

# Utjecaj zadovoljstva tjelesnim izgledom na izražavanje predrasuda prema pretilim osobama kod studenata

---

Kovačević, Marina

Master's thesis / Diplomski rad

2015

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:009661>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-03**



**FILOZOFSKI FAKULTET**  
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

**UTJECAJ ZADOVOLJSTVA TJELESNIM IZGLEDOM NA  
IZRAŽAVANJE PREDRASUDA PREMA PRETILIM  
OSOBAMA KOD STUDENATA**

Diplomski rad

Marina Kovačević

Mentor: doc. dr. sc. Daniela Šincek

Osijek, 2015.

## Sadržaj

Uvod .....	1
Predodžba o tijelu .....	1
Zadovoljstvo tjelesnim izgledom.....	3
Današnji ideali ljepote .....	4
Predrasude prema pretilim osobama.....	5
Cilj istraživanja .....	7
Problemi i hipoteze.....	8
Metodologija .....	8
Sudionici .....	9
Postupak.....	9
Instrumenti.....	9
Rezultati .....	11
Sastav sudionika i deskriptivna analiza .....	11
Testiranje preduvjeta za korištenje parametrijskih postupaka.....	13
Spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani .....	14
Doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama.....	15
Rasprava .....	20
Spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani.....	20
Doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama .....	22
Povezanost između skala kojima se mjeri stupanj izražavanja predrasuda prema pretilim osobama.....	245
Važnosti i nedostaci provedenog istraživanja .....	256
Implikacije rada i smjernice za buduća istraživanja .....	267
Zaključak.....	278
Literatura .....	289

## **Utjecaj zadovoljstva tjelesnim izgledom na izražavanje predrasuda prema pretilim osobama kod studenata**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati utjecaj zadovoljstva tjelesnim izgledom i s njime povezanih komponenata: spola, ITM-a i važnosti pravilne prehrane na izražavanje predrasuda prema pretilim osobama na populaciji studenata. Također, ispitane su spolne razlike u iskazivanju predrasuda prema pretilima i zadovoljstvu izgledom te izračunata povezanost između skala kojima se mjere predrasude prema pretilima. Istraživanje je provedeno na prigodnom uzorku od 430 studenata Ekonomskog i Građevinskog fakulteta u Osijeku. Jednostavnom analizom varijance dobivene su spolne razlike u razini izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Stavovi koje sudionici izražavaju prema pretilima su neutralni do blago pozitivni, a studenti su skloniji njihovom izražavanju od studentica. Spolne razlike nisu dobivene u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom. Rezultati provedenih hijerarhijskih regresijskih analiza pokazuju kako je najznačajniji prediktor izražavanja predrasuda prema pretilim osobama percepcija kako okolina procjenjuje vanjski izgled pojedinca. Značajnim su se također pokazali i zadovoljstvo težinom te spol. Faktori u oba slučaja objašnjavaju oko 7% varijance kriterijske varijable, odnosno stupnja izražavanja stavova prema pretilima. Zadovoljstvo cjelokupnim izgledom, ITM i važnost pravilne prehrane nisu se pokazali značajnim prediktorima važnim za izražavanje predrasuda prema pretilim osobama. Korelacijskom analizom izračunata je povezanost skala kojima se mjere stavovi prema pretilim osobama i dobivena je umjerena povezanost pozitivnoga smjera.

Ključne riječi: predrasude, izražavanje predrasuda, pretilost, zadovoljstvo izgledom

## **The impact of body satisfaction on the expression of prejudice towards obese people in students**

The aim of this study was to investigate the impact of body image satisfaction and associated components: sex, BMI and the importance of proper nutrition on the expression of prejudice towards obese people in the population of male and female students, and to examine gender differences in satisfaction with appearance and level of expression of prejudice towards obese. The study was conducted on a sample of 430 students of Economics and Civil Engineering Colleges in Osijek. The results of simple analysis of variance showed gender differences in the level of expression of prejudice towards obese people. The views expressed by students toward obese are neutral to slightly positive, and young men are more likely to express them than girls. Gender differences were not obtained in the level of body image satisfaction. The results of hierarchical regression analyzes indicate that the most significant predictor of expressing prejudice against obese people is perception of how others perceive ones appearance. Gender and satisfaction with ones weight are also shown to be significant predictors of expressing prejudice towards the obese. Factors in both cases explain about 7% of the variance of the criterion variable, that is the degree of expression of attitudes towards obese. Satisfaction with the overall appearance, BMI and the importance of proper nutrition showed no significance to expressing prejudice against the obese. Correlation analysis of two scales that measure attitudes towards the obese showed moderate positive connection between the two.

Key words: prejudice, expression of prejudice, obesity, body image, body satisfaction

## Uvod

Svjetska zdravstvena organizacija (*eng. World Health Organization; WHO*) opisuje pretilost kao najbrže rastuću svjetsku epidemiju. Pretpostavlja se da danas u svijetu više od 315 milijuna osoba spada u kategoriju pretilih ili morbidno pretilih osoba (Caterson i Gill, 2002; prema Nolan, Murphy i Barnes-Holmes, 2013). Prevalencija pretilosti najveća je u visokorazvijenim, zapadnjačkim zemljama. Iako se posljedice pretilosti većinom spominju i istražuju u okvirima zdravstvene problematike (npr. povećan rizik za šećernu bolest, bolesti krvožilnog sustava), sve se veća pažnja pridaje socijalnim i psihološkim posljedicama pretilosti zbog stigme i negativnih predrasuda koja se povezuje s njome (Nolan i sur., 2013). Pretilost utječe negativno na kvalitetu života, a istraživanja upućuju na nedostatak socijalnih kompetencija kod pretilih osoba u odnosu na osobe normalne težine. Također, javljaju se i poteškoće u emocionalnom funkcioniranju posebice kod djece i adolescenata (Grubić, 2008), a kod mnogih pretilih osoba u odrasloj dobi dolazi i do težih psihičkih oboljenja zbog dugotrajne izloženosti diskriminaciji i mržnji društva (Grubić, 2008). Puno faktora utječe na izražavanje predrasuda prema pretilim osobama, od čega se najveća pažnja u dosadašnjim istraživanjima pridala lokusu kontrole i snazi volje. U ovom radu više će se pažnje posvetiti do sada slabije istraživanom konceptu koji utječe na izražavanje predrasuda o pretilim osobama, a to je zadovoljstvo tjelesnim izgledom koje je dio većeg konstrukta predodžbe o tijelu.

### **Predodžba o tijelu**

Svaka osoba posjeduje brojna mišljenja, osjećaje i stavove o vlastitom tijelu. Predodžba o vlastitom tijelu, slika o vlastitom tijelu ili *body image* jedna je od komponenata pojma o sebi (Shavelson i sur., 1976; prema Lacković-Grgin, 1994), a predstavlja mentalnu sliku osobe o vlastitom tjelesnom izgledu i evaluaciji izgleda (Pokrajac-Bulian 2000; prema Matić, 2008). Multidimenzionalan je konstrukt koji u sebi sadrži internalne ili individualne (biološke i psihološke) te eksternalne ili društvene (kulturalne i socijalne) čimbenike.

Pokrajac-Bulian, Živčić-Bećirević, Vukmanović i Forbes (2005) u sociokulturalne čimbenike povezane s razvojem predodžbe o tijelu ubrajaju utjecaj društva i društvenih normi, standarde i ideale ljepote koji se razlikuju u različitim kulturama te medije koji oblikuju idealnu sliku tijela.

Pokrajac- Bulian i sur. (2005) također navode kako se individualna (subjektivna ili osobna) komponenta predodžbe vlastitog tijela odnosi na zadovoljstvo/nezadovoljstvo osobe svojim tijelom i tjelesnim izgledom. Ova komponenta uključuje stavove vezane uz sliku tijela koji se

moгу odnositi na pojedine dijelove tijela ili na izgled tijela u cijelosti. Četiri su najvažnije komponente stava prema tijelu, od kojih je jedna zadovoljstvo tjelesnim izgledom (Pokrajac-Bulian, Stubbs i Ambrosi-Randić, 2004):

1. *globalno subjektivno zadovoljstvo/nezadovoljstvo tjelesnim izgledom*
2. *afektivna uznemirenost izgledom tijela* koja odražava raspoloženja i emocionalna stanja vezana uz tijelo
3. *kognitivni aspekt slike tijela* koji se odnosi na ulaganje u vlastiti izgled, iskrivljene misli ili vjerovanja o tijelu, atribucije i slično te
4. *ponašanje izbjegavanja* kao posljedica nezadovoljstva izgledom

Predodžba o vlastitom tijelu odražava percepciju, mišljenje i osjećaje u vezi s tijelom i tjelesnim iskustvima te njihov utjecaj na ponašanje pojedinca. Na perceptivnoj razini stvaraju se predodžbe o veličini i obliku dijelova tijela. Kognitivna komponenta uključuje usmjerenost na tijelo i uz to vezane iskaze, kao i mišljenje o vlastitom tijelu i tjelesnim iskustvima dok emotivni aspekt predodžbe o vlastitom tijelu uključuje iskustva ugone ili neugode, odnosno zadovoljstva ili nezadovoljstva povezanih s izgledom i s različitim tjelesnim iskustvima. Pokrajac-Bulian i sur. (prema Rosen, 1992) uz nabrojane perceptivne, kognitivne i emotivne komponente predodžbe o tijelu navode i bihevioralnu komponentu koja se odnosi na stalno provjeravanje tijela (primjerice u ogledalu ili kroz iskaze drugih osoba), te izbjegavanje situacija koje izazivaju anksioznost.

Predodžba o vlastitom tijelu individualno je iskustvo, što znači da se razlikuje od osobe do osobe i u različitim životnim razdobljima te također ne postoji nužno korelacija između stavova o tijelu i objektivne realnosti, tj. individualne impresije o tijelu nisu nužno u skladu s realnim osobinama tijela. Vrlo često se mišljenje osobe o vlastitom tijelu i izgledu razlikuje od njezina stvarnog izgleda i onoga kako druge osobe procjenjuju da ta osoba izgleda. Važna značajka predodžbe o tijelu je povezanost s emocijama o *selfu*, odnosno predodžba o tijelu i doživljaj vlastitog tijela su snažno povezani s načinom na koji osoba percipira sebe. Osnovni osjećaj postojanja zasniva se na tijelu, a proizlazi iz iskustva osobe da je utjelovljena i spoznaje da se razlikuje od vanjskog svijeta i drugih (Ambrosi-Randić, 2001; prema Matić, 2008). Predodžba o vlastitom tijelu snažno je socijalno determinirana te nije statična već je promjenjiva, njezin razvoj temelji se na interakciji s prvim skrbnicima, a kroz odrastanje sve izraženija postaje i uloga šire socijalne okoline i masovnih medija.

Predodžba o vlastitom tijelu može biti pozitivna i negativna. Negativna predodžba o vlastitom tijelu definira se kao izobličena percepcija vlastitog tijela povezana s osjećajima neugode, srama i anksioznosti zbog vlastitog tijela (Avalos, Tylka i Wood-Barcalow, 2005). Pozitivna predodžba o tijelu ne odnosi se samo na izostajanje negativnih percepcija i osjećaja povezanih s tijelom, već odražava prihvaćanje tijela i viđenje sebe onakvim kakvim jesmo (Avalos i sur., 2005).

### **Zadovoljstvo tjelesnim izgledom**

Zadovoljstvo tjelesnim izgledom može se definirati kao percepcija zadovoljstva tjelesnim izgledom i dijelovima tijela osobe, a dio je šireg koncepta predodžbe o tijelu koji još uključuje i važnost tijela u self konceptualizaciji (Groesz, Levine i Murnen, 2002). Zadovoljstvo tjelesnim izgledom obuhvaća različite aspekte, među kojima se izdvajaju: zadovoljstvo tijelom u cjelini, zadovoljstvo težinom, zadovoljstvo oblikom tijela te zadovoljstvo visinom i snagom mišića, odnosno mišićavosti.

S tjelesnim zadovoljstvom povezani su brojni faktori kao što su primjerice faktori dobi, spola, indeksa tjelesne mase (ITM<sup>1</sup>), prehrambenih navika i navika vježbanja. Svijest o vlastitom izgledu razvija se vrlo rano, prema nekim istraživanjima već i kod djece od 6 godina. Kao što je već navedeno, slika o tijelu, a samim time i zadovoljstvo vlastitim tijelom nije statično već se mijenja s dobi. Iako adolescenti pokazuju najveće razine nezadovoljstva vlastitim izgledom taj trend se, posebice kod žena, javlja i u starijoj dobi. Kod muškaraca trend većeg nezadovoljstva tjelesnim izgledom nije izražen u tolikoj mjeri, ali se pojavljuje, primjerice problem ćelavosti koji je sve izraženiji s dobi (Murnen, Smolak, Mills i Good, 2003; prema Pokrajac-Bulian i sur., 2005). Mladići i dalje pokazuju veći stupanj zadovoljstva svojim tijelom općenito, svojom težinom i oblikom tijela nego djevojke, no nezadovoljstvo pokazuju na području veličine i snage mišića što se može pripisati utjecaju medija koji prikazuju stereotipno zgodnog muškarca kao visokog i snažnog, odnosno mišićavog (Erceg-Jugović, 2015). Kod mlađih osoba pokazuje se trend izjednačenja stupnja zadovoljstva kod mladića i djevojaka, odnosno povećanje zadovoljstva vlastitim izgledom kod djevojaka, koji je moguće povezan sa sve većim odbacivanjem »ideala mršavosti« u zapadnim društvima (Ferguson, 2013).

Sve učestalije se prikazuju reklame u kojima se veliča ženska ljepota u svim oblicima, u kojima se žene osnažuju i osuđuje se objektivizacija žena. Ferguson (2013) u svojoj meta-analizi

---

<sup>1</sup> Indeks tjelesne mase će se u ostatku teksta navoditi kao ITM.

istraživanja utjecaja medija na tjelesno zadovoljstvo/nezadovoljstvo pronalazi kako »ideal mršavosti (ili mišićavosti kod muškaraca)« ima značajan utjecaj samo na pojedince koji su skloni negativnoj procjeni vlastitog tijela i u riziku su za razvoj poremećaja u prehrani.

Prehrana je još jedan važan faktor povezan sa zadovoljstvom tjelesnim izgledom. Pojedinci koji su nezadovoljni svojim tijelom, a posebice mladići i muškarci paze na prehranu i odabiru zdrave i svježije namirnice te se bave vježbanjem kako bi izgubili na težini. Prehrambene navike djevojaka nešto su nezdravije i one većinom koriste različite strategije kontrole tjelesne težine, započinju nezdrave dijete, preskaču obroke, poste duže vremensko razdoblje, broje kalorijski unos ili učestalo vježbaju kako bi postigle medijski prikazan idealan izgled (Aruguete, Yates i Edman, 2006).

### **Današnji ideali ljepote**

Idealan tjelesni izgled i ideali ljepote podložni su promjenama kako za žene tako i za muškarce. »Idealno žensko tijelo« doživjelo je brojne promjene, od veličanja putenosti i naglašenih oblina do izrazite i nezdrave mršavosti. Današnji idealan tjelesni izgled podrazumijeva neproporcionalno žensko tijelo, neprirodno tankog struka i izrazito malog ITM, ali velikih grudi i naglašenih bokova, odnosno izgled »Barbie lutkice« kojeg većina djevojaka i žena realno ne može postići (Matić, 2008). Mediji naglašavaju važnost takvog izgleda naglašavajući primjerice da žena koja posjeduje idealno tijelo može jednostavnije pronaći partnera, da je zadovoljnija, da ima više prijatelja i slično (Robinson, Callister i Jankoski, 2008; prema Puhl i Heuer, 2009). Diskrepanca između vlastitog i medijski konstruiranog idealnog tijela dovodi do nezadovoljstva vlastitim tijelom koje se smatra poremećajem predodžbe vlastitog tijela, niskog samopoštovanja i patoloških nastojanja za dostizanjem te idealne mršavosti što u konačnici može dovesti do poremećaja u prehrani i u težim slučajevima do gađenja samim sobom i slikom svoga tijela (Pokrajac-Bulian i sur., 2005). Važno je za napomenuti kako idealno žensko tijelo ne predstavlja i zdravo tijelo.

Muški ideal ljepote nije toliko bio podložan promjenama kao ženski. Tradicionalno, na muškarca se gledalo kao na osobu koja brine i financijski skrbi za svoju obitelj pri čemu se nije naglašavala važnost izgleda. U današnje vrijeme od muškaraca se očekuje da muževnost, snagu i sigurnost pokazuju kroz svoj fizički izgled. Australaska psihološka organizacija navodi kako se nezadovoljstvo izgledom kod muškaraca u zadnjih 25 godina utrostručilo i da sve učestalije upravo muškarci traže pomoć zbog poremećaja prehrane (APS, 2004). McCabe i Ricciardelli (2004) navode kako muškarci s poremećajem prehrane imaju slične rezultate na skalama nezadovoljstva tijelom kao i žene s poremećajima u prehrani, odnosno da se nezadovoljstvo



tjelesnim izgledom izjednačuje među spolovima. Ideal muške ljepote podrazumijeva snažnog i mišičavog muškarca istaknutih crta lica i jake čeljusti (Pope, Olivardia, Gruber i Borowiecki, 1998).

Većina navedenih istraživanja odnosi se na zapadnjačke kulture i u Hrvatskoj taj trend nije toliko uočljiv, no Pokrajac-Bulian, Mohorić i Đurović (2007) u svom istraživanju navode kako 31% djevojaka i 18.4% mladića bilo na umjerenom dijelu, dok je 9.3% djevojaka i 4% mladića bilo na ekstremnom dijelu te da je utjecaj medija na dostizanje ideala mršavosti sve snažniji, posebice na osobe u urbanoj sredini.

Danas je nezadovoljstvo izgledom, posebice kod djevojaka toliko učestala pojava da se počinje smatrati, kako Pokrajac-Bulian i sur. navode »normativnim nezadovoljstvom« i gotovo da je očekivano, posebice kod mladih osoba u adolescenciji.

### **Predrasude prema pretilim osobama**

Predrasude se definiraju kao neprijateljski ili negativni stav prema članovima prepoznatljive grupe zasnovan isključivo na njihovom članstvu u grupi (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Predrasude prema pretilima posebna su skupina predrasuda jer, za razliku od predrasuda i stereotipnog mišljenja prema ostalim manjinskim grupama, ljudi smatraju kako su pretili osobe većinom same odgovorne za svoju pretilost, odnosno za pripadnost skupini koja je izložena predrasudama (Hansson, Karnehed, Tynelius i Rasmussen, 2009). Smatra se, primjerice kako je osoba određene boje kože takva od svog rođenja i ne može to uz nikakav trud i rad promijeniti, dok pretila osoba može jednostavno smršavjeti i svojim je nezdravim životom i načinom prehrane tome doprinijela. Crandall (1994) navodi kako su predrasude prema pretilim osobama jedan od oblika simboličnih predrasuda te da su ukorijenjene u vjerovanjima i vrijednostima koje odražavaju samodisciplinu i odlučnost, da su povezane s ostalim oblicima predrasuda te da su povezane s vlastitim tijelom i izgledom.

Predrasude prema pretilima i dalje su jedne od najdublje ukorijenjenih predrasuda u našem društvu. Istraživanja pokazuju da su pretila djeca izložena diskriminaciji čak i od strane njihovih vlastitih roditelja i obitelji koji ih smatraju manje vrijednima, neuspješnima i nedruštvenima (Mendoza–Denton, 2010). Hansson i sur. (2009) pokazuju kako se predrasude prema pretilim osobama formiraju u vrlo ranoj dobi, između druge i pete godine djeteta te se osnažuju odrastanjem.

Prema nekim istraživanjima predrasude prema pretilim osobama utječu na osobne odluke (Fiske, Bersoff, Borgida, Deaux i Heilman, 1991; Heilman, Martell i Simon, 1988; prema Adkins i Stivers, 2006) što se može potvrditi i u svakodnevnom životnom iskustvu jer se mnogo

puta pretile osobe susreću s brojnim oblicima diskriminacije. Predrasude i stigmatizacija pretelih osoba vidljiva je u mnogim aspektima života uključujući poslovno okruženje gdje se pretilim osobama uskraćuje pravo na povišice ili im se zbog tjelesnog izgleda odbija dati posao za koji su kvalificirani (Puhl, Andreyeva i Brownell, 2006); akademsko okruženje gdje se pretili učenici ne susreću samo s vršnjačkim nasiljem već ih i profesori negativno gledaju (Puhl i Latner, 2007); medicinsko okruženje, gdje se pretili pacijenti susreću s predrasudama koje prema njima imaju liječnici, medicinski tehničari (Foster, Wadden, Makris i sur., 2003) pa čak i stručnjaci mentalnog zdravlja koji se bave problemom pretilosti koji im ponekada odbijaju pružiti pomoć. Stoga ne čudi da se pretile osobe susreću s brojnim nejednakostima pri zapošljavanju, obrazovanju i napretku u karijeri te u području zdravstvene zaštite što utječe na njihovu kvalitetu života.

Predrasude prema pretilim osobama uključuju percepciju da su pretile osobe (ili morbidno pretile osobe) bezobrazne, zle, glupe, nezadovoljne, nekompetentne ili barem manje kompetentne od osoba koje nisu pretile. Također, vidi ih se kao lijene, nespretno, naivne, socijalno izolirane i kao osobe koje nemaju razvijenu samodisciplinu, motivaciju i osobnu kontrolu (Puhl i Brownell, 2006).

Naravno, na negativne stavove i predrasude o pretilosti snažno utječu i mediji. Mediji su svojom stereotipnom reprezentacijom pretile osobe značajno doprinijeli socijalnom prihvatanju izražavanja predrasuda prema pretilima (Puhl i Heuer, 2009).

Pretile i morbidno pretile osobe često se ismijava i stereotipizira u popularnim televizijskim emisijama i filmovima. Pretili se karakteriziraju kao priglupе, naivne iako vrlo društvene osobe, a često glume sporedne likove (Puhl i Heuer, 2009). Njihovo stereotipno ponašanje, u humorističnim serijama gotovo je uvijek popraćeno smijehom publike. U vijestima se pretile osobe prikazuje kao krivce za svoju težinu. Već se u animiranim filmovima i filmovima za djecu može uočiti oblik stereotipnog prikazivanja pretelih osoba – pretili likovi se percipiraju kao ružni i zločesti i vrlo često otežavaju glavnom junaku dolazak do cilja (Herbozo, Tantleff-Dunn, Gokee-Larose i Thompson, 2004)<sup>2</sup>.

Istraživanja također pokazuju da mediji pretilost prikazuju u okvirima osobne odgovornosti, usmjeravajući se na subjektivne uzroke problema i rješenja istih, pri tom potpuno zanemarujući socijalne i okolinske faktore koji su mogli utjecati na pretilost osobe (Heuer, McClure i Puhl, 2011). Pretilost se prikazuje kao odabir ili kao kazna, a pretile osobe se krive za svoje probleme s učestalom pogrešnom percepcijom kako je stigmatizacija i okrivljavanje pretelih osoba za

---

<sup>2</sup> Primjerice, često su zle maćehе ili vještice prikazane kao pretile

njihovu pretilost zapravo motivirajući faktor u procesu gubitka kilograma (Crandall, 1994; Puhl i Heuer, 2010). Važan utjecaj na predrasude o pretilosti ima i briga o vlastitom tijelu, posebice o vlastitoj težini. Osobe s visokim stupnjem brige o svom izgledu pokazuju se kao osjetljivije na informacije vezane uz tjelesnu masu, bez obzira odnose li se te informacije na njih ili na druge osobe (Markus, Hammill i Sends, 1987; prema Adkins i Stivers, 2006). Osobe koje pokazuju visoki stupanj brige za vlastiti izgled bave se tjelesnom aktivnosti (primjerice odlazak u teretanu), ali i paze na pravilnu, zdravu i raznoliku prehranu. Adkins i Stievers (2006) navode kako osobe koje pridaju važnost pravilnoj prehrani izražavaju više predrasuda o pretilim osobama. Te osobe također pokazuju znatnu razinu kritičnosti pri procjeni tjelesnih aspekata drugih osoba, posebice njihove težine.

Stavovi imaju važan utjecaj na stvaranje i izražavanje predrasuda. U kontekstu ovog rada može se zaključiti da su stavovi o vlastitom tijelu (primjerice zadovoljstvo ili nezadovoljstvo vlastitim tijelom) važniji za izražavanje, ali i nastajanje predrasuda prema pretilim osobama nego stvarna tjelesna težina ili izgled.

Zanimljivo je istraživanje Lewis, Cash, Jacobi i Bubb-Lewis (1997) čiji rezultati sugeriraju kako postoji mala do umjerena povezanost između predrasuda prema pretilim osobama i osobne anksioznosti od debljanja te pokušaja održavanja kondicije i zdravlja. To su razumljive povezanosti jer predrasude prema pretilim osobama mogu pojačavati vlastiti strah od debljanja i spadanja u kategoriju prema kojoj osoba ima predrasude, a s druge strane te predrasude mogu biti fobična projekcija antipatije prema onima koji »posjeduju« karakteristiku (u ovom slučaju pretilost) koju pojedinac prezire.

### **Cilj istraživanja**

Primarni cilj ovog istraživanja bio je ispitati utjecaj zadovoljstva tjelesnim izgledom i s njime povezanih komponenata: spola, ITM-a i važnosti pravilne prehrane na izražavanje predrasuda

prema pretilim osobama na populaciji studenata i studentica. Također, zbog rastućeg trenda smanjenja razine zadovoljstva izgledom kod muškaraca ispitano je razlikuje li se razina zadovoljstva tjelesnim izgledom kod studenata i studentica. Konačno, kako bi se provjerilo mjere li u istraživanju korišteni instrumenti (ATOP i AFA) kojima se ispituju stavovi prema pretilim osobama zaista isti konstrukt ispitana je njihova međusobna povezanost.

### **Problemi i hipoteze**

1. Utvrditi postoje li spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani.
  - Očekuje se statistički značajna razlika između studenata i studentica u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom i stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Očekuje se da će studenti biti zadovoljniji tjelesnim izgledom te da će izražavati više predrasuda prema pretilim osobama od studentica. Statistički značajna razlika ne očekuje se u važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani.
2. Utvrditi relativni doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM-a i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama.
  - Očekuje se da će zadovoljstvo izgledom i spol statistički značajno doprinijeti objašnjenju varijance izraženosti predrasuda prema pretilim osobama. Očekuje se da će najznačajniji prediktor biti zadovoljstvo tjelesnim izgledom u smjeru da će sudionici zadovoljniji izgledom izražavati više predrasuda prema pretilima. Za ITM i pažnju koja se pridaje pravilnoj prehrani se ne očekuju takvi rezultati
3. Utvrditi korelaciju između skala kojima se mjeri stupanj izražavanja predrasuda prema pretilim osobama (Skala stavova prema pretilim osobama i Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama).
  - Očekuje se statistički značajna pozitivna korelacija između skala koje mjere stupanj izražavanja predrasuda prema pretilim osobama, odnosno između instrumenata kojima se mjeri sličan konstrukt.

### **Metodologija**

## **Sudionici**

U istraživanju je sudjelovalo 430 studenata dvaju fakulteta u Osijeku («Građevinskog fakulteta» i «Ekonomskog fakulteta»). Sudionici su heterogeni po spolu, pri čemu je sudjelovalo 213 (49.5%) studenata te 217 (50.5%) studentica. Ispitanici su studenti prve, druge i treće godine preddiplomskog studija te prve godine diplomskog studija. Dob sudionika kreće se u rasponu od 19 do 28 godina ( $M= 21.09$ ,  $SD= 1.679$ ). Iz daljnje obrade podataka izostavljeni su rezultati 11 sudionika zbog nepotpuno ispunjenih upitnika. Studenti navedenih fakulteta odabrani su kao sudionici budući da njihova struka i znanja koja stječu na fakultetu ne bi trebala utjecati na rezultate ispitivanja te su to fakulteti na koje se upisuje podjednak broj studenata i studentica.

## **Postupak**

Istraživanje je provedeno u nekoliko studijskih grupa, odnosno studijskih godina, na «Građevinskom» i «Ekonomskom fakultetu» u predavaonicama navedenih fakulteta za vrijeme predavanja. U dogovoru s profesorima, studentima je istraživanje predstavljeno na početku predavanja, kako se ne bi prekidao tijekom predavanja. Studijske grupe su imale u prosjeku 50 studenata. Prije početka ispitivanja, sudionicima je ukratko predstavljeno istraživanje i sam diplomski rad te su dobili verbalnu uputu o načinu popunjavanja upitnika. Od sudionika se zatražilo da potpišu pristanak za sudjelovanje u istraživanju. Prilikom davanja upute naglašena je povjerljivost i anonimnost podataka te dobrovoljnost sudjelovanja. Nakon što se studentima predstavilo istraživanje, podijeljeni su im pisani pristanci i upitnici. Vrijeme potrebno za ispunjavanje upitnika je bilo 15 minuta po odjeljenju, odnosno godini.

## **Instrumenti**

*Upitnik o sociodemografskim podacima* kojim će se prikupiti podatci o fakultetu, godini koju sudionik pohađa, dobi i spolu. Od sudionika se tražilo da zapišu podatke o svojoj trenutnoj težini (u kg) i visini (u cm) na temelju kojih će se izračunati indeks tjelesne mase (ITM). Indeks tjelesne mase (*eng. Body mass index; BMI*) je pokazatelj stupnja uhranjenosti osobe, a predstavlja omjer tjelesne mase u kilogramima i kvadrata tjelesne visine u metrima. Za obradu podataka izabrane su četiri osnovne kategorije za interpretaciju indeksa tjelesne mase (WHO, 2004.):

- pothranjenost:  $<18.50$
- normalna težina: od 18.50 do 24.99
- prekomjerna težina: od 25.00 do 29.99
- pretilost:  $>30.00$

Također, upitnik sadrži i pitanje o pažnji koji studenti pridaju pravilnoj i zdravoj prehrani (»Koliku važnost pridajete zdravoj prehrani (šest malih obroka dnevno, mnogo voća i povrća u obrocima itd.)?«).

*Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (Body Esteem Questionnaire for Adolescence and Adult; BES; Mendelson, Mendelson i White, 2001)* koristi se za ispitivanje zadovoljstva tjelesnim izgledom, odnosno mišljenja i osjećaja o vlastitom tijelu kod adolescenata i odraslih. Upitnik se sastoji od tri subskale, a to su Zadovoljstvo izgledom, Zadovoljstvo težinom i Atribucije. Skala Zadovoljstvo izgledom sadrži deset čestica i ispituje općenite misli i osjećaje o vlastitom izgledu, skala Zadovoljstvo težinom sadrži osam čestica, dok skala Atribucije sadrži pet čestica kojima se mjeri stupanj uvjerenja osobe o pozitivnom procjenjivanju njenog tijela od strane okoline.

Upitnik koristi skalu Likertovog tipa od 5 stupnjeva, pri čemu 1 označava «uopće se ne odnosi na mene», a 5 označava «u potpunosti se odnosi na mene». Nakon rekodiranja čestica negativnog smjera rezultati na sve 3 subskale prikazuju se kao tri pojedinačna rezultata dobivena zbrajanjem čestica koje čine tri navedene subskale.

Dobiveni koeficijenti unutarnje konzistencije iznose  $\alpha = .83$  za subskalu Zadovoljstvo tijelom,  $\alpha = .84$  za subskalu Zadovoljstvo težinom te za subskalu Atribucije  $\alpha = .62$ .

*Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda (Body Appreciation Scale; BAS; Avalos i sur., 2005)* je instrument koji se sastoji od 13 čestica koje čine jedan faktor. Avalos i suradnici (2005) jednodimenzionalnost BAS provjerili su eksploratornom faktorskom analizom. Faktorska opterećenja na jednodimenzionalnoj soluciji iznosila su od .43 do .91 te su objašnjavala gotovo 61% varijance čestica. Dvofaktorska solucija nije se pokazala zadovoljavajućom. Upitnikom se ispituje vrednovanje vlastitog tijela, odnosno stavova prema tijelu, prihvaćanje tijela i odbijanje medijski predstavljenih tjelesnih ideala. Skala se razlikuje za muškarce i žene te kada se BAS primjenjuje na muškarcima dvanaesta (12.) čestica se mora preformulirati da odgovara muškoj slici o poželjnom tijelu (»Ne dopuštam da nerealne slike mišićavih muških tijela prezentirane u medijima utječu na stavove o mom tijelu «).

Odgovori se daju na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva pri čemu 1 označava »nikad«, a 5 »uvijek«. Ukupan rezultat prikazuje se kao zbroj rezultata na pojedinim česticama pri čemu veći rezultat označava veće vrednovanje tijela, odnosno veće zadovoljstvo izgledom.

Dobiveni koeficijent unutarnje konzistencije za navedeni instrument u ovom istraživanju iznosi  $\alpha = .89$ .

*Skala stavova prema pretilim osobama (Attitudes Towards Obese Persons Scale; ATOP; Allison, Basile i Yuker, 1991)* je instrument konstruiran za mjerenje eksplicitnih stavova i percepcije pretilih osoba u društvu. Skala se sastoji od 20 čestica koje sudionik ocjenjuje na skali Likertovog tipa od 6 stupnjeva pri čemu -3 znači »u potpunosti se ne slažem«, a +3 »u potpunosti se slažem«. Nakon što se na određenim česticama rekodiraju rezultati zbrajaju se i na ukupni rezultat se dodaje konstanta 60. Konstanta se dodaje na ukupni rezultat kako bi se izbjeglo računanje s negativnim vrijednostima. Minimalni rezultat je 0 i označava potpuno negativan stav prema pretilim osobama, dok je najviši mogući rezultat 120 i označava pozitivan stav prema pretilim. Što je rezultat veći stav prema pretilim osobama je pozitivniji. Test pokazuje adekvatnu valjanost i koeficijente pouzdanosti koji se kreću od  $\alpha = .70$  do  $\alpha = .84$  (Alison i sur., 1991), dok koeficijent unutarnje konzistencije u ovom istraživanju iznosi  $\alpha = .69$ , što je umjerena vrijednost, ali približna vrijednosti koju su dobili autori instrumenta.

*Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama (Antifat Attitudes Questionnaire; AFA; Crandall, 1994)* je upitnik koji se zbog svoje jednostavnosti učestalo koristi za ispitivanje negativnih stavova i predrasuda prema pretilim osobama. Upitnik se sastoji od tri subskale: Nesviđanje, Strah od debljine i Snaga volje (Kontrola). Skala Nesviđanje sastoji se od sedam čestica i mjeri antipatiju prema pretilim osobama, skala Strah od debljine sastoji se od tri čestice i procjenjuje osobnu zabrinutost da će se pojedinac udebljati. Posljednja skala Snaga volje sastoji se također od tri čestice i mjeri uvjerenje kako je pretilost stvar nedostatka snage volje i osobne kontrole.

Odgovori se daju na skali Likertovog tipa od 9 stupnjeva, pri čemu 1 znači »u potpunosti se ne slažem«, a 9 »u potpunosti se slažem«, a ukupni rezultat je zbroj svih čestica pri čemu viši rezultat označava negativnije stavove prema pretilosti.

Instrument ima zadovoljavajuće koeficijente pouzdanosti koji se kreću između  $\alpha = .79$  i  $\alpha = .84$  (O'Brien, Hunter i Banks, 2007), a u provedenom istraživanju dobivena je vrijednost od  $\alpha = .83$  koja je u skladu s navedenim rezultatima.

## **Rezultati**

### **Sastav sudionika i deskriptivna analiza**

U Tablici 1 prikazane su frekvencije spola, pripadnosti fakultetu i ITM ispitanog uzorka studenata.

Tablica 1 Frekvencije i postotci spola, pripadnosti fakultetu i ITM-a (N=430).

Varijable		Frekvencije	%
Spol	Ženski	217	50.5
	Muški	213	49.5
Fakultet	EFOS	226	52.6
	GFOS	204	47.4
ITM	Pothranjenost	43	10.0
	Idealna težina	303	70.5
	Prekomjerna težina	70	16.3
	Pretilost	14	3.2

Legenda:

%= postotak sudionika u određenim skupinama

EFOS= Ekonomski fakultet u Osijeku

GFOS= Građevinski fakultet u Osijeku

Iz Tablice 1 vidljivo je kako je u istraživanju sudjelovalo, od ukupno 430 sudionika, 204 (47.4%) sudionika s Građevinskog fakulteta u Osijeku, te 226 (52.6%) sudionika s Ekonomskog fakulteta u Osijeku. Od ukupnog broja sudionika, bilo je 213 (49.5%) studenata, a 217 (50.5%) studentica. Dakle, u istraživanju je sudjelovao podjednak broj sudionika oba spola. Gledajući frekvencije za ITM može se zaključiti da je najveći postotak sudionika izjavio kako je prosječne ili normalne tjelesne težine, njih 303 (70.5%), dok je 84 sudionika (19.5%) u skupini pretilih ili morbidno pretilih osoba. Najmanji postotak osoba, 10%, ima prenisuku težinu odnosno u kategoriji je pothranjenosti. Očekivano najveći postotak osoba je normalne tjelesne težine, što se može objasniti i davanjem socijalno poželjnih odgovora (smanjivanje tjelesne težine ili povećavanje visine) jer se u istraživanju oslanjalo na samoiskaze sudionika. Čak je 29.5% (127) sudionika izjavilo kako ne spada u kategoriju idealne tjelesne težine već da je pothranjeno ili na granici pretilosti odnosno pretilo.

U Tablici 2 prikazani su prosječni rezultati, standardne devijacije, rasponi rezultata (dobiveni i teoretski) i pokazatelji normalnosti distribucije (*Indeks asimetričnosti* i *Indeks spljoštenosti*) dobiveni ispitivanjem 430 sudionika s Upitnikom zadovoljstva tjelesnim izgledom, Upitnikom vrednovanja tjelesnog izgleda, Skalom stavova prema pretilim osobama i Upitnikom negativnih stavova prema pretilim osobama.



Tablica 2 Aritmetičke sredine, standardne devijacije i raspon rezultata za skale BES, BAS, ATOP i AFA te statistički pokazatelji normalnosti distribucije (N=430).

Skala	Subskala	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Raspon rezultata</i>	<i>Teoretski raspon</i>	<i>Indeks asimetričnosti</i>	<i>Indeks spljoštenosti</i>
BES	Zadovoljstvo izgledom	35.88	6.422	13-50	10-50	-.520	.452
	Zadovoljstvo težinom	27.70	6.553	9-40	8-40	-.398	-.362
	Atribucija	16.59	3.365	6-25	5-25	-.015	.071
BAS	-	48.78	8.093	21-65	13-65	-.370	.086
ATOP	-	74.41	9.810	35-106	20-120	.143	.487
AFA	-	47.65	16.332	13-117	13-117	-.841	1.810

Legenda:

BES= Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom

BAS= Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda

ATOP= Skala stavova prema pretilim osobama

AFA= Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama.

### Testiranje preduvjeta za korištenje parametrijskih postupaka

Normalitet distribucije jedan je od preduvjeta za korištenje parametrijskih postupaka u statistici. Kako bi se, prije provedbe daljnje statističke obrade, provjerio normalitet distribucija rezultata na svim korištenim skalama (BES, BAS, ATOP, AFA) upotrebljen je Kolmogorov-Smirnovljev test. Kolmogorov-Smirnovljev testom utvrđeno je statistički značajno odstupanje distribucije rezultata na svim navedenim varijablama.

Zatim se pristupilo provjeri indeksa asimetričnosti i indeksa spljoštenosti. Rezultati na svim subskalama Upitnika zadovoljstva izgledom, na Upitniku vrednovanja tjelesnog izgleda i Upitniku negativnih stavova prema pretilim osobama imaju tendenciju grupiranja oko viših vrijednosti, odnosno negativno su asimetrični i kreću se u rasponu od -0.520 do -0.015.

Rezultati Skale stavova prema pretilim osobama pokazuju pozitivnu asimetričnost, odnosno tendenciju grupiranja rezultata oko nižih vrijednosti (0.143). Budući da su rezultati na Skali stavova prema pretilim osobama asimetrični u suprotnom smjeru provedena je transformacija rezultata. Korištena je logaritamska transformacija (Field, 2009) koja se koristi u slučajevima pozitivne asimetričnosti. Za kasniju interpretaciju dobivenih rezultata važno je napomenuti da u Skali stavova prema pretilim osobama niži rezultat označava negativan stav, a viši rezultat pozitivan stav prema pretilim osobama,

Indeksi spljoštenosti korištenih varijabli kreću se od -0.362 do 1.810, što pokazuje da su distribucije spljoštene. Indeksi asimetričnosti i spljoštenosti nalaze se u okvirima vrijednosti za

normalnu distribuciju u ovako velikom uzorku (indeks asimetričnosti < 3, indeks spljoštenosti < 8) jer uzimamo u obzir njihove apsolutne, a ne z-vrijednosti (Kline, 2005; prema Teo, 2009). Konačno, vizualnom inspekcijom rezultata na temelju histograma, P-P i Q-Q plotova uočava se da odstupanja rezultata od normalne distribucije nisu značajna.

Uzevši u obzir veličinu uzorka i pretjeranu osjetljivost testova za normalitet distribucije, te provedenu transformaciju rezultata na Skali stavova prema pretilim osobama, u daljnjoj smo obradi koristili parametrijske postupke.

### **Spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani**

Kako bi se odgovorilo na prvi problem istraživanja (Postoje li spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani), korištena je jednostavna analiza varijance. Iako se gleda razlika između samo dvije kategorije, provedena je JAVA. Kolesarić (2006) ukazuje da se analiza varijance može provesti u slučajevima s dvije kategorije varijable, osobito ako se time izbjegava ponavljanje više t-testova na istim podacima. Rezultati su navedeni u Tablici 3.

*Tablica 3* Završna tablica analize varijance zadovoljstva tjelesnim izgledom, stavova prema pretilima i važnosti pravilne prehrane s obzirom na spol sudionika.

Varijabla	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F- omjer</i>	<i>Značajnost</i>
Važnost pravilne prehrane	$M_m = 2.76$ $M_z = 2.65$	$SD_m = .834$ $SD_z = .870$	1.667	.167
BES	$M_m = 36.03$ $M_z = 35.72$	$SD_m = 6.149$ $SD_z = 6.691$	.235	.628
BAS	$M_m = 49.46$ $M_z = 48.12$	$SD_m = 7.819$ $SD_z = 8.316$	2.966	.086
ATOP	$M_m = 72.59$ $M_z = 74.92$	$SD_m = 1.146$ $SD_z = 1.138$	5.849	.016*
AFA	$M_m = 49.64$ $M_z = 45.71$	$SD_m = 18.173$ $SD_z = 14.081$	6.262	.013*

\* ( $p < .05$ )

Legenda:

BES= Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom

BAS= Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda

ATOP= Skala stavova prema pretilim osobama

AFA= Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama

Iz Upitnika zadovoljstva tjelesnim izgledom u daljnjoj raspravi korištena je samo subskala Zadovoljstvo tjelesnim izgledom. Subskala Zadovoljstva tjelesnim izgledom korištena je jer

zadovoljava kriterije za provođenje JAVE te su pitanja koja se nalaze u toj subskali izravno povezana s temom diplomskog rada, odnosno usmjerena su isključivo na zadovoljstvo cjelokupnim tjelesnim izgledom, a ne pojedinim aspektima tjelesnog izgleda primjerice tjelesnom težinom ili percepcijom procjenjivanja izgleda od strane okoline. Leveneovim testom homogenosti varijanci potvrđena je pretpostavka homoscedasticiteta, odnosno ne postoji statistički značajna razlika u varijancama, osim u slučaju subskale Zadovoljstvo težinom koja se u daljnjoj obradi i interpretaciji prvog problema niti ne koristi.

U skladu s prvom hipotezom dobiven je rezultat kako postoji statistički značajna razlika u izražavanju predrasuda prema pretilim osobama između studenata i studentica dobivena na obje skale koje mjere predrasude i stavove prema pretilim osobama ( $F_{ATOP}(1,416) = 5.849, p < .05$ ;  $F_{AFA}(1,427) = 6.262, p < .05$ ). Uspoređujući dobivene aritmetičke sa empirijskim zadanim rasponima rezultata može se uočiti kako studenti iskazuju neutralne (Skala stavova prema pretilim osobama ( $M_m = 72.59, SD_m = 1.146$ ;  $M_z = 74.92, SD_z = 1.138^3$ )). do blago pozitivne stavove (Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama ( $M_m = 49.64, SD_m = 18.173$ ;  $M_z = 45.71, SD_z = 14.081$ )) prema pretilim osobama.

U skladu s navedenom hipotezom u istraživanju nisu dobivene spolne razlike u važnosti pravilne prehrane ( $F(1,428) = 1.667, p > .05$ ). Studenti pokazuju neutralne stavove prema pravilnoj prehrani što se može uočiti provjerom aritmetičkih sredina ( $M_m = 2.76, M_z = 2.65$ ) koje se nalaze na sredini empirijskog prosjeka rezultata (teorijski prosjek rezultata: 1-4).

Kod sudionika se nije pojavila statistički značajna razlika u zadovoljstvu tjelesnim izgledom ispitanom Upitnikom zadovoljstva tjelesnim izgledom ( $F_{BES}(1, 426) = 0.235, p > .05$ ) i Upitnikom vrednovanja tjelesnog izgleda ( $F_{BAS}(1,426) = 2.966, p > .05$ ), što nije u skladu s postavljenom hipotezom.

### **Doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama**

Kako bi se odgovorilo na drugi problem, odnosno kako bi se odredio doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama, provedene su dvije zasebne hijerarhijske regresijske analize na rezultatima Upitnika negativnih stavova prema pretilim osobama i Skale

---

<sup>3</sup> Kako je već navedeno, niži rezultat na Skali stavova prema pretilim osobama označava snažnije predrasude prema pretilim osobama.

stavova prema pretilim osobama. Prije provedbe regresijskih analiza izračunate su (inter)korelacije kriterija i korištenih prediktora te se rezultati korelacijske analize nalaze u Tablici 4.

Tablica 4 Interkorelacije varijabli u istraživanju (N=430).

Varijabla	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Spol	–	-.17**	-.06	-.02	-.07	.04	-.08	.11*	.12*
2. ITM		–	.01	-.21**	-.24**	-.15**	-.14**	-.01	.03
3. Važnost pravilne prehrane			–	.09	.13**	.18**	.26**	-.09	.05
4. BES- zadovoljstvo izgledom				–	.73**	.52**	.69**	.08	.04
5. BES- zadovoljstvo težinom					–	.44**	.63**	.07	.09*
6. BES- Atribucije						–	.41**	.11*	.12*
7. BAS							–	.03	.01
8. ATOP								–	.43**
9. AFA									–

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

Legenda:

ITM= indeks tjelesne mase

BES= Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom

BAS= Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda

ATOP= Skala stavova prema pretilim osobama

AFA= Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama

ITM je očekivano povezan sa spolom ( $r = .17$ ,  $p < .01$ ) i svim mjerama vezanim uz procjenu i vrednovanje tjelesnog izgleda (Zadovoljstvo izgledom  $r = -.21$ ,  $p < .01$ ; Zadovoljstvo težinom  $r = -.21$ ,  $p < .01$ ; Atribucije  $r = -.14$ ,  $p < .01$ ). Što je veći ITM osobe ona je sklonija negativnije procjenjivati svoj izgled, nezadovoljnija je težinom i cjelokupnim izgledom. Važnost pravilne prehrane statistički je značajno povezana s mjerama zadovoljstva težinom ( $r = .13$ ,  $p < .01$ ), procjene izgleda od strane okoline ( $r = .18$ ,  $p < .01$ ) i s vrednovanjem vlastitog izgleda ( $r = .26$ ,  $p < .01$ ) pri čemu su svojim izgledom i težinom tijela zadovoljnije osobe koje veću važnost pridaju pravilnoj prehrani. No, s interpretacijom koeficijenata korelacije dobivenih sa važnosti pravilne prehrane treba biti oprezan zbog nestandardiziranosti upitnika.

Uvidom u tablicu 4 može se uočiti kako postoji niska korelacija između Skale stavova prema pretilim osobama i spola ( $r = .11$ ,  $p < .05$ ) i subskele upitnika zadovoljstva izgledom i to subskele Atribucije ( $r = .09$ ,  $p < .05$ ). Također, niske ali statistički značajne povezanosti postoje između Upitnika negativnih stavova pretilim osobama i spola ( $r = .12$ ,  $p < .05$ ), subskala upitnika zadovoljstva izgledom i to subskele Zadovoljstvo težinom ( $r = .09$ ,  $p < .05$ ), i Atribucije ( $r = .12$ ,  $p < .05$ ). I kod jedne i druge skale s ostalim kriterijskim varijablama se ne pojavljuje statistički značajna povezanost. Prije interpretacije rezultata testirane su osnovne pretpostavke za korištenje regresijske analize. Prethodno je već pokazano kako se distribucije rezultata mogu smatrati normalnim distribucijama. Također provjerena je pretpostavka kako nema multikolinearnosti; veličine vrijednosti *VIF* za oba instrumenta kreću se u rasponu od 1.064 do 3.028, dok su vrijednosti *tolerancije* značajno veće od .2. Prema Field (2009), pretpostavku da nema multikolinearnosti potvrđuju vrijednosti *VIF* manje od 10, te vrijednosti *tolerancije* veće od .1 ili .2.

Iako pretpostavka o linearnosti varijabli nije u potpunosti zadovoljena provedena je regresijska analiza. Field (2009) ističe da je za regresijsku analizu važno da model bude dobar (npr. mal broj *outliers* rezultata, odnosno ekstremnih rezultata) u objašnjavanju povezanosti prediktora s kriterijem te da se i ako je prekršena pretpostavka o linearnosti analiza može provesti, uz oprez pri generalizaciji rezultata. Korelacije između prediktora i kriterija nisu nužno i znak doprinosa prediktora u kriterijskoj varijabli te je moguće dobiti medijatorski utjecaj koje je zanimljivo interpretirati. Također, dobivena je korelacija s prediktorima koji su se pokazali značajni u regresijskoj analizi.

U regresijsku analizu u prvom koraku uključene su varijable povezane s predodžbom o tijelu i zadovoljstvom vlastitim tijelom odnosno varijable za koje se smatra da će najviše doprinijeti objašnjenju varijance, u drugom koraku uključeno je pitanje o važnosti pravilne prehrane dok su u trećem koraku uključene sociodemografske varijable spol i ITM. Budući da je prethodno već pokazana spolna razlika u izražavanju predrasuda prema pretilima, spol je uveden u trećem koraku regresijske analize kako bi se provjerilo da li predstavlja i značajan prediktor izražavanja predrasuda prema pretilim osobama, dakle nije bilo cilj kontrolirati varijablu spola. Rezultati provedenih regresijskih analiza nalaze se u Tablicama 5 i 6.

*Tablica 5* Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterijsku varijablu Skala stavova prema pretilim osobama.

Korak	Prediktor	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\Delta R$	<i>F</i>	<i>R</i>	$R^2$
1	BES- zadovoljstvo izgledom	0.002	<b>.18*</b>	<b>2.15</b>				

	BES-zadovoljstvo težinom	0.001	.10	1.33				
	BES- atribucije	-0.004	<b>-.22**</b>	<b>-3.86</b>	.047	4.954	.216	.047
	BAS	-0.001	-.08	-1.19				
2	BES- zadovoljstvo izgledom	0.001	.16	1.93				
	BES- zadovoljstvo težinom	0.001	.10	1.34				
	BES- atribucije	-0.004	<b>-.21**</b>	<b>-3.63</b>				
	BAS	0.000	-.06	-0.85	.004	1.587	.224	.050
	Važnost pravilne prehrane	-0.004	-.06	-1.26				
3	BES- zadovoljstvo izgledom	0.001	.15	1.87				
	BES- zadovoljstvo težinom	0.001	.12	1.62				
	BES- atribucije	-0.004	<b>-.22**</b>	<b>-3.83</b>				
	BAS	0.000	-.05	-0.69				
	Važnost pravilne prehrane	-0.004	-.05	-1.11				
	Spol	0.016	<b>.13**</b>	<b>2.74</b>	.018	3.781	.261	.068
	ITM	0.004	.03	-0.74				

\*p<.05 \*\* p<.01 Legenda: BES= Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom; BAS= Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda

Iz Tablice 5 vidljivo je kako su značajni prediktori izražavanja stavova prema pretilim osobama na Skali stavova prema pretilim osobama spol ( $\beta = .13$ ,  $p < .01$ ), te subskala Atribucije ( $\beta = -.22$ ,  $p < .01$ ), pri čemu je spol pozitivan, a atribucije negativan prediktor izražavanja stavova prema pretilima. Dobiveni rezultati potvrđuju kako su studenti ti koji su skloniji izražavati predrasude prema pretilosti i imaju negativnije stavove o pretilim osobama od studentica. Subskalom Atribucija mjeri se stupanj uvjerenja o pozitivnoj procjeni tijela od strane okoline i pripisivanje važnosti tjelesnom izgledu u životnim situacijama poput pronalaska partnera. Niža razina tog uvjerenja odnosno percepcija negativne procjene izgleda od strane okoline dovodi do iskazivanja negativnijih stavova prema pretilim osobama.

Varijable ITM ( $\beta = .03$ ,  $p > .05$ ), Zadovoljstvo izgledom ( $\beta = .15$ ,  $p > .05$ ), Zadovoljstvo težinom ( $\beta = .12$ ,  $p > .05$ ), Upitnik vrednovanja vlastitog izgleda ( $\beta = -.05$ ,  $p > .05$ ) te Važnost pravilne prehrane ( $\beta = -.05$ ,  $p > .05$ ) nemaju značajan doprinos na rezultate. Zanimljivo je kako u prvom koraku zadovoljstvo izgledom predstavlja značajan prediktor ( $\beta = .18$ ,  $p > .05$ ), no u drugom koraku, dodavanjem pitanja o važnosti pravilne prehrane prestaje biti značajan prediktor izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Moguće je da je varijabla važnosti prehrane djelovala kao supresor, ali se to zbog nestandardiziranosti upitnika ne može jasno zaključiti.

Stupanj uvjerenja o pozitivnoj okolinskoj percepciji tjelesnog izgleda samostalno najviše pridonosi objašnjenju varijance rezultata ( $R = .216$ ,  $R^2 = .047$ ,  $F(4,405) = 4.954$ ,  $p < .01$ ). Varijabla Spol pokazala se značajnim prediktorom izražavanja predrasuda prema pretilima te samostalno doprinosi .018 (odnosno 1.8%) varijance ( $F(2,402) = 3.781$ ,  $p < .01$ ). Značajni prediktori zajednički objašnjavaju za oko 7% varijance kriterijske varijable.

Tablica 6 Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterijsku varijablu Upitnik negativnih stavova o pretilim osobama.

Korak	Prediktor	B	$\beta$	t	$\Delta R$	F	R	R <sup>2</sup>
1	BES- zadovoljstvo izgledom	0.046	.01	0.22				
	BES-zadovoljstvo težinom	0.419	<b>.17*</b>	<b>2.32</b>				
	BES- atribucije	-1.058	<b>-.21**</b>	<b>-3.90</b>	.046	5.054	.215	.046
	BAS	-0.038	-.02	-0.27				
2	BES- zadovoljstvo izgledom	0.013	.00	0.06				
	BES- zadovoljstvo težinom	0.421	<b>.17*</b>	<b>2.33</b>				
	BES- atribucije	-1.019	<b>-.21**</b>	<b>-3.72</b>				
	BAS	-0.075	-.03	-0.52	.002	1.060	.221	.049
	Važnost pravilne prehrane	-0.978	-.05	-1.02				
3	BES- zadovoljstvo izgledom	0.011	.00	0.05				
	BES- zadovoljstvo težinom	0.461	<b>.18*</b>	<b>2.53</b>				
	BES- atribucije	-1.075	<b>-.22**</b>	<b>-3.95</b>				
	BAS	-0.098	-.04	-0.69				
	Važnost pravilne prehrane	-0.848	-.04	-0.89				
	Spol	4.476	<b>.14**</b>	<b>2.82</b>	.019	4.155	.260	.068
ITM	0.006	.00	0.00					

\*p<.05 \*\* p<.01 Legenda: BES= Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom; BAS= Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda

Slični rezultati dobiveni su i u drugoj hijerarhijskoj regresijskoj analizi. Iz prikazanih rezultata vidljivo je kako su značajni prediktori izražavanja stavova prema pretilim osobama na Upitniku negativnih stavova prema pretilim osobama spol ( $\beta = .14$ ,  $p < .01$ ), subskala Atribucije ( $\beta = -.22$ ,  $p < .01$ ), no ono što se razlikuje je da se subskala Zadovoljstvo težinom ( $\beta = .18$ ,  $p < .05$ ) pokazala značajnim prediktorom u objašnjenju varijance kriterijske varijable.

Sudionici muškog spola iskazuju negativnije stavove prema pretilim osobama te percepcija negativnije procjene tjelesnog izgleda od strane okoline doprinosi razvoju negativnih stavova prema pretilosti. Zanimljivo je da se zadovoljstvo težinom, aspekt zadovoljstva tjelesnim izgledom pokazalo važnijim za izražavanje predrasuda od zadovoljstva cjelokupnim tjelesnim izgledom. Osobe koje su zadovoljnije vlastitom tjelesnom težinom sklonije su izražavati negativnije stavove prema pretilim osobama.

Varijable ITM ( $\beta = .00$ ,  $p > .01$ ), Zadovoljstvo izgledom ( $\beta = .00$ ,  $p > .01$ ) i Upitnik vrednovanja vlastitog izgleda ( $\beta = -.04$ ,  $p > .01$ ) te Važnost pravilne prehrane ( $\beta = -.04$ ,  $p > .05$ ) nemaju značajan doprinos na rezultate. Stupanj uvjerenja o pozitivnoj okolinskoj percepciji tjelesnog izgleda ponovo samostalno najviše pridonosi objašnjenju varijance rezultata ( $R = .215$ ,  $R^2 = .046$ ,  $F(4,416) = 5.054$ ,  $p < .01$ ), dok varijabla Spol samostalno doprinosi .019 (odnosno 1.9%) varijance ( $F(2,413) = 4.155$ ,  $p < .01$ ). Značajni prediktori zajednički objašnjavaju također oko 7% varijance kriterijske varijable.

## **Rasprava**

Cilj provedenog istraživanja bio je utvrditi doprinose ITM, važnosti pravilne prehrane, spola i zadovoljstva tjelesnim izgledom, mjerenim Upitnikom zadovoljstva tjelesnim izgledom i Upitnikom vrednovanja tjelesnog izgleda. Sekundarni ciljevi odnose se na ispitivanje spolne razlike u iskazivanju predrasuda prema pretilim osobama i zadovoljstvu tjelesnim izgledom te računanje povezanosti između skala koje mjere predrasude prema pretilim osobama.

### **Spolne razlike u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom, stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani**

Prvi problem istraživanja bio je utvrditi spolne razlike u zadovoljstvu tijelom, iskazivanju predrasuda prema pretilim osobama i važnosti koje se pridaje pravilnoj prehrani. Očekivalo se kako će se spolne razlike pojaviti u razini zadovoljstva tjelesnim izgledom i stupnju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama, pri čemu će muškarci biti zadovoljniji tjelesnim izgledom i biti skloniji izražavanju stavova prema pretilim osobama. Spolna razlika za važnost pravilne prehrane nije bila očekivana.

Jednostavnom analizom varijance dobiveno je kako postoji spolna razlika u izražavanju predrasuda prema pretilim osobama u smjeru da su studenti skloniji izražavati stavove i predrasude prema pretilim osobama od studentica. No dobiveni stavovi, kako je analizom aritmetičkih sredina utvrđeno, kreću se u rasponu od neutralnih do blago pozitivnih. Na izražavanje negativnih stavova prema pretilim osobama među ostalim utječu stavovi prema tijelu i težini i briga o tijelu. Sudionici u provedenom istraživanju ne iskazuju izražen stav o važnosti pravilne prehrane, a također im se i rezultati na subskalama upitnika zadovoljstva tijelom nalaze na sredini teorijskog raspona odnosno ne pokazuju ni zadovoljstvo ni nezadovoljstvo svojim tijelom. Osobe koje se brinu o svom izgledu i zadovoljne su svojim tijelom sklonije su izražavati predrasude prema pretilima od osoba koje ne pokazuju brigu o svom izgledu i nemaju stav o zadovoljstvu tijelom (Adkins i Stievers, 2006) Važno je za napomenuti kako se Skala stavova prema pretilim osobama usmjerava više na socijalne stavove prema pretilim osobama, dok Upitnik negativnih stavova prema pretili osobama odražava osobno referentne strahove od težine. Stoga je moguće da su sudionici odbili izraziti stav prema pretilima, ili su se priklonili blago pozitivnim stavovima kako se ne bi mogao očitati njihov vlastiti strah od pretilosti. Također, istraživanje je provedeno u skupinama te su sudionici mogli davati socijalno poželjne odgovore kako bi izbjegli osuđivanje okoline zbog svojih stavova. Iako su stavovi prema pretilim osobama neutralni do blago pozitivni, ipak se u skladu s postavljenom hipotezom može zaključiti kako su mladići ti koji izražavaju više predrasuda



prema pretilim osobama. Ovakav rezultat nije začuđujuć i potkrijepljen je u mnogim dosadašnjim istraživanjima (Aruguete i sur., 2006; Danielsdottir i Forhan, 2015; Lieberman, Tybur i Latner, 2011; Puhl, Brownell, 2006). Iako i muškarci i žene izjavljuju kako im se pretilost gadi, žene su sklonije iskazivati strah od pretilost, nezadovoljstvo težinom i gađenje prema samima sebi (ako postanu pretile), dok muškarci iskazuju negativne stavove prema drugim pretilim pojedincima (Lieberman i sur., 2011). Muškarci su skloniji pretilost pripisati nedostatku volje i kontrole nad vlastitom težinom. Puhl i sur. (2015) objašnjavaju da žene izražavaju manje predrasuda prema pretilim osobama od muškaraca zbog njihove povećane osjetljivosti na društvenu osudu zbog fizičkog izgleda.

U skladu s postavljenom prvom hipotezom spolne razlike nisu dobivene u važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani. Stavovi prema pravilnoj prehrani kod studenata su neutralni, odnosno studenti iskazuju niti nebrigu niti izrazitu brigu o pravilnoj prehrani. To ne čudi s obzirom na to da studenti, općenito, kao populacija ne pridaju dovoljno pažnje pravilnoj prehrani zbog nedostatka vremena, novaca i mogućnosti pripreme pravilne prehrane, a osim toga nisu dovoljno educirani o pravilnoj prehrani. Nola i sur. (2010) navode kako su studenti najugroženija populacija po pitanju zdrave prehrane te da na svim godinama fakulteta izjavljuju broj obroka manji od preporučenog, preskakanje doručka koji se zamjenjuje kavom ili energetskim pićima i tjedno jedenje »brze hrane«. Također, kod studenata ne postoji svjesnost o važnosti pravilne prehrane (Nola i sur. 2010), što mogu potvrditi i neutralni stavovi dobiveni u ovom istraživanju.

Spolna razlika nije dobivena na razini zadovoljstva izgledom, što nije u skladu s očekivanjima. Sudionici oba spola izražavaju podjednaku razinu zadovoljstva izgledom, točnije stavovi su im neutralni do blago pozitivni. Jedno istraživanje pokazalo je kako se ne pojavljuje spolna razlika u zadovoljstvu tjelesnim izgledom kod osoba koje spadaju u kategoriju ispodprosječne i idealne ili normalne težine prema ITM (Pingitore, Spring i Garfieldt, 1997). Sudionici u ovom istraživanju većinom spadaju u kategoriju osoba normalne tjelesne težine (70.5%). McCabe i Ricciardelli (2004) u svom radu sumiraju rezultate nekoliko istraživanja koja pokazuju kako postoje velike sličnosti u zadovoljstvu tjelesnim izgledom kod muške i ženske djece i da se taj trend nastavlja i u ranoj i kasnoj adolescenciji. McCabe i Ricciardelli (2004) navode kako je moguće da do velikih spolnih razlika u mjerenju zadovoljstva izgledom dolazi zbog toga što se ono većinom povezuje s težinom, točnije gubitkom iste. Žene pokazuju veću želju za gubitkom težine dok muškarci nastoje dobiti na težini u vidu dobivanja mišićne mase i stoga ne iskazuju želju za mršavosti. Također, usmjeravanje na nezadovoljstvo izgledom kod žena u medijima i znanstvenim radovima može obeshrabriti muškarce u priznavanju problema sa slikom tijela jer

te probleme kategoriziraju kao tipične ženske probleme i poremećaje (Furnham, Badmin i Sneade, 2002). Još jedno moguće objašnjenje rezultata je davanje socijalno poželjnih odgovora, posebno kod studentica, jer je pitanje zadovoljstva izgledom povezano sa samopoštovanjem i iskreni odgovori bi mogli izazvati snažnu nelagodu.

### **Doprinos zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i pažnje koja se pridaje pravilnoj prehrani u objašnjenju izražavanja predrasuda prema pretilim osobama**

Kako bi se odgovorilo na drugi problem istraživanja korištena je hijerarhijska regresijska analiza. Može se reći kako je u ovom slučaju postavljena hipoteza djelomično potvrđena. Očekivano je kako će spol i zadovoljstvo izgledom biti prediktori predrasuda prema pretilim osobama pri čemu će se zadovoljstvo izgledom pokazati kao najznačajniji prediktor.

Spol sudionika i percepcija vanjske prosudbe vlastitog izgleda dva su prediktora koja su se pokazala značajnima u objašnjavanju varijance obje kriterijske varijable.

Spol se navodi kao jedan od najznačajnijih prediktora povezanih s iskazivanjem predrasuda uopće. Latner i sur. (2008) u svom su istraživanju rasnih, spolnih te predrasuda o pretilosti i homoseksualnosti dobili kako su muškarci ti koji dosljedno iskazuju snažnije predrasude općenito, posebice prema pretilosti. Kako je u radu prethodno navedeno postoje značajne spolne razlike u iskazivanju predrasuda prema pretilim osobama, u smjeru da muškarci iskazuju više predrasuda prema pretilim osobama te da imaju negativnije stavove. Općenito, žene su osjetljivije od muškaraca na potencijalne predrasude i povezane s tjelesnom težinom i izgledom te je moguće da stoga nisu sklone izražavati predrasude prema pretilim osobama. Negativna povezanost dobivena sa subskalom atribucija u oba slučaja ukazuje na to da su osobe koje smatraju da ih okolina negativno procjenjuje sklonije izražavati predrasude i negativne stavove prema pretilim osobama. Takvo ponašanje može biti izraz projekcije njihovih strahova od debljanja na onu populaciju koja je pretila (Lewis i sur., 1997). Istraživanja pokazuju kako su osobe kojima je procjena okoline po pitanju njihovog izgleda važna sklonije veću važnost pridavati fizičkoj atraktivnosti i stoga smatraju da je pretilost karakteristika osobe koju se treba najviše "kazniti" te su osim predrasuda sklone pokazivati i diskriminatorna ponašanja prema pretilim osobama (O'Brien, Latner, Ebnetter i Hunter, 2012).

Zadovoljstvo težinom, jedna od subskala Uпитnika zadovoljstva tjelesnim izgledom, prediktor je koji se pokazao značajnim u objašnjavanju varijance rezultata mjerenih Uпитnikom negativnih stavova prema pretilim osobama. Rezultati brojnih istraživanja na odraslim osobama (Crandall, 1994; Adkins i Stivers, 2006) potvrđuju hipotezu kako osobe koje pokazuju veće zadovoljstvo tjelesnim izgledom iskazuju više predrasuda i veću antipatiju prema pretilim i

morbidno pretilim osobama te su sklonije diskriminaciji. Subskala Zadovoljstva težinom dio je upitnika koji ispituje zadovoljstvo izgledom te se može zaključiti kako je zadovoljstvo izgledom važan aspekt u nastajanju predrasuda prema pretilosti. No, čini se kako je procjena težine važnija od procjene i percepcije izgleda u cijelosti. Osobe zadovoljnije svojom težinom spremnije su iskazivati predrasude prema pretilim osobama. Moguće objašnjenje ponudio je Crandall (1994) prema kojemu ljudi zadovoljniji svojim tijelom, posebice težinom pokazuju znatno veći prijezir prema pretilim osobama, a što je posljedica nepovezanosti antipatije prema pretilim osobama i straha od dobivanja na tjelesnoj težini. Zbog toga osobe bez krivnje mogu prosuđivati druge na temelju njihovog izgleda. Također ljepota se u medijima često procjenjuje kroz prizmu težine, dok se ostale nesavršenosti na tijelu ne procjenjuju s tolikom negativnošću ili se cijene kao nešto što osobu izdvaja od drugih što može dovesti do toga da se procjena težine smatra najvažnijom u procjeni cjelokupnog izgleda. Lijepa osoba je mršava osoba.

Sukladno drugoj postavljenoj hipotezi ITM i važnost pravilne prehrane nisu se pokazali kao značajni prediktori predrasuda prema pretilim osobama. Rezultati istraživanja utjecaja ITM na izražavanje predrasuda prema pretilima nisu jednoznačni. Dok Mendelson i sur. (2001) postuliraju kako vlastita težina ima značajan utjecaj na iskazivanje predrasuda prema pretilim osobama, Crandall (1994) te Cash i Hicks (1990; prema Kostanjčar, 2002) smatraju da su za stavove prema pretilosti važniji stavovi o vlastitom tijelu i težini nego stvarna težina osobe. Dakako, moguće je da je do ovakvog rezultata došlo jer se u istraživanju do podataka o visini i težini sudionika došlo korištenjem samoiskaza sudionika (na temelju čega se računao ITM), a ne stvarnim mjerenjem tih varijabli.

Rezultati Upitnika vrednovanja tjelesnog izgleda nisu se pokazali kao značajni prediktori predrasuda prema pretilim osobama što nije u skladu s postavljenom hipotezom prema kojoj je zadovoljstvo izgledom najznačajniji prediktor izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Upitnik vrednovanja izgleda ispituje proces pridavanja vrijednosti vlastitom tijelu, prihvaćanje vlastitog tijela i medijski utjecaj na izgled, dok Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom ispituje sam koncept zadovoljstva tjelesnim izgledom i stoga su vjerojatno njegove subskale povezanije s iskazivanjem predrasuda prema pretilim osobama.

Iako je u dosadašnjim istraživanjima pronađena važnost pravilne prehrane na nastanak predrasuda o pretilosti, značajan doprinos ima samo unutar većeg koncepta brige o vlastitom tijelu. Briga o vlastitom tijelu najčešće je operacionalizirana u vidu pravilne prehrane i tjelovježbe te su rezultati dobiveni samo ako su se te varijable mjerile zajedno. U ovom istraživanju ispitivano je samo pridavanje važnosti pravilnoj prehrani koje se nije pokazalo statistički značajnim prediktorom izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Pridavanje

važnosti pravilnoj prehrani nije ispitano korištenjem standardiziranog mjernog instrumenta već je postavljeno samo jedno pitanje te ne čudi što se nije dobio značajan utjecaj na objašnjenje rezultata. Studenti predstavljaju populaciju koja se, zbog nedostatka vremena i financija, najnezdravije hrani te stoga i neprimjeren uzorak za ispitivanje prehrambenih navika. Stoga nije korišten standardizirani upitnik o pravilnosti prehrane kako bi se uštedjelo na vremenu potrebnom za ispunjavanje upitnika. Postavljeno pitanje o važnosti pravilne prehrane moglo bi poslužiti više kao smjernica za daljnja istraživanja koja bi se usmjerila na prehrambene navike studenata.

Iako se pitanje o važnosti pravilne prehrane nije pokazalo značajnim u objašnjavanju varijance kriterijskih varijabli, zanimljivo je da postoji povezanost između skale koja ispituju negativne stavove prema pretilim osobama i važnosti pravilne prehrane ( $r = -.18, p < .05$ ). Osobe koje su sklonije izražavati predrasude prema pretilim osobama pridaju nešto veću važnost vlastitom izgledu i brinu se za svoje tijelo jedući zdravije i kvalitetnije. Ovakvo objašnjenje moguće je jer niži rezultat na Skali stavova prema pretilim osobama označava veće izražavanje predrasuda. Varijabla važnosti pravilne prehrane pozitivno je korelirana sa svim subskalama zadovoljstva izgledom u obje situacije; osobe koje iskazuju veće zadovoljstvo različitim aspektima svoga izgleda također su i osobe koje se brinu za pravilnost prehrane. Moguće je da su to osobe koje svoj izgled atribuiraju internalnim uzrocima i svome trudu te su zbog toga zadovoljnije vlastitim izgledom i težinom. Utvrđene korelacije su sljedeće: za subskalu Zadovoljstva izgledom ( $r = .09, p < .05$ ), Zadovoljstvo težinom ( $r = .13, p < .01$ ), Atribucije ( $r = .18, p < .01$ ) te za Upitnik vrednovanja tjelesnog izgleda (BAS) ( $r = .26, p < .01$ ).

### **Povezanost između skala kojima se mjeri stupanj izražavanja predrasuda prema pretilim osobama**

Kako bi se odgovorilo na treći problem istraživanja (Utvrđiti korelaciju između skala kojima se mjeri stupanj izražavanja predrasuda prema pretilim osobama (Skala stavova prema pretilim osobama i Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama) korišten je Paersonov koeficijent korelacije. U skladu s trećom postavljenom hipotezom konstrukti koji mjere stavove i predrasude prema pretilim osobama međusobno su povezani ( $r = .43, p < .01$ ). Ovim postupkom zapravo je ispitana konvergentna valjanost korištenih instrumenata. Konvergentna valjanost ukazuje na međusobnu korelaciju rezultata dobivenih različitim metodama mjerenja iste osobine (Petz, 1997). Povezanost je umjerene jačine i pozitivnoga je smjera, odnosno osobe koje su na jednoj skali iskazale sklonost iskazivanju predrasuda prema pretilim osobama

iskazuju to i na drugoj skali i obratno. Budući da je bodovanje Upitnika negativnih stavova prema pretilim osobama i Skale stavova prema pretilim osobama u suprotnom smjeru (točnije viši rezultat na Skali stavova prema pretilim osobama označava pozitivan stav, dok na Upitniku negativnih stavova prema pretilim osobama veći rezultat označava negativan stav prema pretilima), čestice Upitnika negativnih stavova prema pretilim osobama su rekodirane kako bi se smjer bodovanja i interpretiranja rezultata izjednačio (u suprotnom slučaju visina povezanosti je jednaka, samo suprotnog predznaka). Latner, O'Brien, Durso, Brinkman i MacDonald (2008) u svome istraživanju povezanosti skala koje mjere predrasude prema pretilosti dobili su nešto veću, ali također umjerenu povezanost od  $r=.50$ .

Dva korištena instrumenta mjere značenjski gledano isti konstrukt, no usmjeravaju se na različite aspekte stava prema pretilim osobama te stoga povezanost među njima nije očekivano visoka. Lewis i sur. (1997) navode kako instrumenti koji mjere stavove prema pretilim osobama procjenjuju različite aspekte tih stavova. Sukladno tome, računanje povezanosti između takvih instrumenata je ponekada problematično i ne donosi očekivane rezultate. Dok Skala stavova prema pretilim osobama mjeri općenite stavove i stereotipna mišljenja o pretilosti (poput društvenosti pretilih osoba) ne usmjeravajući se na predrasude i diskriminatorno ponašanje, Upitnik negativnih stavova prema pretilim osobama usmjerava se više na negativne aspekte stava o pretilima, odnosno predrasude (subskala Nesviđanje i Kontrola), ali uključuje i čestice koje mjere stavove sudionika o vlastitom izgledu (Strah od debljanja) dok Skala stavova ne sadrži nikakve čestice vezane uz doživljaj vlastitog tijela. Dakako, na rezultate su mogle utjecati i pogreške mjerenja.

### **Važnosti i nedostaci provedenog istraživanja**

Iako se broj istraživanja koja se bave predrasudama prema i diskriminacijom pretilih osoba povećao u posljednjih dvadesetak godina, ispitivanja povezanosti predodžbe o vlastitom tijelu i s njom povezanih aspekata i izražavanja predrasuda prema pretilim osobama su vrlo ograničena. Dosadašnja istraživanja većinom su se usmjeravala na utjecaj demografskih varijabli (poput spola, dobi i sl.) te stvarne težine (ITM) na nastajanje i izražavanje predrasuda prema pretilima. Crandall (1994) navodi kako je percepcija vlastite težine i vrednovanje iste važnije kod izražavanja predrasuda prema pretilima od stvarne težine te stoga rezultati ovog istraživanja doprinose razumijevanju povezanosti tih varijabli.

Doprinos ovog istraživanja također je izražen u vidu rezultata koji pokazuju kako u populaciji studenata ne postoje značajne spolne razlike u zadovoljstvu/nezadovoljstvu tjelesnim izgledom, što, iako nije u skladu s postavljenim hipotezama, pokazuje da u hrvatskoj studentskoj

populaciji dolazi do izjednačavanja zadovoljstva tjelesnim izgledom među spolovima što je trend koji se može uočiti i u svjetskim istraživanjima i medijima. Također, rezultati usmjeravaju na pretpostavku kako su zadovoljstvo težinom i percepcija procjene izgleda od strane okoline važnije za proces donošenja stavova o pretilim osobama od zadovoljstva cjelokupnim izgledom ili vrednovanja izgleda. Ovi rezultati upućuju kako je za izražavanje predrasuda prema pretilima važnije kako pojedince okolina procjenjuje, posebice njihovu težinu, od njihove vlastite procjene izgleda što je zanimljivo područje koje treba nastaviti ispitivati.

Premda je uzorak u istraživanju velik (N=430) te je u njemu zastupljen podjednak broj muških i ženskih sudionika što je jedna od velikih prednosti nacрта, odabrani uzorak je prigodan što smanjuje mogućnost generalizacije rezultata. Na smanjivanje mogućnosti generalizacije rezultata utječe i regresijska analiza provedena na varijablama među kojima ne postoji linearan odnos u potpunosti. Interpretiranje rezultata također otežava i korelacijski nacrt provedenog istraživanja budući da se ne mogu dobiti informacije o uzročno-posljedičnim vezama između pojava.

Nedostatak istraživanja je i korištenje nestandardiziranog upitnika (točnije jednog pitanja) kojim se provjeravalo pridavanje važnosti pravilnoj prehrani. Iako prikupljeni podatci pokazuju zanimljivu informaciju kako studentska populacija ne pridaje važnost pravilnoj prehrani i da nemaju razvijen stav o tome što je pravilna prehrana i kako se hraniti pravilno što su na uzorku studenata dobili i Nola i sur. (2010), na temelju samo jednog pitanja nije moguće donijeti opravdane zaključke te je stoga potrebno biti oprezan pri interpretaciji.

### **Implikacije rada i smjernice za buduća istraživanja**

Provedeno istraživanje jedno je od rijetkih u Hrvatskoj koje se bavilo povezanosti i utjecajem zadovoljstva tjelesnim izgledom u procesu izražavanja predrasuda prema pretilim osobama. Potrebno je, stoga, ponoviti istraživanje na drugim uzorcima kako bi se provjerila dosljednost dobivenih rezultata. Posebice bi se pri tom trebalo usmjeriti na zadovoljstvo težinom i važnost percepcije procjene izgleda i težine od strane okoline. Stoga bi se u narednim istraživanjima trebali uključiti instrumenti koji mjere samo te komponente zadovoljstva cjelokupnim tjelesnim izgledom. Važnost pravilne prehrane zanimljivo je područje koje svakako vrijedi nastaviti ispitivati u studentskoj populaciji. Čestica za ispitivanje važnosti pravilne prehrane u ovom istraživanju, iako ograničava mogućnost interpretacije dobivenih rezultata, može se smatrati preliminarnim pitanjem koje ukazuje da studenti nemaju dovoljno znanja niti motivacije za pravilnu prehranu (odnosno ne pridaju joj potrebnu važnost) te predstavljaju skupinu koja bi imala veliku korist od radionica o važnosti pravilne prehrane za zdravlje.

U budućim istraživanjima trebalo bi veću pažnju pridati odabiru upitnika kojima bi se mjerili stavovi prema pretilim osobama, primjerice izabrati upitnike među kojima je veća povezanost kako bi se osigurali da mjere isti konstrukt te da nisu zasićeni faktorima koji nisu povezani s ciljem istraživanja. Također, u budućim istraživanjima potrebno bi bilo zajedno ispitivati navike prehrane i tjelovježbe standardiziranim upitnikom jer su te dvije varijable međusobno povezane i zajednički doprinose zadovoljstvu tjelesnim izgledom i stupnju izražavanja predrasuda prema pretilima (Adkins i Stievers, 2006).

### **Zaključak**

Cilj ovoga istraživanja bio je ispitati utjecaj zadovoljstva tjelesnim izgledom, spola, ITM i važnosti pravilne prehrane na izražavanje predrasuda prema pretilim osobama, ispitati spolne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom i izražavanju predrasuda prema pretilima na prigodnom uzorku N=430 studenata te te provjeriti povezanosti između skala koje mjere stavove prema pretilim osobama. Jednostavnom analizom varijance utvrđena je statistički značajna spolna razlika u izražavanju predrasuda prema pretilima. Studenti su, u skladu s očekivanjima, skloniji izražavanju predrasuda prema pretilim osobama na oba instrumenta korištena za mjerenje predrasuda prema pretilosti od studentica. Dobiveni stavovi prema pretilim osobama u populaciji studenata su neutralni do blago pozitivni. Spolne razlike nisu utvrđene na važnosti koja se pridaje pravilnoj prehrani, što je u skladu s postavljenom hipotezom. Suprotno očekivanjima spolne razlike nisu se javile na zadovoljstvu tjelesnim izgledom.

Najznačajniji prediktor u objašnjavanju varijance rezultata dobivenih instrumentima za mjerenje izražavanja predrasuda prema pretilim osobama je percepcija procjene izgleda od strane okoline. Spol se, očekivano, također pokazao važnim prediktorom u objašnjenju iskazivanja predrasuda prema pretilima. Zanimljivo je da se zadovoljstvo težinom pokazalo važnijim u objašnjavanju predrasuda prema pretilosti od zadovoljstva cjelokupnim izgledom. U skladu s očekivanjima ITM i važnost pravilne prehrane nisu se pokazali značajnim prediktorima izražavanja predrasuda prema pretilim osobama.

Korelacijskom analizom utvrđeno je da su skale kojima se mjere stavovi prema pretilim osobama povezane, povezanost je umjerene jakosti i pozitivnoga smjera. Time je provjerena konvergentna valjanost instrumenata.

### Literatura

- Adkins A. i Stivers, K. (2006). Behavioral and Psychological Factors Predicting Body Satisfaction Among Adolescents. *Body Satisfaction among Adolescents, 1*. Preuzeto sa <http://psych.hanover.edu/research/Thesis06/AdkinsandStivers.pdf>
- Allison, D.B., Basile, V.C. i Yuker, H.E. (1991). The measurement of attitudes toward and beliefs about obese persons. *International Journal of Eating Disorders, 10* (5), 599-607.
- APS (2004). Australian Psychological Society. Preuzeto sa <http://www.psychology.org.au/Content.aspx?ID=1970>
- Aronson, E., Wilson, T. D. i Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Zagreb: Mate.
- Aruguete, M.S., Yates, A. i Edman, J. (2006). Gender differences in attitudes about fat. *North American Journal of Psychology, 8*(1), 300-307.
- Avalos, L., Tylka, T.L. i Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: development and psychometric evaluation. *Body image, 2*(3), 285-297.
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people: Ideology and self-interest. *J. Pers. Soc. Psychol., 66*, 882-894.



- Erceg-Jugović, I. (2015). *Čimbenici nezgodoljstva tijelom u adolescenciji* (Neobjavljena doktorska disertacija). Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Ferguson, C.J. (2013). In the Eye of the Beholder: Thin-Ideal Media Affects Some, but not Most, Viewers in a Meta-Analytic Review of Body Dissatisfaction in Women and Men. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(1), 20-37.
- Field, A.P. (2009). *Discovering Statistics using SPSS. Third Edition*. London: SAGE Publ.
- Foster, G.D., Wadden, T.A. i Makris, A.P. i suradnici.(2003).Primary care physicians' attitudes about obesity and its treatment. *Obesity Research*, 11, 1168–1177.
- Furnham, A., Badmin, N. i Sneade, I. (2002). Body Image Dissatisfaction:Gender Differences in Eating Attitudes,Self-Esteem, and Reasons for Exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6), 581–596.
- Groesz, L.M., Levine, M.P. i Murnen, S.K.(2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31 (1), 1-16.
- Grubić, M. (2008). Psihosocijalni uzroci i posljedice pretilosti u djece. *Paediatrica Croatica*, 52, 57-60.
- Hansson, L.M., Karnehed, N., Tynelius, P. i Rasmussen, F. (2009). Prejudice against obesity among 10-year-olds: a nationwide population-based study. *Acta paediatrica*, 98(7), 1176-1182.
- Herbozo, S., Tantleff-Dunn, S., Gokee-Larose, J. i Thompson, J.K. (2004). Beauty and thinness messages in children's media: a content analysis. *Eat Disord*,12, 21–34.
- Heuer, C.A, McClure, K.J. i Puhl, R.M. (2011). Obesity Stigma in Online news: A Visual Content Analysis. *Journal of Health Communication*, 1-12.
- Kolesarić, V. (2006). *Analiza varijance u psihologijskim istraživanjima*. Osijek: Filozofski fakultet u Osijeku.
- Kostanjčar, D. (2002). *Odnos svjesnosti i internalizacije sociokulturalnih stavova o tjelesnom izgledu, maskuliniteti, femininosti i zadovoljstva tjelesnim izgledom*. (Objavljeni diplomski rad). Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Lacković-Grgin, K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Jastrebarsko:Naklada Slap.
- Latner, J.D., O'Brien, K.S., Durso, L.E., Brinkman, L.A. i MacDonald T. (2008). Weighing obesity stigma: the relative strength of different forms of bias. *International Journal of Obesity*, 32, 1145-1152.

- Lewis, R.J., Cash, T.F., Jacobi, L. i Bubb-Lewis, C. (1997). Prejudice Toward Fat People: The Development and Validation of the Antifat Attitudes Test. *Obesity Research*, 5(4), 297-303.
- Lieberman, D.L., Tybur J.M. i Latner, J.D. (2011). Disgust sensitivity, obesity stigma, and gender: Contamination psychology predicts weight bias for women, not men. *Obesity*, 20, 1803–1814.
- Nola, I.A., Doko-Jelinić, J., Matanić, D., Pucarín-Cvetković, J., Marković, B. i Senta, A. (2010). Differences in Eating and Lifestyle Habits between First- and Sixth-Year Medical Students from Zagreb. *Coll. Antropol.* 34 (4), 1289–1294.
- Nolan, J., Murphy, C. I Barnes-Holmes, D. (2013). Implicit Relational Assessment Procedure and Body-Weight Bias: Influence of Gender of Participants and Targets. *The psychological record*, 63, 467-488.
- McCabe, M. i Ricciardelli, L.A. (2004). Body image dissatisfaction among males across the lifespan: A review of past literature. *Journal of Psychosom. Research*, 58 (6), 675-685.
- Mendelson, B.K, Mendelson, M.J. i White, D.R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *J Pers Assess*, 76 (1), 90-106.
- Matić, V. (2008). *Sociokulturalni faktori i nezadovoljstvo vlastitim tijelom kod adolescentica* (Objavljeni diplomski rad). Zagreb: Odjel za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Mendoza – Denton, R. (2010). On Prejudice against Fat People. Preuzeto sa <https://www.psychologytoday.com/blog/are-we-born-racist/201207/prejudice-against-fat-people>
- O'Brien, K.S., Hunter, J. A. i Banks, M. (2007). Implicit anti-fat bias in physical educators: Physical attributes, ideology, and socialisation. *International Journal of Obesity*, 31, 308–314.
- O'Brien, K.S., Latner, J.D., Ebner, D. I Hunter, J.A. (2012). Obesity discrimination: the role of physical appearance, personal ideology, and anti-fat prejudice. *International Journal of Obesity*, 1-6.
- Petz, B. (1997). *Osnovne statističke metode za nematematičare*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Pingitore, R., Spring, B. i Garfieldt, D. (1997). Gender Differences in Body Satisfaction. *Obesity Research*, 5, 402–409.
- Pokrajac-Bulian, A., Mohorić, T. i Đurović, D. (2007). Odstupajuće navike hranjenja, nezadovoljstvo tijelom i učestalost provođenja dijete kod hrvatskih srednjoškolaca. *Psihologijske teme*, 16, 27-46.

- Pokrajac-Bulian, A., Stubbs, L. i Ambrosi-Randić, N. (2004). Različiti aspekti slike tijela i navike hranjenja u adolescenciji. *Psihologijske teme*, 13, 91-104.
- Pokrajac-Bulian, A., Živčić-Bećirević, I., Vukmanović, I. I Forbes, G. (2005). Body dissatisfaction and eating habits in college students and their mothers. *Psihologijske teme* 14 (1), 57-70.
- Pope, H.G., Olivardia, R., Gruber, A. i Borowiecki, J. (1998). Evolving Ideals of Male Body Image as Seen Through Action Toys. *International Journal of Eating Disorders* 1,65-72.
- Puhl, R.M., Andreyeva, T. i Brownell, K.D. (2008). Perceptions of weight discrimination: prevalence and comparison to race and gender discrimination in America. *Int J Obes.* 32, 992–1000.
- Puhl, R.M. i Brownell, K.D (2006). Confronting and coping with weight stigma: an investigation of overweight and obese adults. *Obesity*,14,1802–1815.
- Puhl, R.M. i Heuer, C.A. (2009). The Stigma of Obesity: A review and update. *Obesity*, 17(5), 941-964.
- Puhl, R.M. i Heuer, C.A. (2010). Obesity Stigma: Important Considerations for Public Health. *Framing Health Matters*, 100(6), 1019-1028
- Puhl, R.M. i Latner, J.D. (2007). Stigma, obesity, and the health of the nation's children. *Psychol Bull*, 133, 557–580.
- Puhl, R.M., Latner, J.D., O'Brien K., Luedicke, J., Danielsdottir, S. i Forhan, M. (2015). A multi-national examination of weight bias: Predictors of anti-fat attitudes across four countries. *International Journal of Obesity*, 1-8.
- Teo, T. (2009). Evaluating the intention to use technology among student teachers: A structural equation modeling approach. *International Journal of Technology in Teaching and Learning*, 5(2), 106-118.