

## De risico's van het vak

### Gezondheid en beroeps cultuur in de Nederlandse balletwereld

Anna Aalten

*Dit artikel behandelt de relatie tussen de beroeps cultuur van het ballet en de risico's van het beroep van danser. Professionele dansers oefenen een beroep uit dat hoge eisen stelt aan hun fysieke mogelijkheden. De gezondheidsrisico's schuilen echter niet alleen in de fysieke zwaarte van het vak, maar ook in de beroeps cultuur van het ballet. De specifieke esthetiek en het geloof in de maakbaarheid van het lichaam leiden ertoe dat dansers lichamen altijd 'under construction' zijn. In hun pogingen het ideaalbeeld te bereiken leggen danseressen hun lichaam welbewust het zwijgen op. De 'stilte van het lichaam' in de balletwereld is niet een passieve stilte van de vanzelfsprekendheid, maar een stilte die actief wordt bewerkstelligd. Het tot zwijgen brengen van het lichaam is zo zeer onderdeel van de beroeps cultuur van het ballet, dat 'luisteren naar het lichaam' actief moet worden aangeleerd. Een blessure kan hierin paradoxaal genoeg een positieve rol spelen.*

*[ballet, lichaamsidealen, maakbaarheid, beroeps cultuur, stilte van het lichaam, pijn als communicatie]*

'Warning: It Has Been Determined That Ballet Dancing Is Dangerous To Your Health', is de openingszin van het hoofdstuk over blessures in het boek dat de Amerikaanse journalist Joseph Mazo schreef over het jaar dat hij doorbracht met het New York City Ballet.<sup>1</sup> Dansen is een lichamelijk beroep en zoals alle lichamelijke beroepen brengt het specifieke fysieke risico's met zich mee. Na deze openingszin vervolgt Mazo met:

Dancers voluntarily have altered the course of evolution, and this practice invariably leads to trouble. (...) Ballet dancers teach their bodies to do things that defy the principles of human design. (...) Human toes were not designed to stand on. Unfortunately, dancers know this very well, but they stand on them anyway. When an organism is as much modified in structure and purpose as a dancer's body, it becomes dangerously fragile. (...) When dancers learn to turn out 180 degrees from the hips, to dance on pointe, to hold their torsos high off their waists, to arch and point their feet unnaturally, the muscles involved in these operations are strengthened in one way, but weakened in others (1974: 230-31).

Mazo wijst hier op de gevaren voor de gezondheid die het gevolg zijn van de specifieke ballettechniek, zoals het gebruik van *spitzen* (schoenen met een verharde punt die door danseressen worden gebruikt om op de punten van de tenen te dansen) en de extreme uitdraai van de benen en voeten. De gezondheidsrisico's van balletdansers, en in het bijzonder van balletdanseressen, zijn echter niet alleen het gevolg van de techniek en de fysieke zwaarte van het beroep. Lawrence Vincent, een ex-danser en jarenlang arts bij het New York City Ballet, wees ruim vijftientig jaar geleden op een derde belangrijke factor: de specifieke esthetiek. In een uiterst kritische beschouwing, onder de titel *Competing with the Sylph*, ging Vincent (1979) in op de schoonheidsidealen in de balletwereld en de gevolgen hiervan voor de gezondheid van danseressen. Vincent beschreef de obsessieve manier waarop men in de balletwereld met het lichaamsgewicht van danseressen omging en legde een verband met het verstoorde eetgedrag dat veel danseressen ontwikkelden. Ruim twintig jaar later moet Vincent, in een inleiding op een themanummer over eetgedrag van het tijdschrift *Dance Medicine & Science*, constateren dat er inmiddels weinig verbetering is opgetreden. 'The reason', schrijft hij, 'is our failure to confront the root of the problem, because it is a cultural and aesthetic, not a scientific or medical one' (Vincent 1998: 4).

De relatie tussen de beroeps cultuur van het ballet en de risico's van het beroep van danser is het onderwerp van dit artikel, dat gebaseerd is op mijn etnografische studie van de Nederlandse balletwereld. Tussen 1993 en 2000 deed ik onderzoek naar de opvattingen over het lichaam en lichaamspraktijken onder professionele dansers en danseressen.<sup>2</sup> Bij dit onderzoek was de conceptualisering van het lichaam als een plaats waar individuele, sociale en culturele vertogen samenkomen (Scheper-Hughes & Lock 1987) richtinggevend. Ik interviewde een groot aantal danseressen en enkele dansers, verzamelde en analyseerde autobiografieën van danseressen, observeerde balletlessen en repetities, sprak met balletdocenten, fysiotherapeuten, masseurs en artsen en ging natuurlijk naar balletvoorstellingen. Het danserslichaam en de lichaamspraktijken in de balletwereld waren voor mij een ingang om zicht te krijgen op dominante opvattingen en sociale verhoudingen binnen de balletwereld.<sup>3</sup> In de gesprekken met danseressen waren gezondheid, pijn en blessures terugkerende thema's.

Vanwege hun beroep hebben dansers een andere verhouding tot hun lichaam dan niet-dansers. Voor dansers geldt niet de '*disappearance of our body from awareness*' (Csordas 1994: 8, cursief in origineel), die voor de meeste mensen vanzelfsprekend is. De ervaring van een 'veilig belichaamd en begrensd subject' (Van Wolputte & Meurs 2002: 179), dat pas ter discussie komt te staan in geval van ziekte of een lichamelijke handicap, ligt altijd al buiten het bereik van dansers. Danserslichamen zijn eigenlijk voortdurend *under construction*; zij worden gekneed, gevormd en bijgeschaafd tot zij aan de technische en esthetische eisen van het beroep voldoen. Voor dansers is hun lichaam een instrument, een werktuig dat zij vormen, verfijnen en gebruiken. Mazo schrijft:

Dancers know their bodies in the sense that they know what their muscles can do; they feel the pulls and stretches, they are aware of pains and warning signs; they sense balance and the actions of movement, but they know their bodies as outside observers, not as integrated beings. Most humans have the misfortune to think of themselves as compart-

mentalized trinitities-mind, body and emotions. Few people can think, feel and act spontaneously and all at once function as a complete organism. Their training makes dancers even more divided than most of us. Dancers are body-aware, but the majority subconsciously see their bodies as tools. They live in their bodies, not with them (1974: 106).

Door de dagelijkse werkelijkheid van het werken met hun lichaam leren dansers hun lichaam door en door kennen. Zij weten wat zij ermee kunnen doen en zijn zich bewust van de onvolkomenheden en handicaps. Maar omdat de meeste dansers van buitenaf met hun lichaam werken, is hun lichaamsbewustzijn beperkt. Hun lichaam is voor hen een object, een ding dat deels los van hen staat. Zij kijken naar hun eigen lichaam via de spiegels waardoor zij de hele dag omringd worden en werken aan losse onderdelen ervan. Een been dat hoger moet, een voet die zich meer moet strekken en een kin die óp moet. Zo'n instrumentele, objectiverende visie op het lichaam past goed binnen het dominante denken over het lichaam in onze cultuur en heeft daarin bovendien een lange geschiedenis (Turner 1984; Shilling 1993).

Zowel de nadrukkelijke aanwezigheid van het lichaam als de objectivering ervan zijn kenmerkend voor de wijze waarop dansers zich tot hun lichaam verhouden. Maar de intensieve omgang met en bewerking van het lichaam gaan niet gepaard met een erkenning van de kwetsbaarheid ervan. Wie als buitenstaander in de balletwereld rondloopt, zal zich verbazen over de vaak hardhandige manier waarop dansers en dansdocenten met danserslichamen omspringen. Overbelasting, doorwerken met blessures, eetstoornissen en permanente vermoeidheid zijn komen veel voor en lijken als onvermijdelijke beroepsrisico's te worden beschouwd. Hoe valt deze visie op het lichaam in de balletwereld te begrijpen? Welke rol spelen schoonheidsidealen in het gezondheidsgedrag van danseressen? Hoe gaan danseressen om met lichamelijke beperkingen en pijn? En wat betekent 'luisteren naar het lichaam' in de context van het ballet? In dit artikel zoek ik naar antwoorden op deze vragen, teneinde inzicht te krijgen in de samenhang tussen de beroepscultuur van het ballet en het bestaan van specifieke gezondheidsrisico's.

### **De lichaamsloosheid van de ballerina**

In het ballet draait het om lichtheid. Door middel van wilskracht en techniek tarten balletdansers voortdurend de zwaartekracht en wekken zij daarbij bovendien de indruk dat hen dit geen enkele moeite kost. Als danseressen zich verheffen op hun spitzen, de eindeloze rondjes op hun teenpunten draaien of schijnbaar moeiteloos door de lucht springen lijken zij wel gewichtloos. Aan de illusie van lichtheid en moeiteloosheid dankt het ballet een groot deel van het prestige waarmee het omgeven is.<sup>4</sup> De schoonheid van het ballet ligt niet in het presenteren van het menselijk lichaam zoals het is, zwoegend, zwetend en onderworpen aan de zwaartekracht, maar juist in de stilering ervan. Pas als het lichaam zich lijkt te hebben ontdaan van alle onvolkomenheden van de natuurlijke staat, kan het tot kunst worden. De Amerikaanse danswetenschapper Roger Copeland zegt hierover:

In the tradition from Plato to Freud, art is conceived as a mode of sublimation, an alchemical conversion of lower or bodily energy into a higher, mental or spiritual state. To create a work of art is to transcend the lowliness of the body. Hence the odd paradox that dance – the only art form whose raw material is the human body – began to idealize the image of the disembodied woman (1990: 27).

Het ideaal van lichaamsloosheid heeft concrete gevolgen voor de wijze waarop danseressen met hun eigen lichaam omgaan. Het meest in het oog springende gevolg is het voortdurende streven naar dun zijn. De illusie van lichtheid is nu eenmaal eerder te bereiken met een superslank lichaam dan met een lichaam dat ‘body’ heeft. In het leven van balletdanseressen is hun lijn en daarmee verbonden hun verhouding tot eten altijd een aandachtspunt.

Vooraf danseressen die werken in gezelschappen waar de negentiende-eeuwse balletklassiekers op het repertoire staan, worden dagelijks geconfronteerd met het ideaal van de lichaamsloze sylphide.<sup>5</sup> In 1995 bekende Esther Protzman, tweede soliste bij Het Nationale Ballet in Amsterdam, in een artikel in het *Algemeen Dagblad* dat zij al sinds haar puberteit eetproblemen had. Zij was op dat moment net weer met de dagelijkse trainingen begonnen, nadat zij enkele maanden daarvoor was ingestort. Esther Protzman zei in dit artikel: ‘Ik kon niet meer, had totaal geen energie meer. Mijn dansen werd beheerst door de obsessie van het niet eten. Ik dacht dat ik door extreem dun te zijn, beter zou gaan dansen en het kostte me veel inspanning om in te zien dat ik daarin te ver ben gegaan’ (geciteerd in Van Leeuwen 1995: 27). Ruim een jaar na het verschijnen van het artikel interviewde ik Esther Protzman. Zij vertelde hoe bij haar de problemen op school al ontstonden. Zij beschreef zichzelf als een onzeker kind. Zij was duidelijk talentvol, maar leed altijd aan het gevoel niet goed genoeg te zijn. Vanaf een bepaalde leeftijd ging zij die gevoelens van onzekerheid bestrijden door te eten. Esther Protzman: ‘Dat was vanaf mijn veertiende. Toen begon mijn lichaam te veranderen en daar schrok ik erg van. Die problemen ging ik weg eten. Nou, dan word je dikker en dan heb je nog een probleem erbij.’ Ze ontwikkelde een ernstig verstoord eetpatroon, met afwisselend vreetbuien en periodes van streng lijnen. Na haar opleiding werd zij bij Het Nationale Ballet aangenomen. Het eerste jaar had zij veel te doen, maar toen kreeg ze een blessure. Door het stil zitten kwam zij in gewicht aan en uit frustratie hierover ging zij weer eten.

In de jaren daarna nam het afwisselend aankomen en afvallen obsessieve vormen aan. Zij maakte op dat moment deel uit van het corps de ballet, de laagste rang in het gezelschap, en mogelijkheden om door te stromen naar een van de hogere rangen leken er niet te zijn. Toen zij acht jaar als corpsdanceres had gewerkt had zij haar ambities op dansgebied eigenlijk opgegeven. Zij werd zwanger en kreeg een dochter. Toen gebeurde er iets wonderlijks. Esther Protzman:

Na de geboorte van mijn dochter was mijn lichaam helemaal veranderd in positieve zin. Ik woog heel weinig, maar dat was heel natuurlijk gegaan. Ik had geen krankzinnige diëten gedaan, ik was zelfs begonnen met ontbijten en had chocolade gegeten, wat ik daarvoor nooit deed. Maar ik zat goed in mijn vel en dat werd gezien. Dus toen werd ik eruit gepikt.

Verskillende choreografen kozen haar uit voor hun balletten, ze kreeg grotere rollen aangeboden en danste veel. Haar danscarrière kreeg een nieuwe impuls. Een jaar na de geboorte van haar dochter werd ze bevorderd tot soliste. Maar haar slankheid en het succes in haar dansen konden niet verhelfen dat haar eetgedrag problematisch bleef. Vanuit Het Nationale Ballet was er geen begeleiding op dit gebied en zelf gaf zij niet aan hulp nodig te hebben. Ogenschijnlijk was er immers niets mis. Een totale instorting was nodig om haar, én het balletgezelschap, met de neus op de feiten te drukken. Inmiddels had zij haar eetgedrag goed onder controle. Esther Protzman:

Ik heb geleerd dat je als danser goed voor jezelf moet zorgen. Dat je lichaam moet geven wat het nodig heeft. Maar dat is moeilijk, want de eisen zijn hoog. En als danser wil je dansen. Dus als ze je niet kiezen voor een bepaald ballet heb je een probleem. Ik heb heel lang gedacht: als ik maar dun genoeg ben, nemen ze me wel. Ik dacht: als ik maar aan dat ballerina-plaatje voldoe. Maar zo werkt het niet. Je moet jezelf blijven. Dansers moeten met hun eigen lichaam werken en niet met dat plaatje. Je moet gewoon inzien wat je waard bent en accepteren dat je voor sommige balletten niet gekozen wordt.

Eetstoornissen komen in de balletwereld veelvuldig voor. Uit internationaal onderzoek blijkt dat dansers over het algemeen beduidend minder calorieën consumeren dan niet-dansers met een gemiddeld eetpatroon (Benson et al. 1988; Brinson & Dick 1996) en andere sporters (Peterson 1984). Ook hun inname van koolhydraten, die dansers juist nodig hebben voor de energie, en vitamines, noodzakelijk voor de instandhouding van het immuunsysteem, ligt lager dan gemiddeld. Vooral danseressen teren jarenlang in op hun lichamelijke reserves. Het ideaal van slankheid leidt er bovendien toe dat veel danseressen te weinig onderhuids vet hebben. Dit kan leiden tot menstruatiestoornissen en op latere leeftijd tot botontkalking (Warren 1989; Wolman 1999). De onderzoekers zijn onomwonden in hun conclusie: de eetgewoonten van danseressen zijn ongezond, zeker in het licht van het zware fysieke inspanningen die zij dagelijks leveren.

Toch was het probleem binnen de balletwereld jarenlang onbespreekbaar. De esthetische idealen en de praktijken waartoe zij leiden waren zozeer onderdeel van de balletcultuur dat men de ogen sloot voor de negatieve gevolgen ervan (Gordon 1983). De laatste jaren staan bij internationale dansconferenties eetstoornissen en hun gevolgen weliswaar op de agenda, maar het onderwerp brengt hevige emoties teweeg en er is nog steeds veel verzet vanuit de danswereld tegen het aan de orde stellen ervan. De erkenning, dat het esthetisch ideaal bij veel danseressen leidt tot zodanig slecht eetgedrag dat hun gezondheid serieus gevaar loopt en dat eetstoornissen een reëel beroepsrisico vormen, wint slechts moeizaam terrein. Waarom verloopt het bespreekbaar maken van de minder mooie kanten van de 'ballerina look' zo moeizaam? En waarom kostte het talentvolle, intelligente danseressen zoals Esther Protzman zoveel jaar om te ontdekken dat haar lichaam kwetsbaar is?

## Het maakbare lichaam

Volgens danswetenschapper Susan Foster hebben dansers tijdens hun opleiding en training dagelijks te maken met twee lichamen: het ideale lichaam en het lichaam dat zij voelen en in de spiegel zien. Of, om Foster's terminologie te gebruiken: 'two bodies: one, perceived and tangible; the other, aesthetically ideal' (1997: 237). Het ideale lichaam is het lichaam dat danseressen aangereikt krijgen van hun docenten, balletmeesters en choreografen. Dit lichaam heeft een specifieke vorm en omvang en de vaardigheden om bepaalde bewegingen uit te voeren. Voor balletdanseressen zijn de vorm en omvang van het lichaam nauwkeurig omschreven en ligt ook het bewegings-idioom vast. Binnen de machtsverhoudingen die in de balletwereld gelden zijn het de docenten, balletmeesters, choreografen en artistiek leiders die bepalen of een lichaam al dan niet voldoet aan het ideaal en daarmee letterlijk fungeren als poortwachters. Het tweede lichaam waarmee danseressen te maken hebben is het lichaam dat zij voelen en in de spiegel zien. Dit is het lichaam waarvan de spieren zich aanspannen om een been omhoog te brengen. Het lichaam waarvan de tenen pijn doen als ze in de spitzen gaan en de buik rammelt als het ontbijt is overgeslagen. Dit is het lichaam dat moe is na een lange dag. Maar het is ook het lichaam dat gehoorzaamt aan de eisen die eraan worden gesteld, dat die moeilijke serie pirouettes na lang oefenen goed uitvoert, een balans op het juiste moment vasthoudt en de lyrische lijnen maakt die de choreograaf vraagt. Tussen deze twee lichamen, het ideale lichaam en het waargenomen, tastbare lichaam, vindt een voortdurende interactie plaats.

In de eerste tien jaar van opleiding en training, de jaren waarin het danseressenlichaam gemaakt wordt, is er sprake van ongelijkheid bij die interactie. Gedurende die jaren is de opleiding en training van danseressen gericht op het creëren van een danseressenlichaam en hierbij dient het ideale lichaam als richtsnoer. In de hiërarchische verhouding tussen het ideale lichaam en het eigen lichaam is de danseres voortdurend bezig met hoe het zou moeten zijn. Bovendien is zij doordrongen van het besef dat hard werken het ideaal dichterbij kan brengen. Een jonge danseres vertelde me eens: 'Tijdens mijn opleiding ging ik elke avond tegen mijn bed aan zitten, met mijn benen tegen de pijngrens aan. Dan kon ik de volgende dag weer een stukje verder.' Deze danseres ondervond letterlijk aan den lijve dat het lichaam zich laat vormen. Met de juiste oefeningen en genoeg doorzettingsvermogen zijn lichamen in veel opzichten maakbaar. Danseressen weten dit, omdat de maakbaarheid van het lichaam hen tijdens hun opleiding voortdurend is voorgehouden en omdat zij hebben ervaren dat oefening en doorzettingsvermogen inderdaad tot fysieke verandering en verbetering leiden. De voortdurende oefeningen werpen hun vruchten af, de techniek is leerbaar en het lichaam maakbaar.

In de westerse cultuur is de obsessie met het lichaamsgewicht van vrouwen een algemeen verschijnsel. Feministische critici spreken over de 'tirannie van slankheid' (Chernin 1983) en wijzen op de problemen die veel vrouwen hiermee hebben (Orbach 1978; Bordo 1993). Schoonheid veronderstelt slankheid, een mooie vrouw is per definitie een slanke vrouw. Onder druk van dit schoonheidsideaal voelen vrouwen zich gedwongen slank te zijn of dit te willen worden (Brumberg 1989). Eetstoornissen, pro-

blematisch eetgedrag en ziektes als anorexia nervosa en boulimie nervosa komen hoofdzakelijk onder vrouwen voor (Van Lenning 1992; MacSween 1993). De Nederlandse psycholoog Gea Procee (1995) deed onderzoek naar de sociale determinanten van eetstoornissen bij dansstudenten. Procee borduurde in haar onderzoek voort op bevindingen van andere onderzoekers, die hadden laten zien dat het verstoorde eetgedrag van dansstudenten niet per definitie voortkwam uit dezelfde psychologische mechanismen die bij anorexia nervosa patiënten een rol speelden. Dansstudenten bleken een positiever lichaamsbeeld te hebben dan anorexia nervosa patiënten en hun sterke prestatiedrang kwam meer voort uit positieve dan uit negatieve faalangst (Weeda-Mannak & Drop 1985).

Procee's onderzoek bevestigde de dwingende kracht van de esthetische normen in de balletwereld die Vincent in zijn *Competing with the Sylph* aan de kaak had gesteld. Zij ontdekte ook dat dansstudenten die zich sterk richtten op de voorwaarden waaraan zij moesten voldoen om te slagen in hun ambities, een groter risico liepen om eetstoornissen te ontwikkelen. Deze dansstudenten waren ervan overtuigd dat een positieve beoordeling van hun dansen afhankelijk was van hun slankheid en vergeleken zichzelf voortdurend met anderen die slanker waren dan zij zelf. Gebrek aan zelfvertrouwen en onzekerheid over de normen waaraan zij moesten voldoen bleken de ontwikkeling van problematisch eetgedrag in de hand te werken.

De manier waarop danseressen omgaan met het ideaal van slankheid en de gezondheidsproblemen die dit voor velen van hen met zich meebrengt staan niet op zichzelf, maar zijn een onderdeel van het geloof in de maakbaarheid van het lichaam in de balletwereld. Lichaamsgewicht is een betrekkelijk gemakkelijk te beheersen aspect van het lichaam. Geen van de danseressen met wie ik heb gesproken had er ooit moeite mee gehad om af te vallen. Zij beschikten zonder uitzondering over de zelfdiscipline die nodig was om in een korte tijd een paar kilo's kwijt te raken. Maar vroeg of laat komt voor alle danseressen het moment waarop zij zich realiseren dat zelfs hun lichaamsgewicht zich niet eindeloos laat manipuleren. Voor verschillende danseressen was er, net als bij Esther Protzman, een ernstige fysieke tegenslag nodig om hen dit inzicht te verschaffen. Want juist omdat gewicht een van de meest maakbare aspecten van het lichaam is, kan acceptatie van de eigen grenzen op dit gebied lang op zich laten wachten. De dwingende houding die danseressen ten opzichte van hun lichaam aannemen, wordt versterkt door een ander element in de beroeps cultuur van het ballet: de specifieke houding ten opzichte van pijn.

### **De heroïek van pijn**

Tijdens een internationale conferentie op het terrein van dansstudies in 1995 hoorde ik Susan Foster een anekdote vertellen over een danseres die met klachten bij de dokter kwam. De arts vroeg haar waar zij pijn had en sinds wanneer. Zijn vraag werd beantwoord met een niet-begrijpende blik van de danseres. Toen de arts op zijn beurt weer niet begreep waarom de danseres zijn vragen zo raar vond, reageerde zij met: 'Maar ik heb altijd overal pijn.' Dit verhaaltje is wellicht wat gechargeerd, maar raakt wel een



fundamenteel kenmerk van het leven van dansers. Lichamelijke pijn is een alledaags verschijnsel dat onlosmakelijk verbonden is met het beroep. Dansers hebben altijd pijn. De antropoloog Wulff spreekt zelfs over een 'culture of injury and pain' (1998: 105). Voor de meeste danseressen is dit zo vanzelfsprekend dat mijn vragen over dit onderwerp in eerste instantie als onbelangrijk terzijde werden geschoven. Als ik aandrang kwam er meestal een voorbeeld van een ernstige blessure of een valpartij, voordat we, na doorvragen van mijn kant, bij de dagelijkse pijn terecht kwamen.

In de danswereld is het gebruikelijk om te spreken over 'gemakkelijke' en 'moeilijke' lichamen. Een gemakkelijk lichaam is een lichaam dat zich van nature betrekkelijk probleemloos laat voegen in het ideaalbeeld dat er bestaat. Tender, soepel, een goede uitdraai, lange benen die hoog opgegooid kunnen worden, mooie voeten en een rechte rug. Bij moeilijke lichamen is de afstand tussen het eigen lichaam en het ideaalbeeld groter. Dan moet er harder gewerkt worden of zelfs helemaal worden afgezien van een balletcarrière. Mariët Andringa had een zogenaamd moeilijk lichaam. Tijdens haar opleiding leerde zij de afstand tussen de twee lichamen, het ideale lichaam en het waargenomen, tastbare lichaam, zo klein mogelijk te maken. De wijze waarop zij de twee lichamen bij elkaar probeerden te brengen was bepaald niet zachtzinnig. Mariët Andringa:

Ik had wel een goed gevoel toen ik van school kwam. Echt het gevoel: ik heb gewonnen. Je komt van school als een vechtmachine. Ik was zo sterk dat ik later mijn pezen kapot trok. Maar als ik terug kijk vind ik dat ik liefdeloos met mijn lijf ben omgegaan. Met pijn en blessures toch door dansen. Na de vakantie gelijk tweeëndertig *changements* (sprongetjes waarbij de voeten in de lucht van plaats wisselen) vanuit een grand plié. En het dan de volgende dag met zulke benen nog een keer doen. Of een half uur frappés. Gingen ze bij mijn voeten zitten om te kijken of ik het volhield. Dan stroomden de tranen over mijn wangen, maar ik gaf niet op. Dat was het enige waar ik aan dacht: niet opgeven. Wat je daarmee bereikt is mentaal, dat je doorgaat. Maar fysiek? Je leert eigenlijk om niet te voelen. Dat is best handig in sommige situaties. Maar daardoor komen mensen wel heel erg ver bij hun gevoel van 'au' vandaan te staan.

Niet alleen de danseressen met de zogenaamde moeilijke lichamen werkten op deze manier. Ook degenen die van nature meer gezegend waren spraken dikwijls in termen van strijd met hun lichaam. Zoals Mazo het treffend formuleerde, vraagt het ballet van danseressen dat zij dingen doen 'that defy the principles of human design' (1974: 230). Dit trotseren moet letterlijk worden genomen. Voor danseressen zijn fysieke barrières er om geslecht te worden. Problemen worden beschouwd als uitdagingen. Deze context bepaalt hun houding ten aanzien van pijn. In de balletwereld geldt: wie goed wil zijn moet pijn lijden. Pijn krijgt daarmee een zekere heroïsche status. Het is niet voor niets dat dansers op de gewone vraag 'Hallo, hoe gaat het?' vaak antwoorden met een mededeling over een lichaamsdeel dat pijn doet. Wie deze vraag stelt in een balletstudio krijgt antwoorden als 'Niet zo best, mijn voet doet pijn' of 'Ach, het gaat wel, maar ik heb last van mijn rug'. Juist vanwege dat heroïsche aspect wordt pijn door dansers beslist niet alleen als negatief beschouwd. Pijn kan ook het idee geven dat je jezelf verbetert. Op zulke momenten wordt pijn zelfs verwelkomd (Wulff 1998: 106-7).



Danseressen weten dat doorwerken met pijn heel goed mogelijk is. Uit een psychologisch onderzoek dat enige jaren geleden werd uitgevoerd bleek dat balletdansers ondanks hun eeuwige geklaag over pijn een hoge pijngrens hadden. Die merkwaardige combinatie van aan de ene kant altijd pijn voelen en aan de andere kant veel pijn kunnen hebben hangt samen met het idee zeggenschap te hebben over het eigen lichaam. Dansers oefenen een beroep uit dat veel fysieke pijn met zich mee brengt, maar zij hebben wel het gevoel dat zij dit deels zelf in de hand hebben (Tajet-Foxell & Rose 1995). Toen ik mijn eerste interview met Yoko van der Tweel deed, zat zij in haar vierde seizoen bij Het Nationale Ballet. Zij vertelde mij over haar omgang met pijn.

Ik heb wel eens een likdoorn gehad en moest toch mijn spitzen in. Toen heb ik gemerkt dat je je mentaal zo kunt instellen dat je, als je het toneel op gaat, geen pijn meer hebt. Door er van te voren doorheen te gaan.

Zeven jaar later sprak ik haar opnieuw en toen ik haar vroeg hoe zij nu over pijn dacht vertelde ze me de volgende anekdote:

Pijn heb je als je niets doet. Dan voel je het. Als je danst heb je geen pijn. Ik herinner me dat ik een keer een repetitie had en mijn spitzenlint brak af. Ik deed er een veiligheids-speld in en die is gaan buigen en de punt ging in mijn voet. Dat zat er al een tijdje en dat bloedde heel erg. Maar ik had er niets van gevoeld. Omdat je dan zo bezig bent en goed doorbloed bent, daardoor voel je het niet.

Alle danseressen hadden ervaringen die hiermee vergelijkbaar waren.

In een beroeps cultuur waar het lichaam als maakbaar wordt beschouwd en pijn een heroïsche status heeft roept de confrontatie met de kwetsbaarheid van het lichaam een andere reactie op dan 'de erkenning van het nut van lichaamszorg' (Van Wolputte & Meurs 2002: 179). Omdat perfectie het streven is en pijn niet wordt beschouwd als een teken van kwetsbaarheid, maar als signaal dat het ideaal dichterbij komt, lijken dansers geen besef te hebben van de grenzen van hun fysieke mogelijkheden. Erkenning van het bestaan van grenzen komt pas later, wanneer een danseres op soms harde wijze hiermee wordt geconfronteerd.

### **De stilte van het lichaam**

Nancy Scheper-Hughes en Margaret Lock stellen in de slotline van hun invloedrijke artikel 'The Mindful Body' (1987) dat ziekte en pijn niet moeten worden beschouwd als geïsoleerde gebeurtenissen of ongelukkige spelings van de natuur, maar als een vorm van communicatie. De wijze waarop ziekte en pijn ontstaan en de manier waarop zij worden uitgedrukt zijn altijd het resultaat van een interactie tussen het individuele lichaam, inclusief de geest, en de sociale en politieke verhoudingen waar het lichaam deel van uitmaakt. Door middel van ziekte ('the language of the organs') laten de natuur, de samenleving en de cultuur tegelijkertijd van zich horen (Scheper-Hughes & Lock 1987: 31). Welk verhaal wordt verteld door een blessure? Wat is de taal van het lichaam in de balletwereld?

Gezonde mensen ervaren hun lichaam als een vanzelfsprekendheid of, zoals Csordas het uitdrukt, als een *'disappearance from awareness'* (1994: 8). Van Wolputte en Meurs spreken over 'de stilte van het lichaam' (2002: 178), wanneer zij beschrijven hoezeer het lichaam afwezig is in het zelfbewustzijn van mensen die geen fysieke problemen hebben. Pas wanneer er sprake is van ziekte, pijn of een plotseling optredende lichamelijke afwijking wordt deze stilte doorbroken (Van Wolputte & Meurs 2002: 177-79). In de beroeps cultuur van het ballet is 'de stilte van het lichaam' van een andere aard. Omdat dansers dagelijks met hun lichaam werken en het bewerken, kennen zij niet die vanzelfsprekende, passieve stilte die voor anderen gewoon is. De stilte van het danserslichaam is een stilte die actief wordt bewerkstelligd. In een beroeps cultuur waar lichaamsloosheid het streven is en pijn een heroïsche status heeft, krijgt het lichaam van de danseres welbewust het zwijgen opgelegd. De communicatie is eenzijdig. Danserslichamen zijn stomme lichamen die zich dienen te voegen naar een nadrukkelijk omschreven ideaalbeeld.

Maar de maakbaarheid van het lichaam heeft grenzen. Een blessure kan zo'n grens zijn. Binnen de beroeps cultuur van het ballet worden protestgeluiden van het lichaam, in de vorm van pijn of blessures, zoveel mogelijk genegeerd en tot zwijgen gebracht. Uit onderzoek blijkt dat de meeste blessures in de balletwereld niet het gevolg zijn van een ongeluk, maar van chronische overbelasting (Brinson & Dick 1996). Deze overbelasting ontstaat door te hard werken of door langdurig op een verkeerde manier te werken. Op het moment van de blessure verzet het lichaam zich tegen het opgelegde zwijgen en spreekt het zich uit.

Voor dansers zijn blessures een ramp. In het overheersende besef dat een balletcarrière kort is vrezen dansers een blessure, omdat zij hierdoor balletten niet kunnen dansen en rollen mislopen. 'There is a rule in the ballet world against casting or promoting dancers who are injured', schrijft antropoloog Wulff (1998: 106). Danseressen die last hebben van een blessure zullen zo lang mogelijk wachten met het bekend maken ervan uit angst niet meer te mogen dansen. Dit is een belangrijke reden waarom danseressen geneigd zijn ondanks een blessure door te werken. Danseres Darcey Bussell schrijft:

Dancers are always so desperate not to miss any part of their careers that we find it tempting to work through injuries if we possibly can. When we first join the company we're especially determined to prove ourselves, and I know many dancers who have been injured but who have carried on working without telling anyone (1998: 149).

Bussell vervolgt haar verhaal met te zeggen dat zij weet dat doorwerken met een blessure slecht is en zich uiteindelijk tegen je keert, en dat zij het desondanks zelf ook nog wel eens doet. Maar 'everytime, afterwards, I cannot believe I've taken such a stupid risk' (1998: 150).

In mijn interviews met danseressen kreeg ik vergelijkbare verhalen te horen. Toen ik Daniëlle Valk voor het eerst sprak, zat zij in haar zevende seizoen in het corps de ballet van Het Nationaal Ballet. Zij vertelde:

Dat waarmaken had ik in het begin heel sterk. Ik kwam van school met het gevoel dat ik moest laten zien dat ik het kon. Je bent gewoon altijd bang om iets te missen. Dan denk je

dat, als je er een week niet bent, er een rol aan je neus voorbij gaat. Meer dan honderd procent werken. Dat heeft me wel opgebroken, in het eerste jaar ben ik drie weken oververmoeid geweest.

Bij jonge dansers is het gevoel van urgentie groot. Zij moeten zich nog bewijzen en willen niet langs de kant zitten op het moment dat de rollen worden verdeeld. Bovendien werken zij met een zekere overmoedigheid die bij hun jeugd hoort. Hun jonge lichamen kunnen veel hebben en herstellen snel. Voor oudere dansers is toegeven aan pijn of een blessure moeilijk, omdat er altijd de vrees bestaat dat zich met deze blessure het einde van de danscarrière aandient.

Niet alleen ambitie en het gevoel van urgentie, ook plichtsgevoel en solidariteit tegenover het gezelschap en de andere dansers kunnen een reden zijn waarom dansers doordansen, terwijl hun lichaam aangeeft dat zij dit misschien beter niet zouden kunnen doen.

Injured dancers often experience not only a psychological frustration over not being able to dance for a period of time, but also guilt over affecting others adversely. It is the camaraderie and the sense of community in the company that then comes to the surface (Wulff 1998: 106).

Danseress Daniëlle Valk vertelde:

Soms hebben ze maar heel weinig mensen om in te vallen en dan voel je die verantwoordelijkheid zo. Ik heb wel eens iets gehad aan de knokkel van mijn grote teen. Dat was echt een overbelastingsprobleem. Niet ernstig genoeg om echt rust te houden, maar wel heel pijnlijk. Voor een voorstelling moest ik dan eerst heel veel die beweging maken die zo'n pijn deed om door de avond heen te komen. Dat was niet leuk. Op zo'n moment wil je zo'n voorstelling wel laten schieten, maar dan krijg je te horen: we hebben niemand. Vooral als je collega's ziet die wel doorwerken, ja, dan wil ik niet achterblijven.

Maar die houding kan ertoe leiden dat een lichte blessure chronisch wordt. Het repertoire van Het Nationale Ballet brengt voor danseressen veel spitzewerk met zich mee en de voeten van Daniëlle Valk hadden hier moeite mee. Het overbelastingsprobleem waarover zij in ons eerste gesprek repte, bleek later te verergeren. De ontsteking aan de knokkel van haar grote teen werd chronisch en bezorgde haar veel last. Door de vaak krappe programmering, waarin verschillende dansgenres elkaar snel afwisselden, had Valk te weinig tijd om te herstellen. De ontstekingsremmende medicijnen hielpen wel, maar veroorzaakten ook maagklachten. Binnen drie jaar na ons eerste gesprek was Valk genoodzaakt te stoppen met dansen. Haar lichaam liet van zich spreken op een manier die niet te negeren was.

Danseressen die hun lichaam stelselmatig het zwijgen opleggen, lopen het risico op de grenzen van de maakbaarheid te stuiten. De Amerikaanse danseres Merrill Ashley kreeg in de eerste twee jaar van haar carrière bij het New York City Ballet voortdurend te maken met blessures. In haar autobiografie houdt zij collega-dansers voor dat een blessure ook een positieve kant kan hebben.

When I am injured and have more free time than I am accustomed to, I find myself trying to form a clearer picture in my mind of what I want the overall effect of my dancing to be. (...) After an injury, a dancer learns, at least for a short time, to heed his body if only because pain speaks a language almost anyone can understand. This heightened awareness should not disappear once the dancer returns to form; rather it should help him continue to learn about the ways his body moves and reacts (Ashley geciteerd in Berardi 1991: 61).

Ashley stelt dat zij juist door haar veelvuldige blessures leerde op een andere manier met haar lichaam om te gaan dan zij gewend was geweest. Maar haar veronderstelling dat 'pain speaks a language almost anyone can understand' komt niet overeen met mijn ervaringen in de balletwereld. Integendeel, in de verhalen van de danseressen die ik interviewde is veeleer sprake van een vorm van hardhorendheid, die door de omgeving waarin zij werken wordt gestimuleerd. Zoals in het verhaal van Cora Bos-Kroese, die ten tijde van ons eerste gesprek bijna tien jaar bij het Nederlands Dans Theater danste. Zij vertelde hoe zij direct na haar opleiding bij het gezelschap was gekomen. Na ruim twee jaar werd zij getroffen door een ernstige rugblessure. Bos-Kroese:

Vroeger werkt ik vanuit posities. Ik had die arabesque en die wilde ik bereiken. Ik dacht elke dag: daar ga ik kracht opbouwen. Elke dag rekken. Maar in plaats daarvan kon ik opeens helemaal niets meer. Alle wervels waren geïrriteerd en alle spieren daar omheen. Dat was als een soort verdediging er omheen helemaal opgezet. Het was zo erg dat ik een week niet heb kunnen lopen. Dat heeft me toen aan het denken gezet. Toen besepte ik dat je ook vanuit een minder uitgedraaide eerste positie kunt werken. Ik ben meer gaan luisteren naar mijn lichaam. Ik werk nu vanuit mijn eigen kunnen en van daaruit probeer ik mijn grenzen te verleggen. Je strekt en je voelt hoever je kunt gaan. Een soort bewustmaking van wat je doet. Maar daar was echt die blessure voor nodig.

Uit haar verhaal en dat van andere danseressen blijkt dat het tot zwijgen brengen van het lichaam zozeer onderdeel is van de beroeps cultuur, dat 'luisteren naar het lichaam' actief moet worden aangeleerd. Een blessure kan hierin paradoxaal genoeg een positieve rol spelen.

## Conclusie

Professionele balletdanseressen oefenen een beroep uit waarbij hoge eisen worden gesteld aan hun fysieke mogelijkheden en kracht. In de dagelijkse praktijk van trainingen, repetities en voorstellingen werken zij zich letterlijk in het zweet en trotseren daarbij voortdurend 'the principles of human design'. De gezondheidsrisico's schuilen echter niet alleen in de fysieke zwaarte van het vak, maar ook in de beroeps cultuur van het ballet. De dominantie van specifieke schoonheidsidealen en het geloof in de maakbaarheid van het lichaam leiden ertoe dat danserslichamen altijd *under construction* zijn. Danseressen zijn doordrongen van het besef dat oefening en doorzettingsvermogen leiden tot verandering en verbetering van hun eigen waargenomen en tastbare

lichaam in de richting van de gewenste ideale vorm. De pijn die hiermee gepaard gaat, wordt beschouwd als onvermijdelijk en zelfs enigszins heroïsch.

Als gevolg van het voortdurende ‘lichaamswerk’ zijn dansers zich, anders dan niet-dansers, voortdurend bewust van hun lichaam. De ‘stilte van het lichaam’ in de balletwereld is niet een passieve stilte van de vanzelfsprekendheid, maar een stilte die actief wordt bewerkstelligd. In hun pogingen het ideaalbeeld te bereiken leggen professionele danseressen hun lichaam welbewust het zwijgen op. Pijn of een lichte blessure worden niet beschouwd als tekenen van de kwetsbaarheid van het lichaam, maar als grenzen die verlegd moeten worden. Dit gebeurt niet altijd ongestraft. Soms verzet het lichaam zich tegen het opgelegde zwijgen en wordt de danseres geconfronteerd met een blessure die niet te negeren valt.

Een blessure die een danseres weerhoudt datgene te doen dat zij het liefste doet – dansen – is het ergste dat haar kan overkomen. Maar uit mijn onderzoek blijkt dat in een beroeps cultuur die het lichaam stelselmatig het zwijgen oplegt, een blessure ook een positieve betekenis kan hebben. Ik heb danseressen gesproken die al vroeg in hun danscarrière tegen de grenzen van hun lichaam waren gestuit en anderen voor wie dat moment later was gekomen. Maar de les die er was getrokken was steeds dezelfde: aanvankelijk forceerden zij hun lichaam in het streven naar ideaalbeeld, toen gebeurde er iets waardoor zij beseften dat er een grens was aan de maakbaarheid van het lichaam en vanaf dat moment gingen zij anders werken. De interactie tussen hun eigen lichaam en het ideaalbeeld veranderde van karakter. In plaats van de onderwerping van het waargenomen, tastbare lichaam aan het ideale lichaam ontstond er een wisselwerking tussen de beide lichamen. Het eigen lichaam kreeg een stem en mocht meepraten over de doelen die de danseres voor ogen stonden. Van een zwijgend lichaam dat slechts uitvoering moest geven aan de wil van een dwingende geest werd het een gelijkwaardige gesprekspartner.

## Noten

Anna Aalten studeerde antropologie en is momenteel als universitair hoofddocent verbonden aan de Afdeling Sociologie en Antropologie van de Universiteit van Amsterdam. Zij publiceert op het terrein van vrouwelijkheid (onder andere in haar boek *Zakenvrouwen. Over de grenzen van vrouwelijkheid en ondernemerschap in Nederland sinds 1945*, Amsterdam: Van Gennep 1991), dans, de antropologie van het lichaam, transseksualiteit en transgenderisme en methodologie. Email: a.j.aalten@uva.nl

- 1 Er bestaan nauwelijks etnografische studies van de balletwereld. De meest recente is die van de Zweedse antropoloog Helena Wulff (1998) een vergelijking van vier balletgezelschappen, die enigszins teleurstellend is. Om zich een beeld te vormen van het ballet als beroeps cultuur kan men zich beter wenden tot journalistieke portretten, zoals dat van Mazo (1974), Stevens (1976) en Gordon (1993).
- 2 Hoewel ik zowel mannelijke als vrouwelijke dansers uitvoerig heb geobserveerd en geïnterviewd, lag het accent van mijn onderzoek op de ervaringen van danseressen. De balletwereld is deel van een cultuur waarin vrouwen een andere verhouding tot hun lichaam hebben dan mannen. Mijn belangstelling ging vooral uit naar lichaamsbeelden en -idealen in relatie tot

specifieke lichaamspraktijken van vrouwelijke dansers, en niet naar een vergelijking tussen de seksen.

- 3 Besprekingen van de historische achtergronden van de dominante lichaamsbeelden en lichaamspraktijken in het ballet, de machtsverhoudingen in de balletwereld en de verschillen tussen mannelijke en vrouwelijke dansers vallen buiten het bestek van dit artikel. Zie hiervoor onder andere Aalten 1997a; 1997b; 2002a; 2002b.
- 4 In de internationale danswereld, waarvan het ballet deel uitmaakt, heeft de ballettechniek een hoge status, die onder meer terug te voeren is op de moeilijkheidsgraad ervan. Maar ook de ontstaansgeschiedenis, die in de zeventiende eeuw aan de Europese hoven begon, en het belang van traditie spelen een grote rol (zie ook Aalten 2000).
- 5 In de negentiende eeuw, de eeuw van de Romantiek, maakte het ballet een belangrijke ontwikkeling door. In die tijd zijn er balletten gemaakt die nog steeds worden uitgevoerd. Een groot aantal balletten uit die periode, zoals *Giselle* (1841) en *Het Zwanenmeer* (1877), heeft bovenaardse wezens, zoals sylphides en betoverde zwanen, als hoofdpersoon. Die bovenaardseheid moet worden uitgedrukt in de kostumering, het bewegingsrepertoire en uiteraard in het postuur van de danseres die de hoofdrol danst.

## Literatuur

- Aalten, A.
- 1997a Springen als een man: beeld en beweging in dans. In: A. Aalten & M. Derks, *Op spikes en spitzen. Over sekse en lichamen in beweging*. Amsterdam: SISWO/Instituut voor Maatschappijwetenschappen, pp. 53-82.
  - 1997b Performing the body, creating culture. *The European Journal of Women's Studies* 4 (2): 197-217.
  - 2000 Is classical ballet technique sacrosanct? Dance education in the Low Lands. *Carnet* (Uitgave van theaterinstituten Amsterdam/Brussel), pp. 3-11.
  - 2002a *De bovenbenen van Olga de Haas. Achter de schermen van de Nederlandse balletwereld*. Amsterdam: Van Gennep.
  - 2002b De lessen van de levensloop. Danseressen over ambities en keuzes, *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift* 29 (1): 99-117.
- Benson, J. et al.
- 1988 Nutritional considerations for ballet dancers. In: Clarkson & Skrinar (eds), *Science of dance training*. Champaign: Human Kinetics Publishers, pp. 223-237.
- Berardi, G.
- 1991 *Finding balance. Fitness and training for a lifetime in dance*. Princeton: Princeton Book Company.
- Bordo, S.
- 1993 *Unbearable weight. Feminism, Western culture, and the body*. Berkeley: University of California Press.
- Brinson, P. & F. Dick
- 1996 *Fit to dance? The report of the national inquiry into dancers' health and injury*. London: Calouste Gulbenkian Foundation.
- Brumberg, J. J.
- 1997 *The body project. An intimate history of American girls*. New York: Random House.

- Bussell, D. (with Judith Mackrell)  
 1999 *Life in dance*. London: Arrow Books.
- Chemin, K.  
 1983 *Womansize: The tyranny of slenderness*. London: The Women's Press.
- Copeland, R.  
 1990 Duncan, Graham, Rainer, and Sexual Politics. *Dance Theatre Journal* 8 (3): 6-30.
- Csordas, T. (ed.)  
 1994 *Embodiment and experience. The existential ground of culture and self*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Foster, S.  
 1997 Dancing bodies. In: J. Desmond (ed.), *Meaning in motion. New cultural studies of dance*. Durham & London: Duke University Press, pp. 235-59.
- Gordon, S.  
 1983 *Off balance. The real world of ballet*. New York: Pantheon Books.
- Lenning, A. van  
 1992 *Het vege lijf. Anorexia nervosa: kwijnen, lijnen of hongeren*. Assen: Dekker & Van de Vegt.
- MacSween, M.  
 1993 *Anorexic bodies. A feminist and sociological perspective on Anorexia Nervosa*. London & New York: Routledge.
- Mazo, J.  
 1974 *Dance is a contact sport*. New York: Da Capo Press.
- Orbach, S.  
 1993 *Hunger strike: The anorexic's struggle as a metaphor for our age*. London: Penguin.
- Peterson, M.  
 1984 A comparison of nutrient needs between dancers and other athletes. In: C. Shell (ed.), *The dancer as athlete*. Champaign: Human Kinetics Publishers, pp. 117-23.
- Procee, G.  
 1995 Een onderzoek naar sociale determinanten van eetstoornissen bij studenten op dansopleidingen. Doctoraalscriptie Universiteit van Amsterdam.
- Scheper-Hughes, N. & M.M. Locke  
 1987 The mindful body. A prolegomenon to future work in medical anthropology. *Medical Anthropology Quarterly* 1 (1): 6-41.
- Shilling, C.  
 1993 *The body and social theory*. London: Sage.
- Stevens, F.  
 1976 *Dance as life. A season with the American Ballet Theatre*. New York: Avon Books.
- Tajet-Foxell, B. & F.D. Rose  
 1995 Pain and pain tolerance in professional ballet dancers. *British Journal of Sports Medicine* 29 (1): 31-34.
- Turner, B.  
 1992 *Regulating bodies: Essays in medical sociology*. London: Routledge.
- Van Wolputte, S. & P. Meurs  
 2002 Lichaam, zorg, kwetsuur en verzorging. Een antropologie van de menselijke kwetsbaarheid. *Medische Antropologie* 14 (1): 170-90.



- Vincent, L.M.  
1979 *Competing with the Sylph: Dancers and the pursuit of the ideal body form*. New York: Andrews & McMeel.
- Vincent, L.M.  
1998 Disordered eating: Confronting the dance aesthetic. *Dance Medicine & Science* 2 (1): 4-6.
- Warren, M.P. & J. Brooks-Gun  
1989 Delayed menarche in athletes: the role of low-energy intake and eating disorders and their relation to bone density. In: Z. Laron & A.D. Rogol (eds), *Hormones and sport*. New York: Raven Press, pp. 41-55.
- Weeda-Mannak, W.L. & M.J. Drop  
1985 The discriminative value of psychological characteristics in anorexia nervosa: Clinical and psychometric comparison between anorexia nervosa patients, ballet dancers and controls. *Journal of Psychiatric Research* 19: 285-90.
- Wolman, R.  
1999 Body weight and bone density. In: Y. Koutedakis & G. Sharp (eds), *The fit and healthy dancer*. New York: John Wiley & Sons, pp. 249-65.
- Wulff, H.  
1998 *Ballet across borders. Career and culture in the world of dancers*. Oxford & New York: Berg.