

# Az evészavarok szociokulturális vonatkozásai

A média (magazinok, televízió, internet) és az evészavarokhoz kapcsolódó tünetek lehetséges összefüggései

Doktori tézisek

**Szabó Kornélia**

Semmelweis Egyetem  
Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola



Témavezető: Dr. Szumska Irena, Ph.D., egyetemi adjunktus

Hivatalos bírálók: Dr. Török Szabolcs, Ph.D., egyetemi docens  
Dr. habil. Barabás Katalin, Ph.D. egyetemi docens

Szigorlati bizottság elnöke: Dr. Tringer László, Ph.D., C.Sc., professor emeritus

Szigorlati bizottság tagjai: Dr. Simon Lajos, Ph.D., C.Sc., egyetemi oktató  
Dr. Demetrovics Zsolt, Ph.D., D.Sc., egyetemi docens

Budapest, 2016

## BEVEZETÉS

Az evészavarok biopszichoszociális modellje alapján a társas, környezeti, pszichológiai és biológiai tényezők között összetett interakciók figyelhetők meg. A háttértényezők közül a szociokulturális faktorok jelentős szerepet játszanak a testi elégedetlenség létrejöttében, mely az egyik vezető rizikó tényező az evészavarok kialakulásában. A nyugati médiában hatalmas hangsúly helyeződik a testsúlyra, a test alakjára és általánosságban a külsőre. A szociokulturális faktorok különböző szinteken testesülnek meg és közvetlenül hatnak a testsúlyszabályozásra. Az evészavarok előfordulása nem egyforma a különböző kultúrákban és történelmi időszakokban. Az evészavarok leginkább olyan kultúrákban fordulnak elő, ahol hatalmas mennyiségű étel érhető el és a soványsággal való megszállott foglalkozás – az evészavarok egyik alapvető tünete – is megfigyelhető. Annak ellenére, hogy az evészavarokat mint kultúrához kötött zavarokként írták le korábban, és legtöbbször a fehér, nyugati nők körében fordulnak elő, ezek a betegségek nem csak és kizárólag a nyugati kultúra sajátjai. Kutatások sora bizonyítja, hogy az evészavarok megtalálhatók mind a nem nyugati kultúrákban, mind pedig etnikai kisebbségek körében is. Köztudott a média szerepe az értékek és normák formálásában és befolyásolásában. A jelenlegi sovány testideál, a népszerű diéták és más, a külsővel kapcsolatos tartalmak és az ehhez kapcsolódó, a megjelenéssel kapcsolatos követelmények is a leggyakrabban a médián keresztül éri el az emberek többségét. Gyakran hangoztatott kijelentés, hogy a média az egyike azon okoknak, melyek miatt az evészavarok előfordulása megemelkedett az elmúlt években és ez javarészt arra épít, hogy a médiában ábrázolt és megjelenített vékony testek arra ösztönzik az embereket, hogy ők maguk is hasonló ideálokat érjenek el. A jelen kutatást az olyan tanulmányok hiánya inspirálta, melyek a média hatását vizsgálnák a testképre, a zavart evési szokásokra, illetve az evészavarokra. Bár számos olyan magyar

tanulmány van, mely a soványság kultuszának egyre nagyobb elterjedését és az elérhetetlen testi ideálok népszerűvé válását veszi górcső alá, alig akad olyan kutatás, mely e médiatendenciáknak az evészavarokra gyakorolt hatását vizsgálná magyar mintán. Habár az evészavarban szenvedők nagyjából 90%-a nő, a férfiak is érintettek az evészavarok szempontjából. A szociokulturális hatások a férfiakat is hasonló mértékben érintik, mint a nőket, bár a mögöttes tényezők esetenként változhatnak. Férfiak körében az evészavarok természetüket tekintve eltérőek, és a férfiak kevésbé hajlamosak segítséget kérni, mint a nők. Az elhízás rohamosan növekvő elterjedésével és az internet révén felmérhetetlen mennyiségű, anonim, könnyen elérhető, ellenőrizetlen információkhoz való hozzáférés lehetősége tovább súlyosbítja a problémát. Az internet révén a felhasználók számos olyan, az egészséggel és a súlyvesztéssel kapcsolatos információba ütközhetnek, melyek tartalma nem ellenőrzött vagy tudományosan nem alátámasztott. Bár sok online elérhető fogyókúra program sikeresnek bizonyul, az interneten elérhető információk hitelessége sokszor kérdéses és így veszélyeket rejt. Az egészségtelen súlykontrollmódszerek különösen problematikusak a serdülők körében, és ezen technikák hosszú távon rizikófaktorként működnek közre a zavart evési szokások, a szubklinikai és a klinikai evészavarok kialakulásában is. Az elmúlt nyolcvan év során megfigyelhető, hogy a Playboy magazinok címlaplányai, az amerikai szépségversenyek nyertesei és a divatmodellek is egyre soványabbak lettek. A fentiekben leírt folyamatos csökkenés a testméreteken egyre nagyobb kontrasztban áll az átlagos, hétköznapi nők testi adottságaival. A férfiak érintettsége sem elhanyagolható, hiszen a férfi címlapmodellek is egyre inkább izmosabbak lettek az elmúlt évek során, ezzel is egy elérhetetlen és kevésbé realisztikus testideált teremtve a férfiak számára.

## CÉLKITŰZÉS

### A KUTATÁS ÁLTALÁNOS CÉLKITŰZÉSEI

Jelenleg a média hatása az evészavarokat tekintve kevésbé ismert a magyar felnőtt populációra vonatkozóan. Ezért a jelen kutatás legfőbb célja a lehetséges összefüggések feltárása a média és az evészavarral kapcsolatos tünetegyüttesek között (testkép, zavart evési szokások, egészségtelen súlykontroll módszerek és más rizikótényezők, melyek szerepet játszanak az evészavarok kialakulásában) felnőtt magyar mintán. A kutatás egyik fontos célkitűzése a magazinolvasás, tévézés és internethasználat, valamint az egyes pszichológiai korrelátumok között megfigyelhető összefüggések és esetleges nemi eltérések részletes feltárása volt. A fókusz a megjelenéssel, evéssel, diétázással és testedzéssel kapcsolatos médiatartalmakon volt. Jelenleg nincs olyan kutatás, mely a felnőtt magyar lakosság körében a média testképre és evészavarokra gyakorolt hatását vizsgálná. Egy korábbi kutatás ugyan elérhető, de ez csak a serdülők és középiskolások körében mérte fel a magazinolvasási szokások evészavarokra kifejtett hatását. A jelen kutatás öt részből áll. A kutatás első része arra irányult, hogy felmérjük a pszichometriai sajátosságait három olyan kérdőívnek, melyet a kutatás keretein belül adaptáltunk és validáltunk. Ezen kérdőívek fontos konstruktumokat mérnek a testképre és evészavarokra vonatkozó szociokulturális hatásokkal kapcsolatban. Mivel magyar nyelven nem volt elérhető olyan kérdőív, mely a külső megjelenéssel kapcsolatos vonzóság társadalmi attitűdjeit mérte volna, illetve olyan kérdőív, mely a fizikai megjelenésen alapuló összehasonlítást és társas összehasonlítást mérte volna, így a jelen kutatás a *Vonzóságról Alkotott Hiedelmek Skála*, a *Fizikai Megjelenéssel Kapcsolatos Összehasonlítás Skála* és a *Társas Összehasonlítás Skála* magyar nyelvű változatának használhatóságát és pszichometriai sajátosságait is vizsgálta. A kutatás elemezte e kérdőívek faktorstruktúráját, belső megbízhatóságát, teszt-reteszt

megbízhatóságát és konstruktum validitását. A kutatás második célja az egyes pszichológiai tényezők és a különböző médiatartalmak közötti korrelátumok feltárása volt. A harmadik cél magában foglalta azon összefüggések feltárását, melyek a magazinokban és interneten található testsúlycsökkentő tartalmak olvasásával, keresésével és az egyes egészségtelen testsúlycsökkentő magatartással kapcsolatosak. Az értekezés negyedik része egy komplex, többszörös indikátor többszörös ok elemzés (MIMIC) segítségével feltérképezte azon eltérő útvonalakat, melyek a médiával kapcsolatban testi elégedetlenséghez és a karcsúság iránti készleteléshez vezetnek. Végezetül pedig a kutatás, alapul véve a magazinokban és online található diétát, fitneszt és evészavarokat népszerűsítő oldalak felkeresését, megkísérelte meghatározni azon lehetséges előrejelzőket, melyek az evészavarok kialakulásában szerepet játszhatnak.

## **MÓDSZEREK**

A résztvevőket online, kényelmi mintavétellel toboroztuk. A minta 820 résztvevő adatait tartalmazta (39% férfi). Az átlagéletkor 26,5 év (SD=4.78, tartomány: 18 - 35 év) volt. A kutatásra való felhívás különböző magyar egyetemi és főiskolai levelezőlistákon volt megosztva. Önbeszámoló szociodemográfiai és antropometriai adatokat gyűjtöttünk. Minden résztvevőtől adatokat kértünk a nemét, életkorát, iskolázottságát, lakhelyét, párkapcsolati státuszát, testmagasságát (cm) és testsúlyát (kg) illetően. A médiafogyasztás mérésére olyan kérdőívet alkalmaztunk, mely mérte a magazinolvasással, tévézéssel és internetezéssel kapcsolatos szokásokat. A kutatás továbbá az alábbi kérdőívet alkalmazta: az Evési Zavar Kérdőívet, a SCOFF kérdőívet, Az Evészavarok Rövid Értékelése Kérdőívet (SEED), a Megjelenéssel Kapcsolatos Szociokulturális Attitűdök Kérdőívet (SATAQ-3), a Rosenberg Önértékelési Skálát (RSE), a Vonzóságról Alkotott Hiedelmek Skálát (BAA-R), a Fizikai Megjelenéssel Kapcsolatos Összehasonlítás

Skálát (PACS), a Társas Összehasonlítás Skálát (SCS), és mérte a diétázási szokásokat is.

### **Adatelemzési stratégia**

Az elemzéseket az SPSS 21.0, ROPstat és az MPLUS 7.11 statisztikai programcsomagokkal folytattuk le. A BAA-R, a PACS és az SCS faktorstruktúrájának vizsgálatára konfirmatív (CFA) és exploratív (EFA) faktoranalízist egyaránt alkalmaztunk. Mindkét esetben a normalitás megsértésére kevésbé érzékeny MLR becslési módszert alkalmaztunk. A feltáró faktoranalízis során geomin forgatást használtunk. A modellilleszkedés jóságának becslésére a következő abszolút (khi-négyzet próba [ $\chi^2$ ], Root Mean Square Error of Approximation [RMSEA], Standardized Root Mean Square Residual [SRMR]) és relatív (Comparative Fit Index [CFI], Tucker-Lewis Fit Index [TLI]) illeszkedési mutatókat alkalmaztunk. A 0,90 és 0,95 közötti CFI és TLI értékek megfelelő illeszkedést jeleznek, a 0,95 feletti értékek pedig kiváló. Az RMSEA értékek hozzávetőleges illeszkedést mérnek, a 0,08 alatti értékek megfelelő illeszkedést jeleznek, a 0,05 alatti értékek pedig kiváló. Az SRMR mutató 0,0 és 1,0 közötti értékeket vehet fel, ahol a 0,0-es érték tökéletes illeszkedést jelez (azaz minél kisebb az SRMR által felvett érték, annál jobb a modell illeszkedése). A kérdőívek belső megbízhatóságának becslésére Cronbach-alfa mutatót számítottunk. A férfiak és nők összehasonlítására khi-négyzet próbát használtunk, amennyiben kategorikus változókról volt szó. Független mintás t-próbát vagy Mann–Whitney-féle U-próbát alkalmaztunk folytonos változók esetén. Az átlagok közötti különbségeket a Cohen-féle d-hatásmutató segítségével jeleztük, ez esetben a küszöbértékek a következőképp alakulnak: a 0,20 "kis" hatást, 0,50 "közepes" hatást és 0,80 a "nagy" hatást jelzi. A folytonos összefüggések feltárására a Pearson-féle korrelációs együtthatót, valamint a Spearman-féle rangkorrelációs együtthatót alkalmaztunk. A korrelációs együtthatók értékének értelmezése Cohen (1988) meghatározása alapján történt:

0,3 alatt gyengének, 0,3–0,5 között közepes erősségűnek, 0,5 felett pedig erősnek tekintettük a lineáris kapcsolatokat. Többszörös bináris logisztikus regresszió analízist használtunk a testsúlycsökkentő magatartás előrejelzőinek teszteléséhez. A médiafogyasztás és a testképpel való elégedetlenség közötti kapcsolatot strukturális egyenletek modelljével teszteltük (SEM), ugyancsak MLR becslési módszert alkalmazva. Többszörös indikátor többszörös ok elemzést (MIMIC) használtunk, ahol az internalizáció mint látens változó szerepelt. Az evészavarok kockázatának előrejelzőit multinomiális logisztikus regresszió elemzés segítségével teszteltük.

## **EREDMÉNYEK**

### **Kérdőív validáció és adaptáció**

#### *A Vonzóságról Alkotott Hiedelmek Skála pszichometriai vizsgálata*

A kétfaktoros elméleti struktúrát konfirmatív faktoranalízissel teszteltük. Az illeszkedési mutatók nem támasztották alá az eredeti struktúrát ( $\chi^2_{(171)}=5124,8$ ,  $p<0,001$ ; CFI=0,816; TLI=0,792; RMSEA=0,086 [CI90: 0,081; 0,091], SRMR=0,066). A következőkben exploratív faktoranalízissel teszteltük a BAA-R faktorstruktúráját. A háromfaktoros megoldás illeszkedési mutatói elfogadhatónak bizonyultak ( $\chi^2_{(171)}=5124,8$ ,  $p<0,001$ , CFI=0,944, TLI=0,918, RMSEA=0,054 [0,048; 0,060], SRMR=0,030). A tételek besorolása az alábbi szabály alapján történt: egy tételről akkor mondtuk, hogy egy, és csakis egy faktorhoz tartozik, ha faktorsúlya csak egyetlen faktoron haladta meg a 0,25-öt; vagy ha faktorsúlya az egyik faktoron nagyobb volt, mint bármelyik másik faktorhoz tartozó faktorsúlyának kétszerese. Ez alapján a 19 tételből 14 tétel egyértelmű besorolásra került. Az első faktorhoz az eredetileg a testi fitteesség és sportosság fontosságának skálájához tartozó 2., 3., 4., 5., 13. és 15. tétel került. A második faktoron az eredetileg vonzóság és

soványság fontosságának skálájához tartozó 1., 8., 10., 12., és 17. tételek töltődnek. Egy harmadik faktort (az élet teljességének aspektusa) is azonosítottunk, amely a 11., 14. és 19. tételleket tartalmazza. Ez az új faktor az élet teljességének és kiteljesedésének azon aspektusát ragadja meg, mely a fizikai vonzósághoz és annak révén szerezhető előnyökhöz köthető. Ezen tételek eredetileg a soványság faktorhoz tartoztak volna. Mindazonáltal a tételek inkább jellemzik az élet teljességének, élvezetének fontosságát (pl: „*A vonzó nők teljesebb életet élnek, mint kevésbé vonzó társaik.*”), mintsem a soványság fontosságát. A faktorok pozitív irányú, közepes erősségű, illetve erős lineáris kapcsolatot mutatnak egymással. A háromfaktoros megoldást alapul véve a három skála pontszámát kumulatív skálaképzési algoritmussal számoltuk ki. A skálák belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult. A további elemzések ezekkel a skálákkal történnek. A BAA-R konstruktum validitása további alátámasztást nyert a SATAQ-3 internalizáció alskálájával való pozitív, szignifikáns kapcsolata révén.

### *A Fizikai Megjelenéssel Kapcsolatos Összehasonlítás Skála pszichometriai vizsgálata*

Elsőként konfirmatív faktoranalízissel teszteltük a PACS egyfaktoros struktúráját, azonban az illeszkedési mutatók közül az RMSEA nem mutatott elfogadható illeszkedést ( $\chi^2_{(10)}=1220,7$ ,  $p<0,001$ ; CFI=0,963; TLI=0,927; RMSEA=0,104 [CI90: 0,079–0,131]; SRMR=0,042). A 4. tétel (*Annak eldöntésére, hogy vonzóak vagyunk-e vagy sem, rossz módja az, ha önmagunk „kinézetét” mások „kinézetével” vetjük össze.*) faktorsúlya nagyon alacsonynak bizonyult (0,24,  $p<0,001$ ). Ez vélhetően a tétel szövegezésének köszönhető, ugyanis fordított irányú, ez az egyetlen ilyen tétel. A 4. tétel törlése után a megismételt CFA illeszkedési mutatói kifejezetten jóvá váltak ( $\chi^2_{(6)}=1047,1$ ,  $p<0,001$ ; CFI=0,996; TLI=0,988; RMSEA=0,051; RMSEA CI90: 0,008–0,099; SRMR=0,009). A



faktorsúlyok értéke a 0,56 és 0,90 közötti tartományban helyezkedik el. Éppen ezért az elemzések során a skála négy tételre redukált, megfelelő belső megbízhatósággal rendelkező változatával dolgozunk. Pearson-féle korrelációs együttható segítségével számítottuk ki az eredeti öt teteles és az új, négy teteles PACS kérdőívek közötti együttjárást. Erős összefüggést kaptunk a két változat között ( $r=0,97$ ,  $p<0,001$ ), mely a két kérdőív közötti magas szintű megfelelést jelzi.

### *A Társas Összehasonlítás Skála pszichometriai vizsgálata*

A konfirmatív faktoranalízis nem támasztotta alá a skála egyfaktoros struktúráját ( $\chi^2_{(55)}=3883,6$ ,  $p<0,001$ ; CFI=0,735; TLI=0,669; RMSEA=0,168; RMSEA CI90: 0,159–0,176; SRMR=0,074). Az exploratív faktorelemzés során a három faktoros megoldás illeszkedési mutatói elfogadhatónak bizonyultak ( $\chi^2_{(55)}=3883,6$ ,  $p<0,001$ ; CFI=0,966; TLI=0,924; RMSEA=0,080; RMSEA CI90: 0,068–0,092; SRMR=0,025). Az első faktor („Kompetencia”) azon készséggel és képességgel kapcsolatos társas jellemzőket foglalja magába, amelyek alapján az emberek összevetik magukat másokkal. A második faktor („Társas elfogadás”) magába foglalja a társas elfogadással és másokhoz való tartozással kapcsolatos jellegzetességet. A harmadik faktor („Fizikai jellemzők”) pedig azon fizikai jellegzetességekhez kapcsolódnak, melyek alapján az emberek összehasonlítják magukat másokkal. Habár a harmadik faktort úgy kezeltük jelen esetben mint „Fizikai jellemzők”-et, fontos megemlíteni, hogy ennek egy eleme (*Nemkívánatos/Kívánatos*) akár társas jellemzőként is értelmezhető, és nem feltétlenül csak fizikai jellemzőkre utalhat, ezáltal az olvasó értelmezésén is múlik. A faktorok pozitív irányú, erős lineáris kapcsolatot mutatnak egymással. Mivel a vonzósággal kapcsolatos dimenzió csak két tételből áll, nem használjuk az elemzések során, különösen azért, mert a Fizikai Megjelenéssel Kapcsolatos Összehasonlítás Skála már

méri ezt a konstruktumot. A másik két skála (Kompetencia és Társas elfogadás) pontszámát kumulatív skálaképzési algoritmussal számítottuk ki. A skálák belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult. A Kompetencia alskálán elért magasabb pontszám azt jelzi, hogy az egyén önmagát kiválóbbnak, hozzáértőbbnek és tehetségesebbnek tartja másokhoz viszonyítva. A Társas elfogadás alskálán elért magasabb pontszám arra utal, hogy az egyén saját társas helyét másoknál magasabbra helyezi, kifejezve ezzel azt, hogy ő sokkal elfogadhatóbb, elfogadott és nagyobb eséllyel beavatott. A skálák belső megbízhatósága elfogadható volt. A további elemzések ezekkel a skálákkal történnek.

### **Fogyókúra média tartalom és testsúlycsökkentő magatartás**

Annak érdekében, hogy feltárjuk az összefüggéseket az online és magazinokban szereplő fogyókúra tartalom aktív keresése és a testsúlycsökkentő magatartás között, a résztvevőket arra kértük, hogy válaszoljanak meg néhány kérdést diétázási szokásaikkal kapcsolatban, illetve jelezzék, miként és hol jutnak efféle információkhoz. Bináris logisztikus regressziós elemzés segítségével teszteltük a testsúlycsökkentő magatartás lehetséges prediktorait annak fényében, hogy a résztvevők milyen gyakran voltak kitéve fogyókúra tartalomnak magazinokban, illetve az interneten. Az elemzés során kontrolláltuk a BMI-t, az életkort és az iskolai végzettséget.

#### *Férfiak*

Az eredmények szerint azok a férfiak, akik arról számoltak be, hogy inkább hajlamosak magazinokban fogyókúra cikkeket olvasni, összehasonlítva azokkal, akik nem olvastak ilyen cikkeket, tendenciaszinten nagyobb eséllyel használtak legalább heti egyszer hashajtókat (OR=12,56, p=0,054), hetente szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket (OR=5,62, p=0,003), tendenciaszinten nagyobb eséllyel végeztek

intenzív testedzést legalább hetente (OR=4,48,  $p=0,052$ ), és tendenciaszinten nagyobb eséllyel végeztek valamilyen kompenzáló viselkedést legalább hetente egyszer (OR=6,35,  $p=0,077$ ), mint, hogy ennél ritkábban köteleződjenek el a fent említett módszerek igénybevétele mellett. Eredményeink arra is rámutattak, hogy azon férfiak, akik arról számoltak be, hogy inkább olvasnak internetes fogyókúrák cikkeket, szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket legalább hetente (OR=4,12,  $p<0,001$ ), azokhoz képest, akik nem. Azon férfiak, akik hajlamosabbak voltak aktívan keresni a fogyókúrák cikkeket magazinokban, mint akik ezt nem tették, szignifikánsan nagyobb eséllyel hányatták magukat hetente (OR=22,97,  $p=0,023$ ), használtak hashajtókat hetente (OR=131,23,  $p=0,003$ ), és inkább számoltak be heti purgáló magatartásformákról (OR=22,70,  $p=0,021$ ), mintsem, hogy ennél ritkábban fordultak volna elő a fent említettek. Végezetül pedig azon férfiak, akik hajlamosabbak voltak aktívan keresni a fogyókúrák cikkeket az interneten, szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket legalább hetente (OR=8,03,  $p<0,001$ ), és tendenciaszinten nagyobb eséllyel végeztek valamilyen kompenzáló viselkedést legalább hetente egyszer (OR=3,44,  $p=0,052$ ).

### *Nők*

Eredményeink alapján azok a nők, akik arról számoltak be, hogy inkább hajlamosak magazinokban fogyókúrák cikkeket olvasni, összehasonlítva azokkal, akik nem, szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket legalább hetente (OR=3,27,  $p<0,001$ ), szignifikánsan nagyobb eséllyel végeztek intenzív testedzést legalább hetente (OR=2,39,  $p<0,001$ ), szignifikánsan nagyobb eséllyel végeztek valamilyen kompenzáló viselkedést legalább hetente egyszer (OR=2,94,  $p<0,001$ ). Az is elmondható, hogy azon nők, akik arról számoltak be, hogy inkább olvasnak fogyókúrák cikkeket online, szignifikánsan nagyobb

eséllyel használtak hashajtókat legalább hetente (OR=3,04, p=0,018), szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket legalább hetente (OR=5,00, p<0,001) azokhoz képest, akik nem. Továbbá azon nők, akik hajlamosabbak voltak az interneten fogyókúrák cikkeit olvasni, szignifikánsan nagyobb eséllyel végeztek intenzív testedzést legalább hetente (OR=3,47, p<0,001), inkább számoltak be heti purgáló magatartásformákról (OR=2,60, p=0,016), és szignifikánsan nagyobb eséllyel számoltak be kompenzáló magatartásformákról legalább heti rendszerességgel (OR=4,23, p<0,001), mint ennél ritkábban. Azok a nők, akik hajlamosabbak voltak aktívan keresni a fogyókúrák cikkeket magazinokban, szignifikánsan nagyobb eséllyel hánytatták magukat legalább hetente (OR=5,96, p=0,001), szignifikánsan nagyobb eséllyel használtak hashajtókat legalább hetente (OR=3,75, p=0,001), szignifikánsan nagyobb eséllyel fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket legalább heti egyszer (OR=6,24, p<0,001), mint ennél ritkábban. Azok a nők, akik hajlamosabbak voltak aktívan keresni a fogyókúrák cikkeket magazinokban, szignifikánsan nagyobb eséllyel végeztek intenzív testedzést legalább hetente (OR=4,09, p<0,001), szignifikánsan nagyobb eséllyel számoltak be legalább hetente előforduló purgáló magatartásformákról (OR=4,57, p<0,001) és kompenzáló magatartásformákról legalább heti rendszerességgel (OR=6,66, p=0,002), mint ennél ritkábban. Végül pedig azon nők, akik arról számoltak be, hogy hajlamosabbak az interneten fogyókúrák cikkeit aktívan kutatni, szignifikánsan nagyobb eséllyel hánytatták magukat (OR=3,05, p=0,037), használtak hashajtókat legalább hetente (OR=3,68, p=0,001), fogyasztottak diétás vagy alacsony kalóriás termékeket (OR=6,13, p<0,001), végeztek intenzív testedzést (OR=3,07, p<0,001), inkább számoltak be purgáló (OR=3,95, p<0,001) és kompenzáló magatartásformákról legalább heti gyakorisággal (OR=4,95, p<0,001), mint ennél ritkábban.

## **A testi elégedetlenség és a karcsúság iránti késztetés előrejelzői**

A médiahasználat és testi elégedetlenség közötti kapcsolatot a strukturális egyenletek modelljével (SEM) teszteltük MLR robusztus becslési módszert alkalmazva. Többszörös indikátor többszörös ok elemzést (MIMIC) használtunk, ahol az internalizáció látens változóként szerepelt. Az így alkotott változó magában foglalja a SATAQ-3 kérdőív *Internalizáció-Általános* és *Internalizáció-Kisportolt* alskálákat. Az elemzések során külön modell keretében teszteltük a nőkre és a férfiakra vonatkozó összefüggéseket. Az internalizáció alskálának a látens internalizáció változón való faktor töltődése elfogadható ( $>0,70$ ,  $p<0,001$ ) volt.

### *Nők*

Ahogy azt bejósoltuk, a különböző médiaforrásokból érkező információ szubjektív fontossága a külsővel és vonzó megjelenéssel kapcsolatban szignifikánsan előrejelezte a nyomás jelentősebb érzékelését és a sovány és sportos testideálok belsővé tételét is. A médiából érkező nyomás ezen testideálok elérésére továbbá pozitív kapcsolatban állt a karcsú és sportos testideálok internalizálásával. Várakozásainknak megfelelően az internalizáció bejósolta a testi összehasonlítás, testi elégedetlenség és karcsúság iránti késztetés nagyobb mértékét. A külső alapú összehasonlítás nagyobb mértéke bejósolta a testtel való fokozottabb elégedetlenséget. Ez pedig előrejelezte a karcsúság iránti késztetés fokozottabb jelenlétét. A magasabb BMI szoros kapcsolatot mutatott a testi elégedetlenség fokozódásával, tendenciaszinten az internalizáció alacsonyabb mértékével, és szintén tendenciaszinten pozitívan jelezte előre a nyomás fokozódását. A BMI továbbá pozitív kapcsolatban állt az életkorral is. Végezetül pedig a magasabb iskolázottság pozitív kapcsolatot mutatott az életkorral és tendenciaszinten negatív összefüggést a BMI-vel.

A mediációs elemzés feltárta, hogy a médiából érkező, a megjelenéssel és a testi ideálokkal kapcsolatos információ és a karcsúság iránti késztetés közötti kapcsolatot részben az internalizáció mediálta (standardizált  $\beta=0,15$ ,  $p<0,001$ ). Szignifikáns közvetett útvonalat találtunk az információ és karcsúság iránti késztetés között, mely az internalizáción és testi elégedetlenségen keresztül vezetett (standardizált  $\beta=0,06$ ,  $p=0,001$ ). Az elemzések arra is rávilágítottak, hogy az információ és karcsúság iránti késztetés között a nyomáson és internalizáción keresztül is vezetett egy szignifikáns út (standardizált  $\beta=0,11$ ,  $p<0,001$ ). Szignifikáns, közvetett útvonalat találtunk az információ és karcsúság iránti késztetés között, mely az internalizáció, testi összehasonlítás és testtel való elégedetlenségen át vezetett (standardizált  $\beta=0,04$ ,  $p=0,001$ ). Egy másik szignifikáns útvonal pedig az információtól indult és a nyomáson, az internalizáción és a testi elégedetlenségen át vezetett a karcsúság iránti késztetésig (standardizált  $\beta=0,04$ ,  $p=0,001$ ). Végezetül azt találtuk, hogy az információ és karcsúság iránti késztetés között a nyomás, az internalizáció, a testi összehasonlítás és a testtel való elégedetlenség részleges közvetítő szerepet játszott (standardizált  $\beta=0,03$ ,  $p=0,001$ ). A nyomás és a karcsúság iránti késztetést illetően három szignifikáns, közvetett útvonalat fedett fel elemzésünk. Az első útvonal a nyomásból indul ki és az internalizáción át vezet a karcsúság iránti késztetésig (standardizált  $\beta=0,22$ ,  $p<0,001$ ). A második útvonal az internalizáción és a testtel való elégedetlenségen keresztül vezet a karcsúság iránti késztetésig (standardizált  $\beta=0,09$ ,  $p<0,001$ ), a harmadik pedig az internalizáción, a testi összehasonlításon és a testtel való elégedetlenségen keresztül vezet (standardizált  $\beta=0,06$ ,  $p=0,001$ ). Az internalizáció és a karcsúság iránti késztetés között is számos közvetett útvonalat találtunk. Az első ilyen útvonal a testtel való elégedetlenségen keresztül vezet (standardizált  $\beta=0,16$ ,  $p<0,001$ ). Továbbá közvetett út vezet a testi összehasonlításon és testi elégedetlenségen keresztül is az internalizáció és a karcsúság iránti késztetés között (standardizált

$\beta=0,10$ ,  $p<0,001$ ). Végezetül pedig úgy tűnik, hogy a külső alapú összehasonlítás és a karcsúság iránti késztetés közötti kapcsolatot teljes mértékben a testi elégedetlenség mediálta (standardizált  $\beta=0,13$ ,  $p<0,001$ ). Fontos megjegyezni, hogy elképzelhető, hogy szupresszor hatás lépett fel a médiatartalmak multikollinearitása miatt. Ez megmagyarázhatja, hogy miért kaptunk egyes esetekben nem várt közvetett hatásokat, mint például negatív kapcsolatot az információ és a karcsúság iránti késztetés között, vagy negatív összefüggést a nyomás és a testi összehasonlítás között. Az említett összefüggések artefaktum természetét a korábbi bivariáns elemzések eredményei is alátámasztják, ugyanis megfigyelhetőek pozitív, gyenge és mérsékelt erősségű kapcsolatok ezen megfigyelt változók között.

A modell a nyomás varianciájának 26,2%-át, az internalizáció varianciájának 60,1%-át, a testi összehasonlítás varianciájának 53,4%-át, a testi elégedetlenség varianciájának 40,9%-át és a karcsúság iránti késztetés varianciájának pedig 53,2%-át magyarázza. Az illeszkedési mutatók kiválóak ( $\chi^2=16,63$ ,  $df=7$ ,  $p=0,02$ , CFI=0,994, TLI=0,965; RMSEA=0,053 [90% CI: 0,020–0,086], SRMR=0,013).

### *Férfiak*

Férfiak esetében némiképp eltérőbb eredményeket kaptunk. Minél fontosabb forrásnak tekintették a válaszadók a különféle médiumokat a vonzóságra vonatkozó információ nyérése tekintetében (információ), annál nagyobb nyomást észleltek a médiumok irányából arra, hogy elérni törekedjenek a kulturálisan meghatározott szépségideált, illetve hogy belsővé tegyék a karcsú és sportos testideált. A médiából érkező nyomás fokozott volta egyaránt előrejelezte a szociokulturálisan meghatározott testideál internalizációjának és a külső alapú összehasonlítás nagyobb mértékét. Az internalizáció ugyanakkor összefüggött a megjelenés összehasonlítására való nagyobb hajlandósággal, a testtel való

nagyobb elégedetlenséggel és a karcsúság iránti késztetés nagyobb mértékével. A testi elégedetlenség nagyobb mértéke előrejelezte a karcsúság iránti késztetés fokozottabb mértékét. A magasabb BMI a médiából érkező nyomás nagyobb mértékét, negatívabb testképet, és fokozottabb karcsúság iránti késztetést jelzett előre. Eredményeinkből az is kitűnik, hogy az életkor előrehaladtával a férfiak kevésbé tartják fontos forrásnak a médiát a vonzóságra vonatkozó információ nyérése tekintetében. Továbbá a magasabb BMI és a magasabb iskolai végzettség is szoros összefüggést mutatott az életkorral. Végezetül pedig azt láttuk, hogy azok, akik magasabb iskolázottsággal rendelkeztek, tendenciaszinten jobban internalizálták a sovány, illetve sportos testideált és a testükkel is elégedetlenebbek voltak.

A mediációs elemzés számos szignifikáns közvetett útvonalat tárt fel a médiából érkező információ és a karcsúság iránti késztetés között. Az internalizáció részleges mediátor szerepet töltött be az információ és karcsúság iránti késztetés között (standardizált  $\beta=0,10$ ,  $p=0,025$ ). Az információ és a karcsúság iránti késztetés közötti kapcsolatot részben az internalizáción és a testi elégedetlenségen keresztül vezető út mediálja (standardizált  $\beta=0,05$ ,  $p=0,016$ ), részben pedig a nyomáson és internalizáción át vezető út (standardizált  $\beta=0,03$ ,  $p=0,027$ ). Továbbá egy kevésbé erős út vezetett az információtól a nyomáson, az internalizáción és a testi elégedetlenségen át a karcsúság iránti késztetésig (standardizált  $\beta=0,01$ ,  $p=0,039$ ). A mediációs analízis feltárta továbbá, hogy a nyomás és a karcsúság iránti késztetés közötti kapcsolatot részben az internalizáció mediálta (standardizált  $\beta=0,06$ ,  $p=0,023$ ). Egy másik út a nyomásból az internalizáción és a testi elégedetlenségen keresztül vezetett a karcsúság iránti késztetésig (standardizált  $\beta=0,03$ ,  $p=0,033$ ). Végezetül pedig a szociokulturálisan meghatározott testideálok internalizációja és a karcsúság iránti késztetés közötti útvonalat részben a testi elégedetlenség mediálta (standardizált  $\beta=0,01$ ,  $p=0,014$ ).



A modell a nyomás varianciájának 26,5%-át, a sovány és sportos testideál internalizáció varianciájának 45,7%-át, a testi összehasonlítás varianciájának 35,8%-át, a testtel való elégedetlenség varianciájának 21,9%-át, a karcsúságra való késztetés varianciájának pedig 33,1%-át magyarázza. Az illeszkedési mutatók kiválóak ( $\chi^2=12,03$ ,  $df=7$ ,  $p=0,100$ ,  $CFI=0,993$ ,  $TLI=0,962$ ;  $RMSEA=0,047$  [90% CI: 0,000–0,091],  $SRMR=0,011$ ).

### **Az evészavarok kockázatának előrejelzői**

Az evészavarok kockázatának megállapítása során a következő kérdőíveket és skálákat használtuk: az Evési Zavar Kérdőív (EDI: testtel való elégedetlenség alskála, karcsúság iránti késztetés alskála, bulimia alskála), a SCOFF kérdőív, és az Evészavarok Rövid Értékelése Kérdőív. A kérdőívek cut-off pontjai alapján dichotóm és trichotóm változókat képeztünk. A falásrohamokat a SEED kérdőív alapján határoztuk meg, kritérium volt a legalább heti egy falásroham. A kompenzáló viselkedéseket szintén a SEED alapján állapítottuk meg, ez esetben is legalább heti egy kompenzáló viselkedés volt a kritérium, ez alatt értettük a következők közül legalább egyet: önhánytatás, hashajtók használata, diétázás vagy túlzott testedzés. A SCOFF második kérdése segítségével definiáltuk az evés közben fellépő kontrollvesztés élményét, mely a falászavar (BED) definiálásában volt hasznos. A hat létrehozott kategória az evészavar kockázatot hivatott tükrözni (magas és alacsony kockázat anorexia nervosa [AN] kialakulására, magas és alacsony kockázat bulimia nervosa [BN] kialakulására, kockázat BED kialakulására és kockázat a máshová nem osztályozott táplálási és evészavarok [UFED] kialakulására). Az összes kategória felállításánál a DSM-V diagnosztikai kritériumait vettük alapul. Ezen kategóriák felállítása segíthet a későbbi prevenció és médiaeducációs programok kidolgozásában, mivel a fókuszuk szélesebb spektrumban mozog. A fent említett médiatartalmak kockázattal járhatnak a szubklinikai és máshová nem osztályozott evészavarok kialakulására is. Fontos

azt leszögezni, hogy a fenti, kérdőívek válaszai alapján létrehozott kategóriák nem kísérelnek meg klinikai diagnózist felállítani. Azon résztvevők, akik egyik fent említett kategória kritériumát sem teljesítették, az evészavar kockázattal nem rendelkezők csoportjába kerültek. Az evészavarok kockázatának prediktorait multinomiális logisztikus regresszió elemzéssel teszteltük. Ennek során összevontunk egyes kategóriákat, és három főbb kategóriát különböztettünk meg: nincs kockázat (N=612, 74,6%), UFED (N=73, 8,9%), kockázat evészavar kialakulására (N=135, 16,5%). Eredményeink szerint a minta nagy része nem tekinthető veszélyeztetettnak az evészavarok kialakulása szempontjából (N=612, 74,6%). A továbbiakban a rizikó arányok az egyes evészavarokra a következőképp alakultak: magas kockázatú AN: (N=3, 0,4%), alacsony kockázatú AN: (N=15, 1,8%), magas kockázatú BN: (N=24, 2,9%), alacsony kockázatú BN: (N=82, 10,0%), kockázat BED: (N=11, 1,3%) és UFED: (N=73, 8,9%) kialakulására. Azon résztvevőknek, akik legalább heti rendszerességgel böngésztek diétával, fitnesszel és egészséges étkezéssel kapcsolatos weboldalakat, szignifikánsan nagyobb esélyük volt az UFED kialakulására (OR=2,76, p=0,002), szignifikánsan nagyobb esélyük volt evészavarok kialakulására (OR=1,91, p=0,029), mint hogy kockázatmentesek lettek volna. Az eredmények arra is rámutattak, hogy azok, akik alkalmanként látogattak evészavarokat támogató oldalakat (proED), azokkal összehasonlítva, akik ezt sosem teszik, szignifikánsan nagyobb esélyük volt evészavarok kialakulására (OR=3,28, p<0,001), mintsem, hogy kockázatmentesek legyenek. A médiából érkező fokozott szociokulturális nyomás észlelése és a magasabb BMI egyaránt előrejelezte, hogy az érintettek szignifikánsan nagyobb eséllyel rendelkeznek kockázattal az UFED-re (OR=1,05, p=0,007; és OR=1,08, p=0,003), és az evészavarokra (OR=1,04, p=0,041; és OR=1,08, p=0,001), mintsem, hogy kockázatmentesek legyenek. Továbbá az alacsony önértékelés előrejelezte, hogy az érintettek

szignifikánsan nagyobb eséllyel rendelkeznek kockázattal az UFED-re és az evészavarokra (OR=0,91,  $p<0,001$ ; és OR=0,88,  $p<0,001$ ), mintsem, hogy kockázatmentesek legyenek. A női nem is kockázatot jelentett tendenciaszinten az UFED kialakulására (OR=1,85,  $p=0,054$ ) és szignifikánsan nagyobb kockázatot jelentett evészavarok kialakulására (OR=2,43,  $p=0,002$ ) a kockázatmentességhez képest. A gyakoribb külső alapú összehasonlítás az evészavarra való nagyobb kockázattal járt (OR=1,13,  $p=0,002$ ). Végezetül összehasonlítva azokat, akik az UFED-re való kockázattal voltak jellemezhetőek azokkal, akik az evészavarokra, egyetlen szignifikáns kapcsolatot találtunk: a testi összehasonlítás szignifikánsan nagyobb kockázattal járt az evészavarok kialakulására, mint az UFED-re (OR=1,14,  $p=0,010$ ). A modell által megmagyarázott variancia 32,5%.

## **KÖVETKEZTETÉSEK**

A jelen tanulmány hozzájárul a megjelenéssel kapcsolatos médiafogyasztás és a testképpel kapcsolatos zavarok jobb megértéséhez. Habár a kutatás nagyobb és lehetőleg reprezentatív mintán való megisméltése szükséges, a jelen eredmények azt mutatják, hogy számos szignifikáns korreláció található az egyes, a külső megjelenéssel kapcsolatos magazinok olvasása, televíziós műsorok nézése és internetes oldalak látogatása, valamint a negatív testkép és karcsúság iránti késztetés között. Ez a kapcsolat pedig többnyire a médiából érkező észlelt nyomás, a karcsú testideál internalizálása és a testi összehasonlításra való hajlam révén közvetített. Eredményeink arra is rávilágítottak, hogy az online és nyomtatott sajtóban szereplő fogyókúra tartalmak aktív keresése erős előrejelzője volt az egészségtelen testsúlykontrolláló módszerek igénybevételének. Az internetes fitness, egészség és proED weboldalak látogatása pedig bejósolta az evészavarok kialakulásának kockázatát. Mivel a férfiak és az idősebb korosztály többnyire alulreprezentált a médiával, testképpel és evészavarokkal kapcsolatos kutatásokban, a jelen kutatás egyik erőssége volt e csoportok

bevonása. Eredményeink alátámasztották a korábbi kutatásokat, miszerint a szociokulturális hatások testi elégedetlenségre és evészavarokra vonatkozó elmélete kiterjeszhető az idősebb korosztályra is. A jelen kutatás eredményei azt is jelzik, hogy Magyarországon szükség van a prevenciós és médiaedukációs programok kialakítására. Ezen programok fókuszában elsősorban a médiának a testképre és az evészavarokra kifejtett hatása szerepelhetne, mely érintené az olyan közvetítő tényezők szerepét, mint a karcsú/sportos testideál belsővé tétele, a médiából érkező szubjektív nyomás, a médiaüzenetek fontossága és a külső alapú összehasonlítás. Hasonlóan sok nyugati országhoz és a test elfogadását célzó kampányaikhoz hasonlóan (törvények, melyek tiltják a kórosan sovány divatmodellek kifutókon való szerepeltetését, vagy melyek előírják a magazinok számára, hogy tüntessék fel, ha egy képet elektronikus utómunkálatoknak vetettek alá), Magyarországon is szükség van olyan törvényekre és intézkedésekre, melyek szabályozzák, hogy a divatmodellek csak elfogadható, egészséges tartományba tartozó BMI-vel szerepelhessenek, illetve, hogy az egyes magazinok feltüntessék valamilyen formában, hogy az ott megjelent modellek és testalakok manipulálva lettek és így a valóságnak nem felelnek meg, továbbá, hogy ezen technikák használata szabályozott legyen. Ezen intézkedések révén a férfiak és nők egyaránt sokkal realisztikusabb és egészségesebb testideálokkal szembesülnének a mindennapi médiában. Ez pedig egy sokkal színesebb és pozitívabb testkép kialakulását segíthetné elő.

## SAJÁT PUBLIKÁCIÓK JEGYZÉKE

### LEKTORÁLT KÖZLEMÉNYEK

1. **Szabó K.**, Czeglédi E., Babusa B., Szumska I., Túry F., Sándor I., and Bauer S. (2015) The European Initiative ProYouth for the Promotion of Mental Health and the Prevention of Eating Disorders\* Screening Results in Hungary, *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 23(2): 139–146. **IF: 2.461**
2. Czeglédi E., **Szabó K.**, (2016) Hungarian experiences with the Beliefs About Attractiveness Scale – Revised. *Ideggyógyászati Szemle (Clinical Neuroscience)*, 69(3-4): 98-105. **IF: 0.386**
3. **Szabó, K.**, Túry, F. (2012) A magazinokban megjelenő írott és képi tartalmak evészavarokkal való lehetséges kapcsolata (Written and pictorial content in magazines and their potential relationship to eating disorders.) *Lege Artis Medicinæ*, 22(02): 139–145.
4. **Szabó, K.**, Túry, F., Czeglédi E (2011) Evészavarok és a média — a magazinolvasási szokások és az evészavarok lehetséges kapcsolata. (Eating disorders and media — magazine reading habits and their potential relationship to eating disorders.) *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 12(4): 353-74.

### BOOK CHAPTERS

1. Túry F., Czeglédi E., Papp I., Dukay-Szabó Sz., Babusa B., Güleç H., Mezei Á., **Szabó K.**, Varga M., Szumska I. (2013) A táplálkozási magatartás zavarainak felmérése reprezentatív hazai minta alapján – különös tekintettel a háttértényezőkre (Assessing disordered eating behaviour in a representative national sample survey – particular focus on the background factors), In: Susánszky É., Szántó Zs. (szerk.), *Magyar lelkiállapot 2013*. Semmelweis, Budapest, 2013, 147-160. old.