. Wypowiedzi te pojawiały się zarówno w odniesieniu do twarzy, jak i do całego ciała. W tym dbaniu o ciało kobiety podkreślały prewencję przeciwstarzeniową, tak aby jak najdłużej zachować młody wygląd: „Twarz, o te pierwsze zmarszczki, żeby jakichś kremów przeciw zmarszczkom zacząć

używać. Moje koleżanki to wszystkie używają. Już tak przed czterdziestką to każda. Od czasu do czasu jakaś maseczka na twarz, żeby odżywić tę skórę” (KSR\_4\_45). „Powinna dbać o ciało, kremy stosować, żeby tak się trochę za szybko nie starzeć” (KSR\_15\_62).

Panie mówiły także o konieczności regularnego korzystania z profesjonalnych zabiegów pielęgnacyjnych i wizytach u kosmetyczki. Warto zwrócić uwagę na jedną z wypowiedzi, dotyczącą tego, że kobiety w tym wieku powinny zachować umiar w odmładzaniu się i stosowaniu zabiegów takich jak botoks. Przede wszystkim powinny pamiętać o tym, żeby dobrze czuć się z samymi sobą i „nie robić nic na siłę”: „Jestem przeciwniczką takich różnych zabiegów bardzo ingerujących, chociaż nie powiem, że sama sobie nie zrobię, bo sobie zrobię, bo robię sobie na przykład na czole, bo muszę, bo się strasznie marszczę i raz w roku sobie robię. Ingerencja to znaczy trzeba wyczuć jakieś proporcje, żeby na siłę się odmładzać” (KSR\_3\_42). Istotne jest to, że wypowiadająca się na ten temat kobieta, zwróciła uwagę na znaczenie „zachowania naturalnego wyglądu”, jednocześnie przy stosowaniu zabiegów medycyny estetycznej, a nie samych zabiegów pielęgnacyjnych.

Ponadto kilka wypowiedzi odnosiło się do ogólnego zadbania, zachowania czystości, higieny, tak by się „nie zapuścić”. Mówiąc o oczekiwaniach społecznych, kobiety w średnim wieku zwróciły uwagę na to, że każdy jest oceniany przez inne osoby i choćby z tego powodu powinien dobrze wyglądać: „Powinny zwracać uwagę też na to, jak je ludzie postrzegają, czyli to kwestia tego zadbania [...]. Nie można być takim zapuszczonym, musi być ładnie, estetycznie, musi być takie spójne, ta kobieta musi fajnie wyglądać” (KSR\_2\_41). Mówiono także o zadbanych dłoniach, manicure i pedicure. O tym, że kobietom w ich wieku nie wypada już chodzić z „pozdrapywanymi” paznokciami (a „uchodzi” to jeszcze młodemu dziewczynom). Niektóre panie zwróciły także uwagę na makijaż, który w ich wieku nie może być mocny, „przerysowany” i „karykaturalny”, tylko stonowany, delikatny, podkreślający naturalne atuty twarzy. Pozostałe pojedyncze wypowiedzi dotyczyły dbania o zęby i „ładny uśmiech”, a także ogólnie o profilaktykę zdrowotną. Warto wskazać także nieliczne wypowiedzi, które dotyczyły „zadbania o rozwój duchowy” wpływający bezpośrednio na wygląd. Jak twierdzi jedna z wypowiadających się na ten temat kobiet „Jeżeli jesteśmy uporządkowani w środku, to też ma wpływ na wygląd” (KSR\_5\_47). Innymi słowy zwracano w tej kwestii uwagę na odzwierciedlenie stanu psychicznego i jego wpływu na to, jak wyglądamy. Ponadto istotne okazało się sprawianie sobie różnych przyjemności, utrzymywanie kontaktów towarzyskich, a nie skupianie tylko na obowiązkach domowych. Ważne było traktowanie się w sposób podmiotowy, zwracanie uwagi

na własne potrzeby, a nie tylko potrzeby innych osób (najczęściej najbliższych członków rodziny).

Świadomość starszych kobiet dotycząca społecznych oczekiwań w stosunku do zachowań wobec wyglądu – podobnie jak to miało miejsce w przypadku badanych w średnim wieku – w pierwszej kolejności odnosiła się do kwestii posiadania zadbanych włosów. Kobiety w ich wieku powinny codzienne je układać i od czasu do czasu korzystać z profesjonalnych zabiegów, dbając o regularne podcinanie i farbowanie. To – ich zdaniem – bardzo istotny czynnik, który wpływa na postrzeganie ich wyglądu:

Powinna dbać o czystość, włosy ładnie zrobione, umyte, ścięte ładnie (KST\_1\_64). Na pewno powinny codziennie spojrzeć w lustro, żeby zobaczyć, jak wyglądają i nie tylko poprawić włosy ręką, tylko je uczesać porządnie (KST\_2\_64). Fryzura jakaś, farbowanie włosów, no wiele z moich koleżanek farbuje, chociaż nie wszystkie, starają się ukryć te siwe włosy (KST\_9\_71).

Najstarsze respondentki podkreślały wielokrotnie znaczenie „maskowania” starości, „ukrywania” siwych włosów zabiegami farbowania, tak aby odmłodzić swój wygląd.

Innym obszarem – równie ważnym dla pytanych o oczekiwania społeczne wobec kobiet starych – było ogólna dbałość o codzienną higienę ciała, czystość, a także schludność wyglądu jako takiego, także w kontekście ubioru. Co ciekawe, wiele rozmówczyń wskazało, że starsze kobiety – i w ogóle starsi ludzie – mają większy obowiązek dbania o czystość, niż te młodsze. Wiąże się to ich zdaniem z tym, że część ich rówieśników nie przykłada do tego wagi i jest zaniedbana. Dlatego w swoich wypowiedziach mówiły o regularności zmieniania bielizny, zakładaniu czystych ubrań i regularnym myciu się. Być może wynika to ze stereotypu starości jako etapu życia, podczas którego przywiązuje się najmniejszą uwagę do swojego wyglądu. A także zwiększenia prawdopodobieństwa przypadków losowych (np. nagłe zabranie do szpitala), w których ten aspekt odegra istotną rolę: „Człowiek musi być na każdą godzinę przygotowany, że na przykład jak się coś mnie stanie, to znaczy się, że ja tak bielizna czysta, tu czysta, umyta, zadbana [...]. (Kobieta – przyp. aut.) powinna być schludną, czystą” (KST\_3\_65).

Wypowiadające się badane mówiły, że starsze kobiety powinny w odpowiedni sposób zadbać także o ubranie, jego schludność, dobrą jakość oraz stosowność fasonu i koloru odzieży do swego wieku: „(Kobieta powinna dbać – przyp. aut.) o to żeby być schludną, czystą, ładnie się ubrać, gustownie się ubrać. Odpowiednio do danego wieku, bo trudno żeby starsza pani ma jakieś niedociągnięcia już z racji wieku i ubrała spódniczuszkę mini” (KST\_3\_65). Ubiór – zdaniem części wypowiadających się

na ten temat kobiet – nie powinien „sztucznie” odmładzać kobiet starych, bo jest to po prostu niestosowne. Zwracano uwagę także na całościowy wizerunek, który powinien być gustowny i z tak zwaną „klasą”: „(Kobieta powinna stosować – przyp. aut.) dobry zapach, może jakąś dobrą wodę i jakieś nierzucające się kolory, ale też nie takie smutne. Nie czarnych, w ogóle. Raczej jaśniejsze kolory bym proponowała i żeby to było uprane, uprasowane” (KST\_7\_70).

Kobiety stare powinny także zadbać o „dobrą” właściwą wagę i ładną sylwetkę. Ta dbałość o figurę miała znaczenie nie tylko dla samego wyglądu, ale także z powodów zdrowotnych. Nadwaga – zdaniem większości wypowiedzających się na ten temat starszych kobiet – przyczynia się nie tylko do bycia nieatrakcyjną, ale przede wszystkim może powodować wiele negatywnych konsekwencji zdrowotnych: „Przede wszystkim powinna dbać o swoją figurę. Nie dopuszczać do tego, żeby miała sylwetkę anorektyczki, ale przede wszystkim powinna dbać o tuszę, żeby się nie utuczyć, bo wiemy jak to jest niebezpieczne dla zdrowia” (KST\_5\_67). Na uwagę zasługuje fakt, że w wypowiedziach podkreślano, jak ważne jest, by zachować wyprostowaną, sprężystą sylwetkę, która świadczyłaby o witalności, o tym, „żeby to było widać, że jeszcze coś można zdziałać” (KST\_7\_70). Również bardziej w kontekście zdrowia niż samego wyglądu respondentki mówiły o konieczności wykonywania ćwiczeń fizycznych i pozostawanie w ruchu. Ich zdaniem regularna gimnastyka wpływa bezpośrednio na zdrowie i pośrednio na wygląd: „Powinna przede wszystkim zwracać uwagę na zdrowie i kondycję fizyczną. Więc po prostu ruch, jakaś gimnastyka czy rower, bo to jest konieczne. Ruch jest lekarstwem, właściwie niezastąpionym na wszystkie dolegliwości” (KST\_4\_66.).

Kobiety w starszym wieku powinny stosować odpowiednie zabiegi pielęgnacyjne – aplikować kremy dedykowane dla danego typu cery, wcierać balsamy i inne kosmetyki. Wszystko po to, by opóźnić proces starzenia się skóry:

Krem do twarzy koniecznie, bo na przykład sucha cera wymaga koniecznie kremu. Jakie jeszcze? No balsamy do ciała, bo też sucha skóra jest (KST\_9\_71).  
Używać na pewno kosmetyków, bo bez tego to jest jakieś tam wspomaganie, cudów oczywiście nie ma, wiadomo, proces jest nieubłagany, ale można go opóźnić albo mniej drastycznie to może przebiegać (KST\_8\_70).

Starsze kobiety powinny makijażem delikatnie podkreślić linię ust i kontur oka, ale w taki sposób, żeby się „nie oszpecić”, a jedynie podkreślić atuty swojej urody: „Podmalować sobie usta, podmalować sobie oko, żeby to wszystko ładnie wyglądało – nie przemalować się, bo to nie o to chodzi, tylko podkreślić swoją urodę” (KST\_2\_64). Panie

wypowiadały się także na temat dbałości o dłonie i stopy w aspekcie wykonania odpowiedniego manicure i pedicure, tak, aby wyglądało się „porządnie i schludnie”, czyli – ich zdaniem – paznokcie powinny być krótko przycięte: „Nie lubię takiego sztucznego odmładzania się typu [...] paznokcie pięciocentymetrowe, uważam, że w naszym wieku się nie powinno robić” (KST\_5\_67). Najstarsze respondentki także podkreślały, że w ich wieku powinno się wyglądać naturalnie, choć ten „naturalny” wygląd jest wynikiem szeregu zabiegów.

Inne, pojedyncze badane nawiązywały w swoich wypowiedziach do brania witamin, wizyt u kosmetyczki czy wysypianiu się. Ale żadna starsza respondentka nie wspomniała o obowiązku dbania o zdrową dietę, nawadnianiu organizmu, choć mówiły o potrzebie utrzymania szczupłej sylwetki. Żadna nie wspomniała też o zabiegach pielęgnacyjnych typu depilacja, nie wymieniła obowiązku dbania o uzębienie ani zaprzestania stosowania nałogów.

Część społecznych oczekiwań wobec wyglądu kierowanych do wszystkich kategorii kobiet było spójnych. Wiązały się one przede wszystkim z „zatrzymaniem młodzieńczego wyglądu” cery i szczupłej sylwetki. Wszystkie kobiety mówiły także o roli fryzury, stroju czy makijażu. Jednak wypowiedzi te różnicuje w znaczący sposób interpretacja dotycząca tego, w jaki sposób te oczekiwania kobiety w różnym wieku powinny spełniać poprzez odpowiednie dbanie o wymienione aspekty. W przypadku młodych kobiet było to zapobieganie starzeniu się skóry i zachowaniu szczupłej sylwetki ciała. Z kolei kobiety w średnim wieku i starsze w pierwszej kolejności mówiły o roli, jaką odgrywają zadbane włosy, choć oczywiście zachowanie szczupłej, „młodzieńczej” sylwetki było przez nie wymieniane – choć na drugim miejscu. Młode kobiety rzadziej poddawały refleksji na przykład ubiór, makijaż, które były dogłębniej analizowane przez pozostałe kategorie uczestniczek badania. Kobiety w średnim wieku i starsze, mówiąc o innych aspektach wizerunku, podkreślały znaczenie wpisywania się w określone społeczne oczekiwania dotyczące kanonu urody kobiecej, jednak z podkreśleniem roli, jaką odgrywa wiek i to, że im już wielu rzeczy nie wypada robić (jeśli chodzi o strój czy makijaż).

W kwestii oczekiwań w stosunku do wyglądu twarzy wszystkie uczestniczki badania podkreślały konieczność dbania o cerę i makijaż. Kobiety niezależnie od wieku mówiły zachowaniu młodzieńczego wyglądu, świeżości skóry i zapobieganiu powstawania widocznych oznak starzenia się, jakimi są zmarszczki. Młode kobiety, mówiąc o dbaniu o cerę, wyróżniały działania prewencyjne (używanie filtrów przeciwsłonecznych, nawilżanie skóry) – wszystko po to, by „zatrzymać” upływ czasu i nie dopuścić do przedwczesnego starzenia się skóry. Z kolei kobiety w średnim wieku

i starsze, mówiąc o cerze, zwracały uwagę na stosowanie nie tylko kremów, ale i profesjonalnych zabiegów kosmetycznych (także tych z zakresu medycyny estetycznej). Twarz jest częścią ciała, która zawsze jest wystawiana na pokaz, a ponieważ młodość jest jedną z najważniejszych wartości lansowanych przez współczesną kulturę, to młody wygląd jest potężnym atutem; kto go nie posiada, traci możliwość czynnego uczestniczenia w grze wizerunków, w byciu widocznym i atrakcyjnym dla innych (Radkowska 1999). Dodatkowo model kobiecości obecny w kulturze patriarchalnej wzmacnia ten przekaz, bo właśnie w nim wygląd wyznacza wartość kobiety. Wszystkie badane mówiły także o konieczności wykonywania makijażu. Te najmłodsze zwracały uwagę na to, że ma on służyć przede wszystkim uatrakcyjnieniu własnego wyglądu i ukryciu niedoskonałości cery. A kobiety w dwóch starszych kategoriach wiekowych mówiły o tym, że makijaż powinien być „naturalny”, niezbyt mocny, podkreślający atuty urody. Jak pisze Izabela Kowalczyk, kobiece ciało jest po prostu mniej atrakcyjne lub w ogóle nie jest atrakcyjne, kiedy jest całkowicie naturalne. Nawet młode kobiety uważane są za bardziej atrakcyjne, jeżeli mają delikatny makijaż (Kowalczyk 2000). Współczesny makijaż daje ogromne możliwości metamorfozy w kierunku odmładzania wyglądu, a ponadto dzisiejsze kosmetyki są prawie niezauważalne (np. nie widać, gdzie się kończy linia podkładu, a gdzie zaczyna się skóra) (Toniak 2000).

Kolejnym ważnym aspektem w analizowanych wypowiedziach kobiet były włosy. W przypadku najmłodszych uczestniczek badania wypowiedzi miały charakter raczej lakoniczny i ogólny. Za to w przypadku kobiet w średnim wieku i starszych włosy stały się bardzo ważnym atrybutem w kontekście zachowania przez nie atrakcyjności. Tutaj istotne było regularne korzystanie z usług fryzjerskich, układanie włosów, podcinanie, ale przede wszystkim ich farbowanie w celu ukrycia siwizny, a tym samym wpisania się w kanon młodego wyglądu. Kobiety w średnim wieku zwracały uwagę na to, że można zaobserwować zmianę dotyczącą oczekiwań wobec fryzury – młode kobiety mogą ją mieć „w nieładzie” i wyglądać atrakcyjnie, ale nie „przystoi” to już ich rówieśnikom. Włosy są w patriarchalnej koncepcji kobiecości ważnym atutem. Zadbane, lśniące, gęste – świadczą o społecznej atrakcyjności kobiety (Skrok 2009).

Kolejnym ważnym dla wszystkich kategorii wiekowych kobiet aspektem było zachowanie szczupłej sylwetki ciała. Najmłodsze uczestniczki badania mówiły przede wszystkim o dbaniu o odpowiednią, zdrową dietę. Kobiety w średnim wieku, wypowiadając się na ten temat, wskazywały na te aspekty, które utrudniają zachowanie szczupłego ciała w ich wieku: problemy z utrzymaniem wagi po przebytych ciążyach, menopauza i problemy hormonalne, tendencja do objadania się i nietrzymania diety.

W zdecydowanie wyraźniejszy sposób wypowiadały się o konieczności większego dyscyplinowania ciała pod tym względem niż miało to miejsce w przypadku młodszych respondentek. Mówiły ponadto o konieczności wzmożonej aktywności ruchowej, uprawianiu sportu – co w przypadku młodszych kobiet w ogóle się nie pojawiło; natomiast uwidoczniło się wśród kobiet najstarszych, które z kolei wiązały bycie aktywnym z zachowaniem zdrowia i utrzymaniem nie tyle zgrabnej sylwetki, co sprężystej i wyprostowanej postawy, która może świadczyć o młodzieńczym sposobie poruszania się, młodzieńczej energii życiowej. Narzucone w tym obszarze wzorce postępowania z ciałem, które ma być szczupłe, są tak mocno zinternalizowane, że wydają się być dla respondentek naturalne – kobiety są przeświadczane o tym, że samokontrola w przyjmowaniu pokarmów czy dyscyplina w aktywności ruchowej są oczywiste i niezbędne, aby osiągnąć zgrabną sylwetkę, a tym samym pozostać atrakcyjne dla innych – wymiarze osobistym i zawodowym (Bożek, Rychłowska 2001).

Reprezentantki wszystkich kategorii mówiły także o roli stroju w społecznym postrzeganiu kobiet. Dla tych młodszych ważne było, aby podkreślać atrybuty sylwetki poprzez odpowiednio dobrany strój do sylwetki i typu urody. Natomiast dla dwóch pozostałych kategorii kobiet ubiór zdawał się odgrywać większą rolę w kontekście społecznych oczekiwań wobec ich wyglądu. Istotne było to, by strój był odpowiedni do ich metryki, stonowany, elegancki, „niezbyt młodzieżowy” ani ekstrawagancki. Dla respondentek najważniejsze było, by nie narazić się na śmieszność i wpisać dokładnie w kanon wyglądu odnośnie do swojego wieku. Można porównać to z presją, jaka jest odczuwana w społeczeństwie patriarchalnym, w którym typowość płci manifestuje się właśnie na poziomie stosowania odpowiedniego, także do wieku, ubioru, ozdób, akcesoriów (Boksańska 2004).

Z kolei jeśli chodzi o ostatni, wspólny dla wszystkich kategorii aspekt, jakim była higiena osobista i czystość, należy zauważyć, że badane młode i w średnim wieku wypowiadały się na ten temat bardzo ogólnie, jakby była to dla nich kwestia oczywista. Inaczej było w przypadku kobiet starszych, które wprost mówiły, że w ich kategorii wiekowej zachowanie ogólnej czystości, regularne zmienianie bielizny i ubrań, mycie się już takie oczywiste nie jest. Ich zdaniem mają one większy obowiązek dbania o czystość, niż młodsze kobiety. Wynika to często ze stereotypu osób starszych, który obowiązuje w naszym społeczeństwie, jako tych zaniedbanych, nieprzykładających wagi do swojego wyglądu (por. Trafiałek 2003, Zych 2001).

Jeśli chodzi o społeczne oczekiwania mężczyzn wobec wyglądu, to kolejność omawianych kategorii będzie taka jak w przypadku kobiet. W pierwszej kolejności omówione zostaną te reprezentowane przez naj-



młodsza kategorię badanych. Uważają oni, że mężczyźni powinni dbać przede wszystkim o sylwetkę i większą aktywność fizyczną. W ich opinii ta dbałość nie dotyczy samego wizerunku, ale także stanu zdrowia:

Utrzymywanie jakiegś aktywności fizycznej, jakakolwiek ona by nie była, ma wpływ ogólnie na to, jak wyglądamy, szeroko pojęta aktywność fizyczna (MM\_7\_28). Wiem, z czym otyłość się wiąże i [...] uważam, że każdy powinien wykazywać jakiś ruch fizyczny, poćwiczyć (MM\_1\_21). Myślę, że przede wszystkim powinien dbać o zdrowie, czyli uprawiać sport (MM\_6\_27).

Temat otyłości u młodych mężczyzn także był często poruszany w wypowiedziach tej kategorii wiekowej. Młodzi mężczyźni nie powinni dopuścić do zbytnej nadwagi, bo jest to po prostu nieestetyczne i nieatrakcyjne. Zdaniem większości wypowiedziających się na ten temat respondentów może to także negatywnie wpływać na interakcje społeczne z innymi ludźmi: „Wydaje mi się przede wszystkim, że o tuszę (powinni dbać – przyp. aut.), bo czasami ludzie w moim wieku, mojego wzrostu, wyglądają dość koszmarnie. Nie wygląda to estetycznie i wydaje mi się, że to jest jedna z podstawowych rzeczy, [...] i nie zachęca do bliższego kontaktu, tak zniechęca, odpycha poniekąd” (MM\_4\_24). Inny młody mężczyzna w swojej wypowiedzi nawiązał także do takiego klasycznego kanonu męskiego wyglądu:

U mężczyzn przeważnie ta tkanka tłuszczowa odkłada się tutaj w okolicach brzucha, nerek, (powinni dbać o – przyp. aut.) to, żeby nie mieć tutaj za dużych zasobów tłuszczu. O umięśnienie górnej części ciała, bo mężczyzna się kojarzy z szerokimi ramionami, bicepsami, ale w niczym nie należy robić przesady. Ważna jest też dolna część ciała, nogi. Wiele osób chodzi, ćwiczy pakuje na tych siłowniach, a nogi co? Nogi, bardzo ważna rzecz (MM\_10\_31).

Drugą najchętniej wskazywaną przez młodych badanych powinnością ich rówieśników było dbanie o włosy, aby były czyste i ułożone. W dalszej kolejności jedna trzecia badanych uznała, że młodzi mężczyźni powinni troszczyć się o ogólną higienę osobistą, rozumianą jako czystość, schludność, w tym dbałość o regularną zmianę bielizny i świeże ubranie, a także o przystrzyżony zarost czy czyste paznokcie. Panowie mówili także o konieczności dbania o ubiór, który również powinien ich zdaniem być „schludny”, „czysty”, „niewygnieciony”, „wyprasowany”, „wyprany”. Zdaniem kilku badanych, równoletkowie powinni zwracać uwagę na higienę jamy ustnej i zębów, a także perfumować się, aby przyjemnie pachnieć, „nie śmierdzieć” i nie powodować wśród innych ludzi dyskomfortu. Ponadto pojedyncze wypowiedzi dotyczyły tego, aby mężczyźni zdrowo się odżywiali, nie posiadali nałogów w trosce o własne zdrowie. Wśród nielicznych wskazań dotyczących działań, jakich oczekuje się od młodych

mężczyzn, pojawiły się jeszcze takie instrukcje jak: „dbanie o włosy wystające z nosa albo ucha” (MM\_6\_27), dbanie o twarz, która „rzuca się na pierwszy rzut oka” (MM\_11\_31), korzystanie z usług kosmetyczki, jeśli ktoś pracuje w zawodzie, w którym wygląd ma nieprzeciętne znaczenie (MM\_15\_37). Jeden z badanych nie potrafił wskazać konkretnie, o co należy dbać, ale wyraźnie opowiedział się za tym, że młodzi mężczyźni generalnie powinni troszczyć się o to, jak się prezentują na zewnątrz:

Wiesz, akurat młodzi ludzie, tacy jak ja – ja jestem po ślubie osiem lat, natomiast osoba, która aspiruje o wdzięki jakiejś niewiasty, na pewno przyłoży się bardziej, aczkolwiek nie wiadomo, czy tak jest w życiu codziennym. Tak, że czy bardziej powinni się przykładać? No, nie wiem. Ciężko powiedzieć, zależy, wydaje mi się, że całe życie powinni jakoś tam utrzymywać jeden poziom, no nie. A nie jakoś tak, bo jestem młody, to muszę dbać, bo jak będę na starość, to sobie odpuszczę (MM\_13\_32).

Z kolei mężczyźni w średnim wieku w pierwszej kolejności mówili o ubraniu i schludnym wyglądzie. Wskazywali, że mężczyzna w ich wieku powinien być „dobrze” ubrany, mieć czystą odzież, wybierać stroje stosownie do wieku i danej sytuacji:

Schludne ubranie i też nie jakieś dziwaczne, z jakiś starych epok. [...] także należy się ubrać odpowiednio do wieku, czyli nie mówię, aby chodzić, jak ktoś pracuje w biurze, to powinien ubrać się w koszulę, bo tego raczej wymaga posada. Niekoniecznie krawat i spodnie w kant, ale jak ktoś pracuje tak jak ja, w takiej firmie, na produkcji, to raczej mogę ubrać się na sportowo, ale też bez przesady, żeby to nie były jakieś żarowiaste kolory (MSR\_6\_47). Ciuchy muszą być czyste. To wydaje mi się, wiesz, takie podstawowe rzeczy i czyste buty (MSR\_8\_53).

Jeden z wypowiadających się na ten temat respondentów wskazał, że powinno się dbać o odpowiednie ubranie, bo „jeżeli nie ubieramy się we właściwy sposób, to nie szanujemy naszego otoczenia” (MSR\_10\_56).

W drugiej kolejności od mężczyzn w średnim wieku oczekuje się dbania o higienę w takim ogólnym rozumieniu, którą sami pytani o to respondenci definiowali jako „czystość”, „bycie nieśmierdzącym”, „używanie kosmetyków”: „Mężczyzna jest po prostu czysty, dobrze ubrany i ostrzyżony. I to chyba tak naprawdę o to chodzi” (MSR\_1\_38). Wspominano także o fryzurze, o tym, że ich równoletkowie powinni być w odpowiedni sposób ostrzyżeni, mieć odpowiednio ułożoną fryzurę i ogoleni: „Powinien być uczesany [...], fryzura raczej do brody, nie za długie włosy, też nie na łysą, jak to się mówi, pałę” (MSR\_6\_47). Jeśli mężczyźni mają brodę, to koniecznie powinna ona być zadbana. Od mężczyzn w średnim wieku oczekuje się także, że będą „ładnie pachnieć”,

stosując odpowiednią wodę toaletową. A także, żeby mieli zadbane dłonie i paznokcie. Niedopuszczalne jest – zdaniem niektórych respondentów – aby w tym wieku mieć poobgryzane paznokcie czy brudne dłonie. Oto przykładowa wypowiedź na ten temat: „Są panowie, którzy lepiej orientują się w kosmetykach, czy też służą ładnemu wyglądowi, skóry paznokci. Co ciekawe, do łask wraca manicure, gdzie również panów można spotkać w takich punktach, gdzie właśnie można sobie zrobić manicure i nie jest to niczym dziwnym, jak jeszcze parę lat wstecz” (MSR\_1\_38). Panowie w średnim wieku od samych siebie wymagają także utrzymywania sprawności fizycznej, bycia aktywnym ruchowo, tak aby się „nie zapuścić”, zachować sprawność, regularnie ćwiczyć (spacerować, chodzić z kijkami, jeździć na nartach, pływać, jeździć na rowerze): „Chodzi o to, żeby się za bardzo nie zapuścić, czyli za bardzo nie przytyć, ale bardziej chodzi o zapuszczenie takie, że jego aktywność ogranicza się do chodzenia do pracy, siedzenia na kanapie, czytania gazety i picia piwa. Chodzi o nadwagę i brak ruchu jeśli chodzi o mężczyzn” (MSR\_3\_40).

Warto zwrócić uwagę na wypowiedź jednego z respondentów, w której mówi jak trudno mu zaktywizować rówieśników w tym względzie, ponieważ mają już różne schorzenia, które im uniemożliwiają bycie aktywnym:

Ubolewam nad tym, bo większość moich znajomych jest o 10 lat młodszych, ja mam dużo kolegów 33–36 lat i z nimi się super dogaduję, i nawet wyciągnąłem taki wniosek, że mentalnie do nich pasuję, bo większość kolegów, których chce wyciągnąć na jakikolwiek fitness, chociażby do SPA, na saunę na fale, to zasłania się już badaniami, że nie może, że lekarz mu zabronił, że ma chore nerki, że ma nadciśnienie. Na wyjście do fitness klubu zaproszenie rówieśnika no powiem tak, że nie udało mi się jeszcze (MSR\_5\_46).

Kontynuacją tych wypowiedzi były inne odnoszące się do sylwetki, a szczególnie kwestii samej otyłości i posiadania nieatrakcyjnego, bo zbyt grubego brzucha. Jeden z wypowiadających się na ten temat mężczyzn przyznał, że na co dzień „obserwuje te brzuchy” swoich rówieśników, którzy nie dbają o formę, i – jak przyznał sam zainteresowany – dla niego to „jest dramat”. Dodał, że umięśniony brzuch daje mężczyźnie w średnim wieku poczucie atrakcyjności i będzie doceniany przez otoczenie, uważany za atrakcyjnego (MSR\_14\_61). W nawiązaniu do zachowania prawidłowej budowy ciała badani w tej kategorii wiekowej nawiązywali także do zdrowego odżywiania się, dzięki któremu zachowuje się w pewien sposób nie tylko atrakcyjny wygląd, ale także zdrowie. Zdaniem niektórych to właśnie stan zdrowia bezpośrednio wpływa na wygląd i jak ktoś jest chory, to po prostu „to widać”.

W tym kontekście warto przytoczyć jedną z wypowiedzi, która nawiązuje do tego, że mężczyźni w średnim wieku powinni mieć także odpowiednią filozofię życia, prowadzić odpowiedni tryb życia, aby być postrzegani jako atrakcyjni:

To znaczy powinni dążyć do tego, żeby mogli mieć pogląd na życie [...], natomiast, żeby dobrze wyglądać, trzeba mieć charakter dobrego wyglądu, czyli prowadzić taki tryb życia. Nie mówię unormowany, bo takie mamy czasy, że to nasze życie jest bardzo poszarpane. Gdyby spojrzeć na pracę zawodową, dom, pracę społeczną, bywaniem – tak to nazwę – to, to nie jest absolutnie w żaden sposób uregulowane. A żeby dobrze wyglądać, to po pierwsze trzeba dobry wygląd mieć w sobie (MSR\_12\_58).

Jeśli chodzi o oczekiwania w stosunku do starszych mężczyzn, to z pewnością zwracali oni uwagę przede wszystkim na ogólny wizerunek opierający się na schludności i czystości. Mężczyźni w ich wieku powinni przede wszystkim mieć zadbane ubranie – niepoplamione i wyprasowane:

To właśnie ubiór, tak jak mówią – czy jest schludnie ubrany, czy nie? No bo jak będzie mieć ekstra garnitur ale będzie wygnieciony poplamiony, to będzie można powiedzieć nieestetycznie i niechlujnie (MST\_13\_77). Czysty ubiór, żeby miał, wyprasowany, niepognieciony, czyste buty (MST\_6\_66). Mówię o panach, już takich w moim wieku powiedzmy, czysta odzież, nie jakaś wyzywająca, krzykliwa, stonowana, no tak jak mówiłem, szlachectwo zobowiązuje (MST\_11\_77).

Podkreślano, że ubrania ich rówieśników nie muszą być modne, aczkolwiek jeden z nich zwrócił uwagę na to, że powinny być dobre jakościowo, choć nie muszą być drogie, to powinny „iść z trendem mody” (MST\_1\_63).

Istotną kwestią było także dbanie o czystość w kontekście higieny osobistej. Mężczyźni wypowiadali się, że „jest to absolutna baza”: „Myślę, że to jakieś podstawowe kanony, podstawa, to oczywiście higiena osobista” (MST\_5\_64). Pojawiały się także wypowiedzi dotyczące dbania o zarost, zarówno o to, że będąc mężczyzną w tym wieku, należy być ogolonym lub, że jeśli posiada się brodę czy wąsy, to zdecydowanie powinny one być zadbane:

Pewni mężczyźni, którzy mają taki szlachetny lekki zarost, który dodaje im męskości, ale to jest do przyjęcia, oczywiście, ale widać, że nie jest naturalny tylko jest zadbane, prawda (MST\_4\_64). „O higienę jeszcze, czy jest czysty, czy ma jakiś zarost czy wąsy, to te wąsy też muszą być w jakiś sposób takie sympatyczne, zadbane, a nieubrudzone jakimiś resztkami pokarmu (MST\_13\_77).

Panowie mówili o konieczności noszenia na starość krótkich włosów. Jeden z nich wypowiedział się ze zdecydowaną dezaprobatą na temat noszenia przez starszych mężczyzn dłuższych włosów, które zdaniem respondenta „pasują” do młodszych mężczyzn, ale już nie do jego równoletków:

Mężczyzna w moim wieku, a jestem człowiekiem, który już ma siwe włosy, powinien utrzymywać włosy krótko. Ja nie lubię mężczyzn z siwymi lokami, nie ma nic gorszego jak siwe loki. Mam takie jakieś skojarzenie niedobre i uważam, że jak się ma włosy jakieś ładne, loki, to jak się jest młodym to oczywiście, ale potem, z czasem musi być fryzura odpowiednio krótka (MST\_4\_64).

Już zupełnie sporadycznie wspomniano o ogólnej pielęgnacji ciała, o „czystych paznokciach”, o stosowaniu perfum oraz o przyjemnym wyrazie twarzy jako czymś, o co powinien zadbać starszy mężczyzna.

Znacznie rzadziej mężczyźni starzy wymieniali konieczność zadbania o sylwetkę i sprawność fizyczną. Niektórzy przyznawali, że to nie jest już „czas na pakowane”, chodzenie na siłownię, ale na zachowanie ogólnej aktywności ruchowej, która pozowała na utrzymanie szczupłej sylwetki ciała, tak żeby – jak to stwierdził jeden z pytanych – „nie mieć brzucha dużego, bo niektórzy to mają te brzuszyska wielkie” (MST\_8\_70). Jeden z wypowiadających się na ten temat mężczyzn przyznał, że powinno się wyglądać na swój wiek, a nie tak, jakby było się o wiele starszym:

Na pewno na sprawność fizyczną poza tym wszystko inne idzie, czyli w miarę możliwości jak nie kijki, jakaś nawet gimnastyka ogólna taka, nie mówię o jakichś biegach, chociaż joggingi są dobrą rzeczą, tylko na to też niestety czasami musi być czas, jak się chce, ale można nawet w domu jakieś i ćwiczenia usprawniające, żeby nie chodzić, mając lat sześćdziesiąt, jak osiemdziesięcioletnia osoba [...]. Nie chcę tak wyglądać, dlatego się staram (MST\_11\_77).

Nieliczni mężczyźni wspomnieli, że w ich wieku nie powinno się już stosować używek, takich jak papierosy czy alkohol, bo ich zdaniem jest to szkodliwe.

Jeśli chodzi o świadomość dotyczącą społecznych oczekiwań wobec mężczyzn, to część z nich była wspólna dla wszystkich kategorii wiekowych. Wszyscy uczestnicy badania mówili o zachowaniu szczupłej sylwetki i zapobieganiu otyłości (szczególnie tej „brzuszej”), o zachowaniu raczej klasycznej fryzury, dbaniu o ogólną higienę i stosowny do wieku i okoliczności ubiór.

Najwięcej uwagi w swoich wypowiedziach przywiązywali panowie w różnym wieku do zachowania „w miarę” szczupłej sylwetki i nie posiadania zbyt dużego brzucha. Najczęściej na ten temat mówili młodzi mężczyźni, którzy ten aspekt wymieniali w pierwszej kolejności.

Od swoich rówieśników i od siebie samych wymagają regularnego ruchu, wykonywania ćwiczeń fizycznych, przede wszystkim po to, żeby nie dopuścić do nadmiernej otyłości i zachować atrakcyjny wygląd. Wielu respondentów w tej najmłodszej badanej kategorii wiekowej zwróciło uwagę na to, że często ich równolatkowie są otyli, wyglądają „koszmarnie”, nie przejmując się w ogóle oceną społeczną, ale – co równie istotne – swoim zdrowiem. W podobnym tonie wypowiadali się także mężczyźni w średnim wieku – także bardzo krytycznie odnosili się do procesu „zapuszczania się” rówieśników, które miało polegać na „hodowaniu brzuchów”. Istotne było to, że w ich wieku, wielu mężczyzn nie jest aktywnych pod względem aktywności sportowej, ponieważ powołuje się na wiele schorzeń, które im to uniemożliwiają. Panowie w tej grupie wiekowej przyznawali, że najlepsze jest chodzenie z kijkami, spacerowanie, pływanie, ale także fitness. Co ciekawe, dla starszych mężczyzn istotna była ta sama kwestia. Przyznali, że wystarczy ogólne zachowanie sprawności w ich wieku, nie trzeba już uprawiać forsownego sportu (typu siłownia czy jogging), ale należy być jak najbardziej ruchowo sprawnym. Różnica w wypowiedziach dotyczyła tego, że młodzi mężczyźni zwracali uwagę na ocenę społeczną, akceptację, a także nawiązywali do tradycyjnego modelu męskiej sylwetki z szerokimi ramionami i dobrze zbudowanymi nogami. Panowie w średnim wieku przyznali, że zadbane, umięśnione ciało u ich równolatków powoduje lepszą samoocenę, bo się jest bardziej atrakcyjnym. Podobnie zresztą jak starsi mężczyźni, którzy zauważają, że wysportowana sylwetka zapewnia młodszy niż metrykalnie wygląd. Symbolicznym atrybutem męskości w modelu tradycyjnym są mięśnie, które mają stanowić przedmiot dominacji i władzy mężczyzny. Ponadto dziś ciało męskie także coraz częściej jest poddawane krytyce, a jego atrakcyjność utożsamiana jest z odnoszeniem sukcesu życiowego (Melosik 2006).

Mężczyźni, odnosząc się do społecznych oczekiwań wobec wyglądu, mówili także o ogólnym zadbaniu, zachowaniu higieny i byciu schludnym. Wszyscy wypowiadali się na temat tego, że ubranie powinno być czyste i wyprasowane. Młodzi mężczyźni w kontekście stroju mówili o konieczności zmiany bielizny i ubrań na czyste, ale także ważne było to, aby wszystko było „niewygniecione”. Z kolei dla mężczyzn w średnim wieku najważniejsze oprócz tych samych rzeczy, o których mówili młodszy respondenci, było wybranie odpowiedniego stroju do swojego wieku, bardziej klasycznego, zgodnego z panującą modą, niezbyt ekstrawaganckiego i dostosowanego do sytuacji. Starsi panowie także podkreślali – podobnie jak młodzi – że najważniejsze jest to, by ubranie było czyste, nieoplamione. Tak jakby odwoływali się do stereotypu społecznego, że od młodych mężczyzn jeszcze nie wymaga się aż takiego dbania

o własny wizerunek, na więcej im się „pozwała” w tym zakresie, a starszym – już wolno być niezadbany (por. Zych 2001, Trafiałek 2003). Co ciekawe, mówili także o tym, że strój powinien wpisywać się w obecne trendy mody i także nie być zbyt „krzykliwy”, dostosowany do wieku. W patriarchalnym społeczeństwie ubiór odzwierciedla męską osobowość, czyli siłę woli, stanowczość stabilność emocjonalną i racjonalność (Melosik 2006). Być może dlatego tak dużą uwagę do tego w swoich wypowiedziach przypisują uczestnicy badania.

Innym obszarem wskazywanym przez badanych była higiena osobista. Młodzi mężczyźni i ci w średnim wieku zwracali uwagę na konieczność zadbania o paznokcie oraz używanie perfum. Można było także odnaleźć wypowiedzi w tych dwóch kategoriach wiekowych świadczące o dużym przyzwoleniu z korzystania z zabiegów w profesjonalnych salonach urody (manicure, dbanie o cerę). Ci najmłodszy badani mówili o ogólnej estetyce twarzy, przystrzyżonym zarostie i ułożonej fryzurze. Dla tych w średnim wieku i starszych ważne było regularne korzystanie z usług fryzjera i posiadanie przystrzyżonych (raczej klasycznie) włosów oraz zadbanego zarostu. Starsi mężczyźni preferowali przede wszystkim tradycyjne męskie fryzury, nie dając przyzwolenia na dłuższą długość włosów. Można zaobserwować, że wypowiedzi te z jednej strony bazują na wyobrażeniu mężczyzny funkcjonującym w społeczeństwie patriarchalnym, a z drugiej, szczególnie te dotyczące młodszych pokoleń, na bardziej androgynicznym modelu męskości (por. Arcimowicz 2003, Melosik 2006).

Podsumowując refleksje na temat społecznych oczekiwań wobec zachowań odnoszących się do wyglądu kobiet i mężczyzn, można stwierdzić, że większość z nich wpisuje się w patriarchalne modele płci, jednak są także tendencje świadczące o przemianach modelu męskości w stronę bardziej androgyniczną. W przypadku kobiet nadrzędną rolę odgrywa w tych oczekiwaniach młodość, która dotyczy wielu aspektów kobiecej urody, przejawiających się w wypowiedziach respondentek niezależnie od ich wieku. Młodzieńczy powinien być wygląd cery, pozbawiony zmarszczek, sprężysta i „pełna energii” sylwetka, zadbane włosy bez oznak siwizny. W społeczeństwie patriarchalnym wygląd kobiety jest traktowany jako jeden z najważniejszych jej zasobów kapitału ludzkiego – a młodość jest utożsamiana z atrakcyjnością. Widoczne społecznie są tylko te kobiety, których atrybutem jest uroda i młody wiek lub młody wygląd. Interesujące, że na temat włosów wypowiedziały się tylko kobiety w średnim wieku i starsze. Niewątpliwie wraz z wiekiem włosy stają się mniej atrakcyjne – ulegają również procesowi starzenia, siwieją, nie są tak gęste i nie tak lśniące jak u młodych kobiet. Młode kobiety tego procesu u siebie być może nie dostrzegają, dlatego nie zwróciły na to

uwagi. Inaczej ma się rzecz ze starzeniem się skóry. W przekazach medialnych i reklamowych mamy przecież do czynienia już reklamami kremów przeciwzmarszczkowych skierowanych do kobiet, które ukończyły 25 lat. Warto zauważyć, że w przypadku mężczyzn młodość nie pojawiła się w kontekście społecznych oczekiwań wobec wyglądu. Zdaje się to potwierdzać, że nie wpisuje się ona w pożądane cechy u mężczyzn składające się na tradycyjny model męskości.

U przedstawicieli i przedstawicielek obu płci we wszystkich badanych kategoriach dało się zauważyć wymóg zachowania szczupłej sylwetki. W wielu wypowiedziach można było odnaleźć wskazania nawiązujące do zapobiegania nadmiernemu przytyciu, walki z otyłością brzusznią, zadbaniu o prostą i sprężystą postawę. Kobiety, niezależnie od wieku, poprzez ćwiczenia fizyczne oraz odpowiednią dietę dążą do zachowania smukłej sylwetki, która jest lansowana w przekazach kulturowych i to oczekiwanie uważają za oczywiste (Głębocka 2009). Warto jednak zauważyć, że wśród mężczyzn motywacje były różne – u młodych mężczyzn wygląd ciała był ważny ze względu na sprawę damsko-męskie, dla tych w średnim wieku ze względu na własną samoocenę i poczucie atrakcyjności, a dla starszych na zachowanie poczucia „bycia w swoim wieku”, a nie starszym. Presja społeczna funkcjonująca we współczesnym społeczeństwie dotycząca tak zwanego „dyktatu” szczupłego ciała zmusza jednostki do zaakceptowania kryteriów klasyfikowania i wartościowania ich własnych ciał. „Normalny” wizerunek to dziś szczupłe ciało – bycie „fit” (Melosik 1996). W społeczeństwie patriarchalnym to szczególnie wygląd kobiecego ciała był poddawany wzmożonej ocenie, bo sama kobieta była tradycyjnie kojarzona silniej niż mężczyzna z cielesnością. We współczesnych przekazach kulturowych mamy jednak do czynienia z obecnością dwóch wizerunków mężczyzny: tradycyjnego (dominującego, silnego, umięśnionego) oraz androgynicznego (poddającego się procesowi estetyzacji) (Arcimowicz 2003).

Z kolei typowym odniesieniem do modelu tradycyjnej kobiecości jest również obecność w wypowiedziach uczestniczek badania kwestii dotyczącej makijażu. Te młodsze nie chciały zbyt mocno makijażem się „postarać”, a te starsze, zbyt mocno nim „odmładzać”. Zawsze powinien być on „naturalny”, podkreślający jedynie delikatnie atrybuty urody. To zgodne z patriarchalną koncepcją kobiecości, w której kobieta bez makijażu jest „naga”, zatem nieatrakcyjna. I w tym znaczeniu konieczność stosowania makijażu jest formą wyrazu przynależności do porządku kultury patriarchalnej (Radkowska 1999).

W odniesieniu do hipotez stawianych w niniejszej pracy okazuje się, że dla wszystkich kategorii wiekowych kobiet i mężczyzn wygląd ma istotne znaczenie i wymaga się dbałości o ten zasób kapi-



tału ludzkiego. Nie jest on także powiązany tylko z młodością, ale także z wiekiem średnim i starszym. Z upływem czasu pojawiają się tylko nieco inne obszary, do których poszczególne kategorie badanych przywiązują wagę. Należy podkreślić, że męskość powiązana z wiekiem średnim oraz starością, choć wiąże się w pewnym zakresie z pomniejszaniem znaczenia wyglądu, to w wypowiedziach badanych odnajdujemy elementy świadczące o zmianie męskości w kierunku bardziej androgynicznym.

Epoka ponowoczesności zrodziła kult młodości i dyktatu „szcuplego, atrakcyjnego ciała”, który dotyczy obu płci – a nie tak jak miało to miejsce w społeczeństwie patriarchalnym tylko kobiet. Jednak ten kult ma nieco inne znaczenie dla kobiet i mężczyzn, co przejawia się w społecznych oczekiwaniach wobec wyglądu jednej i drugiej płci. Kobiety, chcąc zachować szczupłą sylwetkę, dążą przede wszystkim do tego, by pozostać społecznie atrakcyjne. Mężczyźni chcą zachować zdrowie i młody wygląd, a dopiero w dalszej perspektywie chodzi im *stricto* o atrakcyjność fizyczną, choć niewątpliwie ten aspekt ma coraz większe znaczenie dla współczesnych polskich mężczyzn. Młody wygląd staje się charakterystyczną kategorią pojęciową, bo „młodość to stan wyłącznie cielesny. Trwa dopóty, dopóki ciało jest młode” (Tyska 1999: 62–63). Dlatego wyglądanie młodo, choć to nie to samo, co bycie młodym, kojarzone jest z pozostawaniem atrakcyjnym i „widzialnym” społecznie, ponieważ traktowane jest jako przedłużanie w ogóle życia jako takiego.

Wizja szczupłego ciała jest mocno lansowana także poprzez przekazy medialne. Osobom szczupłym zazwyczaj jest przypisywany szereg pozytywnych cech, takich jak atrakcyjność seksualna, zdrowie, sukces zawodowy i przede wszystkim posiadanie kontroli nad własnym życiem. Osoby otyłe i z nadwagą są postrzegane jako niechlujne, leniwe, zaniedbane, które nie potrafią kontrolować własnego ciała i nie mogą wpływać na swoje życie (Melosik 1996). Wydaje się, że współczesna kultura pozbawia starości przywilejów, chociaż na razie starzenie się jest procesem nieuniknionym (Paluch 2000). Starzenie się przestaje być usprawiedliwieniem, bo aby pasować do współczesnego świata, należy być po prostu młodym. A to oznacza nieustanną pracę nad zatrzymaniem tego procesu. W społeczeństwie patriarchalnym te oczekiwania wobec zachowania atrakcyjnego wyglądu dotyczyły kobiet. Społeczeństwo ponowoczesne kieruje te oczekiwania do obu płci. Być może jeszcze nie z takim samym natężeniem, ale przesunięcie w kierunku większej androgyniczności mężczyzn jest widoczne także w wynikach analizowanych tu wyników badań.

### 2.3. Społeczne oczekiwania dotyczące zachowań wobec zdrowia w świadomości kobiet i mężczyzn w różnym wieku (Emilia Garncarek)

Zdrowie stanowi istotny element kapitału ludzkiego jednostek, wpływający na ich funkcjonowanie w różnych sferach życia społecznego. Ze względu na wydłużanie się trwania życia, a także okresu aktywności zawodowej zasób ten musi być jak najdłużej funkcjonalny i w związku z tym wymaga określonych działań jednostek na rzecz jego rozwijania, utrzymywania czy przywracania. Jak pokazują wyniki badań realizowanych na poziomie ogólnopolskim oraz regionalnym (m.in. CBOS 2012a,b, Malinowska, Dzwonkowska-Godula, Garncarek 2012), kobiety i mężczyźni w różnym wieku inaczej oceniają własny stan zdrowia oraz różnią się podejmowanymi wobec niego zachowaniami. Założono, że wpływ na to mają z jednej strony przyjęte w danym społeczeństwie kulturowe koncepcje kobiecości i męskości (*gender*), z drugiej zaś kulturowe koncepcje wieku (*gendered age*), określające sposób rozumienia i określania w danej kulturze kolejnych faz życia człowieka – młodości, średniego wieku oraz starości, wraz ze społecznymi oczekiwaniami wobec osób zaliczanych do tych kategorii wiekowych. Wiek odgrywa znaczącą rolę w formułowaniu społecznych oczekiwań wobec jednostki o określonej płci, a także w doświadczaniu przez nią własnej kobiecości/męskości, również w kontekście zdrowia.

W przeprowadzonym badaniu, zapytaliśmy kobiety i mężczyzn reprezentujących wspomniane kategorie, o co powinna dbać kobieta/powinien dbać mężczyzna w wieku badanego/ej? Kobiety i mężczyźni wskazywali na podobne powinności wobec zdrowia, jednakże szczegółowa analiza zebranych danych pozwoliła na wyodrębnienie różnic zarówno na poziomie płci, jak i wieku. W pierwszej kolejności zajmiemy się omawianym tu aspektem wyodrębnionym na podstawie wypowiedzi kobiet młodych, w średnim wieku i starych, następnie wskażemy na podobieństwa i różnice w opiniach rozmówczyń. Analogicznie zostaną ukazane społeczne oczekiwania wobec zdrowia stawiane mężczyznom. Będą one prezentowane według częstotliwości ich występowania – od najczęściej wskazywanych, po te, które były wymienione przez nielicznych badanych.

Młode uczestniczki badania, wypowiadając się na temat społecznych powinności wobec zdrowia, jakie mają kobiety w ich wieku, podkreśliły, że wymóg podejmowania określonych zachowań prozdrowotnych, takich jak badania profilaktyczne, unikanie ryzyka, przestrzeganie czystości,

zdrowe odżywianie czy aktywność fizyczna dotyczy każdego człowieka, bez względu na płeć i wiek:

(Kobieta w moim wieku – przyp. aut.) powinna starać się unikać tych wszystkich wypadków i nieodpowiedzialnego zachowania, żeby sobie czasem czegoś nie zrobić. Ale to każdy, nie tylko kobieta w moim wieku (KM\_4\_24). To znaczy na pewno w każdym wieku trzeba dbać o to, żeby dobrze, zdrowo się odżywiać, żeby uprawiać jakieś sporty, dbać o siebie w ten sposób. To niezależnie od wieku (KM\_14\_35).

Tylko jedna z badanych wskazała, że część badań profilaktycznych zależy od płci, pozostałe badania kontrolne obowiązują wszystkich, z tym, że niektóre dopiero po wejściu w wiek średni bądź w przypadku wystąpienia problemów zdrowotnych:

Poza w zasadzie tymi takimi sprawami no osobniczymi, że tak powiem – kobieta do ginekologa, mężczyzna do urologa – w zasadzie obie płcie powinny dbać o to samo. [...] oczywiście to się zmienia wszystko z wiekiem, [...]. W określonym wieku należy zadbać o układ krwionośny, ciśnienie i cholesterol. [...] no tak około czterdziestki mniej więcej. No niektórzy mają z tym problemy wcześniej, ale to wszystko zależy od tego, jak się odżywiamy i jaki tryb prowadzimy życia (KM\_8\_29).

Niektóre badane zwracały uwagę, że trudno o sformułowanie jakichś ogólnych zaleceń zdrowotnych dla młodej kobiety. Jak wspomniała część rozmówczyń, będą one uzależnione od stanu zdrowia jednostki. Jednocześnie podkreślały, że każdy powinien obserwować „wsłuchiwać się” w swój organizm i dostosowywać sposób postępowania do własnych potrzeb czy zdrowotnych problemów:

Wiesz co, to chyba każdy tak już powinien według siebie patrzeć co tam dolega bardziej. [...] nie ma czegoś takiego, że [...] ach, jestem w tym wieku, to należy jeść marchewkę albo więcej buraczków. Nie znam czegoś takiego. Sama jakby dostosowuję do swoich objawów. Wypadają mi np. teraz włosy, no to wiem, że muszę pić pokrzywę i w czasie menstruacji łykam żelazo, bo tam kiedyś mi jakiś doktor podpowiedział i tak robię. Bardziej patrzę na siebie. Na swoje samopoczucie no i jak coś tam mi dolega” (KM\_14\_35).

Na podstawie wypowiedzi uczestniczek stworzono listę oczekiwanych od młodych kobiet zachowań i działań wobec własnego zdrowia. Po pierwsze powinny one regularnie kontrolować swój stan zdrowia. Część respondentek podkreślała znaczenie badań ginekologicznych, specyficznych dla kobiet:

(Kobieta w moim wieku – przyp. aut.) powinna dbać o to, żeby regularnie chodzić do lekarza i sprawdzać takie najbardziej narażone kwestie organizmu.

Jeżeli zna jakąś skłonność genetyczną do różnych rzeczy, to też powinna kłaść na to nacisk i co jakiś czas kontrolować (KM\_4\_24). No i jeśli chodzi o lekarza, no to regularnie to do ginekologa, [...] (KM\_12\_34). No cytologie powinny, czy badać piersi powinny (KM\_15\_36).

Młode kobiety podkreślały także znaczenie leczenia się w przypadku pojawienia się jakichś dolegliwości czy problemów zdrowotnych, nielekceważenia niepokojących objawów: „Jeśli ktoś odczuwa jakiś dyskomfort związany ze zdrowiem, ma jakieś symptomy, o których mówiliśmy już wcześniej, to myślę, że reagowanie na to też ma znaczenie. Podciągnęłabym to pod dbałość o zdrowie. Czyli robienie coś z tym i w razie problemów przyjmowanie leków, które są niezbędne do tego, by wyprostować to” (KM\_11\_34).

Poza korzystaniem z medycyny profesjonalnej rozmówczynie formułowały zalecenia dla młodych kobiet dotyczące zdrowego stylu życia. Dużą wagę przywiązywały do zdrowego, odpowiedniego odżywiania się – stosowania zbilansowanej diety oraz ograniczania jedzenia typu fast food: „Przede wszystkim sport i zdrowe odżywianie, nie mówię, że wszyscy mają iść na targ ekologiczny i kupować, ale takie małe rzeczy nawet, wypić te 1,5 litra wody dziennie, zjeść jakiś owoc, jakiś warzywo dorzucić sobie na kanapkę, a nie tylko jakieś hamburgery, nawet jak lubimy, to pozwoli wprowadzać zmiany” (KM\_5\_28). Nieliczne badane wspominały o konieczności wzmacniania odporności organizmu poprzez przyjmowanie suplementów diety: „Ja staram się uzupełniać te suplementy diety, jakieś magnezy, witamina C, żeby w jakiś sposób tą odporność wzmocnić [...]” (KM\_3\_24).

Kolejnym istotnym aspektem była konieczność podejmowania aktywności fizycznej. Przy czym pojawiały się tu uwagi, że nie powinno się z tym przesadzać i że aktywność ruchowa powinna być dostosowana do możliwości i zainteresowań, a także sprawiać przyjemność osobie uprawiającej jakiś sport. Zdaniem jednej z rozmówczyń ten wymóg ćwiczeń fizycznych dotyczy przede wszystkim osób, które stosują niewłaściwą dietę i np. tak jak ona, jedzą zbyt dużo słodyczy:

Przede wszystkim sport i zdrowe odżywianie, [...]. Czasem pójść sobie, nie mówię, że rano wstajemy i jogging, ale znaleźć taką drogę dla siebie, ktoś lubi jogę, ktoś lubi potańczyć, ktoś lubi pojeździć na rowerze, żeby trochę o tą aktywność zadbać (KM\_5\_28). No to już jest taki wiek, że przestaje być wszystko wolno, jeżeli chodzi o jedzenie. I jeżeli ktoś, tak jak ja, uwielbia słodycze, to niestety, ale musi ćwiczyć i to wciąż (KM\_6\_28).

Część wypowiedzi odnoszących się do powinności młodych kobiet wobec zdrowia dotyczyła zabiegów higieniczno-pielęgnacyjnych. Wspominano, że należy przestrzegać czystości, ogólnie „dbać o siebie” poprzez

korzystanie z zabiegów kosmetycznych czy masaży, a także dbać o skórę, stosując kremy z filtrem oraz używając dobrych, nieprzeterminowanych kosmetyków:

Jak mówiłam wcześniej, że właśnie jakieś sporty, dbanie ogólnie o siebie, jakieś różne zabiegi. Na przykład iść do kosmetyczki od czasu do czasu na przykład, jakieś masaże, nie masaże (KM\_7\_28). Na pewno kobieta w moim wieku jest bardziej podatna na wpływ środowiska, tak jak rozmawialiśmy wcześniej o tym wyglądzie, to ja tutaj nawiążę do tej mody, bo to mi przyszło do głowy. Np. solarium, bardzo dużo osób chodzi do solarium zarówno zimą, jak i latem. Wiadomo ta skóra się bardzo niszczy [...]. Nie bez przyczyny UV jest w szpitalach i zabija bakterie. UV ma działanie mutagenne na nasze komórki. Niszczy to DNA (czyli powinna dbać o skórę – przyp. aut.). Raz skóra, dwa powinna, uważać na wszelkiego rodzaju kosmetyki, [...] są inne kremy z filtrem do ciała a inne do twarzy, [...] powinno się unikać stosowania przeterminowanych kosmetyków. Jedzenia zepsutego nie zjemy, a często kobiety z oszczędności lub sentymentu stosują przeterminowany kosmetyk. Są to rzeczy, które nawet jak jesteśmy świadomi, bo na opakowaniu napisane jest, że po iluś tam godzinach należy zmyć preparat, ale nie jest nam uzasadniane dlaczego i często to ignorujemy. A może to mieć wpływ na stan zdrowia w przyszłości (KM\_2\_24).

Zdaniem nielicznych rozmówczyń, które jednocześnie odwoływały się do własnych doświadczeń, młode kobiety powinny dbać o kręgosłup, szczególnie, że wiele z nich prowadzi siedzący tryb życia, ten zaś generuje różne dolegliwości układu uchu:

Sądzę, że jeszcze postawa, styl pracy, bo to jednak większość czasu spędzamy na siedząco (czyli o kręgosłup powinny dbać – przyp. aut.), tak, na pewno sztab ludzi pracuje nad tym, aby wszystko było ergonomiczne, ale są robione pod tzw. przeciętnego, średniego człowieka. A mało jest tych przeciętnych ludzi. Trzeba sobie umilać życie np. jeżeli za twardo, to jakąś poduszkę podłożyć (KM\_2\_24). W tym naszym wieku może bardziej teraz wydaje mi się, że muszę bardziej dbać o kręgosłup, z tego względu, że już czuję go, że go mam (KM\_14\_35).

Również nieliczne badane wspomniały, że ważne dla zdrowia kobiet w ich wieku jest wyeliminowanie nałogów (papierosów, alkoholu, narkotyków):

(Kobiety w moim wieku – przyp. aut.) powinny zwracać uwagę na to co jedzą, jak żyją, [...] nieposiadanie jakichś nałogów. Teraz są rozpowszechnione narkotyki i ciągły alkohol, zapijanie stresów w domu, wieczorne wino, które się kończy alkoholizmem u młodych ludzi, więc ćwiczenia i jakaś dieta plus zmniejszona ilość alkoholu i używek” (KM\_10\_30). Jeśli chodzi o rzeczy, na które mamy wpływ, to brak używek, to na pewno ma znaczenie (KM\_11\_34).

Młode kobiety powinny również zapewnić swojemu organizmowi odpowiednią ilość i jakość snu.

Do pozostałych zaleceń dotyczących dbałości o zdrowie, formułowanych przez nieliczne badane, należało: unikanie ryzyka, dbanie o siebie w czasie ciąży oraz przywiązywanie wagi do jakości życia, równowagi życiowej – ograniczenia stresu, „zwolnienia tempa”, „życia dla siebie”:

Chyba każdy tak już powinien według siebie patrzeć, co tam mu dolega bardziej. [...] natomiast nie ma czegoś takiego, że [...] ach, jestem w tym wieku, to należy jeść marchewkę albo więcej buraczków. Nie znam czegoś takiego. [...] no w ciąży jak byłam, to wtedy tak. Ale tak to wiedziałam, że kobieta w ciąży nie może jeść ewentualnie tego i tego, ale tak to też nie robiłam nie wiadomo czego (KM\_14\_35). (Kobiety w moim wieku – przyp. aut.) powinny zwracać uwagę na to, co jedzą, jak żyją, troszeczkę zwolnić tempo, chociaż to jest mało możliwe w dzisiejszych czasach, zresztą w ogóle nie jest możliwe, żeby tak naprawdę zwolnić, ale troszeczkę żyć dla siebie [...] (KM\_10\_30).

Jeśli chodzi o świadomość kobiet będących w średnim wieku na temat społecznych oczekiwań względem zachowań wobec zasobu jakim jest zdrowie, to podstawową kwestią w ich przekonaniu była profilaktyka zdrowotna oraz leczenie dolegliwości i stwierdzonych chorób. W tej grupie kobiet wymieniano także rodzaje lekarzy specjalistów, do których kobiety w ich wieku mogłyby lub powinny się udać:

Żołądek, który musi dobrze trawić. Nie wiem, nie zastanawiałam się tak naprawdę nad tym, na co powinniśmy uważać, bo wątroba musi pracować, nerki, trzustka – po to są te rzeczy żeby pracowały (KSR\_1\_38). Właśnie o takie badania profilaktyczne, czyli pójście do ginekologa, dbanie czy wszystko jest w porządku, pójście na te badania mammograficzne, czy jest wszystko w porządku, robienie raz na jakiś czas badań krwi, bo to też można zbadać wcześniej, przeciwdziałać. [...] powinno się pójść raz na jakiś czas te badania zrobić, żeby być pewnym. Wiadomo, się czasami nie przewidzi, dzisiaj choroby nie ma, jutro pójde na badania i już będzie, na to nie mamy wpływu. Ale żeby mieć taką świadomość, że mimo wszystko zrobiłam coś, żeby się uchronić przynajmniej przed niektórymi rzeczami (KSR\_8\_53).

Jednocześnie wśród rozmówczyń będących w średnim wieku pojawiło się najwięcej wypowiedzi na temat niesystematyczności w dbaniu o zdrowie:

Taki racjonalny wyrzut sumienia to jest ten, że kiedyś powinnam iść do lekarza i się przebadać. Bo odkąd urodziłam dzieci, nie byłam u lekarza [...]. W ogóle się nie badam. Jak już przyjdzie raz na dwa lata badanie odnośnie raka piersi, no poszłam, no to może 2 razy w ciągu dwóch lat ostatnich. Ponieważ nic mi nie dokucza, profilaktycznie nic nie robię, co jest głupotą skrajną

i mam tego świadomość. [...] z głupoty na pewno (to wynika – przyp. aut.). Tyle się mówi o badaniach profilaktycznych i należałoby umieścić w swoim grafiku codziennych obowiązków, w którymś momencie jakichś specjalistów. Rzecz, którą np. dzisiaj zrobiłam, poszłam się zapisać do okulisty, czasem takie złote myśli mnie najdą, ale to rzadko (KSR\_9\_54).

Należy zauważyć, że nie zawsze jednak słowo „profilaktyka” było właściwie rozumiane przez kobiety w średniej grupie wiekowej. Jedna z respondentek co prawda mówiła o potrzebie realizowania badań profilaktycznych, ale jednocześnie twierdziła, że „kobiety jak nie mają potrzeby, są zdrowe, to nie muszą (robić badań profilaktycznych – przyp. aut.), ale jak już coś boli, coś dolega to trzeba. [...] Jak nie dolega to nie ma potrzeby” (KSR\_15\_62). Słowa te świadczą o całkowitym niezrozumieniu idei badań profilaktycznych, które mają zapobiegać bólowi, chorobom i które należy wykonywać regularnie niezależnie od swojego samopoczucia. Kolejnym, często wymienianym przez rozmówczynie w średnim wieku oczekiwaniem wobec ich rówieśnic było podejmowanie aktywności fizycznej, uprawianie sportów jako działań korzystnie wpływających na zdrowie: „chodzenie na basen” (KSR\_3\_42), „ćwiczenia gimnastyczne w domu lub poza domem” (KSR\_15\_62), „spacery” (KSR\_14\_53), które mają na celu zapewnić zarówno lepszą kondycję, jak i sprawność, ruchliwość stawów, a także lepszą sylwetkę, zatem pozytywnie wpłynąć zarówno na zdrowie, jak i na wygląd kobiety. Poza tym jedna z rozmówczyń podkreśliła znaczenie zachowania pewnego rodzaju harmonii pomiędzy dbaniem o fizyczność a dbaniem o psychikę, „rozwój psychiczny” (KSR\_11\_60). Inna badana zauważyła, że kobiety będące w średnim wieku, powinny bardziej starać się dbać o swój wygląd niż kobiety młode. Konieczność ta wynika ze zmian fizjologicznych jakie następują z wiekiem:

To znaczy wiesz co, jak się jest młodszym, tak to wygląda z mojej perspektywy, to łatwiej jest zachować fajną sylwetkę i zdrowie. Natomiast już z wiekiem no niestety prawo ciężenia już działa no nie ma tak, że będzie lepiej, więc trzeba w to więcej wysiłku w to włożyć – tak. Jakiś basen – tego typu rzeczy. Bardziej zadbać o swoją fizyczność, figurę i co za tym idzie o zdrowie. To ja zdecydowanie tak sama chodzę trzy razy w tygodniu jak mam czas na basen, po prostu trzeba się bardziej starać niż kiedyś (KSR\_3\_42). O sprawność, sylwetkę, tak jak już mówiłam (KSR\_4\_45).

Rozmówczynie wskazywały ponadto, że w ich wieku kobiety powinny zdrowo się odżywiać, co oznaczało m.in. nietłustą dietę, gotowanie zamiast smażenia, jedzenie dużej ilości warzyw:

No podobno (kobieta w średnim wieku powinna zwracać uwagę – przyp. aut.) na jakieś tam zmiany związane z wypróżnieniem, jedzenie, ale to akurat

mnie, póki co, nie dotyczy (KSR\_7\_49). Myślę, że niektórzy tłusto w nadmiarze jedzą, u mnie raz w tygodniu, dwa razy w tygodniu – ryba, raczej nie smażona, ale na parze, surówki albo jarzyny gotowane, ale ja raczej surówki, mój mąż raczej gotowane, więc u nas jest raczej rozbieżności. Dużo kapusty kiszonej lubię jeść w okresie zimowym, ogórki kiszone to jest u mnie standard. [...] koniecznie (kobiety powinny zachować dietę – przyp. aut.). [...] To jest koniecznością (KSR\_13\_61).

Wskazywano także, że kobiety będące w średnim wieku powinny dbać o swój rozwój intelektualny oraz o zdrowie psychiczne. W opinii kobiet, gwarantem rozwoju intelektualnego będzie m.in. dostarczanie wciąż nowych bodźców oraz aktywność umysłowa, tj. czytanie książek, oglądanie wystaw, a także wycieczki krajoznawcze i spotkania z ludźmi. Jak wspomniała jedna z badanych, ćwiczenie „szarych komórek” ma zapobiegać „uwstecznianiu się” (KSR\_14\_53). Kobiety twierdziły, że należy dbać o harmonię zdrowia fizycznego i psychicznego:

O tę harmonię. Psychika plus fizyczność, ta strona duchowa i cielesna. Bo tylko wtedy może czuć się w pełni dobrze każdy człowiek i to w każdym wieku [...]. Na pewno dbać o rozwój intelektualny, żeby się rozwijać, dostarczać wciąż nowych bodźców z otoczenia, żeby się chciało chcieć. I żeby jednak na sprawy swojego zewnątrz też zwracać uwagę i też racjonalnie na siebie patrzeć (KSR\_9\_54).

Powyższe wypowiedzi wiązały się również z przekonaniem kobiet w średnim wieku o potrzebie dbałości o higienę życia, którą rozumiały jako kondycję psychiczną, komfort psychiczny oraz pewnego rodzaju dystans do otaczającego je świata. Nieliczne badane zwróciły także uwagę na potrzebę wysypiania się: „[...] troszkę [...] zadbania o to żeby i sen był” (KSR\_8\_53); „No i oczywiście też, tak, wysypiać się [...]” (KSR\_10\_56).

Do pozostałych zaleceń dotyczących dbałości o zdrowie przez reprezentantki średniego wieku, a formułowanych także przez nieliczne badane, należało: zachowanie odpowiedniej wagi ciała, unikanie bądź redukcja stresu i unikanie używek:

Natomiast moja waga, to z punktu widzenia kręgosłupa, gdybym miała te kilkanaście kg mniej, byłoby to kilkanaście kilogramów mniej dla kręgosłupa i by mnie mniej bolało, o to chodzi (KSR\_7\_49). [...] i w miarę taki zdrowy tryb życia prowadzić, nie przemęczać się, nie stresować się byle jaką sytuacją. No, to jak gdyby, na pewno duży efekt dałoby (KSR\_10\_56). Są pewne kwestie działające negatywnie na kobiety. [...] no choćby to palenie tytoniu. Tak, kiedy ktoś zdecydowanie pali jak smok, 2 paczki dziennie, wie, że pewnie na raka zejdzie. Mniej ważne, że cerę będzie miał ziemistą, ale to mu sprawia tyle radości, że on sobie pali (KSR\_9\_54).



Jeśli chodzi o świadomość kobiet należących do najstarszej kategorii wiekowej na temat społecznych oczekiwań względem zachowań wobec zasobu jakim jest zdrowie, to podobnie jak w przypadku młodszych respondentek, podstawową kwestią w ich przekonaniu jest wykonywanie badań profilaktycznych oraz leczenie dolegliwości i stwierdzonych chorób:

No chociaż te badania kontrolne, raz do roku badania krwi i tak dalej. Mammografia (KST\_1\_64). Te, które uważają, że są zdrowe, powinny się kontrolować od czasu do czasu. Teraz jest tyle możliwości, że można profilaktycznie robić sobie badania i z tego powinny korzystać, bo są bezpłatne. Muszą zadbać o swoje zdrowie, nie mogą czekać na taki moment, że już będzie za późno (KST\_2\_64).

W następnej kolejności badane zwróciły uwagę na znaczenie odpowiedniej diety. Przede wszystkim nieprzejadanie się i unikanie tłustych oraz zbyt słodkich potraw: „Raczej się odżywiać, więcej jarzyn i owoców w naszej diecie, a nie powiedzmy ciężkich, tłustych mięs. Przekleństwem są grille wszelkiego rodzaju, jeżeli chodzi o jedzenie. No powinniśmy też chodzić na spacerzy i ruszać się (KST\_5\_67).

Najstarsze badane, wypowiadając się na temat powinności wobec zdrowia, wymieniły również aktywność fizyczną. W przeciwieństwie do młodszych rozmówczyń kobiety te częściej stosowały określenie „ruch” bądź, że „należy się ruszać”. Wspominały także o higienicznym trybie życia, do którego zaliczyły nie tylko sposób odżywiania się, ale także odpowiednią długość snu i unikanie używek:

[...] prowadzić higieniczny tryb życia. Nie zarywać nocy [...] powinno się odpowiednią ilość czasu spać. No, nie nadużywać alkoholu czy innych używek, no nie palić papierosów. Nie pić 10 kaw dziennie, tylko powiedzmy jedną czy dwie. Nie pić też mocnej herbaty itd., popijać sobie dużo wody mineralnej, żeby no, te mikroelementy sobie dostarczać (KST\_5\_67). Higieny przestrzegać, dobrze się odżywiać i robić te badania okresowe. Te podstawowe kobiecie piersi badać, chodzić do ginekologa. Tak mi się wydaje. Ja wiem co jeszcze? Może używać więcej ruchu, czego ja nie stosuję (KSR\_10\_71).

Charakterystycznym dla najstarszych kobiet było zwrócenie uwagi na konieczność zadbania o sprawność umysłu, m.in. poprzez rozwiązywanie krzyżówek, aktywność fizyczną i intelektualną oraz uczestnictwo w życiu kulturalnym.

No ruch przede wszystkim. Wiele osób starszych zamyka się w domu, nie chce im się albo nie mogą, albo po prostu nie mają siły czy czasu, czy [...] cierpliwości, żeby właśnie korzystać ze świeżego powietrza i ruchu. No to

jest wszędzie podkreślane, że to jest konieczne, jeżeli się nie ćwiczy, to przynajmniej, żeby spacerować. [...] no i na pewno ważne, żeby wyjść właśnie do kina, do teatru, bo tak jak się siedzi samemu w domu, no to przychodzą myśli takie nieraz depresyjne wręcz (KST\_9\_71).

Najstarsze kobiety wspominały również o unikaniu stresu, jako zachowaniu, które powinny przestrzegać ich rówieśnice.

Jak wynika z analizy zebranych danych, reprezentantki każdej kategorii wiekowej najczęściej wskazywały na konieczność wykonywania badań profilaktycznych, zdrowego odżywiania, aktywności fizycznej i szeroko rozumianej higieny życia (odpowiedniej długości snu, unikaniu stresu). Pomimo tego, że rozmówczynie wskazywały na podobne powinności wobec zdrowia, to jednak wiek odegrał znaczącą rolę w formułowaniu społecznych oczekiwań wobec jednostki o określonej płci i wieku w kontekście zdrowia. Tylko młode kobiety wspominały o konieczności prowadzenia zdrowego stylu życia oraz wykonywania różnego rodzaju zabiegów pielęgnacyjnych, które ich zdaniem także wpływają na kondycję psychofizyczną człowieka. Pierwsze wskazanie można tłumaczyć przekonaniem części młodych kobiet, że o jakości życia człowieka oraz jego zdrowia decyduje on sam, a przede wszystkim wybory, których dokonuje. Taki sposób pojmowania zdrowia przez młode kobiety wynikać może z faktu, że dorastały one w kulturze healthismu/„kultu zdrowia” (Crawford 1980, 2006, za: Borowiec, Lignowska 2012). Innymi słowy – mody na zdrowy styl życia. Moda ta jest przede wszystkim propagowana przez mass media (telewizję, prasę, Internet), które informują współczesnych ludzi, że należy oraz że warto samemu zadbać o swoje zdrowie. Jest to po części wynik indywidualizowania się współczesnych społeczeństw z kręgu kultury euro-amerykańskiej (m.in. Giddens 2001, Beck 2004, Bauman 2008).

Jeśli chodzi o drugą kwestię, o której wspominały młode kobiety, to należy tu nawiązać do wzorca kobiecości funkcjonującego w kulturze patriarcalnej, w której wygląd jest głównym kapitałem kobiety. Jednym z najważniejszych celów socjalizacji w przypadku kobiet jest wpojenie im przekonania o wysokiej wartości ich ciała i wyglądu, tym samym przeswiadczenia o koniecznym obowiązku dbania o ten zasób. Zgodnie z tym schematem młode rozmówczynie wskazywały na konieczność wykonywania różnego rodzaju zabiegów pielęgnacyjnych, które ich zdaniem także wpływają na kondycję psychofizyczną człowieka, w tym wygląd. Również kobiety będące w średnim wieku zwróciły uwagę na tę kwestię. Jednym z zaleceń formułowanych przez te badane było zachowanie odpowiedniej wagi ciała. Uznały one bowiem, że będąc w średnim wieku, trzeba się bardziej starać niż kiedyś, jeśli chodzi o dbanie o swoją fizyczność. Na tę kwestię nie wskazały kobiety najstarsze. W przeciwieństwie do młodszych badanych, nie łączyły one dbania o zdrowie z dbaniem o wygląd.

Jak wspomniała jedna z kobiet – „z wiekiem kobiety stają się „przezroczyste”, „niewidoczne”, „nie mają już dla kogo dbać o siebie” (MST\_7\_70) (kwestia ta została rozwinięta w rozdziale dotyczącym postaw wobec wyglądu). Charakterystycznym dla reprezentantek średniego wieku, jak również kobiet starych, było wskazywanie na powinność zadbania o rozwój intelektualny i sprawność umysłu, na co z racji wieku nie wskazywały młodsze badane. Pozostałe wymienione wskazania dotyczące powinności wobec zdrowia pojawiały się w każdej kategorii wiekowej kobiet.

Analogicznie analizę społecznych oczekiwań wobec zdrowia stawianych mężczyznom rozpoczniemy od najmłodszej kategorii badanych. Młodzi mężczyźni wskazywali przede wszystkim na aktywność fizyczną, ruch, dbałość o kondycję i sprawność. Niektórzy z nich mówili ogólnie o konieczności ruchu i sportu, inni wymieniali rodzaje aktywności fizycznej:

No to tak, dużo ruchu, no to to jest wszędzie trąbione o tym, [...] (MM\_1\_21). Każdy organizm jest inny, trudno tu powiedzieć, ale dbając o zdrowie, mamy tutaj na myśli również wszelkiego rodzaju wysiłek fizyczny, tzn. ćwiczenia same dla siebie. Czyli uprawiania sportu, ćwiczenia na siłowni i bieganie. To jest ten etap, na którym powinien się tym zająć. Chociaż dużo osób w moim wieku i średnim bardzo chętnie chodzi na siłownię i stara się jakoś swoją figurę poprawić (czyli młody mężczyzna powinien ćwiczyć – przyp. aut.) tak, powinien ćwiczyć (MM\_4\_24). No przede wszystkim sport jakiś. Sport, niekoniecznie sport, nie wiem, rower. Ale na przykład basen. Relaksacyjnie, bardzo dobry na kręgosłup. No i jakiś fitness. [...] fitness teraz też jest dla mężczyzn, nie ma tylko dla kobiet. Bo ta siłownia to jest dla mnie przereklamowana [...]. No tak, ćwiczyć same mięśnie? Kondycję, figurę, no jakby nie patrzeć też coś się ze zdrowiem wiąże, pod warunkiem, że się żadnych wspomagaczy nie bierze przy tym. No i zdrowie to przede wszystkim ruch. Dużo ruchu [...] u mężczyzn chyba jest prościej, bo to wystarczy tylko trzymać brzuch na wodzy, żeby nie mieć okrągłego brzuszka, bo to chyba 80% ludzi w podeszłym wieku, w sensie już po założeniu rodziny, to mężczyźni to brzuszki im rosną (MM\_8\_29).

W wypowiedziach mężczyzn pojawiła się także uwaga dotycząca tego, że aktywność fizyczna jest konieczna nie tylko ze względu na zdrowie, ale także ze względu na wygląd, o który powinni dbać młodzi mężczyźni. Kluczową kwestią wskazywaną przez rozmówców była konieczność zachowania odpowiedniej sylwetki – brak nadwagi i wyraźnie wystającego „brzuszka”: „Zdecydowanie dbać o sylwetkę” (MM\_4\_24); „O to powinien dbać mężczyzna. O wygląd, o zdrowie, o sylwetkę. To jak siebie widzi, jak inni go postrzegają, jak jest atrakcyjny dla siebie i dla innych” (MM\_10\_31).

Kolejny obszar społecznych oczekiwań dotyczących zachowań wobec zdrowia wskazywany przez młodych mężczyzn dotyczył profilaktyki zdrowotnej oraz wizyt u lekarzy w przypadku pojawienia się jakichś dolegliwości. Część rozmówców wykazywała się wiedzą na temat rodzajów badań i potencjalnych schorzeń, które mogą ich dotyczyć ze względu na płeć i wiek. Jednak jak wynika z analizy postaw badanych, to poczucie powinności kontrolowania stanu zdrowia nie przekłada się na ich działania. W przypadku omawianej tu kwestii, niektórzy badani zaznaczali, że sami nie spełniają społecznych oczekiwań, o których wspominali. Pojawiły się także uwagi, że ponieważ są młodzi, konieczność robienia niektórych badań (np. związanych z prostatą) jeszcze ich nie dotyczy:

No powinien (chodzić do lekarza – przyp. aut.). Znaczy, no w tym wieku to tak raz na jakiś czas, ale myślę, że jak coś się dzieje, no to zdecydowanie powinien, a mężczyzna też w naszej kulturze uchodzi za takiego »a, gdzie ja pójdę do lekarza, przecież poleżę kilka dni, czy posiedzę w ogóle w domu, no to mi przejdzie«, no a niestety tak jest nie zawsze. [...]. Więc, no myślę, że wizyty regularne tak (MM\_1\_21). (Mężczyzna w moim wieku – przyp. aut.) przede wszystkim powinien się regularnie badać, tak? To na pewno jeszcze w naszym społeczeństwie mocno kuleje, diagnostyka i potrzeba tej diagnostyki jest duża a świadomość jest mała. No bo jak to się mówi: »mądry Polak po szkodzie« i za późno się wykryje pewne komplikacje to ciężiej się z nimi uporać. No jednak im jest człowiek starszy, tym tych potencjalnych zagrożeń jest więcej (MM\_7\_28). Te podstawowe rzeczy związane z każdym człowiekiem, badania krwi, moczu, cholesterol, ale kwestie związane z typowo męskimi dolegliwościami związanymi z prostatą, kwestiami rakowymi, jeśli chodzi o płuca palaczy (MM\_14\_35).

Młodzi badani podkreślali również znaczenie odpowiedniego odżywiania się jako jednego z pożądanych elementów dbania o zdrowie przez młodych mężczyzn. Mówiono ogólnie o zwracaniu uwagi na dietę bądź wskazywano bardziej konkretne zalecenia, jak unikanie jedzenia typu fast food, jedzenie domowych posiłków (jako bardziej zdrowych), włączanie do diety warzyw i owoców oraz odpowiedniej ilości niegazowanej wody:

Domowe obiady, tak? Jak najmniej fast foodów w tych różnych budkach na przystankach itd., dużo zieleninki, rzodkiewki, warzyw, owoców, tak? No i wody niegazowanej (MM\_8\_29). No stronienie od używek, jakichkolwiek, nawet od rzeczy niebędących używkami, ale [...] no, nie wiem, spożywanymi w nadmiarze, na przykład właśnie jakieś śmieciowe żarcie, McDonałdy, fast foody i inne (MM\_1\_21).

Kolejne rekomendacje dotyczące dbałości o zdrowie przez młodych mężczyzn dotyczyły unikania używek: papierosów i alkoholu. Przy czym niektórzy zaznaczali, że trudno jest wyeliminować wszelkie używki, że

czasami „napić się trzeba”: „Też powinni mężczyźni robić [...] dla mnie nie powinni papierosów palić, bo ja nigdy w życiu papierosa nie zapaliłem i nie chcę, alkoholu też, ale wiadomo czasem trzeba się napić, ale z umiarem” (MM\_2\_22). Młodzi badani mówili także o zaleceniu równowagi życiowej, równoważeniu obowiązków zawodowych i domowych, radzeniu sobie ze stresem, znalezieniu czasu na odpoczynek oraz na działania związane ze zdrowiem: „Ważnym elementem jest odpowiednia ilość odpoczynku, odpowiedni relaks, żeby stres redukować” (MM\_6\_27); „No staram się jakoś tak zbalansować swoją pracę, obowiązki w domu, poza pracą i tak dalej, żeby jednak o to zdrowie trochę zadbać, ale nie zawsze to wychodzi” (MM\_13\_32). Zdaniem jednego z rozmówców, młodych mężczyzn cechuje lekkomyślność i brawura, które negatywnie wpływają na zdrowie. Jednocześnie badany ten wskazał na konieczność unikania ryzyka oraz zachowywania ostrożności i odpowiedzialności, również w sferze życia seksualnego:

Nie wiem, może nie stawiać się w bardzo ryzykownych sytuacjach. Gdzieś czytałem, że mężczyźni od 18 do 23 roku życia mężczyźni giną głównie przez swoją lekkomyślność, czyli np. szybką jazdę samochodem, jakieś brawurowe akcje. Jakiś przypadkowy seks też może zaszkodzić, tak że pod tym względem takie zalecenie dla moich rówieśników (MM\_6\_27).

Pozostałe oczekiwania wyrażane przez młodych rozmówców a odnoszące się do dbałości o zdrowie przez mężczyzn w ich wieku, dotyczyły ubierania się stosownie do pogody, unikania przeziębiania się, higieny oraz dbania o odporność poprzez hartowanie się.

Jeśli chodzi zaś o świadomość mężczyzn będących w średnim wieku na temat społecznych oczekiwań względem zachowań wobec zdrowia, to podobnie jak u ich rówieśniczek, na pierwszym miejscu stawiano potrzebę realizowania badań profilaktycznych, leczenia dolegliwości i zdiagnozowanych chorób:

Podobno krąży mit, że po 40 należy się bliżej przyglądać krążeniu, prostatcie, takiego typu historie, czyli takim dolegliwościom męskim, które po prostu są najczęstsze i w jakiś sposób to monitorować. No trudno się z tym nie zgodzić, choć póki co nie wyobrażam sobie biopsji prostaty (MSR\_1\_38). No, usuwanie tego co jest zdiagnozowane, a więc, żeby już rzeczywiście iść za ciosem i jak już jest diagnoza, to się powinno to usunąć. Ja sobie też zdaję sprawę, że im wcześniej zrobię te rzeczy, które mam do zrobienia, tym dla mnie lepiej, dla mojego organizmu będzie to lepsze. Ale są inne z kolei czynniki, które wpływają na decyzję, że no niestety, w tym momencie życia nie mogę sobie na to pozwolić, żeby się wyłączyć, no nie wiem, na pół roku czy na rok (MSR\_11\_57).

Warto w tym miejscu odnotować, że wśród mężczyzn pojawiły się także głosy świadczące o niedostrzeganiu idei i zasadności regularnego i częstego realizowania badań profilaktycznych, jak również głosy krytyczne dotyczące skuteczności tych badań:

[...] nie przesadzałbym z jakąś taką niesamowitą profilaktyką. Bo to rozumiem, że kobiety badają sobie piersi. Powiem tak, różne przypadki się dzieją, zadzwonił do mnie kolega, który jest księgowym w firmie i bardzo zestresowany, bo okazało się że ma wrzody i jest stoikiem i nie widać tego po nim, że się w pracy denerwuje, ale na zdrowiu ucierpiał, więc zaprasza mnie na imprezę, bo nie ma diagnozy, a podejrzewał, że jakieś sprawy nowotworowe żołądka, a zwykła tam nadżerka czy jakaś [...]. We wszystkim jest wskazany umiar [...]. To wiadomo, że kiedy człowiek ma już dolegliwości no to wiadomo, że musi pójść do lekarza, ale jeżeli dba o siebie no to [...]" (MSR\_5\_46). „[...] badania czasami są nieadekwatne [...], bo ja podejrzewam, że jakbym sobie zrobił badanie krwi, to cholesterol miałbym bardzo wysoki [...], a czuję się dobrze i nie mam problemu ze zdrowiem (MSR\_9\_54).

Kolejna powinność, o której wspominali mężczyźni będący w średnim wieku, dotyczyła dbania o zdrowe odżywianie się, które oznaczało: niejedzenie „byle czego” (MSR\_4\_40); „jedzenie mniej niż w młodszym wieku ze względu na słabszy metabolizm” (MSR\_5\_46), „jakaś, zdrowa, rozsądna dieta” (MSR\_8\_53).

Dieta, o matko to jest najważniejsze! Nawet, jeżeli nie mają potrzeby fizycznie się zmęczyć, to dieta, z wiekiem człowiek coraz mniej metabolizuje, coraz mniej kalorii potrzebuje do spalenia. Poza tym spowalnia się ten metabolizm. I, jeżeli jemy tyle samo, ile jedliśmy 10 lat wcześniej, mając lat 30, no to niestety po 40 przybieramy w niesamowitych ilościach. Abstrahuję od tego, że zanika tkanka mięśniowa i zwiększa się ilość tkanki tłuszczowej, po 40 ewidentnie. 70% sukcesu to jest dieta (MSR\_5\_46).

Część badanych uważała, że mężczyźni w średnim wieku powinni być aktywni ruchowo, m.in. ćwiczyć, ruszać się, utrzymywać harmonię pomiędzy rozwojem fizycznym a psychicznym: „Dbanie o zdrowie to również ruszanie się, bezdyskusyjnie, tak (MSR\_4\_40)”. „Ruch. To co wszyscy wiemy, tak? Czynnny tryb życia i wtedy tak, wtedy jest super” (MSR\_11\_57); „Ćwiczyć. Całe życie w dobrej kondycji być” (MSR\_13\_60).

Reprezentanci średniego wieku mówili także o unikaniu bądź ograniczeniu używek (papierosów i alkoholu): „Ograniczyć alkohol, zaprzestać palić papierosy [...]” (MSR\_6\_47); „No i jak najmniej takich, tych używek, które co tu dużo gadać, mają ujemny wpływ na nasze zdrowie. Typu nikotyna, alkohol” (MSR\_8\_53). Nieliczni badani wspominali o konieczności zachowania odpowiedniej wagi, ponieważ – jak stwierdził jeden z nich – w pewnym wieku „mężczyzna tatusieje”:

[...] każdy mężczyzna wydaje mi się, że powinien być zdrowy, powinien dążyć do tego, żeby być zdrowym. [...] umiarkowana dieta, czyli nie spożywać jakichś tam posiłków tłustych za dużo, żeby nie nabierać wagi, bo w tym wieku, jak to się mówi? Mężczyzna tatusieje, tak?! Rośnie mu brzuszek, ale i to jest związane z przemianą materii w pewnym wieku. Jest tyle możliwości, że można do tego nie dopuścić (MSR\_2\_39).

Nieliczni badani zaznaczyli, że ważne jest dbanie o higienę, kondycję psychiczną oraz zachowywanie dystansu do różnych spraw. Część rozmówców wspominała również o dobrych relacjach z najbliższą rodziną, które to ich zdaniem pozytywnie wpływają na zdrowie i radzenie sobie z chorobami: „Ważne jest, aby znajdować się w takim przyjaznym środowisku, myślę, że element psychiczny odgrywa istotną rolę w naszych chorobach. Powinniśmy mieć poczucie własnej wartości w sensie psychicznego elementu. Jeżeli mamy to poczucie, to łatwiej jest nam radzić sobie z otoczeniem” (MSR\_10\_56). „Nie kłócić się za bardzo z żoną, albo z partnerką” (MSR\_6\_47). Co ciekawe, kobiety w średnim wieku, mając na myśli komfort psychiczny, mówiły raczej o rozwoju intelektualnym, nie zaś o spokojnych, ciepłych stosunkach w rodzinie. Jak już wspomniano, wśród nielicznych reprezentantów omawianej tu kategorii wiekowej pojawiły się także głosy, że mężczyźni w średnim wieku powinni stosować zabiegi o charakterze higieniczno-pielęgnacyjnym, dbać o higienę, bowiem wszystkie te działania wpływają również na zdrowie: „Podstawową rzeczą jest zwykła higiena. To jest bezdyskusyjnie, bo tutaj się mogą różne rzeczy, tak?” (MSR\_4\_40). Również nieliczni badani wspomnieli, że powinnością mężczyzny w średnim wieku jest uregulowane życie seksualne, tj. stosowanie zabezpieczeń i posiadanie jednej partnerki: „[...] używać prezerwatyw [...]” (MSR\_6\_47); „Dobry seks, to jest bardzo dobra rzecz, regularny z jedną partnerką, a nie z doskoku, co poza tym, nie wiem” (MSR\_9\_54). Warto też odnotować, że w wypowiedzi jednego z rozmówców ujawnił się stereotyp dotyczący tego, że kobiety powinny bardziej skupić się na dbaniu o wygląd, natomiast mężczyźni – na dbaniu o zdrowie: „Myślę że tak. Kobieta powinna na pewno dbać o swój wygląd. [...] oczywiście, kobieta otyła nie będzie zdrowa” (MSR\_2\_39).

Mężczyźni należący do najstarszej kategorii wiekowej w omawianym tu aspekcie, dotyczącym społecznych oczekiwań względem zachowań wobec zdrowia, wspominali przede wszystkim o wykonywaniu badań „okresowych”, przez niektórych respondentów nazywanych „przełędem” lub „przełędem technicznym”:

Czyli raz do roku mężczyzna po 50 to powinien sobie robić taki przełęd techniczny. Tak bym to nazwał. I te podstawowe badania i wątroba itd. (MST\_1\_63). Profilaktyka jest najważniejsza. Czyli obserwować siebie i jeżeli

są jakieś objawy niepokojące, to od razu się testować. Ja, znaczy w pewnych wypadkach warto robić badania okresowe, ja akurat ze względu na pracę takie badania robię co 2, 3 lata. Ale to zależy, teraz mam pozwolenie na 5 lat. Bo miałem dobre wyniki wszystkie, warto robić badania krwi, mierzyć sobie ciśnienie, no mówię o takich podstawowych rzeczach, nie mówiąc o tym, że w zależności od tego czy kobieta czy mężczyzna, powinna się dokładnie obserwować (MST\_4\_64). Podstawowe rzeczy, czyli jakby kontrolowanie swojego organizmu przez chociażby jakieś takie okresowe badania. Nie jakieś takie wymyślane. Podstawowe, bo jak jest dobry diagnosta, to na podstawie podstawowych badań jest w stanie bardzo wiele rzeczy wychwycić. No i ewentualnie na pewno nie można już w tym wieku lekceważyć jakichś takich objawów, sygnałów, które organizm daje. Bo jeżeli coś się w organizmie pojawia, jakiś ból, to nie jest przypadek. Owszem, jeśli pójdę sobie tam mięsień naciągnę, wiem że mnie boli, bo sobie naciągnąłem i to przejdzie. Ale, jeżeli coś się uporczywie pojawia, to trzeba to skontrolować. Wydaje mi się, że jest to rzeczywiście ważne (MST\_5\_64).

W zasadzie wspomniane działanie było najczęściej wskazywane przez rozmówców należących do najstarszej kategorii badanych. Należy tutaj podkreślić, że reprezentanci wspomnianej kategorii mieli problem z odpowiedzią na pytanie „o co powinien dbać mężczyzna w pana wieku?”. Wskazując na społeczne oczekiwania wobec zdrowia, nieliczni badani wspomnieli również o odpowiednim, zdrowym odżywianiu się: „Okresowe badania, odpowiednie odżywianie się, nie siedzący tryb, aktywnym być, rano pobiegać” (MST\_6\_66). W przeciwieństwie do rówieśnic, jak również pozostałych badanych, starzy mężczyźni nie podawali przykładów zdrowiej (ich zdaniem) diety. Jeden z badanych wskazał na znaczenie kondycji fizycznej i ruchu dla zdrowia: „Odżywiać się dobrze. Tzn. stosownie do wieku, do stanu zdrowia. Do lekarza od czasu do czasu pójść. Zbadać się. No może też kondycję jakąś utrzymywać” (MST\_8\_70). Inny zaś wspomniął o potrzebie unikania stresu, spokojnego życia, a także właściwej higieny życia związanej z odpowiednią liczbą godzin snu: „Jakiś normalny stosunek do życia codziennego. Żeby normalnie iść spać, żeby normalnie jeść, itd. Żeby nie przeciążać. W ten czas organizm się reguluje, a jak pół nocy człowiek nie prześpi, to na 2 dzień wstać się nie chce, głowa boli. A jak wstaje normalnie, to wszystko się chce. O tym człowiek powinien pamiętać” (MST\_12\_72). Podobnie jak w grupie mężczyzn będących w średnim wieku, również starsi mężczyźni wspomnieli o potrzebie życia seksualnego: (na coś jeszcze powinien zwracać uwagę mężczyzna w pana wieku? – przyp. aut.) „Na seks, też jest zdrowy” (MST\_6\_66).

Jak wynika z analizy zebranych danych, wszyscy mężczyźni, którzy wzięli udział w naszym badaniu, wskazywali na podobne powinności związane z dbaniem o zdrowie. Jednak w zależności od kategorii wiekowej, badani kładli akcent na inne zachowania. O ile dla młodych



mężczyzn najważniejsze było dbanie o aktywność sportową, kondycję fizyczną i sprawność, o tyle dla pozostałych mężczyzn (będących w średnim wieku i starych) to zachowanie znalazło się na dalszym planie omawianej tu kwestii (mężczyźni starzy wspominali o niej, ale potraktowali aktywność fizyczną/ruch marginalnie). Wszyscy mężczyźni wskazali na ważność profilaktyki zdrowotnej oraz leczenie odczuwanych dolegliwości i zdiagnozowanych chorób. Jednakże i w tym przypadku mamy do czynienia z występowaniem różnic związanych z wiekiem. Dla reprezentantów średniego wieku oraz starszych mężczyzn było to główne działanie, na które zwrócili uwagę. Ale i tutaj pojawiły się różnice. Mężczyźni będący w średnim wieku wymieniali różnych specjalistów, których ich zdaniem powinien odwiedzić ich rówieśnik, a także zestaw badań, które należałoby wykonać w ich wieku. Najstarsi badani wspomnieli jedynie o konieczności wykonywania badań/przeглядów okresowych oraz kontrolnych wizytach lekarskich, które należy realizować od czasu do czasu. W innej części realizowanych wywiadów reprezentanci najstarszej kategorii wiekowej porównywali swój organizm i swoje zdrowie do działania samochodu. Nawiązywali do stereotypu związanego z dbaniem o zdrowie przeciętnego Polaka, który troszczy się o samochód bardziej niż o siebie – „kiedy coś stuka w zawieszeniu, do mechanika jedzie od razu, ale kiedy coś go boli, czeka, aż samo przejdzie” (MST\_1\_63). Widać tutaj realizowanie patriarchalnego wzorca męskości, w którym mężczyzna nie choruje, nie ma zatem potrzeby korzystania z porad lekarskich, jakiegokolwiek odczuwane dolegliwości i problemy zdrowotne są traktowane jako przejaw słabości i uznawane za „niemęskie”. Kolejne wskazania dotyczyły konieczności odpowiedniego sposobu odżywiania się. Im młodszy mężczyźni, tym częstsze zwracanie uwagi na odpowiedni rodzaj diety, a także rezygnowanie z fast foodów. Mężczyźni będący w średnim wieku także podkreślili ważność tego działania. Mężczyźni starzy, podobnie jak w przypadku poprzedniego wskazania, również podeszli do tej powinności nieco powściągliwie. Zresztą nie tylko do niej, ponieważ podobna reakcja wystąpiła w przypadku unikania używek. Tylko mężczyźni starzy wskazali na pewną wątpliwość ważności tego działania dla mężczyzn: „I oczywiście nieunikanie żadnych, że tak powiem uciech życia codziennego. Chociażby dobre wino do obiadu, czy tam od czasu do czasu dobra wódeczka, to jest wszystko normalne” (MST\_5\_64). Warto tutaj przytoczyć fragment wypowiedzi starszego mężczyzny z innej części wywiadu. Badani zostali również zapytani o indywidualne zachowania na rzecz zdrowia. Część z nich wskazywała również na „męski wzór samoleczenia”, który polegał na wykorzystywaniu alkoholu do zwalczania różnych dolegliwości zdrowotnych: „[...] jak się przeziębię to biorę piwo, sok malinowy do tego grzeję i to sobie wypiję, wygrzeję się, wypocę się i mi starczy”

(MST\_6\_66). Interesujące, że tylko mężczyźni – w średnim wieku i starszy, wspomnieli o ważności sprawności seksualnej. Mężczyźni młodzi ani kobiety (bez względu na wiek) nie zwrócili uwagi na ten aspekt. Jeśli chodzi o młodych mężczyzn, to można domniemywać, że nie chcieli poddać w wątpliwość swojej potencji.

Podsumowując, większość społecznych oczekiwań dotyczących zachowań wobec zdrowia, a funkcjonujących w świadomości badanych, wpisywała się w patriarchalne koncepcje kobiecości i męskości omówione w pierwszym rozdziale. W przypadku kobiet mamy do czynienia z powinnościami, które łączą dbanie o zdrowie z dbaniem o wygląd – przede wszystkim u kobiet młodych oraz będących w średnim wieku. Pozostałe wymienione powinności częściowo nawiązują do utrzymania jak najdłuższej sprawności psychofizycznej – nie tylko dla samej siebie. W kolejnych rozdziałach dotyczących postaw wobec zdrowia pokazano, że owa kondycja bardzo często jest potrzebna do zajmowania się zdrowiem bliskich osób (dzieci, męża, starzejących się rodziców) oraz łączenia obowiązków rodzinnych i zawodowych. Jeśli chodzi o mężczyzn, to podobnie jak w przypadku społecznych oczekiwań dotyczących zachowań wobec wyglądu, widać tendencje świadczące o przemianach modelu męskości. Są one najbardziej dostrzegalne wśród młodych mężczyzn, ale także wśród części badanych będących w średnim wieku. Z wypowiedzi rozmówców wynika, że mają oni świadomość znaczenia zasobu, jakim jest zdrowie oraz że należy o nie dbać, ponieważ stanowi ważny element kapitału ludzkiego jednostki. Niestety nieco zawodzi „przekuwanie” tej świadomości w czyny. Jeśli chodzi o mężczyzn najstarszych, to nadal realizują oni tradycyjne wzorce męskości i odwołują się do nich także w przypadku wskazywania na społeczne oczekiwania dotyczące zachowań wobec zdrowia.