

APPEARANCE MATTERS

"Optimizing the outcomes for vocational guidance counseling and vocational training"

SINTEZĖS RAPORTAS



Lifelong
Learning
Programme

Europos Komisija. Šis leidinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį šiame leidinyje pateiktos informacijos panaudojimą.

LEONARDO DA VINCI tarptautiniai inovacijų plėtros projektai
527463-LLP-1-2012-1-UK-LEONARDO-LMP

ĮVADAS

Šis sintezės raportas yra parengtas remiantis nacionaliniais Austrijos, Italijos, Lietuvos, Norvegijos ir Švedijos raportais. Nacionaliniuose raportuose pateikiama informacija apie šių šalių švietimo ir profesinio mokymo sistemas, esamus nedarbo rodiklius, sveikatos priežiūros paslaugų teikimo pobūdį šalyje, kartu su konkrečiomis išvaizdos problemomis. Projekto partneriai nagrinėja su išvaizda susijusius klausimus moksliniuose tyrimuose, prašydami dalyvių pasitelkti klausimynus ir savo nuomonę apie tai, kaip išvaizdos problemos įtakoja jų praktiką bei profesijos mokymą ir/ ar konsultacinį darbą. Sintezės raporte daugiausia dėmesio skiriama išvaizdos klausimams ir kiekvienas norintis gali šį raportą parsisųsti iš internetinės svetainės: www.appearancetraining.com. Nacionaliniame raporte taip pat galima rasti duomenų, kurie buvo panaudoti sintezės raportui rašyti. Be šio sintezės raporto dar vienas svarbus priedas yra teorinis raportas apie išvaizdą ir kūno įvaizdį, kurį taip pat galima rasti minėtoje internetinėje svetainėje.

PAGRINDINIAI DUOMENYS: NACIONALINĖ IR REGIONINĖ SPECIFIKA

1 ir 2 lentelėse pateikta esminė, kiekvieno dalyvaujančio partnerio, demografinė santrauka nacionaliniu ir regioniniu lygmeniu. Deja informacija, liečianti regioninius duomenis, yra mažiau išsami.

1 lentelė: Nacionaliniai būdingi duomenys					
Šalis	Dydis (km ²)	Populiacija	Vidutinės metinės pajamos	Nedarbas	Nedarbas (15 – 24)
Austrija	83,170	8,457,000	€29,017	6.7%	8.3%
Italija	301,340	59,394,207	€19,660	8.4%	29.1%
Lietuva	65,300	3,043,000	€10,167	15.3%	32.9%
Norvegija	385,252	5,033,675	€58,152	2.7%	4.5%
Švedija	450,000	9,600,000	€31,515	8.8%	28.1%

Visų partnerių šalyse švietimo ir sveikatos priežiūros paslaugų teikimas yra valstybės finansuojamas, tačiau yra skirtumas tarp išteklių teikimo galimybių įvairiose sveikatos priežiūros sistemose. Daugiau informacijos apie tai galite rasti nacionaliniuose raportuose.

2 lentelė: Regionui būdingi duomenys					
Šalis	Dydis (km ²)	Populiacija	Vidutinės metinės pajamos	Nedarbas	Nedarbas (15 – 24)
Viena Austrija	415	1,721,573	-	7.1%	-
Toskana Italija	22,994	3,745,786	€20,100	7.8%	29% – 38%
Klaipėdos, Tauragės ir Telšių apskritys Lietuva	13,970	649,000	-	14.4%	-
Rogalandas Fylke Norvegija	9,376	450,176	€38,666	1.7%	-
Kristiansandas Švedija	1,346	80,000	€28,651	8.8%	-

IŠVAIZDA

Austrija:

Austrijoje dauguma išvaizdos problemų yra susijusios su svoriu ir senėjimu, vis dėl to svorio problemos lyginant su senėjimu yra akcentuojamos labiau. Šioje šalyje išvaizda taip pat yra laikoma svarbia socialine problema, kuri kuo toliau, tuo labiau įgyja vis didesnį mastą. Liekno kūno kultas, patobulintas fotošopu, yra nuolat diktuojamas per įvairias žiniasklaidos priemones, pavyzdžiui, internetinius dienoraščius, kurie tik dar labiau sustiprina šio kulto poveikį ir, be to, yra labai populiarūs. Remiantis kūno nepasitenkinimo ir pasitenkinimo lygių bei valgymo sutrikimų statistika, galima teigti, kad vis daugiau merginų ir jaunų moterų bei berniukų ir junuolių, išvaizda tampa kaip niekada svarbi. Be to, dietinio maisto produktų pasirinkimas didžiuosiuose prekybos tinkluose taip pat didėja, o tai reiškia didėjančias tokių maisto produktų vartotojų gretas. Tiesa

nėra pastebimas didelis skirtumas etniškumo atžvilgiu; bent jau remiantis pradiniais dalyvių apklausos atsakymais, kuriuose nėra išskirtas etniškumas kaip išskirtinis faktorius. Tiesa išvaizdos nepasitenkinimo ir pasitenkinimo lygiai šiek tiek skiriasi tarp skirtingų amžiaus ir lyties grupių. Apskritai vyrai atrodo labiau patenkinti savo išvaizda ir svoriu, o moterys yra labiau linkusios išgyventi arba aukštą pasitenkinimą savo išvaizda arba, priešingai, didelį nepasitenkinimą savimi, o ypač savo svoriu. Kaip rodo tyrimai, moterys, kurių amžius siekia 30 – 50 metų, yra labiausiai patenkintos savo išvaizda ir kūnu.

Apie socialinio aspekto svarbą išvaizdos atžvilgiu taip pat galima sužinoti pasidomėjus tyrimo, kurį atliko projekto partneriai Austrijoje, rezultatais. Didžiausias dalyvių skaičius tikėjo, kad jų išvaizda dažnai (36 %) ar bent jau kartais (42 %) padeda jiems sėkmingai ieškoti partnerio, ir bent kartais (42 %) susirasti darbą. Tik 7 % tikėjo, kad jų išvaizda neturi įtakos jų galimybėms susirasti partnerį ar darbą.

Tyrimo metu, apklausus 565 Vienoje gyvenančias moteris apie 47 metų amžiaus, paaiškėjo, kad 82% iš jų manė, jog jų svoris yra idealus, kai yra mažesnis už jų faktinį svorį; 83% moterų nebuvo patenkintos savo kūno proporcijomis; 80% teigė, kad jų savigarba buvo priklausoma nuo svorio; ir 82% bijo priaugti svorio.

Italija:

Italijoje išvaizda yra labai svarbi problema, daranti įtaką įvairiuose socialiniuose kontekstuose. Pasak vieno neseniai atlikto Ipsos tyrimo “Gelbėkit vaikus”, 4 iš 10 vaikų, tampa patyčių aukomis internete, dėl “kitokios” išvaizdos (67%), seksualinės orientacijos (56%) arba dėl to, kad jie yra užsieniečiai (43%). Barbara Spinelli, koordinuojanti Italijos Demokratinių Teisių Asociacijos dėl lyties ir šeimos tyrimų grupę, patvirtina tinkamos išvaizdos “reikalavimus” ir pripažįsta, kad tai dažnai tampa lemiamu veiksniu įsidarbinant. Daugeliu atveju tai yra tikra moters lyties diskriminacija, nes taip yra išreiškiamas prietaras, kad turi būti laikomasi “tinkamos išvaizdos”

standartų, nepaisant to, kad moteris nebūtinai turi sutapti su dominuojančia estetika. "Tinkamos išvaizdos" reikalavimas dažnai tampa nerašytu kriterijumi, renkantis darbuotojus, ypač tų profesijų, kurios reikalauja kontakto su visuomene. Šios diskriminacijos formos pasireiškimo dydis rodo, kad tai moters kūne yra įsišaknyję kaip kultūros dalis. Ši diskriminacija yra išreiškiama per reklamą, kuriose yra naudojamas moters kūnas arba erotinis moters kūno vaizdas, parduodant bet kokį produktą. "Pagrindinė mintis yra ta, kad parduodantis produktą asmuo turi žinoti kaip parduoti, visų pirma, save, savo įvaizdį, siekiant sužavėti vartotoją. Žinoma moterys, turinčios antsvorio arba nutukusios, yra priskiriamos prie asmenų, kurie nesirūpina savo išvaizda."

Kitame tyrime dėl diskriminacijos darbe yra aprašoma kaip išvaizda yra susijusi su personalo ir išteklių pasirinkimu. Milano universiteto mokslininkai ištyrė diskriminacijos priežastis įmonėse pagal išvaizdą ir etninę kilmę. Tyrimo rezultatai parodė, kad pagal amžių diskriminacija yra 52% darbuotojų problema, diskriminacija pagal lytį 44% darbuotojų problema, pagal išsilavinimo laipsnį 32% darbuotojų problema ir pagal fizinę išvaizdą 27% darbuotojų problema.

Rodolfo De Benedetti fondas taip pat patvirtina, kad tiriant diskriminacijos apraiškas Europoje, šios dažniausiai pasireiškia kaip religinė, homoseksualumo ir fizinės išvaizdos diskriminacija. 2012 metais sausio-vasario mėnesiais buvo apklausta šimtas įmonių, kurios siūlo darbą Milane ir Romoje, pasitelkdamos *Monster* and *Job Fast* internetines svetaines. Siekiant įvertinti fizinės išvaizdos poveikį, kiekvienas mokymo planas/ mokymas buvo susietas su hipotetine kandidato nuotrauka (ataskaita apie amžių, darbinę patirtį, mokymosi laiką), kuri anksčiau buvo vertinama kaip "graži". Rezultatai atskleidė, kad moterims grožis reiškia daug daugiau nei vyrams.

Tyrimas, atliktas 2000 metais, parodė, kad iš 718 italių merginų ir 428 vaikinų, 44% merginų manė, kad turi antsvorį, nors tik 6% iš jų tikrai jį turėjo; 52% merginų ir 14% vaikinų jau laikėsi dietos; be to, 80% merginų ir 40% vaikinų bijojo priaugti svorio ir net 89% merginų ir 65% vaikinų nebuvo patenkinti savo kūnu. Šis tyrimas buvo atliktas 2000 metais, o apibendrinimai padaryti, kai

buvo pastebėta itin daug anoreksijos atvejų, tad galimas daiktas, kad šie skaičiai šiuo metu yra dar didesni.

2007 metais buvo atliktas didelio masto tyrimas, kurio metu buvo siekta išsiaiškinti kokie gi yra dietos laikymosi motyvai ir buvo gauti štai tokie rezultatai: 59% moterų laikydamosis dietos jaučiasi labiau patrauklios, 56% moterų dietos laikymąsis padidina savigarbą ir tik 43% iš jų dietos laikosi, nes tai pagerina jų bendrą savijautą.

Italijoje Sveikatos Instituto Lygių Galimybių Komiteto (*The Equal Opportunities Committee of the Institute of Health*) organizuotoje konferencijoje "Valgymo sutrikimai. Socialinė liga, liga pagal lytį " buvo pristatyta ataskaita, kurioje paskelbti tokie rezultatai: 43% vyrų ir 56% moterų teigė, kad yra nepatenkinti savo fizine išvaizda ir dėl to save labai kritikuoja. Tyrimas, kurio metu buvo tirtos Italijoje gyvenančios merginos nuo 14 iki 18 metų, ir kurį atliko du psichiatrai "Ospedale Maggiore" Milane, atskleidė, kad jauni žmonės, gyvenantys šiauriau yra labiau nepatenkinti savo išvaizda nei tie, kurie gyvena pietuose. Kito tyrimo, kurio metu buvo apklausti 1024 žmonės, rezultatai parodė, kad septyni iš dešimties italų laiko save nepatraukliais ir yra nepatenkinti savo išvaizda.

QUOVADIS studijos Italijoje, įvertino nutukimo gydymo poveikį pacientų kūno įvaizdžiui, kurie sirgo nutukimu ir gydėsi. Nepasitenkinimas savo kūnu tiek vyrams tiek moterims buvo susijęs su persivalgymu ir psichologinėmis kančiomis. Pagrindinės išvados, atlikus QUOVADIS studiją, dėl nutukimo gydymo poveikio kūno įvaizdžiui, buvo tokios:

- Pacientai, sergantys nutukimu, jaučia didesnį nepasitenkinimą savo kūnu nei tie, kurie yra normalaus svorio.
- Nutukusios moterys jaučia didesnį nepasitenkinimą savo kūnu nei nutukę vyrai
- Baziniai kūno nepasitenkinimo lygmenys neigiamai koreliuoja su amžiumi ir teigiamai koreliuoja su KMI, psichologinėmis kančiomis ir persivalgymu.

- Pacientai, turintys nutukimą, ypač moterys, neigiamai vertina savo kūną žiūrėdami į veidrodį.

Trijų metų trukmės tyrimas, kurį atliko Valgymo Sutrikimų Tarnyba IRCCS E. Medea (BosisioParini (LC)) dviejose aukštosiose mokyklose parodė, kad 30.5% iš 128 dalyvavusių studentų jaučia santykinį nepasitenkinimą savo kūnu. Ši procentinė dalis padidėjo iki 40.6% per vienerius metus ir iki 41.4% po dvejų metų. Šie skaičiai tampa dar įspūdingesni, kai žinai, kad tik 8-10% merginų atsvertis buvo įvertintas objektyviai, o 71-78% turėjo normalų svorį ir 15-20% svoris buvo per mažas. Kūno nepasitenkinimo paplitimas buvo daugiausia priskirtas kultūriniais ir socialiniams ("lieknumo mitas").

Norvegija:

Norvegijoje išvaizda taip pat yra labai svarbi paaugliams. Studijos labiausiai orientuotos į tautinės mažumos Norvegus ir tik kelios studijose atsižvelgiama į etniškumą. Dauguma Norvegijos mokslinių tyrimų buvo atlikta per anoreksijos spektrą. Tyrimas, atliktas 2005 metais, aiškiai atskleidžia, kad nepasitenkinimas išvaizda smarkiai išaugo 1992-2002 metais.

Švedija:

Išvaizda taip pat yra labai svarbus aspektas Švedijoje, kurį atskleidžia tyrimo, atlikto Švedijos organizacijos SIFO, rezultatai:

- Moterys praleidžia daugiau laiko rūpindamosis savo išvaizda nei vyrai
- Moterys, 18-34 metų amžiaus ribose, rūpindamosis savo išvaizda išleidžia daugiausia pinigų
- Žmonės, gyvenantys Stokholme, per mėnesį vidutiniškai daugiau pinigų investuoja į savo išvaizdą
- Šiaurinės Švedijos viduryje gyvenantys švedai per mėnesį į savo išvaizdą investuoja mažiausią pinigų sumą

- Vedę / partneriai investuoja daugiau pinigų į savo išvaizdą nei vieniši / išsiskyrę
- Bendrai visi švedai mano, kad drabužiai yra svarbiausia jų išvaizdos dalis
- Moterys teigia, kad plaukai yra svarbiausia jų išvaizdos dalis, tačiau moterys 18-34 metų amžiaus ribose mano, kad svarbiausia jų išvaizdos dalis yra drabužiai
- Vyrai 18-34 metų amžiaus ribose mano, kad kūnas yra svarbiausia jų išvaizdos dalis

ŽINIASKLAIDOS VAIDMUO, KALBANT APIE NEPASITENKINIMĄ IŠVAIZDA

Išvaizda ir kūno įvaizdis yra dažnai naudojami Austrijos žiniasklaidoje. Televizijos, įvairių renginių, susijusių su išvaizdos tema, populiarumas nuolat auga, kadangi Austrijoje privačioms komercinėms televizijos stotims buvo leista tai transliuoti; tokio pobūdžio programa yra retas reiškinys viešųjų paslaugų transliacijose. Pavyzdžiui, laida 'Gyvenimas dėl grožio' (orig. *EinLebenfür die Schönheit*), yra apie plastikos chirurgus, jų kasdienį gyvenimą ir siūlomas operacijas. Ši programa, kaip bebūtų, sukelia klausimų apie plastikos chirurgų praktiką su jaunuimu. Kita programa, kurioje pagrindinis dėmesys yra skiriamas išvaizdai ir merginų bei jaunų moterų kūno įvaizdžiui, vadinasi 'Kiti Austrijos Top modeliai' (*Austria's Next Top Model*). Laida buvo nuolat kritikuojama dėl pasisakymų apie lieknas merginas kaip apie turinčias "per daug riebalų", nepanašias į modelius (t.y. per daug apvalias) ir t.t.

Kita dokumentika, kuri jau sukėlė didelius prieštaravimus ir kitose šalyse, yra apie žmonių, turinčių rimtų problemų su savo kūnu ir išvaizda, kelionę į plastinių operacijų pasaulį vardan 'gražios' išvaizdos. Be to jiems yra daromas makiažas. Ši programa vadinasi '*Endlichschön*' (LT 'pagaliau gražus'). Vokietijoje ta pati programa buvo vadinama 'Gulbe'. Moterys, atliekančios pagrindinį vaidmenį programos serijose, jau seniai nusigręžė nuo socialinio gyvenimo ir tai aiškina kaip pasekmę, atsiradusią dėl jų išvaizdos ir kūno; serijose siekiama vėl iš naujo jas supažindinti su socialiniu gyvenimu. Programoje dalyvaujančios moterys atlieka psichologinį įvertinimą ir tai yra dalis šou.

Keletas Austrijos žurnalų moterims, tokie kaip *Moteris (Woman)* ar *Wienerin*, kartais paneigia lieknų modelių ir dizainerių sukurtą kūno įvaizdį kaip 'normą'. Jie provokuoja diskusijas šiais klausimais ir spausdina kritiškus pasisakymus bei pranešimus apie jaunas moteris bei merginas užklupusias problemas, siekiant moters idealo, o kartais naudoja 'vidutines' moteris kaip modelius. Nors tai yra pagirtina ir tikrai labai svarbu, žurnalai vis toliau reguliariai spausdina lieknų modelių nuotraukas, kurie ir vėl sumažina priemonių, kovojančių su liekno kūno kultu, poveikį.

Tyrimo "ŽINIASKLAIDA IR KŪNO ĮVAIZDIS" metu, atlikto Dr. Arianna Banderali, Italijoje, buvo tirti pradinės informacijos šaltiniai, pavyzdžiui, žiniasklaida, televizija, radijas ir multimedijos, siekiant išsiaiškinti išvaizdos temos kartu su įvairiais pranešimais transliavimo mastą, kuriais siekiama daryti įtaką vartotojų savęs suvokimui. Modeliai, kurie yra reklamuojami laikraščiuose ar rodomi televizijos šou laidose kaip estetiniai idealai, dažnai yra nepasiekiami daugumai gyventojų. Lieknumas ir griežta svorio kontrolė yra atvirai 'šlovinami', o antsvoris yra sumenkinamas ir vadinamas nesveiku, amoraliu ir bjauriu dalyku.

Žiniasklaida reiškia aiškų šališkumą moteriškumo identifikavimui, tapatinamam su išvaizda ir seksualiniu objektifikavimu. Moterys, ieškančios 'tikros' moters apibūdinimo, gali lengvai pasiduoti žiniasklaidos spaudimui būti liekna; čia pateikta keletas pasisakymų apie tai pavyzdžių:

- Grožis yra pagrindinis moters gyvenimo tikslas.
- Lieknumas yra labai svarbus siekiant sėkmės ir gerovės.
- Įvaizdis yra labai svarbus.
- Natūralu, kad moteris kritiškai vertina savo kūną.
- Antsvoris yra susijęs su asmenine moters atsakomybe, vaizduojančia, kad ši yra silpna, bejėgė ir moraliai bankrutavusi.
- "Valinga" ir "sėkminga" moteris gali save transformuoti per madą, dietą ir griežtą mankštą.

Tyrimas, atliktas 1999 – 2000 metų laikotarpiu, Lietuvos miestuose, atskleidė, kad tarp veiksmų, darančių įtaką paauglių išvaizdai, didžiausią įtaką turėjo žiniasklaida: 60%-80% paauglių merginų pranešė, kad televizija ir spauda turėjo įtakos neigiamai nuomonei atsirasti apie jų pačių išvaizdą. Didesnis skirtumas tarp realaus ir norimo svorio buvo susijęs su mažesne svorio kontrole ir didesniu nerimu.

IŠLAIDOS KOSMETIKAI IR KOSMETIKOS PREKĖMS

Neseniai atliktas tyrimas parodė, kad dauguma austrų per mėnesį kosmetikai ir kitiems grožio produktams išleidžia apie 30 eurų. Tai sudaro apie 360 eurų per metus. Apie 25% tyrimo dalyvių Austrijoje, per mėnesį šioms prekėms išleidžia nuo 31 iki 75 eurų ir tai per metus daugiausia sudaro 900 eurų. 18% gyventojų kosmetikai ir kitiems grožio produktams išleidžia mažiau nei 10 eurų per mėnesį ir tai per metus sudaro mažiau nei 120 eurų.

Neseniai paskelbtame *Unipro* pranešime, asociacija, vienijanti kosmetikos įmones, patvirtina, kad Italijoje kvepalų, kremų ir kosmetikos išlaidos yra trečioje vartojimo reitingo vietoje (po išlaidų maistui ir sveikatai) ir, kad šios išlaidos yra vertinamos kaip esminės. 2011 metais italai išleido daugiau kaip 10 milijardų eurų kosmetikai ir kitiems grožio produktams.

Norvegijoje vienas žmogus kosmetikai ir kitiems grožio produktams vidutiniškai išleidžia apie 232 eurų per metus. Švedijoje pagal SIFO apklausą, buvo apklausta 1000 žmonių 18-65 metų amžiaus ribose. Apklausos metu dalyvių buvo klausama kokia išvaizdos dalis jiems yra svarbiausia ir kiek pinigų per mėnesį jie investuoja į savo išvaizdą (įskaitant drabužius, aksesuarus, kosmetiką, sportą ir t.t.). Rezultatai parodė, kad švedai šioje amžiaus grupėje mano, jog apranga yra labai svarbus aspektas kalbant apie išvaizdą ir, kad per mėnesį į išvaizdą investuoja apie 70 eurų.

SPORTO IR SVEIKATINGUMO KLUBŲ NARYSTĖ

Konkrečių skaičių kiek austrai išleidžia gimnastikos ir sveikatingumo klubų narystėms per metus neįmanoma tiksliai įvardinti, bet dvi priešingos tendencijos gali būti išskirtos : pirmoji tendencija yra greita 'nuolaidų salėse' plėtra, kaip antai FitIn ar MakFit, kurios siūlo narystes apytiksliai nuo 20 eurų į mėnesį. Antroji tendencija yra 'prabangios sporto salės', kurios siūlo individualias mokymo programas sveikatingumo srityse ir t.t. Tokių programų kaina yra maždaug nuo 80 iki 135 eurų per mėnesį. Neseniai, 2013 metais, atlikta apklausa parodė, kad austrai noriai praleistų daugiau laiko užsiimdami fitnessu.

Remiantis ISTAT duomenimis, fitneso centruose Italijoje apyvarta siekia daugiau kaip 3 milijardus per metus, o į tai įeina ir tokių atšakų apyvarta kaip drabužiai, aksesuarai ir maisto papildai, kurių vertė maždaug yra 2,5 milijardo eurų.

Italija Europos fitneso rinkoje užima ketvirtą vietą po Jungtinės Karalystės, Ispanijos ir Vokietijos (11 milijonų italų per metus išleidžia apie 1200 eurų per metus tam, kad palaikytų kūno formas, o 60% italų, lankančių fitneso klubus, sudaro moterys) ir pirmauja Europos atžvilgiu, lyginant fitneso centrų (jų Italijoje yra apie 8 tūkst.) skaičių šalyje.

Norvegijoje, 1 milijonas gyventojų yra treniruoklių salių ir sveikatingumo klubų nariai. Tai sudaro 20% populiacijos.

KOSMETINĖ CHIRURGIJA

Nepasitenkinimas kūno įvaizdžiu taip pat vis dažniau priverčia siekti įvairių išvaizdą keičiančių intervencijos būdų visame pasaulyje. Jauni žmonės ir suaugusieji palaipsniui pripažįsta kosmetinę chirurgiją kaip galimą intervenciją, sprendžiant sumažėjusią savigarbą ir prastą kūno įvaizdį. Lietuvoje plastinių operacijų registras nėra vedamas, nes dauguma šių operacijų yra atliekama privačiame sektoriuje. Remiantis neoficialiais privataus sektoriaus duomenimis, per pastaruosius dešimt metų plastinių operacijų skaičius padidėjo tris kartus, o estetinių procedūrų

skaičius iki penkių kartų. Nepasitenkinimas kūno įvaizdžiu galėtų būti laikomas pagrindine priežastimi, dėl kurios taip išaugo išvaizdą keičiančių intervencijų paklausa.

Austrijoje kosmetinė chirurgija yra prieinama kiekvienam suaugusiajam ir paaugliui, tačiau šios chirurgijos paslaugomis yra uždrausta naudotis vaikams ir paaugliams iki 16 metų (išskyrus tam tikras operacijas, pavyzdžiui, ausų korekciją, kadangi manoma, kad ši gali padėti užkirsti kelią galimoms patyčioms ir lengvam emociniam distresui). Sveikatos draudimo įmonės neturėtų apmokėti tokių operacijų, kurios nėra būtinos medicininio požiūriu, kadangi tai sudarytų ekonominį barjerą naudotis tokiais paslaugomis nesent problemos. Be to yra taikomi griežti teisiniai aktai, kurie dar labiau apriboja kosmetinę chirurgiją (pavyzdžiui, dėl psichologinių problemų). To pasekoje, 2013 metais Austrijoje įsigaliojo naujas įstatymas dėl kosmetinės chirurgijos; jis reguliuoja kosmetinės chirurgijos procedūras, atliekamas be medicininio indikatoriaus. Šis rodiklis reiškia, kad tik plastinės chirurgijos specialistai, estetinės ir rekonstrukcinės chirurgijos, bendrosios praktikos specialistai su atitinkama kvalifikacija bei kiti atitinkamos kvalifikacijos specialistai gali atlikti kosmetinės chirurgijos procedūras. Visi gydytojai, kuriems yra leidžiama atlikti tokias operacijas, savo atliktų operacijų detales turi skelbti Generalinėje Medicinos Tarybos interneto svetainėje (*The General Medical Council*). Kosmetinės chirurgijos paslaugomis draudžiama naudotis jaunesniems kaip 16 metų amžiaus žmonėms. Paaugliams nuo 16 iki 18 metų, norintiems pasinaudoti plastinės chirurgijos paslaugomis, reikia tėvų sutikimo ir dokumentinio įrodymo, kad buvo konsultuotasi su psichologu. Be to, specialistai turi detaliai informuoti pacientus apie procedūrą – aptarti procedūros mastą ir kitus svarbius klausimus, kurie yra nustatyti kaip būtini pagal naujausią įstatymą (tai apima fotodokumentinius įrodymus apie esamą paciento išvaizdą ir laukiamus rezultatus po operacijos; visą informaciją apie operacijos išlaidas). Pacientai turi pasirašyti sutikimą dėl operacijos likus 2 savaitėms, o 16-18 metų amžiaus pacientai likus 4 savaitėms iki planuojamos operacijos. Jeigu specialistas įtaria, kad pacientas gali turėti patologinių psichikos sutrikimų, pacientas turi būti nukreiptas konsultacijai

pas psichologą. Be to naujasis įstatymas reglamentuoja ir kosmetinės chirurgijos reklamą. Jeigu kyla įtarimų dėl medicinos aplaidumo, draudimo bendrovė turi teisę pasidomėti galimu ieškiniu dėl žalos atlyginimo. Nustačius pažeidimą administracinės nuobaudos gali siekti iki 15.000 eurų (už vienkartinį pažeidimą) ir iki 25.000 eurų (pažeidimo kartojimosi atveju).

Pasaulinėje apklausoje apie kosmetines chirurgines procedūras, remiamas Tarptautinės Estetinės Plastikos Chirurgijos Organizacijos, 2011 Italija užėmė šeštąją vietą pasaulyje tiek pagal atliktų plastinių operacijų skaičių, tiek pagal plastinės chirurgijos specialistų skaičių. Italijoje per metus atliekama apie 315 tūkstančių operacijų ir 388 tūskatnčių estetinės medicinos procedūrų.

2008 metais penkiems procentams Norvegijos piliečių populiacijos - 7% moterų ir 3 % vyrų- tarp 18-65 metų amžiaus buvo atlikta kosmetinės chirurgijos operacija. Tokios procedūros yra lengvai prieinamos privačiose klinikose. Tačiau daugelis tokių operacijų atlikti keliauja ir į užsienio šalis. Šiuo metu kosmetikos kabinetuose apie 25 000 kosmetinės chirurgijos operacijų kasmet yra atliekama Švedijoje ir šis skaičius kiekvienais metais padidėja 15%. Apie 85% procedūrų yra atliekama moterims, bet ir vyrams atliekamų kosmetinės chirurgijos operacijų skaičius sparčiai didėja. Kosmetinė chirurgija yra labiausiai paplitusi tarp vyresnių 25-45 metų amžiaus žmonių; didžiąją dalį, kuriai yra atliekamos tokios procedūros, sudaro moterys. Apie 15% procedūrų yra atliekama vyrams, tačiau manoma, kad šis skaičius padidės per ateinančius kelerius metus, kadangi išvaizdos problemos tampa vis ryškesnės ir vyrų tarpe taip pat.

Austrijoje nėra tikslių statistinių duomenų apie atliekamų kosmetinės chirurgijos procedūrų skaičių ir procedūros rūšis, kadangi tokia veikla besiverčiančiuose kabinetuose nėra vykdoma registracija ir šie nėra finansuojami sveikatos draudimo bendrovių. Remiantis apytiksliais 2011 metų duomenimis, Austrijoje per metus gali būti atliekama apie 50 000 tūkst. kosmetinės plastinės chirurgijos operacijų. Dažniausiai šioje šalyje atliekamos operacijos yra šios: akių vokų korekcijos, krūtų didinimas, riebalų nusiurbimas ir plaukų transplantacija arba plaukų atstatymo operacija.

2011 metais Italijoje buvo atlikta 11 300 krūtų didinimo operacijų, 10,267 riebalų nusiurbimo operacijų ir 8121 operacijų, atjauninančių odą apie akis. Tarp ne chirurginių intervencijų labiausiai yra pageidaujamos hialurono injekcijos (46.909), botulino toksino injekcijos (40,394) ir plaukų šalinimas lazeriu (13,374). Lyginant ankstesnių metų ir 2011 metų respondentų pasisakymus, pastebėtas plastinės chirurgijos operacijų sumažėjimas (8-12%) ir nechirurginių procedūrų skaičiaus padidėjimas (7-9%).

Daugiausia procedūrų atlieka moterys, kurių amžius siekia nuo 35 iki 55 metų amžiaus, ir tai apima visus visuomenės sluoksnius. Biuro darbuotojų ir mokytojų santykis didėja. Taip pat didėja ir vyrų, kurių amžius dažniausiai siekia 30 metų, susidomėjimas įvairiomis tokio tipo procedūromis, įskaitant botulino toksino injekcijas, endoskopinį veido liftą ir blefaroplastiką. Ypatingai jie pageidauja pašalinti apatinio voko maišelius po akimis ir raukšles tarp skruostų bei nosies.

Penkios labiausiai paplitusios kosmetinės plastinės chirurgijos operacijos Norvegijoje yra karpų šalinimas, vokų liftai, riebalų šalinimas, nosies korekcijos ir krūtų operacijos, o Švedijoje populiariausias yra krūtų didinimas, riebalų nusiurbimas, strijų, odos pertekliaus šalinimas ir akių vokų operacijos.

SVEIKATOS STATISTIKA

SUSRŪPINIMAS DĖL IŠVAIZDOS/KŪNO ĮVAIZDŽIO

Išvaizdos ar kūno įvaizdžio problemų paplitimas tarp moterų Austrijoje yra labai didelis. Neseniai atlikus tyrimą Austrijos sostinėje Vienoje (data?) buvo gauti tokie rezultatai: 82% moterų manė, kad jų dabartinis svoris viršija idealų svorį, 83% moterų pripažino, kad jautėsi nelaimingos dėl savo kūno proporcijų, 82% bijojo priaugti svorio ir 80% nurodė, kad jų svoris yra jų savigarbos pagrindas, o tai reiškia, kad priaugtas svoris lemia mažesnę savigarbą. Procentinė jaunų mergaičių

ir berniukų dalis, kurie turėjo išvaizdą ir/ar kūno įvaizdį, buvo didesnė nei 89 proc. mergaičių ir 80 proc. berniukų, kurie buvo nepatenkinti savo išvaizda.

Italijoje 43 proc. vyrų ir 56 proc. apibūdina save kaip nepatenkintus savo išvaizda, dažnai per daug save kritikuoja.

Lietuvoje dėl išvaizdos klausimų yra atlikta mažai tyrimų. Daugiau nei prieš dešimt metų buvo atliktas mokslinis tyrimas dėl mokyklinio amžiaus vaikų požiūrio į savo išvaizdą. Tyrimų rezultatai atskleidė, kad nuostatos apie išvaizdą turėjo didelės įtakos psichosocialinei raidai ir tapatumo plėtrai, o ypač paaugliams.

VALGYMO SUTRIKIMAI

Per pastaruosius keletą metų Austrijoje valgymo sutrikimų dažnis išaugo dramatiškai: 2000 metais Austrijos ligoninėse buvo užfiksuota maždaug 1471 valgymo sutrikimų atvejų, o 2011 metais šis skaičius beveik padvigubėjo (2734) ir tai yra tik sunkieji ligos atvejai, kai gydymas ligoninėje yra būtinas. Apie 6500 moterų (20-30 metų) t.y., 2-4% gyventojų populiacijos, kenčia nuo bulimijos ir apie 1% jaunų merginų (15-20 metų) kenčia nuo nervinės anoreksijos. Apie 5000 jaunų merginų (15-20 metų) kenčia nuo slapto valgymo sutrikimo. Vyrų ir moterų santykis yra 1:10.

Italijoje apie 3 milijonai žmonių, tai sudaro 5% gyventojų, kenčia nuo valgymo sutrikimų: 95% iš jų yra moterys, nors vis daugiau ir daugiau vyrų taip pat patiria šiuos simptomus ir ieško specializuotos pagalbos. Šios ligos dažniausiai pasireiškia tarp 12 ir 25 metų amžiaus: 8 - 10% merginų ir 0,5-1% vaikų kenčia nuo anoreksijos – bulimija, ir šioje amžiaus grupėje, valgymo sutrikimai yra pagrindinės mirties priežastys.

Pagal naujausią *Eurispes* ataskaitą, Italijoje gyvena apytikriai 2 milijonai jaunų italų, kurių amžius yra nuo 12 iki 25 metų, ir kurie turi tokių valgymo sutrikimų kaip nervinė anoreksija, nervinė bulimija ir valgymo sutrikimai (BVS). Dažniausiai šie atvejai pasitaiko tarp moterų ir tarp

jaunimo (5%), kurių amžius yra nuo 13 iki 35 metų, tačiau didžiausias sergamumas pastebimas tarp keturiasdešimtmečių moterų ir vyrų. Remiantis CIDAP (Italijos Valgymo Sutrikimų Centras) duomenimis, Italijoje šiuo metu yra apie 750 000 –1 450 000 merginų, sergančių anoreksija ir/ ar bulimija.

Švedijoje nervinė anoreksija pasireiškia maždaug vienam procentui merginų ir jaunoms moterims nuo 13 iki 30 metų. Nervinės bulimijos atvejų pasitaiko daugiau nei nervinės anoreksijos. Tai sudaro apie 2% merginų ir jaunų moterų toje pačioje amžiaus grupėje. Nervinė anoreksija tarp paauglių pasitaiko dažniau nei bulimija, o bulimija dažniau nei nervinė anoreksija pasireiškia praėjus paauglystei. Kitų valgymo sutrikimų dažnis ko gero yra panašus kaip anoreksijos ir bulimijos kartu sudėjus. Jeigu šie skaičiai yra taikomi atsižvelgiant į visą Švedijos gyventojų populiaciją, tai reiškia, kad šiuo metu Švedijoje ko gero yra apie 10 000 žmonių, turinčių rizikos amžių (13-30 metų) ir atitinkančių nervinės anoreksijos kriterijus, apie 20 000, kurie atitinka nervinės bulimijos kriterijus ir apie 30 000 tūkstančių, kurie kenčia nuo nepatikslingų valgymo sutrikimų formų. Jeigu į Švedijos valgymo sutrikimų registrą įtrauksime ir vyresnio amžiaus moteris bei vyrus, tai valgymo sutrikimų turinčių gyventojų skaičius pasieks apie 100 000 tūkst. Manoma, kad Norvegijoje yra apie 120 000 tūkst. asmenų, turinčių valgymo sutrikimų.

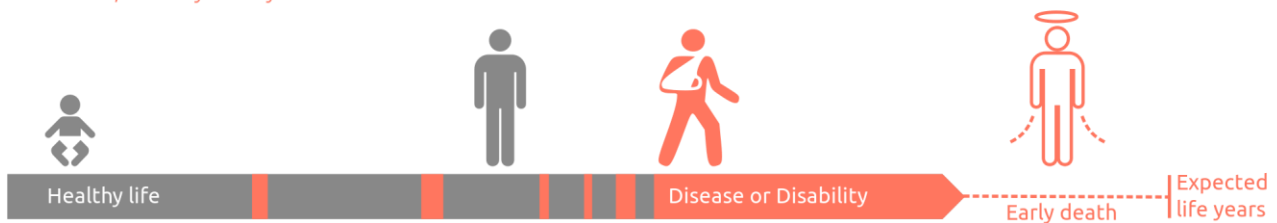
DEPRESIJA IR NERIMAS

Kai nepasitenkinimas išvaizda buvo siejamas su psichologinėmis kančiomis, įskaitant depresiją ir nerimą, ir kaip depresija bei nerimas daro įtaką gyvenimo metų paskaičiavimams apie prisitaikymą prie invalidumo (kuris pavaizduotas žemiau esančioje diagramoje), partneriai buvo paprašyti palyginti depresiją sergančių ir nerimą jaučiančių asmenų skaičių jų šalyse.

DALY

Disability Adjusted Life Years is a measure of overall disease burden, expressed as the cumulative number of years lost due to ill-health, disability or early death

$$= \text{YLD (Years Lived with Disability)} + \text{YLL (Years of Life Lost)}$$



http://en.wikipedia.org/wiki/File:DALY_disability_affected_life_year_infographic.svg

Depresijos ir Sveiko gyvenimo metų (SGM) poveikis kartu su savižudybių skaičiumi partnerių šalyse gali būti vertinamas atsižvelgiant į 3 lentelę žemiau.

3 lentelė: Depresijos ir SGM poveikis kartu su savižudybių skaičiumi					
Šalis	Standartizuotas amžiaus skaičius koreguotas dėl negalios 100,000 tūkst. gyventojų		Savižudybių skaičius 100 000 tūkst. gyventojų per metus		
	DALY rate (mažesnis tarifas = geriausias)	Reitingas pasaulyje (1=blogiausias)	Vyras	Moteris	Metai
Austrija	1,108.30	34	23.8	7.1	2009
Italija	776.37	138	10.0	2.8	2007
Lietuva	855.36	129	61.3	10.4	2009
Norvegija	996.78	70	17.3	6.5	2009
Švedija	1,060.42	59	18.7	6.8	2008

World Health Organization (WHO). Age-standardized DALYs per 100,000 by cause, and Member State, 2004

WHO: "Suicide rates per 100,000 by country, year and sex (Table)". World Health Organization.

Remiantis 2000 metais atlikto tyrimo statistiniais duomenimis maždaug 17.5% moterų ir 15.5% vyrų kenčia nuo depresijos ir nerimo Austrijoje. Šie skaičiai mažėjo su amžiumi ir buvo

aukštesni tarp vyrų nei moterų. Manoma, kad šiuo metu apie 650 000 austrų kenčia nuo depresijos ir sergančių moterų skaičius yra dvigubai didesnis negu vyrų. Šis skaičius prilygsta 7.7% gyventojų populiacijos, o skaičiai nuolat auga; 2006 metais buvo registruota 'tik' 400 000 depresijos atvejų.

Pasak Nacionalinės Moterų Sveikatos Observatorijos (*The National Observatory for Women Health*), apie 15 milijonų italų (25% populiacijos) kenčia nuo depresijos ir šis skaičius nuolat auga, kadangi 2000 metais depresijos atvejų skaičius Italijoje siekė 'tik' 10 milijonų. Milane, tarp visų Italijos miestų, depresija yra paplitusi labiausiai (2009 metais fiksuota 85 000 tūkst. atvejų). 2011 metais atlikto tyrimo metu, kurį inicijavo ir koordinavo *Geresnės sveikatos Institutas* kaip Nacionalinio Psichikos Sveikatos Projekto (*The National Mental Health Project*) dalis, buvo gauti rezultatai, kad 4% Italijos gyventojų (apie 2,5 milijonai žmonių), ypatingai moterys, kenčia nuo nerimo, panikos priepuolių ir agorafobijos. Depresija ir įvairios fobijos buvo dažniausi negalavimai: apie 10% gyventojų per savo gyvenimą yra patyrę depresiją ir 3% nukentėjo nuo depresijos per 12 mėnesių iki šios apklausos. 1.9% italų likus 12 mėnesių iki apklausos buvo diagnozuotas generalizuotas nerimo sutrikimas.

Lietuvoje, dėl biomedicininų tradicijų, paveldėtų iš Sovietinės Rusijos, pastebimas itin mažas psichosocialinių sveikatos sutrikimų pripažinimas, tačiau buvo atlikta tyrimų, kurių rezultatai parodė, kad nepasitenkinimas išvaizda gali būti reali problema, kuriai šiuo metu sveikatos priežiūros sektoriuje nėra skiriamas pakankamas dėmesys. Pavyzdžiui, sveikatos priežiūros įstaigų surinkta statistika rodo, kad depresijos ir nerimo paplitimas Lietuvoje yra santykinai mažas, tačiau Lietuva yra pirmaujanti šalis ES pagal savižudybių skaičių.

FIZINIS TRŪKUMAS – IŠ PROFESINIŲ INSTRUKTORIŲ IR KONSULTANTŲ PERSPEKTYVOS

Projekto partneriai vykdė diskusijas su profesijos mokytojais ir profesinio orientavimo konsultantais, siekdami sužinoti jų nuomonę apie tai, kokį poveikį išvaizdos defektai turi

asmenims. Austrijoje projekto dalyviai manė, kad žmonės, turintys akivaizdžių ir matomų išvaizdos defektų nebūtinai bus izoliuoti nuo visuomenės, bet jie tikrai susiduria su stigmatizacija. Net jeigu išvaizdos defektai neturi didelės reikšmės kasdieniniame gyvenime, šie gali tapti dideliu trūmumu ieškantis darbo. Jeigu asmuo, ieškantis darbo, turi išvaizdos defektų matomoje vietoje ir pretenduoja užimti pareigas, kuriose teks dažnai kontaktuoti su klientais, potencialus darbdavys gali pamanyti, kad asmens išvaizda gali neigiamai paveikti klientus. Jeigu darbdavys nėra įsipareigojęs priimti darbuotoją, išvaizdos defektai tikrai gali tapti darbą gauti trukdančiu faktoriumi. Išvaizdos defektai yra laikomi mažesne problema, jei darbo vietoje nereikia kontaktuoti su klientais. Tokie asmenys, įsitraukę į profesinio mokymo programą, gali patirti išankstinį kurso draugų nusistatymą ir tai gali labai paveikti tokio asmens mokymosi kokybę. Jeigu išvaizdos defektai lemia sumažėjusią savigarbą ir pasitikėjimą savimi, tada individas susiduria su papildomais iššūkiais studijuodamas ir ieškodamas darbo.

Neigiamas kūno įvaizdis, sukiantis nepasitikėjimą savimi ir savigarbos sumažėjimą socialinę atskirtį išgyvenantiems žmonėms, gali įtakoti visišką pasišalinimą iš socialinės veiklos. Tai gali prisidėti prie dar didesnio nepasitikėjimo savimi ir savigarbos nuosmūgio. Kaip ir su socialine atskirtimi, subjurojimas gali turėti tokia pat pasekmes, susijusias su švietimu ir ugdymu, kaip ir bloga kūno išvaizda. Tokios pačios rūšies psichologinė ar socialinė pagalba yra aktuali ir reikalinga.

Norvegijoje net maži veido ir rankų defektai tampa dėmesio centru. Tačiau projekto dalyviai nebuvo tikri ar asmenys, turintys išvaizdos defektų, būtinai bus atskirti nuo visuomenės, tačiau neabejotinai patirs stigmatizaciją, nepaisant itin aukštos išvaizdos defektų tolerancijos. Nors profesinio orientavimo konsultantai turi atitinkamą kvalifikaciją psichinės sveikatos ugdymo srityje, tačiau ne visi teigė, jaučiantys, kad turi pakankamai gerą suvokimą, kai kalbama apie išvaizdos problemas. Dalyviai manė, kad tai išmanyti būtų itin naudinga, norint geriau suprasti studento perspektyvą.

Dalyviai sutiko, kad socialiai atskirtiems asmenims (pavyzdžiui, bedarbiams, etninėms mažumoms), turintiems išvaizdos defektų, gresia dar didesnė socialinė atskirtis ir stigmatizacija, ypač, kai šie “neigiami” faktoriai veikia kartu, kai mes teisiame žmones. Be to, žmonės, turintys išvaizdos defektų, gali susidurti su sunkumais, siekdami užbaigti studijas, ypač, jei išvaizdos defektai pagilina psichologines problemas ir individo socialinį nerimą. Dažnai socialinis nerimas (baimė, ką kiti mokslo draugai pasakys ar pamanytys arba gal būt išreikš tai naudodami socialines medijas) yra vienas iš veiksnių, kodėl paaugliai lieka namie užuot eję į koledžą.

Švedijos švietimo sistemoje ir darbo rinkoje galima rasti informacijos apie įvairius išvaizdos defektus, bet šiuo klausimu trūksta informacijos apie tai, kaip elgtis skirtingose situacijose susidūrus su šia problema. Keletą dalyvių pateiktų klausimų įtraukėme čia:

- Kaip galite padėti žmonėms, turintiems išvaizdos defektų?
- Kaip į tai reaguoja kolegos ir studentai?

Išvaizdos defektai gali turėti įtakos sumažėjusiai savigarbai ir socialinei atskirčiai atsirasti, neigiamai paveikti mokymosi rezultatus, galimybes įsitvirtinti darbo rinkoje ir socialinėje veikloje. Mokytojai/ treneriai/ mokymų dalyviai teigė jaučianys, kad turėtų daugiau sužinoti apie mokinių motyvacijos didinimą ir socialinės atskirties išvengimą. Mokytojai ir konsultantai taipogi turėtų būti pasirengę susidoroti su įvairiomis studentų ir kitų žmonių reakcijomis bei išmokyti žiūrėti į žmogų, turintį išvaizdos defektų, kaip į asmenį, o ne kaip į objektą be emocijų.

KŪNO ĮVAIZDŽIO SUSIRŪPINIMO POVEIKIS – IŠ TRENERIŲ IR KONSULTANTŲ PERSPEKTYVOS

Projekto dalyviai manė, kad yra labai svarbu nustatyti kaip kūno įvaizdis įtakoja žmonių profesinį mokymąsi, švietimą, konsultavimą ir darbo paieškas. Taip pat dalyviai manė, kad neigiamas kūno įvaizdis turi neigiamą įtaką asmens pasitikėjimui savimi ir, kad šis sumažėjęs pasitikėjimas gali turėti aibę kitų neigiamų pasekmių. Kaip pavyzdžiui įskaitant ir nepakankamas pasitikėjimas savimi vykdant konsultantų sudarytą veiksmų planą, tikėjimas, kad jie negali pabaigti

profesinio mokymo ar švietimo, ir tikriausiai ne vien dėl to, jog jiems padeda konsultantai, jie tiesiog jaučiasi nusivylę savimi ir savo pasiekimais šiuo klausimu.

Dalyviai taip pat teigė, kad neigiamas kūno įvaizdis dėl įvairių išvaizdos defektų arba fizinė negalia nebūtinai turi pasireikšti neigiamomis pasekmėmis: vienoje studentų grupėje mokosi trisdešimtmetė moteris, kuri didžiąją savo gyvenimo dalį praleido neįgaliojo vežimėlyje dėl abiejų kojų paralyžiaus. Ji nuolatos susiduria su įvairiomis kliūtimis ieškodama darbo, tačiau ir toliau atkakliai tęsia mokslus ir turi aukštą savigarbos lygį.

Remiantis dalyvių patirtimi, asmenims, kurie turi neigiamą kūno įvaizdį ir jaučia žemą savigarbą bei pasitikėjimą savimi, reikia kitokio dėmesio ir paramos, nei tiems studentams, kurių savigarba ir pasitikėjimas savimi yra sveikame lygmenyje. Reikia siekti, kad gerinant tokių asmenų darbo perspektyvas ir atitinkamą kvalifikaciją būtų didinamas ir pasitikėjimas savimi. Tai turėtų būti svarbus aspektas konsultuojant profesinio orientavimo klausimais. Norint tinkamai atlikti šią funkciją, konsultantas turi pasitikėti savimi ir jausti, kad gali dirbti ir su sunkesniais atvejais, tačiau tam reikalingos tinkamos žinios ir įgūdžiai. Žinoma konsultantai neturėtų painioti savo funkcijų su psichoterapeuto funkcijomis ir esant būtinybei savo mokinį reikia nukreipti pas psichoterapeutą ar psichosocialinį, siekiant panaudoti savo žinias per ribotą laiką, skiriamą kiekvienam dalyviui. Kai kurie konsultantai gali ir patys turėti tinkamą išsilavinimą, kad galėtų spręsti tokias problemas, tačiau tai labai priklauso nuo paties konsultanto. Todėl buvo išreikšta nuomonė, kad konsultantai turėtų eiti į kvalifikacijos kėlimo kursus, kad gautų reikiamų žinių.

Austrijoje personalo psichologai gali suteikti psichosocialinę konsultaciją tiems dalyviams, kuriems to reikia. Tokie personalo nariai neretai būna ir traumų specialistais, kurie ištikus nelaimingam atsitikimui, gali padėti. Jie taip pat gali nukreipti asmenis pas kitus psichologus ar į kitus pagalbos centrus, kai manoma, jog reikalinga ilgalaikė pagalba. Jei tokios galimybės nėra, Vienoje visada veikia Krizių intervencijos centras (*The Crisis Intervention Centre*), galintis padėti skubiais atvejais.

Švedijoje treneriai ir konsultantai turi supratimą apie išvaizdos svarbą, siejant su galimybėmis mokiniams/ praktikantams sėkmingai gauti darbą. Neseniai atlikta apklausa, kurios metu buvo apklausti 900 darbdavių, atskleidė, kokie darbdavių manymu yra svarbiausi aspektai ieškant darbuotojų:

- Rafinuota kalba 95 %
- Gera fizinė forma 68 %
- Politinių ir religinių simbolių nenešiojimas su savimi 61 %
- Nerūkymas darbo metu 60 %
- Tvarkinga apranga 60 %
- Tvarkinga šukuosena 48 %
- Išskirtinių papuošalų nedėvėjimas 40 %
- Antsvorio neturėjimas 24 %

Reikia pažymėti, kad tvarkingos aprangos svarba buvo beveik tokia pati kaip ir atitinkamos kvalifikacijos (57%).

Lietuvoje tokio tipo apklausa buvo atlikta Klaipėdos universitete. Rezultatai parodė, kad 28% respondentų mano, jog gera išvaizda padėtų jiems gauti darbą.

KOMPROMISINĖS ELGSENOS, SUSIJUSIOS SU IŠVAIZDOS NEPASITENKINIMU POVEIKIS SVEIKATAI

Profesijos mokytojai ir profesijos orientavimo konsultantai buvo apklausti dėl galimos potencialios sveikatą žalojančios elgesnos įtakos sąsajų su išvaizdos nepasitenkinimu. Sveikatą žalojanti elgsena, pavyzdžiui, dietos, nepakankamas fizinis krūvis gali turėti neigiamos įtakos mokymosi rezultatams, pirmiausia dėl dėmesio koncentracijos suprastėjimo, pastovaus mieguistumo ar nuovargio. Siekiant visapusiškai išnaudoti švietimo teikimo gaimybes, mokiniai turėtų būti protišcai budrūs ir dalyvauti švietimo veikloje. Dėmesio koncentracijos suprastėjimas gali privesti prie to, kad mokytojas pamokos metu turės kartoti informaciją ne vieną kartą, kuri gali

būti nuobodi kitiems mokiniams ir taip pat įtakoti suprastėjusius mokymosi rezultatus, nes mažinant turinį gali būti ir sprendžiama dėl mokymo dalies.

Rūkymas yra dar viena sveikatą žalojanti elgsena, kuri taip pat gali turėti įtakos suprastėjusiems mokymosi rezultatams, kadangi ilgą laiką rūkntys žmonės gali tapti neramūs, vaikščioti aplink kėdę ar aiškiai pareikšti poreikį ar reikšti pastovų norą daryti rūkymo pertraukas. Toks elgesys gali trikdyti nerūkančiuosius ir mokytojus bei atitraukti dėmesį nuo studijuojamo dalyko. Be to dažnos pertraukos sutrumpina pamokų laiką ir tokiu būdu neigiamai paveikia mokymosi rezultatus.

Šiuo metu profesijos mokytojai nekalba apie išvaizdos problemas tiesiogiai grupėje, nes siekia išvengti išvaizdos problemų turinčių mokinių trikdymo prieš visą grupę. Tokie mokiniai dažniau konsultuojasi su profesinio orientavimo konsultantais, kurie yra atsakingi už grupę, ir kurie gali suteikti galimybę pasikalbėti be pašalinių akių. Tokia aplinka padeda aptarti ir itin asmeniškus klausimus. Jei dėl kokios nors priežasties tai nėra įmanoma ir galimos problemos daro tiesioginę įtaką asmeniui, konsultantas turėtų pats apsvartyti kaip priartėti prie tokio asmens.

Apskritai tokios problemos pasireiškia ir žmonėms, kurie nėra imigrantai, socialiai atskirti ar patiriantys kultūrinę kaitą. Tačiau apklausos dalyviai manė, kad migracija ir socialinė kaita gali dar labiau paaštrinti sumažėjusios savigarbos ir pasitikėjimo savimi problemą bei privesti prie nepasitenkinimo savo išvaizda, kadangi tokie žmonės mano, kad "iškrenta" iš konteksto. Tai gali privesti prie to, kad studentas nebaigs studijų.

IŠVADOS

Išanalizavus visas nacionalines ataskaitas buvo prieita išvados, kad nepasitenkinimas išvaizda yra auganti socialinė problema, ir kad galimos pasekmės gali pasireikšti profesinio mokymo ir profesinio orientavimo kontekste. Partneriai sutinka, kad pastangos gerinti žinias ir suvokimą apie šią problemą yra svarbus prioritetas.

APPEARANCE MATTERS

Optimising the outcomes for vocational education training for technical training



Lifelong
Learning
Programme