

Ana SCHMIDT

Superženska: družbena norma ali patologija ženske sodobnega časa?

Superwoman: social norm or pathology of the modern woman?

POVZETEK

Sledenje konstruktu superženske, ki je v družbi vse bolj uveljavljen kot normativen, s sabo prinaša zgolj negativne psihične posledice in zdravju škodljivo vedenje. V pričujočem članku smo na podlagi pregleda dosedanjih raziskav in uveljavljenih psiholoških teorij raziskovali dejavnike vpliva na razvoj konstrukta superženske, pri tem pa smo naredili tudi pregled možnih posledic sledenja konstrukt. Predpostavljamo, da gre pri sledenju konstrukt superženske za težnjo posameznice po individualizaciji, pri čemer zavrača identifikacijo z materjo. Pri tem se strategija individualizacije ne sklada z njenimi dejanskimi željami in potrebami, zaradi česar doživlja nezadovoljstvo in negativne tako telesne kot psihične učinke. Podoba superženske, ki jo posameznica prevzame, je še dodatno spodbujana s strani družbe, zato je prepoznava njenega vpliva na posameznico delovanje toliko bolj otežena. Članek smo končali z razpravo o novi možni opredelitvi konstrukta superženske, pri čemer smo ugotovili, da gre pri konstrukt superženske za individualno patologijo, ki je v družbi uveljavljena kot normativna in za katero je smiselno in potrebno poiskati ustrezno strokovno pomoč.

KLJUČNE BESEDE

superženska, družbeni vpliv, psihoseksualni razvoj, motnje hranjenja

SHORT ABSTRACT

Endorsement of the superwoman construct, which in modern society is viewed as a social norm, has negative psychological as well as damaging physiological consequences. In the present study, after reviewing previous research findings with established psychological theories, we examined the factors that influence the development of the superwoman construct and assessed the consequences of adherence to the superwoman schema. We took the view that endorsing the superwoman construct is indicative of an individual's search for individualization, in which she rejects identifica-

tion with her mother. In this context, the strategy of individualization is not consistent with any actual wishes and needs, leading to experiences of dissatisfaction with both damaging physiological and negative psychological effects. The image of superwoman, which an individual endorses, is promoted by mainstream society, therefore recognizing its influence on the individual is much more difficult. In conclusion we discuss a new possible definition of the superwoman construct, from which we propose that the superwoman construct is an example of individual pathology, which is seen as normative by society but for which it is reasonable and necessary to find suitable professional help.

KEY WORDS

superwoman, social impact, psychosexual development, eating disorders

EXTENDED ABSTRACT

Women in modern Western society are increasingly gaining in equality and, despite still existing differences between the sexes, they have a lot more freedom of choice and options, as well as greater responsibility for their lives. With women's emancipation, a specific construct appeared which represents an extreme form of the modern woman. The superwoman construct, which represents the ideal of superwoman, expects from modern women not only inclusion in many social roles but to achieve perfection within them. The superwoman construct thus represents an unattainable ideal. With social pressure for meeting such expectations, women experience a negative effect on their physiological and psychological health. In the present study, we made a review of previous research findings and established psychological theories and examined the motives, development and consequences of endorsing the superwoman construct.

First we examined the external effect of social pressure, where we discovered that the image of superwoman is represented and promoted in most mainstream media, television, films and magazines. Exposure to the superwoman construct represented by the media not only significantly increases the expectations women have for themselves and others (Taylor & Setters, 2011) but also increases endorsement of the superwoman construct itself (Everett & Martino, 2014). The social pressure and promotion of the construct are also present in the school environment, where young girls are under its influence from a very early age (Mensing, Bonifazi & LaRosa, 2007).

We then discuss the importance of the internal tendency to reach self-actualization, which is emphasised by Maslow (1943), who put the need for personal growth at the top of the hierarchy of needs. Rogers (1961; in Kobal, Grum & Musek, 2009) also argued that the main human motive is the tendency to personal growth and by that to develop oneself and one's potential. Every individual develops a self-image, but this image has to be approved by the mainstream social environment. If it is, the individual can then develop without disturbance, but if the social environment does not approve of his or her characteristics then conflict occurs, which can be reflected in emotional, psychological or personality disorders (p. 186). On the basis of this theory, we assume that the more that the individuals' self-image matches the superwoman construct, the more she can personally grow. Otherwise she will experience dissatisfaction and with that many negative psychological and physiological effects, which were previously discovered to be connected with the construct (Dour & Theran, 2011; Hart & Kenny, 1997; Lochner,

1999; McBride, 1990; in Martino & Lauriano, 2013; Mensinger et al., 2007; Metzger & Murnen, 2010; Thornton, Leo & Alberg, 1991; Thornton & Leo, 1992).

Many authors suggest that one of the main characteristics of the superwoman construct is the more masculine identity (Everett & Martino, 2014; Martino & Lauriano, 2013) in which the individual is included in what are traditionally opposed feminine and masculine social roles (Lochner, 1999; Martino & Lauriano, 2013). We examined this characteristic with theories of psychosexual development. In more detail, we looked at the masculinity complex as a possible explanation of the superwoman construct. The masculinity complex is one of the results of the Oedipal complex, where due to excessive disappointment towards her father, the girl regresses in the initial masculine phase, takes on masculine characteristics and occupies this active role throughout adulthood (Freud, 1933). We proposed that the girl and later adult woman cannot accept her lack of a penis, so her desire for it is expressed with possession of traditionally male personality characteristics, like competitiveness, aggression and the will to power and achievement. In this behaviour the main intention is to be equal to men, to possess a penis, which is unattainable, therefore the individual despite every success does not experience triumph or any feeling of pride, but only the feeling of emptiness, as something is still missing (the lack of a penis). Salwen (1983) argues that the desire for a penis is the secondary formation or defence from identification with the mother, which serves as a distorted separation-individualisation process. The individual perceives her mother as a strong, horrific figure, so in defence, she develops subjective resistance and a strong fear of being like her.

Previous research on the possible results of endorsing the superwoman construct mainly focused on eating disorders, which have been previously associated with perfectionism (Halmi et al., 2000; Bardone-Cone et al., 2007). On this basis, a constant feeling of emptiness or being incomplete even after achieving success can be described as neurotic perfectionism. Individuals with neurotic perfectionism constantly feel they are not good enough. This constant feeling of failure (or being incomplete, the lack of a penis) is a further main factor in their motivation (Hamacheck, 1978). With regard to the association of the superwoman construct with eating disorders, we discuss that an eating disorder is a strategy for separation and individualization. As Salwen (1983) stated, the desire for a penis is the alibi for »fear of women«, therefore we assume that the individual can also have resistance towards a feminine physical appearance. In defence of identification with mother, the individual adopts masculine characteristics, including physical appearance. In an attempt to create a totally independent self-image, in this case the superwoman self-image, the individual also rejects her feminine attributes, which she wants to »eliminate« by her eating disorder.

Summing up the results of previous research with possible theoretical explanations, we propose a new definition of the superwoman construct. An individual who endorses the superwoman construct 1) is included in many social roles which are by their nature contradictory because they are primarily both traditional masculine and feminine social roles (Lochner, 1999; Martino & Lauriano, 2013); 2) has a form of neurotic perfectionism where her standards are unattainable ideals, therefore she experiences high levels of frustration and dissatisfaction (Chrisler, 2008; Dour & Theran, 2011; Everett & Martino, 2014; Martino & Lauriano, 2013); 3) its self-image, the image of superwoman does not match her actual personality and needs of the organism (McBride, 1997; Nicol-

son, 2002); 4) experiencing negative effects on mental health (McBride, 1990; Martino & Lauriano, 2013), that may also involve harmful behaviour such as eating disorders (Dour & Theran, 2011; Hart & Kenny, 1997; Lochner, 1999; Mensinger et al., 2007; Metzger & Murnen, 2010; Thornton et al., 1991) and substance abuse (Thornton & Leo, 1992); and 5) the primary factor in the genesis of the individual, who endorses the superwomen image, is disruption in psychosexual development.

From the study that has been undertaken, it is possible to conclude that the superwoman construct is an individual pathology, which is promoted and expected by mainstream western society because it is accepted as normative behaviour.

1. Uvod

Ženske v sodobnem Zahodnem svetu vedno bolj pridobivajo enakopraven položaj z moškimi in imajo kljub razlikam, ki med spoloma še vedno obstajajo, v primerjavi z nekoč veliko več svobodne izbire in možnosti, s tem pa tudi odgovornosti za svoje življenje. Sodobna ženska je mnogo več kot le gospodinja in mama, ima uspešno kariero, se hkrati dodatno izobražuje, občasno nudi prostovoljno pomoč, ima različne hobije in ostaja telesno aktivna, ohranja tesne prijateljske vezi, ima kakovosten partnerski odnos, pri tem pa skrbi še za svoj zunanji videz in osebnostno rast. Nikoli v zgodovini ženskam ni bilo v tolikšni meri omogočeno uresničevanje lastnih potencialov in s tem doseganje splošnega življenjskega zadovoljstva. Skupaj z emancipacijo pa se je med vrstami žensk pojavil tudi konstrukt, ki predstavlja skrajno obliko sodobne ženske. Ideal superženske, ki poleg vseh družbenih vlog, ki jih sodobna ženska zaseda, od žensk pričakuje še izjemnost oz. doseganje popolnosti v vseh teh vlogah in tako predstavlja nedosegljiv ideal. Zaradi družbenega pritiska po dosegu ideala superženska s težnjo po dosegu nedosegljivega doživlja tudi vrsto negativnih psihičnih in telesnih učinkov. Namen pričujočega članka je raziskati motive, razvoj in posledice sledenja konstrukt superženske. Pri tem bomo naredili pregled dosedanjih znanstvenih raziskav in skušali s pomočjo temeljnih psiholoških teorij pojasniti fenomen superženske.

2. Portret superženske in feminizem

Izraz superženska [*superwoman*] se je prvič pojavil že pred prvo svetovno vojno v Veliki Britaniji v času Edwarda VII. Superženska je kot ideja, kot kontrast Nietzschejevemu nadčloveku [*Übermensch*] oziroma, če se izrazimo nekoliko drugače, supermoškemu, služila za feministična prizadevanja tistega časa. Mnoge tedanje razprave so trdile, da so ženske drugorazredne, saj med njihovimi vrstami ni nobene izjemne umeznice, pesnice ali skladateljice in da si zato ne zaslužijo političnih pravic (Delap, 2004). Skozi 20. stoletje pa so se ženske iz izkoriščane gospodinje v 50. letih, skozi seksualno osvoboditev v 60. in 70. letih, povzpele do uspešne in profesionalne zaposlene ženske v 80. in 90. letih (Nicolson, 2002). Opredelitev superženske, ki jo uporabljamo še danes, se je prvič pojavila v knjigi Superženska, leta 1978. Avtorica je superžensko opredelila kot žensko, ki si prizadeva storiti vse in imeti vse (Conran, 1978). Superženska zaseda številne družbene vloge, kot so biti žena ali partnerica, mama, zaposlena profesionalna ženska, gospodinja in skrbnica (Sumra in Schillaci, 2015), pri tem pa želi doseči popolnost pri vsaki posamezni vlogi ter hkrati vzdrževati socialno zaželen zunanji videz (Mensing, Bonifazi in LaRosa, 2007; Martino in Lauriano, 2013; McBride, 1997; Murnen, Smolak in Levine, 1994; v Everett in Martino, 2014; Nicolson, 2002). Nekateri avtorji k tem dejavnikom dodajajo še bolj maskulino identiteto oz. maskulnost v primerjavi s feminilnostjo ali androgenostjo (Everett in Martino, 2014; Martino in Lauriano, 2013). Po C. Steiner-Adair (1986; v Sumra in Schillaci, 2015) superženska (1) sledi tradicionalno ženskim vrednotam, kot sta skrb in občutljivost, skupaj z vrednotami kot so samostojnost, avtonomnost in uspeh; (2) pojmuje konstrukt superženske kot socialno idealno podobo ženske, in (3) se identificira s podobo superženske kot svojo idealno podobo ženske. Thornton, Leo in Alberg (1991) opredelijo superžensko na podlagi štirih značilnosti: 1) bolj izražena skrb za zunanji videz, 2) povečano zanimanje za vzdrževanje zadovoljstva v medsebojnih odnosih, 3) prizadevanje za vzdrževanje določenega nivoja

neodvisnega dosežka in 4) učinkovitost pri mnogih raznolikih vlogah. Podobno kot zgoraj navedene opredelitve tudi L. M. Lochner (1999) v svoji disertaciji opredeljuje superžensko na podlagi določenih značilnosti: 1) privrženost in sledenje sociokulturnim standardom telesne privlačnosti, 2) prevzemanje maskulinih in 3) feminilnih značilnosti, 4) neodvisnost v odraslih odnosih in 5) večja motivacija za uspeh. Vloge, ki jih superženske zasedajo, so velikokrat kontradiktorne, saj gre za prvotno tako moške kot ženske družbene vloge. Posameznice, ki si prizadevajo za uspeh in ohranjanje ravnovesja pri teh vlogah, bodo bolj verjetno doživele preobremenitev na področju izpolnitve pričakovanih družbenih spolnih vlog [*gender role strain*] (Martino in Lauriano, 2013).

3. Dejavniki razvoja podobe superženske

3. 1. Vpliv družbenega pritiska in medijev

Skozi žensko gibanje prejšnjega stoletja je ženskam omogočena bolj svobodna izbira med mnogimi odločitvami, ki zadevajo njihovo življenje. Nova moč izbire, ki je bila ženskam dana, pa ni neodvisna od družbenih norm in stereotipov. V raziskavi so preučevali tipične ženske in moške stereotipe na področju osebnostnih lastnosti (Avsec, 2002). Tipične značilnosti za ženske so bile nežnost, čustvenost, toplina, skrbnost, obzirnost, radovednost, prilagodljivost, sočustvovanje in ljubeznivost. Za moškega pa so bile tipične značilnosti agresivnost, moč, želja po tveganju, tekmovalnost, dominantnost, odločnost, samostojnost in atletskost. Superžensko opredeljujejo tako tipično ženske kot tipično moške (Hart in Kenny, 1997; Mensinger, Bonifazi in LaRosa, 2007). Morda je eden izmed razlogov za oblikovanje takšne opredelitve v podobi ženske, ki jo predstavljajo mediji. Ti predstavljajo pomemben dejavnik pri oblikovanju posameznikove percepcije sebe in drugih (Reynolds-Dobbs, Thomas in Harrison, 2008), pa tudi pri oblikovanju pričakovanj glede vedenja v skladu z družbenim spolom (Taylor in Setters, 2011). Vpliv medijev je pri oblikovanju teh pričakovanj močnejši kot vpliv staršev ali vrstnikov (Katz in Boswell, 1986). Na podlagi analize izbranih prispevkov revij, primarno namenjenih bralkam, so ugotovili, da revije spodbujajo sledenje konstruktivni superženske. Tako revije ženske spodbujajo k iskanju ravnovesja med mnogimi družbenimi vlogami, navajajo kako pri vsaki izmed teh vlog doseči popolnost, ter hkrati ustvarjajo neskončen trg novih področij, na katerih se ženske lahko izkažejo (Urankar, 2009). Poleg revij se podoba superženske pojavlja tudi v glasbi in filmih. Samo ob pregledu najnovejših filmov z žensko protagonistko lahko vidimo, da je prikazana podoba ženske agresivna, močna, odločna, neodvisna in telesno privlačna. Kako izpostavljenost agresivni in telesno privlačni podobi ženske protagonistke vpliva na pričakovanja do družbenega spola, sta preučila Taylor in Setters (2011). Ženske, ki so bile izpostavljene telesno privlačni, agresivni ženski figuri, so zvišale svoja pričakovanja do sebe in drugih žensk. Pričakovanja pa so bila neskladna, saj so vključevala tako značilnosti, kot sta neodvisnost in ambicioznost, kakor tudi socialna povezanost in skrbnost (Taylor in Setters, 2011). Ravno takšna neskladna pričakovanja pa ustvarjajo tudi konstruktivni superženske. Everett in Martino (2014) sta prav tako ugotovila, da gledanje filmov s podobo superženske statistično pomembno poveča podporo konstruktivni superženske. To nakazuje močan vpliv medijev na percepcijo vedenja posameznega družbenega spola in na večanje pričakovanj, ki jih imajo ženske do sebe. Ugotovitve nakazujejo, da zlasti izpostavljenost podobi superženske v medijih spodbudi sledenje in podporo konstruktivni superženske. Povezavo med posameznikovimi pričakovanji in prepričanji ter vedenjem

lahko pojasnimo s konceptom samouresničujoče se prerokbe, ki jo je prvi opisal Robert Merton; leta 1948. Prepričanja ali pričakovanja, ki jih imamo v zvezi z drugimi, lahko vplivajo na posameznikovo vedenje tako, da se bo to pričakovanje izpolnilo (Merton, 1948). Tako pričakovanja do žensk, kot sta idealen telesni videz in uspeh na mnogih področjih, lahko vplivajo na vedenje žensk tako, da bodo te začele slediti tem pričakovanjem in jih v resnici začele dosegati. Pri tem pa ne smemo pozabiti, da gre pri superženski za ideal. Ideal je po definiciji dostopen samo manjšini tistih, ki si zanj prizadevajo. V primeru, da do nekega ideala dostopa preveč posameznikov, se morajo ti standardi spremeniti, da bi ohranijo svojo posebno naravo (Saltzberg in Chrisler, 1995). Določeni ideal je tako skoraj nemogoče doseči, zato sta neuspeh in razočaranje pri tem neizogibna (Freedman, 1988). Morda se je z žensko emancipacijo spreminjal tudi ideal ženske, ki pa se je zvišal do te mere, da je sedanji ideal ženske, ideal superženske, popolnoma nedostopen. Kot ugotavlja P. Nicolson (2002), je superženska kot ideja nekaj nadnaravnega in nadčloveškega, s tem pa njen obstoj ni mogoč.

3. 2. Samoaktualizacija

Posameznica, ki sledi idealu superženske si prizadeva doseči izjemnost na različnih področjih v svojem življenju. Morda pri tem želi le izraziti svoje zmožnosti in tako izpolnjevati samo sebe. Tovrstne potrebe pa so na vrhu po Maslowi hierarhiji potreb in jih imenujemo samoaktualizacija (Maslow, 1943). Maslow je svoje delo o samoaktualizaciji osnoval na delu Junga (1928; v Ivztan, Gardner, Bernard, Sekhon in Hart, 2013), ki je preučeval proces doseganja samouresničitve, pri kateri gre za spojitev nezavednega in zavestnega v integrirano osebnost, celosten »jaz«, ki prihaja iz notranjosti. Tudi Rogers (1961; v Kobal Grum in Musek, 2009) je navajal, da je temeljni naravni človekov motiv težnja po osebni rasti, torej težnja k razvijanju sebe in svojih potencialov. Kadar posameznik o sebi razvije podobo (pojem o sebi), ki ustreza njegovi naravi in je v skladu z njegovimi dejanskimi značilnostmi, se lahko nemoteno in normalno razvija ter pri tem uresniči svoje potenciale. Kadar pa socialno okolje nekaterih značilnosti posameznika ne odobrava, jih ta potlači, odstrani iz svoje samopodobe in pri tem nastane konflikt. Ta se odraža v neskladnem stanju, pri katerem se samopodoba posameznika ne sklada s potrebami organizma, kar se lahko odraža v emocionalnih, psihičnih in osebnostnih motnjah (Kobal Grum in Musek, 2009). Na področju konstrukta superženske nekatere raziskave prav tako ugotavljajo, da vključenost v več družbenih vlog zmanjša ali omili doživljanje stresa (Reid in Hardy, 1999; Woods-Giscombé, 2010), vendar pa druge raziskave ugotavljajo ravno nasprotno (Bratbert, Dahl in Risa, 2002; Jacques, 2008). Podobna neujemanja v ugotovitvah obstajajo tudi v zvezi s povezanostjo med splošnim življenjskim zadovoljstvom in vključenostjo v več družbenih vlog (Sumra in Schillaci, 2015). Pri tem gre verjetno za individualne razlike in če se navežemo na Rogersa, gre za razlike v povezanosti med samopodobo in potrebami organizma. Bolj ko je konstrukt superženske kot del posameznikine samopodobe povezan z njenimi potrebami organizma, lažje bo posameznica osebno rasla in s tem dosegala višjo stopnjo splošnega zadovoljstva. V nasprotnem primeru, torej ko se konstrukt superženske ne sklada z njeno resnično samopodobo, pa lahko pride do nezadovoljstva in s tem do različnih negativnih psihičnih posledic. Tudi konstrukt superženske se povezuje z negativnimi psihičnimi učinki, kot so depresija, anksioznost, somatske težave, obsesivna kompulzivnost, jeza (McBride, 1990; v Martino in Lauriano, 2013), motnje hranjenja (Dour in Theran, 2011; Hart in Kenny, 1997; Lochner, 1999; Mensinger in dr., 2007; Metzger in Murnen, 2010; Thornton in dr., 1991) in zloraba substanc (Thornton in Leo, 1992).

Z vplivom družbenega pritiska si nekatere ženske izoblikujejo samopodobo, ki temelji na konstrukt superženske. Kot navaja M. C. McBride (1997) se te ženske odrečejo svoji volji in občutku lastnega jaza, da bi bile v očeh drugih dojete kot dobre ženske. Tudi avtorica Nicolson (2002) pravi, da gre pri sledenju konstrukt superženske za paradoks. Posameznica, ki sledi idealu superženske je prepričana, da bo s konstruktom superženske pridobila stabilen občutek jaza, vpliv in moč, kar bo vidno tudi drugim. Vendar nam ravno konstrukt onemogoča oblikovanje lastnega občutka jaza in osredotočenost na lastne potrebe. Ravno ta neizoblikovanost lastne samopodobe in morda celo občutek »praznine«, večinoma vodi v sledenje konstrukt superženske (Nicolson, 2002). Tako je posameznica, ki sledi idealu superženske, ujeta v neskončno ponavljanje vzorcev za doseg notranjega zadovoljstva, vendar pri tem doseže ravno nasprotno.

3. 3. Biološki dejavniki, psihoseksualni razvoj in razlike med spoloma

S spremembo družbenih standardov in s tem pričakovanj v zvezi z družbeno zaželenim vedenjem žensk lahko pričakujemo tudi spremembe na področju socializacije deklic. Pri oblikovanju razlik med spoloma močno vplivajo tako biološki, psihološki kot sociološki dejavniki (Nicolson, 2002). Oboji, moški in ženske, prejmemo ustrezen genski material, s katerim se najbolj optimalno razvijemo za uspešno reprodukcijo. Tako razlike med spoloma vključujejo seksualne strategije moških in žensk, na podlagi katerih se razvijejo tudi psihološke razlike med spoloma (Campbell, 2002). Na podlagi Darwinove teorije seksualne selekcije so se razlike v vedenju in psiholoških značilnostih moških in žensk razvile z namenom uspešne reprodukcije genskega materiala posameznika. Moški so se razvili tako, da so pripravljeni tvegati, biti odločni in tekmovalni z drugimi moškimi, saj so si s tem omogočili priložnost za reprodukcijo. Ženske pa so se razvile v izbirčne in skrbne (Nicolson, 2002). Tudi Freud (1933) je zagovarjal tezo, da razlike med spoloma nimajo psihološkega izvora. Po njegovem maskulinitet pomeni biti aktiven, dejaven, saj tudi moške spolne celice aktivno iščejo ženske spolne celice. Feminilnost pa pomeni biti pasiven, nedejaven, saj je tudi žensko jajčece nepremično in pasivno pričakuje oploditev.

Psihoseksualni razvoj otroka se začne z oralno fazo, v kateri so osrednja erogena cona usta. Libido se nato v analni fazi od ust preusmeri na anus, pri čemer se zadovoljitev išče v funkciji izločanja. V falični fazi, ki sledi, se razvoj deklic in dečkov skozi Ojdipov kompleks nekoliko razlikuje. Deklica z ogledovanjem moških genitalij ugotovi, da je prikrajšana za ta organ, in tako »sodbo o manjvrednosti« svojih genitalij prenaša na celostno podobo o sebi (Freud, 1938: 72). Iz dekličine ugotovitve, da je kastrirana, nastopi zavist do penisa, iz tega pa lahko sledijo tri možne poti razvoja. Ena vodi do inhibicije seksualnosti ali do nevroze, druga do spremembe značaja v smislu kompleksa moškosti in tretja k normalni feminilnosti (Freud, 1933). Pri slednji razvoj poteka v smeri ločitve od ljubljene matere. Deklica moškim zavida, da imajo penis, svojo mamo pa krivi za to, da je zanj prikrajšana. Tako se deklica v jezi odpove prvemu objektu ljubezni, mami, in izbere drugi objekt, očeta. Deklica se nato z mamo identificira, pri čemer notranja identifikacija z njo pomeni ohranitev navezanosti. Tako se deklica želi postaviti na mamino mesto, želi postati takšna, kot je ona, tudi v odnosu do očeta. Deklica sedaj v odnosu do matere ne čuti le prizadetosti, ker ji je ta odrekla penis, temveč tudi ljubosumje. Novo nastalo razmerje z očetom na začetku temelji na želji po imetju penisa, vendar to željo nadomesti želja po otroku (Freud, 1938).

Podrobneje si lahko ogledamo kompleks moškosti, ki podaja eno izmed možnih razlag konstrukta superženske. Kompleks moškosti nastane, ko deklica v fazi Ojdipovega kompleksa zaradi pretiranega razočaranja nad očetom regresira v začetno maskulino fazo, prevzame moške značilnosti in to aktivno vlogo zaseda skozi odraslost. Skrajna oblika takšnega razvoja lahko vodi v manifestacijo ženske homoseksualnosti (Freud, 1933; 1938) ali izkazovanje izrazitih moških potez, izbira moškega poklica ipd. (Freud, 1938). Mnogi avtorji navajajo, da sledenje konstruktu superženske zajema bolj maskulino identiteto (Martino in Lauriano, 2013; Everett in Martino, 2014) oz. zajema zasedanje tako feminilnih kot maskulinih družbenih vlog (Hart in Kenny, 1997; Mensinger in dr., 2007). Na podlagi tega bi lahko sklepali, da se je psihoseksualni razvoj deklic spremenil v smislu prevzemanja bolj aktivne maskuline vloge in s tem sledenja konstruktu superženske. Deklica pri tem ni sprejela svojega manka penisa, želja po njem pa se prenese tudi v odraslo dobo. Želja po njem se kaže s posedovanjem tradicionalno moških osebnostnih lastnosti, kot so tekmovalnost, agresivnost ter volja po moči in dosežku, z namenom biti enaka moškim.

»Upanje, da bo nekoč pridobila penis ne glede na vse in ob tem postala takšna kot moški lahko vztraja do presenetljivo visoke starosti ter lahko postane motiv za nenavadna in drugače nerazložljiva dejanja.« (Freud, 1925: 21)

Iz tega lahko sklepamo naslednje: Uresničitev želje po penisu, ki jo ženska ohrani v odraslosti, je realno nedosegljiva, zato posameznica, ki sledi idealu superženske, verjetno ob nobenem uspehu ne čuti zmagoslavja in ponosa, temveč ima občutek, kot da ji še vedno nekaj manjka. Ta manko ali »praznino« (genitalije brez penisa) tako vedno znova želi zapolniti z delom in dokazovanjem, kar je primarno moška značilnost, v upanju in z namenom biti enaka moškim (imeti penis). Ta »praznina« realno ne more biti »zapolnjena«, zato se z vsakim pričakovanim neuspehom pri »zapolnitvi« samo še bolj trudi pri dokazovanju in iskanju moči. Tovrstna motivacija za uspeh, ki izhaja iz neuspeha je tudi temeljna značilnost nevrotičnega perfekcionizma, kakršen se kaže pri posameznici, ki sledi idealu superženske (Hamacheck, 1978; Martino in Lauriano, 2013). O praznini, zaradi katere posameznica sledi konstruktu superženske, piše tudi P. Nicolson (2002).

Eno izmed interpretacij na področju kompleksa maskulinosti poda tudi avtorica Salwen (1983). Pri kompleksu maskulinosti je želja po penisu »sekundarna formacija« ali obramba proti identifikaciji z močno, oblastno, tekmovalno in nedosegljivo materjo.

»Otrok ženskega spola si lahko želi penis ... v pomenu osvoboditve od odvisnega in frustrirajočega odnosa z materjo, kar je obupen poskus separacije in diferenciacije.« (Lerner, 1980; v Salwen, 1983: 173)

V kliničnih primerih, ki jih opisuje Salwenova (1983), gre za žensko, ki prevzema tako maskuline kot feminilne lastnosti, je perfekcionista in nima veliko ženske družbe. Slednje sta poudarili tudi Martino in Lauriano (2013), ki sta ugotovili, da bolj ko se ženske povezujejo z drugimi ženskami, v manjši meri sledijo konstruktu superženske. Pri tem se lahko navežemo na Salwenovo (1983), ki pravi, da se želja po penisu uporablja kot alibi za »strah pred ženskami«. Iz kliničnih primerov je namreč razvidno, da ženske svojo mater opisujejo kot napadalno, kaznovalno, oblastno in/ali dvolično, kar v primerjavi s šibko, podrejeno podobo matere iz klasičnih teorij predstavlja veliko in močno figuro. Tako posameznica razvije subjektiven odpor do matere in strah pred tem, da bi bila takšna kot ona (Salwen, 1983). Morda se posameznica, ki sledi konstruktu

superženske, izolira od ženske družbe, saj odnos z materjo posplošuje na vse ženske, češ, če je bila mati tako neizprosna, bodo tudi druge ženske. S tem pa se zavaruje pred negativnimi čustvi, ki jih je doživljala v odnosu z materjo.

Navedene teorije predstavljajo eno izmed možnih teoretičnih razlag na tem področju, kako pravzaprav poteka razvoj deklice v posameznico, ki sledi konstrukt superženske. Nadalje bi bilo smiselno raziskati, ali se ta razvoj v resnici razlikuje od »normalnega«. Iz navedenega pa vseeno lahko zaključimo, da gre za internalizacijo konstrukta, ki s sabo prinaša pretežno negativne psihološke posledice, ki jih bomo podrobneje obravnavali v naslednjem poglavju.

4. Motnje hranjenja kot možen izid sledenja konstrukt superženske

V sledečem poglavju bomo preučili posledice sledenja konstrukt superženske pri osebah, ki so razvile motnje hranjenja. Najprej si bomo ogledali dosedanje raziskave motenj hranjenja v povezavi z družbenim spolom in perfekcionizmom, za konec pa bomo skušali s psihodinamičnimi teorijami pojasniti povezavo med sledenjem idealu superženske in motnjami hranjenja.

4. 1. Družbeni spol

Omenili smo, da sledenje konstrukt superženske s sabo prinaša tudi vrsto negativnih posledic, največ raziskav na tem področju pa je v povezavi z motnjami hranjenja. Avtorji so se pri tem osredotočali na družbeni spol oz. vloge, ki jih posameznice prevzemajo na podlagi tipično feminilnih ali maskulinih družbenih vlog. Pri opredelitvi konstrukta superženske nekateri avtorji navajajo, da posameznica, ki sledi idealu superženske, prevzema tudi bolj maskulino identiteto (Everett in Martino, 2014; Martino in Lauriano, 2013). Avtorici Steiner-Adair (1986; v Sumra in Schillaci, 2015) in Lochner (1999) pa navajata, da sledenje konstrukt superženske pomeni prevzemati tako maskulino kot feminino identiteto. Na področju tipologije družbenega spola v povezavi z motnjami hranjenja je veliko nasprotij. Tako nekatere raziskave ugotavljajo pozitivno povezavo med prevzemanjem stereotipno feminilne identitete in motnjami hranjenja (Lakkis, Ricciardelli in Williams, 1999; Martz, Handley in Eisler, 1995), druge pa ugotavljajo pozitivno povezavo med prevzemanjem stereotipno maskuline identitete in motnjami hranjenja (Cantrell in Ellis, 1991; Silverstein, Carpman, Perlick in Perdue, 1990). V meta-analizi, pri pregledu 22 študij, sta avtorici Murnen in Smolak (1996) ugotovili, da se feminilnost z motnjami hranjenja pozitivno povezuje, medtem ko se maskulinitet z motnjami hranjenja povezuje negativno. Torej ženske, ki prevzemajo bolj maskulino identiteto, poročajo o manj simptomih, povezanih z motnjami hranjenja. Avtorici sta pri tem opozorili, da je bil v raziskavo vključen majhen in heterogen vzorec, zato na podlagi ugotovitev ne moremo oblikovati dokončnih sklepov in bi bilo torej na tem področju potrebno nadaljnje raziskovanje.

Eden izmed pristopov raziskovanja povezave med motnjami hranjenja in družbenim spolom poleg feminilnosti in maskulinitet zajema še dva družbena spola, androginega in nerazlikovalnega. Pri tem ima maskulina oseba visoke ravni maskulinitet in nizke ravni feminilnosti, feminilna oseba ima visoke ravni feminilnosti in nizke ravni ma-

skulinosti, oseba, ki jo uvrstimo v androgini družbeni spol, ima visoki ravni obojega, nerazlikovalni družbeni spol pa zajema nizke ravni feminilnosti in maskulinosti (Bem, 1977; v Hepp, Spindler in Milos, 2005). Pri raziskovanju povezav med navedenimi tipi družbenega spola in motnjami hranjenja so ugotovili, da se pri osebah nerazlikovalnega družbenega spola simptomi motenj hranjenja izražajo v večji meri, pri androginih, feminilnih in maskulinih osebah pa se ti simptomi izražajo v manjši meri (Hepp in dr., 2005).

Iz navedenega je razvidno, da na tem področju ostaja veliko nejasnosti. Morda pa je treba v tovrstno preučevanje dodati še druge značilnosti konstrukta superženske, saj raziskava, ki so jo opravili Thornton in dr. (1991) kaže, da obstaja tako pri maskulinih kot pri feminilnih ženskah, ki sledijo konstrukt superženske, večje tveganje za razvoj motenj hranjenja, kot je to pri androginih ženskah ali ženskah, ki ne sledijo konstrukt superženske. Nadalje to trditev podpira raziskava, ki so jo izvedli Mensinger in dr. (2007), v kateri ugotavljajo, da je sledenje konstrukt superženske mediator med konfliktnim odnosom vlog različnega družbenega spola, ki ga posredujejo že v šolah, in med motnjami hranjenja. Z drugimi besedami, družbeni pritisk, da morajo posameznice dosegati izjemnost tako v tradicionalno maskulinih kot v tradicionalno feminilnih družbenih vlogah (androginitet) in ki so ga dekleta deležna že v šolskem okolju, spodbuja posameznice, da sledijo konstrukt superženske, s tem pa je bolj verjetno, da bodo razvile motnje hranjenja. Pri tem so dekleta, ki so sledila konstrukt, poročala o bolj izraženih simptomih motenj hranjenja. Tudi raziskava, ki sta jo izvedli Hart in Kenny (1997) ugotavlja, da sama težnja po uspehu na mnogih področjih ni nujno škodljiva; če posameznica sledi konstrukt superženske in s tem prevzame vse značilne lastnosti konstrukta, pa bo verjetno poročala tudi o različnih simptomih motenj hranjenja. K temu pa lahko dodamo še ugotovitve iz raziskave, ki sta jo opravila Thornton in Leo (1992), namreč da sledenje konstrukt superženske ni nujno povezano z družbenim spolom.

4. 2. Perfekcionizem

Morda gre pri odnosu med konstruktom superženske in motnjami hranjenja za večjo kompleksnost, pri kateri je treba preučiti tudi druge dejavnike vpliva. Kot dodatno značilnost superženske v povezavi z motnjami hranjenja lahko preučujemo perfekcionizem. Najbolj razširjena definicija perfekcionizma je postavitve pretirano visokih standardov na različnih področjih posameznikovega življenja (Frost, Marten, Lahart in Rosenblate, 1990). Perfekcionizem je povezan s psihičnimi kot telesnimi motnjami, kot so alkoholizem, sindromom razdraženega črevesja, depresija, obsesivno-kompulzivna osebna motnja, bolečine v želodcu, telesna dismorfna motnja, ulcerozni kolitis, osebna tipa A in s tem nagnjenost h koronarni bolezni, migrene in celo samomorilnost (Frost in dr., 1990). Prav tako je bila pozitivna statistično pomembna povezava med perfekcionizmom in motnjami hranjenja podprta v mnogih raziskavah (Bardone-Cone in dr., 2007; Halmi in dr., 2000).

Poznamo dve ravni perfekcionizma, pri čemer si posameznik z normalnim perfekcionizmom dopušča možnost znižanja svojih standardov, kadar to od njega zahtevajo določene okoliščine. Posameznik z nevrotičnim perfekcionizmom pa si ne dopusti prostora za napake ali neuspeh, svojega neuspeha ni sposoben sprejeti in ima občutek, da noben uspeh ni dovolj dober. Dejavniki motivacije, pri posamezniku z nevrotičnim perfekcionizmom, je strah pred neuspehom, namesto, da bi bil dejavnik motivacije

njegova dejanska želja po uspehu (Hamacheck, 1978). Takšno obliko perfekcionizma ima tudi posameznica, ki sledi konstrukt superženske, povezava med nevrotičnim perfekcionizmom in sledenjem konstrukt superženske pa je lahko dejavnik slabe telesne podobe in dejavnik tveganja za razvoj motenj hranjenja (Martino in Lauriano, 2013). V svoji raziskavi sta Dour in Theran (2011) preučevali povezavo med neprilagojenim [*maladaptive*] perfekcionizmom, idealom superženske in motnjami hranjenja. Posameznice z bolj izraženim neprilagojenim perfekcionizmom, pri katerem si oseba postavlja nerealne standarde in se pri tem ne more soočiti z neuspehom, ko teh standardov ne dosega, ki so hkrati sledile idealu superženske, so poročale o bolj izraženem zdravju škodljivem odnosu do prehranjevanja. Tako je sledenje idealu superženske pomemben člen za razumevanje možnosti razvoja motenj hranjenja.

4. 3. Psihodinamične teorije in motnje hranjenja

Razlago, zakaj sta fenomen konstrukta superženske in fenomen motenj hranjenja tako tesno povezana, si lahko ogledamo s pomočjo psihodinamičnih teorij. Zgodnje psihodinamično pojmovanje anoreksije nervoze je bilo v povezavi z razvojem seksualnosti. Klasični pogled je trdil, da gre za zavrnitev ženske seksualnosti s stradanjem, in sicer zaradi motenj na ravni Ojdipovega kompleksa. Nadaljnje raziskave so se osredotočale na objektivne odnose, pri čemer Selvini Palozzoli (1974; v McIntosh, Bulik, McKenzie, Luty in Jordan, 2000) predpostavi, da posameznica z anoreksijo nervozo dojema svoje telo v smislu materinskega objekta, od katerega se ego na vsak način želi odcepiti. V raziskovanju interpersonalnih odnosov v povezavi z anoreksijo nervozo so predpostavili, da gre za psihopatologijo, ki nastane kot rezultat primanjkljaja ali motnje v strukturi jaza zaradi motenj v zgodnjih interpersonalnih odnosih (Goodsitt, 1985; v McIntosh in dr., 2000). V družinskem okolju, kjer prihaja do motenj v komunikaciji, vlogah, regulaciji emocij in neprimerne postavljanja mej, posameznica ne more uresničiti razvojne naloge separacije in pri tem ne more ustvariti lastne identitete, iz tega pa rezultirajo motnje hranjenja (McIntosh in dr., 2000).

Tudi Corcos in Jeammet (2001) predpostavita, da so pri razvoju motenj hranjenja pomembni interpersonalni odnosi v primarni družini na ravni Ojdipovega kompleksa. Pri tem posameznici v družini primanjkuje avtonomije, prav tako pa posameznica med člani družine (starši, sorojenci) in lastnim občutkom jaza doživlja zmedo. Motnje hranjenja so tako nekaj, kar je njena lastna stvaritev, njena pot, po kateri bo razvila lasten občutek jaza in s tem potrdila lastno identiteto s spoštovanjem svojih staršev.

Pri tem se lahko navežemo na Salwenovo (1983) in na raziskave kompleksa maskulinnosti. Tudi ženske s kompleksom maskulinnosti niso bile zmožne uresničiti proces separacije in individualizacije, pri čemer je želja po penisu, ki se kaže kot prevzemanje maskulinih značilnosti, le obramba proti identifikaciji z materjo. Tudi pri analizi kliničnih primerov je Salwenova (1983) ugotovila, da so se pri ženskah s kompleksom maskulinnosti pojavljale motnje v družinskih odnosih. Pri tem je bila mati neizprosna in oblastna, očetova vloga pa je bila zmanjšana ali odsotna (prav tam). Na podlagi navedenih podobnosti med pojavoma lahko predpostavimo, da se kompleks maskulinnosti povezuje z razvojem motenj hranjenja. Ženska, pri kateri diadni odnos z vsemogočno materjo ni imel prehoda v triadni odnos z očetovsko figuro, zavrača svojo feminilnost oz. ženstvenost, saj se ne želi identificirati z materjo. Tako v obrambi prevzema maskuline značilnosti, vključno s telesno podobo. Pri tem želi z motnjami hranjenja izobli-

kovati svoje telo brez feminilnih atributov, zaradi česar bi bila bolj podobna moškim in bi se s tem izognila identifikaciji z materjo. Motnje hranjenja so tako način, kako se posameznica želi separirati od odvisnega odnosa z materjo in se s tem individualizirati ter razviti lastno identiteto.

5. Problemi na področju raziskovanja

Problem, ki se pojavlja na področju raziskovanja superženske, je neustrezno merjenje in opredelitev samega konstrukta. Posameznice, ki so vključene v mnogo družbenih vlog še ne moremo opredeliti za posameznice, ki sledijo konstruktu superženske. Takšno opredelitev sta v raziskavi uporabila Sumra in Schillaci (2015), pri čemer njune ugotovitve, da posameznica, ki sledi konstruktu superženske, ne doživlja višjih ravni stresa v primerjavi s kontrolno skupino, morda niso točne, saj vključenost v mnoge družbene vloge ni edini dejavnik, ki lahko vpliva na doživljanje stresa pri posameznici, ki sledi idealu superženske. Morda se ravno zaradi neustreznega merjenja na področju raziskav superženske pojavlja toliko nasprotij in različnih ugotovitev. Potrebno bi bilo bolj sistematično merjenje in uporaba ustreznih merskih pripomočkov, kot sta Lestvica za merjenje konstrukta superženske (The Superwoman Scale; SWS; Murnen in dr., 1994) ali Vprašalnik družbenih vlog (Self-Role Inventory; Linville, 1985), ki vključujejo bistvene značilnosti konstrukta superženske.

6. Diskusija

Namen pričujoče raziskave je bil preučiti dejavnike razvoja in možne posledice sledenja konstruktu superženske. Zaradi zgodovinskega razvoja ter vpliv feminističnega gibanja in emancipacije je verjetno povsem naravno, da so ženske, kljub biološki predispoziciji za razvoj pasivne vloge, začele vedno bolj zasedati aktivnejše vloge, ki jih tradicionalno pripisujemo moškim. Tako lahko ženske s svobodnejšo izbiro želenega poklica in doseganjem uspeha pri mnogih družbenih vlogah uresničujejo svoje potencialne ter s tem dosegajo samoaktualizacijo in splošno življenjsko zadovoljstvo.

Fenomen superženske pa ima z opisanim vedenjem skupno le vključenost v mnogo družbenih vlog. Na podlagi analize preteklih raziskav in ustreznih psiholoških teorij je opredelitev superženske, ki jo predpostavljamo, naslednja: 1) gre za vključenost v mnogo družbenih vlog, ki so si po naravi protislovne, saj gre za primarno tako maskuline kot feminilne družbene vloge (Lochner, 1999; Martino in Lauriano, 2013); 2) ima obliko nevrotičnega perfekcionizma, pri katerem posameznica doživlja visoke ravni nezadovoljstva, njeni standardi pa so nedosegljivi ideali (Chrisler, 2008; Dour in Theran, 2011; Everett in Martino, 2014; Martino in Lauriano, 2013); 3) posamezničina samopodoba v podobi superženske se ne sklada z njenimi dejanskimi osebnostnimi lastnostmi in potrebami organizma (McBride, 1997; Nicolson, 2002); 4) posameznica doživlja negativne učinke na duševno zdravje (McBride, 1990; v Martino in Lauriano, 2013), ki lahko vključujejo tudi zdravju škodljivo vedenje, kot so motnje hranjenja (Dour in Theran, 2011; Hart in Kenny, 1997; Lochner, 1999; Mensinger in dr., 2007; Metzger in Murnen, 2010; Thornton in dr., 1991); in 5) primarni dejavnik pri genezi posameznice, ki prevzame podobo superženske, je moten psihoseksualni razvoj.

Glede na psihodinamične teorije lahko sklepamo, da je pri posameznicah, ki sledijo konstrukt superženske, v primarni socializaciji in zgodnjem psihosocialnem razvoju prišlo do motenj. Razvile so strategijo individualizacije, preko katere so se obranile pred identifikacijo z materjo (feminilnostjo in materinsko podobo). Tako v lastno samopodobo prevzemajo konstrukt superženske in s tem bolj maskuline značilnosti, kar je le alibi za poskus osvoboditve od neugodnega odnosa z materjo. Z iskanjem moči, ugleda in uspeha željo posameznice pridobiti zunanjo potrditev za svojo novo podobo, podobo superženske, ki pa v resnici ni njihova lastna, zato jih kljub uspehu in potrditvi spremlja nezadovoljstvo. Zaradi obrambe pred identifikacijo z materjo zavračajo tudi svojo feminilno in materinsko podobo, zaradi česar lahko razvijejo tudi motnje hranjenja, ki so lahko izraz zavračanja ženske seksualnosti in/ali strategija za doseganje individualizacije. Tako posameznice pri oblikovanju lastnega občutka jaza in samopodobe niso v stiku s svojimi dejanskimi potrebami organizma. Občutek notranje praznine jih tako z namenom doseganja notranjega zadovoljstva vodi do kompulzivnega ponavljanja sledenja konstrukt superženske, prav ta konstrukt pa jim onemogoča oblikovanje občutka jaza in stik s svojimi dejanskimi potrebami. Takšne posameznice navzven dajejo podobo zelo uspešne, močne in urejene ženske, vendar gre pri tem le za zunanjo idealno podobo, pod katero se skriva ženska, ki v življenju ne dosega osebnostne rasti in je tako ujeta v doživljanje nezadovoljstva.

Pri oblikovanju ideje, da je podoba superženske tista podoba, ki je vredna prevzemanja, pa ima veliko vlogo tudi vpliv družbe. Podoba superženske se spodbuja že v šolah (Mensing in dr. 2007), njeno podobo lahko zasledimo pri mnogih ženskih protagonistkah v sodobnih filmih (Taylor in Setters, 2011), sledenje podobi superženske pa spodbujajo tudi v ženskih revijah (Urankar, 2009). Vse to nakazuje splošno uveljavljeno družbeno normo in pritisk, ki ga družba izvaja na posameznice, da morajo slediti tej podobi. Družbeno spodbujanje konstrukta prav tako onemogoča oz. otežuje prepoznavo njegovega negativnega vpliva na posameznično delovanje. Ženske, ki sledijo konstrukt, imajo kljub pritisku družbe možnost in odgovornost, da si ob doživljanju negativnih psiholoških učinkov ali celo škodljivem vedenju poiščejo ustrezno strokovno pomoč. V terapevtskem odnosu se tako osredotoča na odnos med materjo in hčerjo (Salwen, 1983), prav tako pa je treba ozaveščati lastne občutke in čustva ter s tem ozaveščati lasten občutek jaza (McBride, 1997; Nicolson, 2002). Kot vsaka raziskava ima tudi naša nekaj pomanjkljivosti. Pomanjkljivost pričujoče raziskave je primanjkovanje empirične podpore, zato bi bilo treba v nadaljnjem raziskovanju navedeno opredelitev empirično preveriti. Prav tako je treba poudariti, da je interpretacijo opredelitve konstrukta, ki izhaja iz psihodinamičnih teorij, težje empirično podpreti, torej ostaja na ravni možnih neverificiranih interpretacij. Kljub tem pomanjkljivostim so ugotovitve naše raziskave pomemben korak k razumevanju in preprečevanju možnih negativnih izidov sledenja konstrukt superženske.

Na podlagi ugotovitev raziskave lahko na vprašanje ali gre pri konstrukt superženske za družbeno normo ali patologijo ženske sodobnega časa, odgovorimo, da gre za individualno patologijo, ki je v družbi sprejeta kot normativna in je pri tem s strani družbe celo spodbujana in pričakovana.

Literatura

- Avsec, A. (2002). Stereotipi o moških in ženskih osebnostnih lastnostih [Stereotypes about sex related personality traits]. *Psihološka obzorja*, 11(2), 23–35.
- Bardone-Cone, A. M., Wonderlich, S. A., Frost, R. O., Bulik, C. M., Mitchell, J. E., Uppala, S. in Simonich, H. (2007). Perfectionism and eating disorders: Current status and future directions. *Clinical Psychology Review*, 27(3), 384–405.
- Bratbert, E., Dahl, S. in Risa, A. E. (2002). The double burden: Do combinations of career and family obligations increase sickness absence among women? *European Sociological Review*, 8(2), 233–249.
- Campbell, A. (2002). *A mind of her own: The evolutionary psychology of women*. Oxford: Oxford University Press.
- Cantrell, P. J. in Ellis, J. B. (1991). Gender role and risk patterns for eating disorders in men and women. *Journal of Clinical Psychology*, 47, 53–60.
- Chrisler, J. (2008). Presidential address: Fear of losing control: Power, perfectionism, and the psychology of women. *Psychology of Women Quarterly*, 32(1), 1–12.
- Conran, S. (1978). *Superwoman*. New York: Crown Publishers.
- Corcos, M. in Jeammet, P. (2001). Eating disorders: Psychodynamic approach and practice. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 55(8), 479–488.
- Delap, L. (2004). The superwoman: Theories of gender and genius in Edwardian Britain. *The Historical Journal*, 47(1), 101–126.
- Dour, H. in Theran, S. (2011). The interaction between the superhero ideal and maladaptive perfectionism as predictors of unhealthy eating attitudes and body esteem. *Body Image*, 8(1), 93–96.
- Everett, J. in Martino, S. (2014). Superwomen on the big screen: How media portrayals affect female viewers. *Journal of Behavioral Health*, 3(3), 145–148.
- Freedman, R. (1988). *Bodylove: Learning to like our looks – and ourselves*. New York: Harper & Row.
- Freud, S. (1925). Some psychical consequences of the anatomical distinction between the sexes. V A., Richards (ur.), *On Sexuality: Three Essays on the Theory of Sexuality and Other Works*, (7, 1977, str. 331–342). Harmondsworth: Penguin Freud library.
- Freud, S. (1933). New introductory lectures on psychoanalysis. Lecture 33: *Femininity*. *Standard Edition*, 22, 136–157.
- Freud, S. (1938). *Očrt psihoanalize [An outline of psychoanalysis]*. Ljubljana: Društvo za teoretsko psihoanalizo.
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C. in Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468.
- Halmi, K. A., Sunday, S. R., Strober, M., Kaplan, A., Woodside, D. B., Fichter, M., Treasure, J., Berrettini, W.H. in Kaye, W. H. (2000). Perfectionism in anorexia nervosa: Variation by clinical subtype, obsessiveness, and pathological eating behavior. *American Journal of Psychiatry*, 157(11), 1799–1805.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27–33.
- Hart, K. in Kenny, M. (1997). Adherence to the super woman ideal and eating disorder symptoms among college women. *Sex Roles*, 36(7–8), 461–478.
- Hepp, U., Spindler, A. in Milos, G. (2005). Eating disorder symptomatology and gender role orientation. *International Journal of Eating Disorders*, 37(3), 227–233.
- Ivtzan, I., Gardner, H., Bernard, I., Sekhon, M. in Hart, R. (2013). Wellbeing through

- self-fulfilment: Examining developmental aspects of self-actualization. *The Humanistic Psychologist*, 41(2), 119–132.
- Jacques, H. A. K. (2008). *Young women constructing identities: Multiple subject positions and the superwoman ideal*. Doktorska disertacija. Ottawa: University of Calgary, Library and Archives of Canada.
- Katz, P. A. in Boswell, S. (1986). Flexibility and traditionality in children's gender roles. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 112, 103–147
- Kobal Grum, D. in Musek, J. (2009). *Perspektive motivacije [The perspectives of motivation]*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- Lakkis, J., Ricciardelli, L. A. in Williams R. J. (1999). Role of sexual orientation and gender-related traits in disordered eating. *Sex Roles*, 41, 1–16.
- Linville, P.W. (1985). Self-complexity and affective extremity: Don't put all your eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, 3, 94–120.
- Lochner, L. M. (1999). *The relationship between the super woman construct and eating disorder symptoms and body image dissatisfaction among graduate students, medical students, and law students*. Doktorska disertacija. Lubbock: Texas Tech University
- Martino, S. in Lauriano, S. (2013). Feminist identity and the superwoman ideal. *Journal of Behavioral Health*, 2(2), 167–172.
- Martz, D. M., Handley, K. B. in Eisler, R. M. (1995). The relationship between feminine gender role stress, body image, and eating disorders. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 493–508.
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- McBride, M. (1997). Counselling the superwoman: Helping university women cope with multiple roles. *Guidance & Counseling*, 12(4), 19–23.
- McIntosh, V., Bulik, C., McKenzie, J., Luty, S. in Jordan, J. (2000). Interpersonal psychotherapy for anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 27(2), 125–139.
- Mensing, J., Bonifazi, D. in LaRosa, J. (2007). Perceived gender role prescriptions in schools, the superwoman ideal, and disordered eating among adolescent girls. *Sex Roles*, 57(7-8), 557–568.
- Merton, R. (1948). The self-fulfilling prophecy. *The Antioch Review*, 8(2), 193.
- Metzger, L. in Murnen, S. (2010). The role of conformity to the superwoman ideal in the relationship between personality and eating disorder symptomatology in adolescents. Pridobljeno s http://biology.kenyon.edu/HHMI/posters_2010/metzgerl.pdf
- Murnen, S. in Smolak, L. (1996). Femininity, masculinity, and disordered eating: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 22(3), 231–242.
- Murnen, S. K., Smolak, L. in Levine, M. P. (1994). Development of a scale to measure adherence to the »superwoman« construct. Kenyon College (Neobjavljen manuscript – za pridobitev se obrnite na avtorje).
- Nicolson, P. (2002). *Having It All? Choices for Today's Superwoman*. Chichester: Wiley
- Reid, J. in Hardy, M. (1999). Multiple roles and well-being among mid-life women: testing role strain and role enhancement theories. *J GerOntol B Psychol Sci Soc Sci*, 54(6), 329–338.
- Reynolds-Dobbs, W., Thomas, K. in Harrison, M. (2008). From mammy to superwoman: Images that hinder black women's career development. *Journal of Career Development*, 35(2), 129–150.
- Saltzberg, E. A. in Chrisler, J. C. (1995). Beauty is the beast: Psychological effects of

- the pursuit of the perfect female body. V J., Freeman (ur.). *Women: A Feminist Perspective* (5. izd., str. 306–315). Mountain View: Mayfield.
- Salwen, L. (1983). The masculinity complex reconsidered. *Smith College Studies in Social Work*, 53(3), 165–176.
- Silverstein, B., Carpman, S., Perlick, D. in Perdue, L. (1990). Nontraditional sex role aspirations, gender identity conflict and disordered eating among college women. *Sex Roles*, 23, 687–695.
- Sumra, M. in Schillaci, M. (2015). Stress and the multiple-role woman: Taking a closer look at the »superwoman«. *PLOS ONE*, 10(3).
- Taylor, L. in Setters, T. (2011). Watching aggressive, attractive, female protagonists shapes gender roles for women among male and female undergraduate viewers. *Sex Roles*, 65(1–2), 35–46.
- Thornton, B. in Leo, R. (1992). Gender typing, importance of multiple roles, and mental health consequences for women. *Sex Roles*, 27(5–6), 307–317.
- Thornton, B., Leo, R. in Alberg, K. (1991). Gender role typing, the superwoman ideal, and the potential for eating disorders. *Sex Roles*, 25(7–8), 469–484.
- Urankar, K. (2009). *Medijska produkcija stresa: fenomen »superženske«* [Media stress production: a wonder woman phenomenon]. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede.
- Woods-Giscombé, C. (2010). Superwoman schema: African American women's views on stress, strength and health. *Qualitative Health Research*, 20(5), 668–683.
-