

Nezadovoljstvo tjelesnim izgledom i navike hranjenja kod studentica i njihovih majki

Alessandra Pokrajac-Bulian, Ivanka Živčić-
Bećirević, Sandra Vukmanović
Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet, Odsjek za
psihologiju

Gordon Forbes
Millikin University, Department of Behavioral
Sciences, Illinois, USA

Nezadovoljstvo tjelesnim izgledom igra značajnu ulogu u nastanku poremećaja hranjenja. Cilj je ovoga istraživanja bio ispitati opće nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom, zadovoljstvo pojedinim dijelovima tijela i tjelesnim funkcijama te navike hranjenja kod studentica, njihovih majki te procjena majki o tome kako su se osjećale kada su bile u dobi svojih kćeri. U istraživanju su sudjelovale 73 studentice riječkoga sveučilišta (Filozofskog i Ekonomskog fakulteta te Visoke učiteljske škole u Rijeci) i njihove majke. Korišteni su Upitnik sociokulturnih stavova o tjelesnom izgledu (SATAQ; Heinberg, Thompson i Stormer, 1995.), Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (BES; Franzoi i Shields, 1984.), Upitnik navika hranjenja (EAT-26; Garner i Garfinkel, 1979.) te Skala percepcije tjelesnog izgleda slikovnim podražajima (Stunkard, Sorenson i Schlusinger, 1983.). U odnosu na svoje majke studentice pokazuju višu internalizaciju, odnosno usvojenost društvenih standarda vezanih uz ideal mršavosti i zadovoljnije su svojom seksualnom privlačnošću. Usporedbom procjena kćeri i sjećanja majki o tome kako su se osjećale u njihovoj dobi pokazalo se da su majke u toj dobi imale značajno višu svjesnost i internalizaciju, odnosno prepoznavanje i usvojenost društvenih standarda o značenju mršavosti, bile su manje zabrinute težinom i zadovoljnije svojom tjelesnom kondicijom kao i vlastitom slikom tijela. U objašnjenju odstupajućih navika hranjenja kod studentica značajnim prediktorom pokazali su se svjesnost i internalizacija društvenih standarda, kao i zabrinutost težinom, kod majki internalizacija društvenih standarda i zadovoljstvo seksualnom privlačnošću, dok je kod majki u dobi njihovih kćeri zabrinutost težinom jedini značajan prediktor. Rezultati su komentirani u kontekstu kohort efekta.

Ključne riječi: nezadovoljstvo tijelom, svjesnost i internalizacija ideala mršavosti, generacijske razlike, indeks tjelesne mase

UVOD

Slika tijela, predodžba tijela ili *body image* označava mentalnu sliku osobe o vlastitom tjelesnom izgledu, evaluaciju izgleda te utjecaj tih percepcija i stavova na ponašanje (Rosen, 1992., Pokrajac-Bulian i Kandare, 1999./2000.).

Svu korespondenciju koja se odnosi na ovaj članak adresirati na Alessandra Pokrajac Bulian, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Trg Ivana Klobučarića 1, E-mail: pokrajac@ffri.hr

Slika tijela multidimenzionalan je konstrukt koji u sebi sadrži internalne (biološke i psihološke) te eksternalne (kulturne i socijalne) čimbenike (Sira, 2003.). Keeton, Cash i Brown (1990.) razlikuju komponentu stava o tjelesnom izgledu i perceptivno iskustvo izgleda tijela, dok Rosen (1992.) dodaje i bihevioralnu komponentu koja se odnosi na stalno provjeravanje vlastitoga izgleda, te izbjegavanje situacija koje izazivaju anksioznost. Srž nezadovoljstva vlastitom slikom tijela diskrepanca je između percipiranog i idealnog ja, bilo da se radi o našem unutrašnjem idealu ili idealu nametnutom od strane društva (Furnham i Greaves, 1994.).

Svijest o tijelu razvija se vrlo rano. Istraživanja pokazuju da djeca u dobi od samo 6 godina izražavaju nezadovoljstvo vlastitim tijelom i zabrinutost tjelesnom težinom (Murnen, Smolak, Mills i Good, 2003.), a ono se povećava s dobi. Čak je polovica djevojčica u završnim razredima osnovne škole nezadovoljna vlastitom težinom i izgledom tijela. Slični se podaci dobivaju i u istraživanjima s adolescenticama i odraslim ženskim osobama, što ukazuje na činjenicu da se neke komponente odstupajućih navika hranjenja mogu internalizirati u vrlo ranoj dobi te da nezadovoljstvo tijelom na ranom uzrastu može dovesti do razvoja problema s hranjenjem u adolescenciji (Smolak, 2002.).

Upravo su pubertet i rana adolescencija kritični period za razvoj poremećaja hranjenja jer je pubertet praćen normativnim razvojnim promjenama. Kod djevojaka dolazi do prosječnog povećanja tjelesne težine, što većinu njih udaljava od dominantnog ideala tjelesne težine, ali to je i vrijeme kada se formiraju odnosi s vršnjacima, postiže se osjećaj vlastitog identiteta što predstavlja značajne životne stresore (Hill i Pallin, 1998.). Podaci pokazuju da je čak 40-70% adolescentica nezadovoljno nekim aspektima svojega tijela, imaju izrazito negativne osjećaje prema njima (npr. bokovi, struk, stražnjica) te žele biti mršavije. Istraživanja provedena na uzorku srednjoškolaca u Hrvatskoj pokazuju da čak 50.4% ispitanih djevojaka provodi dijetu (Rukavina, 2002.), a njih 49.6% vjeruje da je njihova idealna težina niža od sadašnje za prosječno 3 do 4 kilograma (Gladović, 1999.). Prema Trivunčić (1998.) čak 80% djevojaka nezadovoljno je izgledom vlastita tijela te pokazuje želju za mršavljenjem. To je razlog zbog kojega djevojke započinju dijetu, a provođenje dijete za osam puta povećava vjerojatnost nastanka poremećaja u hranjenju (Dalle Grave i De Luca, 1999.).

Razdoblje puberteta karakterizira povećanje tjelesne mase tijela, negativna slika o vlastitom tijelu, želja za mršavošću te provođenje dijete. Pozitivna slika tijela i mršavost u toj su dobi povezane s pozitivnim osjećajima u vezi s vlastitom atraktivnošću i osjećajem popularnosti među vršnjacima (Guyot, Fairchard i Hill, 1981.; prema Kansi, Wichstrom i Bergman, 2003.), a niska tjelesna težina s visokim samopoštovanjem (Mintz i Betz, 1986.; prema

Kansi, Wichstrom i Bergman, 2003.). U tom su razdoblju djevojke pod velikim akademskim i socijalnim pritiskom, a kako društvo naglašava važnost mršavosti i privlačnosti kod žena, one uspjeh u izlaženju s mladićima, ali i životu općenito, povezuju s atraktivnim tjelesnim izgledom. Da bi ga postigle, mnoge od njih koriste različite strategije kontrole tjelesne težine, primjerice provođenje dijete, preskakanje obroka i učestalo vježbanje (Shisslak, Crago, McKnight, Estes, Gray i Parnaby, 1998.). Globalno samopoštovanje se u adolescenciji temelji na slici o tijelu, koja je njegova najznačajnija komponenta, a ukoliko je ona negativna dolazi do niza negativnih osjećaja i vjerovanja; niskoga samopoštovanja, depresije, anksioznosti te opsesivno kompulzivnih sklonosti (Levine i Smolak, 2002.).

Sliku tijela važno je promatrati i kroz razdoblje odrasle i starije životne dobi. Wertheim, Paxton i Blaney (2004.) navode da s dobi raste nezadovoljstvo tjelesnim izgledom. Naše se tijelo neprestano mijenja sve do smrti; s godinama se koža počinje boriti, masne se naslage s ekstremiteta «sele» na torzo, gubi se 1% mišićne mase godišnje, kosti postaju krhke te dolazi do niza zdravstvenih problema. U odrasloj se dobi vrednuju tri komponente slike tijela: izgled (vanjski znakovi starenja i atraktivnost), kompetencija (osjećaj spretnosti, izdržljivosti i snage) i zdravlje. Deeks i McCabe (2001.; prema Wertheim, Paxton i Blaney, 2004.) navode kako se utjecaji starenja i promjena u menopauzi moraju promatrati zajedno te da, općenito, mlađe žene imaju znatno pozitivnije osjećaje u vezi s vlastitim tijelom i zadovoljnije su izgledom od starijih žena. Druga istraživanja (Lewis i Cachelin, 2001.; Paxton i Phythian, 1999.; Tiggemann i Lynch, 2001.; prema Wertheim, Paxton i Blaney, 2004.) sugeriraju stabilnost slike tijela u odrasloj dobi. Promjene koje prate proces starenja mogu se usporediti nizom aktivnosti (najčešće vježbanjem) koje imaju pozitivne učinke na samopoštovanje osobe, percepciju vlastite tjelesne privlačnosti te istodobno imaju preventivni učinak pri razvoju kroničnih bolesti. Posljedica je zadržavanje pozitivne slike o vlastitome tijelu (Krauss, Whitbourne i Skultety, 2002.).

Stupanj u kojemu su osobe nezadovoljne vlastitim tijelom ima snažne implikacije na

njihovo samopoimanje, samopoštovanje i socijalno ponašanje te na razvoj poremećaja hranjenja. Istraživanja pokazuju da zabrinutost i nezadovoljstvo tjelesnim izgledom nije isključivo odlika žena jer sociokulturalna očekivanja o idealnom tjelesnom izgledu utječu i na muškarce (Dolan, 1991.; Furnham i Baguna, 1994.; prema Furnham i Greaves, 1994.). No, nezadovoljstvo tijelom različito se manifestira kod žena i muškaraca; ono kod žena ide uvijek u smjeru gubitka tjelesne težine, dok se kod muškaraca očituje u gubljenju i dobivanju na tjelesnoj težini, posebice mišićnoj masi (Furnham i Calnan, 1998.). Nezadovoljstvo tijelom izraženije je kod žena, do te mjere da je postalo gotovo normativno u zapadnim kulturama (Furnham i Greaves, 1994.; Striegel-Moore, 1995.), a na to ukazuje i činjenica da čak 95% Amerikanki smatra provođenje dijete normalnim jedenjem (Polivy i Herman, 1987.; prema Furnham i Greaves, 1994.). Žene su zabrinutije i manje zadovoljne izgledom u odnosu na muškarce, sklonije su precjenjivanju vlastite tjelesne težine, iskazuju veću zabrinutost hranjenjem i češće provode dijetu (Pokrajac-Bulian i Kandare, 1999./2000.). Mnoge žene imaju iskrivljenu sliku svojega tijela; percipiraju da je njihova težina veća od idealne (Fallon i Rozin, 1985.; prema Powell, Matacin i Stuart, 2001.), doživljavaju diskrepancu između svoje idealne i percipirane slike tijela, žele biti mršavije i imati veće grudi (Cash, 1994.; prema Powell, Matacin i Stuart, 2001.) što još više povećava nezadovoljstvo.

Idealan tjelesni izgled današnjice podrazumijeva izrazito mršavo žensko tijelo koje većina djevojaka i žena realno ne može dostići, osim u slučajevima ekstremnih izgladnjivanja ili drugih nezdravih navika hranjenja – povraćanja, korištenja laksativa, dijetnih pilula i slično. Naglašavanje važnosti takvoga izgleda dovodi do nezadovoljstva tijelom, niskog samopoštovanja i patološkog nastojanja za dostizanjem mršavoga tijela (Gilbert i Thompson, 1996.; Wolf, 1991.; Forbes, Adam-Curtis, Jobe, White, Revak, Živčić-Bećirević, Pokrajac-Bulian, 2005.). Istraživanja pokazuju da je tjelesni ideal koji djevojke adolescentne i rane odrasle dobi žele dostići puno mršaviji od njihova trenutnoga izgleda (Fallon i Rozin, 1985.; Tiggemann i Pennington, 1990.; prema Wertheim, Mee i

Paxton, 1999.). Tokyo i Suematsu (1985.; prema Mukai, Crago i Shisslak, 1994.) navode da 85% japanskih djevojaka normalne tjelesne težine želi biti mršavije, a čak 45% onih čija je težina 10-20% ispodprosječna.

Iako su se idealan oblik i veličina ženskoga tijela mijenjali tijekom stoljeća, od putenog do mršavog, današnji se ideal izrazito mršavog tjelesnog izgleda razvio relativno brzo (Fallon, 1990.; O'Dea, 1995.; Thompson, Heinberg i sur., 1999.; prema Wertheim, Paxton i Blaney, 2004.). Na pragu 20. stoljeća ideal ženske ljepote progresivno se mijenja te se u drugoj polovici stoljeća idealnim ženskim tijelom smatra ono koje je mršavije i s manje oblina; takav izgled može se primjetiti kod modela u Playboyu, natjecateljica za Miss Amerike i na različitim drugim natjecanjima ljepote, kod balerina i manekenki (Abraham, Beumont, Fraser i Llewellyn-Jones, 1982.; Garner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.; Morris, Cooper i Cooper, 1989.; prema Wertheim, Paxton i Blaney, 2004.). Takav izgled imaju i drugi modeli ljepote, primjerice lutka Barbie (Wertheim, Paxton i Blaney, 2004.), koja predstavlja nerealističnu, ali socijalno prihvatljivu sliku ženstvenosti (Sands i Wardle, 2003.). No, bitno je naglasiti da se takav ideal ljepote, u usporedbi sa zdravim ili standardnim normama tjelesne težine, smatra ispodprosječnom tjelesnom težinom.

Kultura u kojoj živimo, kao i nametnuti nam standardi o idealnom izgledu ženskoga tijela imaju snažan utjecaj na našu percepciju tijela, kao i na razvoj nezadovoljstva tjelesnim izgledom. Sociokulturno okruženje može doprinijeti razvoju nezadovoljstva tijelom prenoseći norme o idealnom tjelesnom izgledu putem medija, posebice oglasa modne i kozmetičke industrije koje zarađuju na račun ženskog nezadovoljstva tijelom (Thompson i Heinberg, 1999.; prema Paquette i Raine, 2004.). Vrlo je zanimljivo istraživanje provedeno na otočju Fiji koje je pokazalo koliko je značajan utjecaj medija. Nakon susreta tradicionalne kulture toga otočja i zapadnih televizijski kanala gotovo neposredno je poraslo tjelesno nezadovoljstvo i javile su se odstupajuće navike hranjenja kod djevojaka i mladih žena što jasno pokazuje snagu medijskog utjecaja (Becker, Burwell, Gilman, Herzog i Hamburg, 2002.).

Ranih pedesetih godina prošloga stoljeća idealom ženske ljepote smatrale su se putene žene izraženih oblina, a već se u šezdesetim godinama taj ideal mijenja u izrazito mršav izgled. Žene rođene prije 1950. godine odrasle su s bitno različitim idealom ženske ljepote negoli njihove kćeri (Lamb, Jackson, Cassiday i Priest, 1993.; Forbes i sur., 2005.), što ukazuje na činjenicu da se kod te dvije skupine žena nezadovoljstvo tjelesnim izgledom manifestira u različitom stupnju i na različite načine. Možemo očekivati da su mlađe žene, posebice one rođene nakon 1970. godine, koje imaju veću tjelesnu težinu i izrazito mršav ideal tjelesne ljepote, posebno nezadovoljne vlastitim tijelima.

Razlike između majki i kćeri u slici tijela mogu biti posljedica dvaju efekata. Efekt kohorte uključuje varijable koje su jedinstvene vremenu njihova odrastanja, a razvojni (generacijski) efekt varijable koje su povezane s procesom sazrijevanja i dobnim promjenama. Efekt kohorte pretpostavlja da će se nezadovoljstvo tijelom kod majki i kćeri razlikovati zbog izloženosti različitim idealima ljepote, dok generacijski efekt razlike u stupnju nezadovoljstva tjelesnim izgledom pripisuje procesu maturacije te promjenama u veličini i izgledu tijela koje prate starenje. Ova dva navedena efekta nisu međusobno isključiva (Forbes i sur., 2005.), već je moguće njihovo istodobno djelovanje.

Ovim se istraživanjem željelo usporediti nezadovoljstvo tijelom studentica i njihovih majki danas i retrospektivno, na temelju sjećanja o tome kako su se osjećale u dobi svojih kćeri. Budući da majke imaju prosječno veću tjelesnu težinu, pretpostavlja se da su i nezadovoljnije tijelom, ukoliko se ne kontrolira indeks tjelesne mase (ITM). Međutim, pretpostavlja se da će, uz kontrolu ITM-e, djevojke biti nezadovoljnije od majki. Upravo zbog efekta kohorte, odnosno izloženosti različitim idealima ljepote, očekuje se da će djevojke biti nezadovoljnije vlastitim tijelom negoli su bile njihove majke u toj dobi.

METODA

Ispitanici

Istraživanje je provedeno sa 146 ispitanica, od čega su 73 ispitanice studentice Filozofskog i

Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci te Visoke učiteljske škole u Rijeci, a 73 ispitanice su njihove majke. Raspon dobi studentica je od 19 do 25 godina, a prosječna dob je 20.17 godina (SD=1.46). Dob majki studentica kreće se u rasponu od 38 do 58 godina s prosječnom dobi od 47.18 godina (SD=4.06).

Postupak

Ispitivanje sa studenticama provedeno je grupno na njihovim fakultetima. Nakon što su ispunile upitnike, izvagane su i izmjerena im je visina. Svaka je studentica dobila upitnike za svoju majku. Majke su upitnike ispunjavale kod kuće te su samostalno mjerile tjelesnu težinu i visinu. Ispunjene su upitnike tada vraćale poštom na Filozofski fakultet ili su upitnike osobno donosile njihove kćeri. Sve kontaktirane studentice nisu bile voljne sudjelovati u istraživanju. Nakon najave mjerenja težine, oko 50% studentica odustalo je od daljnjeg sudjelovanja.

Provedeno je istraživanje bilo anonimno, a svaka je studentica na upitniku imala redni broj koji je omogućavao uparivanje s upitnikom njezine majke (majka je na svojoj skupini upitnika imala isti redni broj kao i kći). Prije samog provođenja ispitivanja, studenticama je objašnjena svrha istraživanja i data im je kratka uputa. Objašnjenje svrhe istraživanja i uputa mamama bila je u pisanom obliku, priložena uz upitnik. Majke su upitnike ispunjavale na način da su slijedile dvije različite upute; jedanput procjenivši svoje sadašnje osjećaje i ponašanja, a drugi put kako bi na ista pitanja odgovorile kada su bile istih godina kao njihove kćeri danas.

Instrumentarij

Za procjenu prepoznavanja i prihvaćanja društvenih standarda o tjelesnom izgledu korišten je Upitnik sociokulturnih stavova o tjelesnom izgledu (*Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire - SATAQ*; Heinberg, Thompson i Stormer, 1995.). Sadrži 14 čestica raspoređenih u dvije skale: Subskalu svjesnosti i Subskalu internalizacije. Svjesnost se odnosi na prepoznavanje društvenih standarda vezanih uz izgled (npr. *U našem se društvu pretile osobe smatraju neprivlačnima; U našoj je kulturi privlačan fizički izgled*

izuzetno značajan za napredovanje). Prihvaćanje, odnosno internalizacija mjeri usvojenost društvenih standarda o izgledu. Osoba inkorporira specifične vrijednosti i norme do te mjere da mijenja vlastito ponašanje u cilju dostizanja tih standarda (npr. *Želim postići tjelesni izgled kakav imaju žene u televizijskim programima i filmovima; Glazbeni spotovi koji pokazuju vitke žene izazivaju u meni želju da budem vitka*). Ispitanici ispunjavaju upitnik na skali Likertova tipa od 7 stupnjeva, gdje veći broj bodova ukazuje na veće prepoznavanje, odnosno prihvaćanje sociokulturnih standarda o idealnom tjelesnom izgledu. Teorijski raspon rezultata kreće se od 14 do 98. Upitnik primijenjen na ovom uzorku (majke i kćeri) pokazuje visok koeficijent pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije koji iznosi od .77 do .80 za Subskalu svjesnosti, a od .89 do .91 za Subskalu internalizacije.

Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (*Body Esteem Scale – BES*; Franzoi i Shields, 1984.) sadrži listu od 35 čestica koje se odnose na pojedine dijelove i funkcije tijela. Autori originalno dobivaju tri faktora kod ispitanica ženskoga spola. Faktor zadovoljstva seksualnom privlačnošću koji se odnosi na aspekte tijela i tjelesne funkcije koje se ne mogu mijenjati vježbom, nego se neki/neke od njih primarno mijenjaju korištenjem kozmetike. Takvih je čestica ukupno 13 (npr. miris tijela, nos, usne, uši, brada, grudi, oči, obrazi, spolni nagon, spolni organi, seksualna aktivnost, dlakavost, lice). Faktor zadovoljstva težinom sadrži 10 čestica (apetit, struk, bedra, građa tijela, stražnjica, bokovi, noge, figura, trbuh i težina), te uključuje dijelove tijela koji se mogu mijenjati tjelovježbom ili kontrolom unosa hrane. Tjelesna kondicija je faktor koji obuhvaća dijelove i funkcije tijela koje dolaze do izražaja samo u određenim situacijama, npr. u situacijama gdje je potreban napor ili kada je narušeno zdravlje. Takvih je čestica 9 (tjelesna snaga, refleksi, mišićna snaga, razina energije, tjelesna koordinacija, spretnost, zdravlje, tjelesna kondicija). Ispitanici odgovaraju na skali Likertova tipa od 5 stupnjeva (od *Imam jako negativne osjećaje* do *Imam jako pozitivne osjećaje*). Veći broj bodova ukazuje na zadovoljstvo seksualnom privlačnošću, zadovoljstvo tijelom te bolju tjelesnu kondiciju. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije

opisanih skala kreće se od .76 do .84 za kćeri, a od .84 do .90 za majke.

Skala percepcije tjelesnog izgleda slikovnim podražajima (*Figure Rating Scale – FRS*, Stunkard, Sorenson i Schlusinger, 1983.) sastoji od 9 crteža ženskog ili muškog tijela, poredanih po veličini, odnosno od najmršavijeg do najdebljeg. Koristi se pri ispitivanju slike tijela, odnosno nezadovoljstva tijelom. Ispitanice su odabirale sliku za koju su procijenile da najbolje prikazuje njihov sadašnji izgled te sliku koja prikazuje njihov željeni izgled na skali procjene od 10 do 100. Diskrepanca između te dvije procjene predstavlja mjeru nezadovoljstva tijelom. Teorijski mogući raspon rezultata kreće se od -90 do +90. Što je apsolutna razlika veća, osoba je nezadovoljnija vlastitim tijelom, dok predznak upućuje na smjer nezadovoljstva (osoba želi povećati, odnosno smanjiti tjelesnu težinu). U ovom uzorku čak 55,5% studentica i 72,2% majki želi biti mršavije, a svega 5.6% studentica i 4.2% majki želi povećati vlastitu tjelesnu težinu.

Kako bi se ispitala prisutnost nekih simptoma poremećaja hranjenja korišten je Upitnik navika hranjenja (*Eating Attitudes Test – EAT – 26*; Garner i Garfinkel, 1979.). Faktorskom analizom upitnika izdvojena su tri zasebna faktora: restrikcija (naziva se još i oralna kontrola), bulimija i zaokupljenost hranom te dijeta (Garfinkel i Garner, 1982.; Garner, Olmsted, Bohr i Garfinkel, 1982.; Kansi, 2003.). Oralna kontrola podrazumijeva samokontrolu prilikom unosa hrane te percipirani pritisak zbog mršavosti od strane socijalne okoline. Faktor bulimije i zaokupljenosti hranom sadrži čestice koje su indikativne za mjerenje misli o hrani i bulimičnog ponašanja, primjerice prejedanja, samoizazvanog povraćanja te ostalih kompenzacijskih ponašanja npr. vježbanja. Treći faktor - dijeta, odnosi se na patološko izbjegavanje visokokalorične hrane, provođenje dijete i želju za mršavošću (Kansi, 2003.). Na različitim uzorcima hrvatskih adolescentica, srednjoškolki i studentica, dobivena je također 3-faktorska struktura upitnika – dijeta, bulimija i zabrinutost u vezi s hranom, socijalni pritisak zbog mršavosti (Ambrosi-Randić i Pokrajac-Bulian, u tisku). Upitnik navika hranjenja najčešće se koristi kao jedinstven konstrukt, a predstavlja dobru mjeru odstupajućih ponašanja i navika hranjenja. Ispitanici odgovaraju na 26

čestica uz pomoć skale Likertova tipa od 6 stupnjeva, a ukupan rezultat na upitniku računa se zbrajanjem bodova na svim česticama, pri čemu najviše bodova dobiva onaj odgovor koji ide u smjeru patološkog doživljavanja ili ponašanja. Odgovor koji upućuje na veću izraženost simptoma poremećaja hranjenja dobiva 3 boda, sljedeći 2, a potom 1 bod. Odgovori *ponekad*, *rijetko* i *nikada* se ne boduju. Teorijski raspon rezultata kreće se od 0 do 78. Rezultat iznad 20 je kritičan, a u ovom ga uzorku postiže 2.8% majki i isto toliko kćeri. Pouzdanost tipa unutrašnje konzistencije na ovom uzorku iznosi .85 i za majke i za kćeri. Na temelju podataka o tjelesnoj visini i težini izračunat je indeks tjelesne mase (ITM) ispitanica. Radi se o objektivnoj mjeri koja pomaže u određivanju je li osoba ispodprosječne, prosječne ili iznadprosječne težine. Izračunava se tako da se tjelesna težina (u kilogramima) podijeli s kvadratom visine (u metrima). ITM manji od 17.5 označava ekstremno ispodprosječnu težinu, niži od 18.5

povećava vjerojatnost nastanka negativnih posljedica pothranjenosti, normalan ITM kreće se od 20.0 do 24.9, ITM od 25 do 29.9 označava iznadprosječnu težinu, a onaj iznad 30 označava pretilost.

REZULTATI

U Tablicama 1. do 3. prikazane su prosječne vrijednosti ispitanih varijabli, raspršenja, kao i statistička značajnost razlika u izraženosti pojedinih mjera između studentica, majki i majki u dobi njihovih kćeri. S ciljem provjere statističke značajnosti razlika izračunati su t-testovi za zavisne uzorke jer je rezultat svake studentice uparen s rezultatom njezine majke i majke u dobi kćeri. Zbog različitog broja ispitanica u pojedinim kombinacijama uparivanja (npr. majke i kćeri ili majke sada i majke u dobi svojih kćeri) došlo je do manjih razlika u srednjim vrijednostima i raspršenjima kod istih varijabli.

Tablica 1. Aritmetičke sredine, standardne devijacije, t-vrijednosti i statistička značajnost rezultata studentica i njihovih majki

	Kćeri			Majke			t	p
	M	SD	Raspon	M	SD	Raspon		
Internalizacija	26.59	11.83	8-55	21.25	10.52	8-45	3.43	.001
Svjesnost	27.18	6.48	13-41	26.40	7.30	6-37	.66	.51
Seksualna privlačnost	48.04	6.25	36-63	45.08	7.03	34-65	2.74	.01
Zadovoljstvo težinom	31.39	7.08	12-48	30.80	6.70	16-47	.58	.56
Tjelesna kondicija	31.07	5.40	18-44	31.41	6.25	14-45	-.40	.68
ITM	20.80	1.91	16.5-27.0	24.92	3.56	18.3-37.5	-8.57	.001
Nezadovoljstvo tijelom	6.06	7.83	(-10)-(30)	7.46	6.48	(-10)-(20)	-1.14	.26
EAT	6.25	6.37	0-38	6.77	6.48	0-33	-.45	.66

Studentice pokazuju veću internalizaciju društvenih standarda o idealu mršavosti, zadovoljnije su svojom seksualnom privlačnošću te imaju niži indeks tjelesne mase od svojih majki.

Tablica 2. Aritmetičke sredine, standardne devijacije, t-vrijednosti i statistička značajnost rezultata studentica i majki u dobi njihovih kćeri

	Kćeri			Majke u dobi kćeri			t	p
	M	SD	Raspon	M	SD	Raspon		
Internalizacija	26.39	11.49	8-55	34.78	13.16	8-56	-4.53	.0001
Svjesnost	27.06	6.45	13-41	30.09	8.70	6-42	-2.34	.03
Seksualna privlačnost	48.09	6.26	36-63	46.39	7.90	31-65	1.43	.16
Zadovoljstvo težinom	31.27	7.31	12-48	35.67	8.82	10-50	-3.57	.001
Tjelesna kondicija	31.11	5.43	18-44	35.03	5.84	24-45	-4.31	.0001
Nezadovoljstvo tijelom	6.20	7.81	(-10)-(30)	0.70	6.40	(-20)-(10)	4.52	.0001
EAT	6.12	6.26	0-38	8.15	6.00	1-29	-1.85	.07

Studentice imaju manje izraženu svjesnost i internalizaciju društvenih ideala mršavosti, više su zabrinute težinom, nezadovoljnije svojim tijelom i imaju manju tjelesnu kondiciju, nego su je imale njihove majke u istoj dobi.

Tablica 3. Aritmetičke sredine, standardne devijacije, t-vrijednosti i statistička značajnost rezultata majki sada i retrospektivno u dobi njihovih kćeri

	Majke sada			Majke u dobi kćeri			t	p
	M	SD	Raspon	M	SD	Raspon		
Internalizacija	21.49	10.48	8-45	35.24	12.93	8-56	-8.75	.0001
Svjesnost	26.15	7.28	6-37	29.57	8.67	6-42	-3.85	.0001
Seksualna privlačnost	45.01	7.01	34-65	46.39	7.90	31-65	-2.12	.04
Zadovoljstvo težinom	30.81	6.77	16-47	35.96	8.66	10-50	-4.74	.0001
Tjelesna kondicija	31.31	6.32	14-45	34.94	5.93	24-45	-5.23	.0001
Nezadovoljstvo tijelom	7.46	6.48	(-10)-(20)	0.70	6.40	(-20)-(10)	7.39	.0001
EAT	6.75	6.47	0-33	8.52	6.22	1-29	-1.95	.056

Majke sada imaju manje izraženu svjesnost, odnosno prepoznavanje i usvojenost društvenih standarda o idealu mršavosti, nezadovoljnije su svojom seksualnom privlačnošću, nezadovoljnije težinom i tijelom te procjenjuju

da su sada slabije tjelesne kondicije nego su bile u dobi svojih kćeri.

Zanimljivo je uočiti da nije utvrđena razlika u izraženosti odstupajućih navika hranjenja između studentica, majki, kao niti majki u njihovoj dobi.

S obzirom da je utvrđena značajna razlika u ITMu studentica i njihovih majki, bilo je zanimljivo provjeriti razlike u njihovim procjenama uz kontrolu ITMa. U tu svrhu provedena je analiza kovarijance, s ITMom kao kovarijatom. Potvrđena je značajna razlika u internalizaciji i zadovoljstvu seksualnom privlačnošću. Nakon kontrole ITMa pokazale su se značajne i razlike u zadovoljstvu težinom ($F_{(1, 139)} = 4.71$; $p < .05$), kao i u zadovoljstvu tijelom ($F_{(1,141)} = 9.24$; $p < .01$). Djevojke su

značajno zadovoljnije svojom težinom i izgledom tijela.

Da bi se ispitaio doprinos mjerenih varijabli (internalizacija, svjesnost, seksualna privlačnost, zadovoljstvo težinom, tjelesna kondicija, indeks tjelesne mase) u objašnjenju odstupajućih navika hranjenja (rezultat na EAT upitniku) kod studentica, majki te procjene majki u dobi vlastitih kćeri, provedene su stupnjevite regresijske analize, a rezultati su prikazani u Tablici 4.

Tablica 4. Značajni prediktori neadekvatnih navika hranjenja za studentice, majke i majke u dobi njihovih kćeri

Prediktori	Studentice	Majke	Majke u dobi kćeri
	Beta	Beta	Beta
Svjesnost	.365***	n.z.	n.z.
Zadovoljstvo težinom	-.302**	n.z.	-.324**
Internalizacija	.250*	.313*	n.z.
Seksualna privlačnost	n.z.	.273*	n.z.
	R=.68; R ² =.46 F _(3, 67) = 18.41***	R=.47; R ² =.22 F _(2, 57) = 7.68***	R=.32; R ² =.11 F _(1, 62) = 7.18**

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

Značajni prediktori odstupajućih navika hranjenja kod studentica su svjesnost i internalizacija društvenih standarda te manje zadovoljstvo težinom, dok su to kod majki internalizacija društvenih standarda i zadovoljstvo osobnom seksualnom privlačnošću. Jedini značajan prediktor odstupajućih navika hranjenja kod majki u dobi njihovih kćerki je manje zadovoljstvo težinom. Može se uočiti da navedena skupina prediktora najbolje objašnjava neadekvatne navike hranjenja kod studentica. Prediktorske varijable odabrane su na osnovi poznavanja suvremenih istraživanja koja se bave poremećajima hranjenja kod djevojaka i mladih žena. Premda djevojke i njihove majke imaju podjednako izražene odstupajuće navike hranjenja, očito je da su kod majki, osobito u dobi njihovih kćeri drugi faktori, osim nezadovoljstva tijelom, doprinosili tom problemu. Medijski pritisak

prije 30 godina nije bio toliko izražen kao što je to danas.

RASPRAVA

Rezultati provedenoga istraživanja pokazuju da se studentice razlikuju od svojih majki u nekim aspektima tjelesnoga samopoimanja. Djevojke izvještavaju o većoj internalizaciji sociokulturnih stavova o tjelesnom izgledu i zadovoljnije su svojom seksualnom privlačnošću.

Internalizacija se odnosi na usvajanje društveno prihvaćenih standarda o idealnom tjelesnom izgledu, odnosno prihvaćanje specifičnih vrijednosti i normi do te mjere da osoba mijenja vlastito ponašanje u nastojanju da dostigne željene standarde (Thompson, Van den Berg, Roehrig, Guarda, i Heinberg, 2004.). Takvi se standardi ženama najčešće prenose putem medija, obitelji i vršnjačkih skupina. Ovim su

utjecajima najpodložnije djevojke u razdoblju adolescencije kada je opće samopoštovanje u velikoj mjeri određeno zadovoljstvom tjelesnim izgledom. Na našem tržištu izlazi mnoštvo časopisa namijenjenih ženama koje čita velik broj adolescentica. Kako svaki od njih sadrži fotografije modela idealnih proporcija tijela, različite načine provođenja dijete, kao i druge strategije za kontrolu tjelesne težine, oni postaju značajno sredstvo komunikacije i prijenosa društvenih normi te u djevojaka potiču želju za dostizanjem mršavoga tjelesnog izgleda. Ispitivanjem provedenim na američkom uzorku Forbes i sur. (2005.) također se potvrdio viši stupanj internalizacije kod studentica u odnosu na njihove majke. Smatra se da na takve rezultate utječe efekt kohorte, odnosno veća izloženost studentica medijima.

Osim internalizacije, djevojke izvještavaju i o većem zadovoljstvu vlastitom seksualnom privlačnošću. Zadovoljstvo seksualnom privlačnošću odnosi se na one dijelove i funkcije tijela koji se primarno mogu mijenjati upotrebom kozmetike (usne, oči, obrazi), a istraživanjima je potvrđeno da je velik broj adolescentica nezadovoljan upravo tim dijelovima tijela (Levine i Smolak, 2002.). Veće zadovoljstvo vlastitom seksualnom privlačnošću kod adolescentica našega uzorka može biti povezano s većim korištenjem kozmetičkih preparata u toj dobi, u odnosu na majke. Pored toga, djevojke svoj tjelesni izgled povezuju i s popularnošću koju imaju među vršnjacima i uspješnosti u izlaženju s mladićima (Kansi, Wichstrom i Bergman, 2003.). Budući da je vanjski izgled ono što se najprije zamjećuje u kontaktu s drugima, moguće je da upotreba kozmetike ima ulogu medijatora, odnosno, da je povezana sa željom djevojaka da izgledaju što privlačnije i ostave bolji prvi dojam. Korištenje kozmetike samim time utječe i na percepciju većega zadovoljstva vlastitom seksualnom privlačnošću.

U skladu s očekivanjima i podacima u literaturi djevojke imaju niži indeks tjelesne mase. Veći indeks tjelesne mase kod majki može se pripisati maturacijskim procesima, odnosno promjenama u veličini i izgledu tijela koje neminovno prate promjene u srednjim godinama. Mnoga istraživanja pokazuju kako prosječna tjelesna težina raste od rane odrasle dobi do srednjih godina, da bi se u starosti opet smanjila (Andres, 1995.). Osim maturacijskih

promjena, većem indeksu tjelesne mase kod majki pridonosi i činjenica da su one najmanje jednom rodile, dok niti jedna studentica nije rodila. Razdoblje trudnoće obilježeno je značajnim povećanjem tjelesne težine, a istraživanja pokazuju da je to specifično povećanje tjelesne težine povezano s kasnijim zadržavanjem suvišnih kilograma, te kako je veći broj trudnoća povezan s kasnijim mogućim razvojem pretilosti (Andres, 1995.).

Budući da je zadovoljstvo tijelom usko povezano s indeksom tjelesne mase (Grogan, 1999.), moglo bi se očekivati da će majke biti znatno nezadovoljnije svojim tijelom od kćeri, što nije potvrđeno ovim istraživanjem, a u skladu je s rezultatima Rozina i Fallona (1988.) te Forbesa i suradnika (Forbes, Doroszewicz, Card i Adams-Curtis, 2004.). Stoga se nameće potreba da se pri uspoređivanju tjelesnog nezadovoljstva između dviju skupina, a osobito onih koje se značajno razlikuju u tjelesnoj težini, kontrolira njihov indeks tjelesne mase. Nakon statističke kontrole ITMa, pored ranije utvrđenih razlika između djevojaka i njihovih majki, utvrđeno je da su studentice značajno zadovoljnije težinom i tijelom u usporedbi s majkama, što je u skladu s generacijskim efektom. Djevojke su mlađe, vitkije i prema tome bliže medijski nametnutom idealu ženskoga tijela.

Istodobno, rezultati upućuju na to da kod majki s dobi dolazi do smanjenja zadovoljstva težinom, zadovoljstva osobnom seksualnom privlačnosti, ali isto tako do smanjenja svjesnosti i usvojenosti društvenih standarda o idealu mršavosti. Čini se da rezultati održavaju oba pretpostavljena efekta, premda generacijski efekt (različiti ITMovi) do neke mjere zamagljuje efekt kohorte. Nakon statističke kontrole ITMa, rezultati u većoj mjeri održavaju efekt kohorte. Procjene majki sličnije su procjenama njihovih kćeri nego osobnim procjenama u njihovoj dobi. Međutim, rezultate svakako treba oprezno intepretirati, budući da je vjerojatno prisutan i efekt pristranog dosjećanja. Tome u prilog idu i procjene majki kako su u dobi svojih kćeri bile značajno zadovoljnije težinom i tijelom, kao i seksualnom privlačnošću, da su imale bolju tjelesnu kondiciju te izraženiju svjesnost i internalizaciju društvenih standarda o idealu mršavosti. Majke su mogle imati sklonost ekstremnijim

procjenama o sebi u dobi svojih kćeri, nego što bi to bilo da su zaista procjenjivale u to doba.

Zanimljivo je da nisu uočene razlike u izraženosti odstupajućih navika hranjenja. Premda bi se moglo pretpostaviti da će djevojke koje su podložnije negativnim utjecajima medija imati više odstupajućih navika i stavova prema hranjenju (učestalije provođenje dijete, prejedanje, povraćanje, strah od debljanja), utvrđeno je da studentice nemaju negativnije navike u odnosu na majke. Nije uočena niti značajna promjena u učestalosti odstupajućih navika hranjenja kod majki u razdoblju od 20 godina. Eventualni utjecaj generacijskog efekta, koji bi pretpostavio smanjenje odstupajućih navika kod majki, možda je ublažen efektom kohorte. Majke su danas, premda starije, znatno izloženije negativnim medijskim utjecajima no što su to bile u djevojačkoj dobi.

Rezultati regresijskih analiza upućuju da se, uz pomoć korištenih prediktora, odstupajuće navike hranjenja mogu najbolje objasniti kod djevojaka (46% objašnjene varijance), slabije kod njihovih majki (21% objašnjene varijance), a najslabije kod majki u dobi njihovih kćeri (samo 10% objašnjene varijance). Pri tome su se značajnim prediktorima kod djevojaka pokazali svjesnost i internalizacija društvenih standarda o idealu mršavosti, kao i nezadovoljstvo težinom. Internalizacija društvenih standarda i zadovoljstvo seksualnom privlačnošću značajni su prediktori kod majki, dok je zabrinutost težinom jedini značajan prediktor kod majki u dobi njihovih kćeri.

Podatak da veća svjesnost o sociokulturnim stavovima o tjelesnom izgledu pridonosi češćem javljanju simptoma poremećaja hranjenja kod studentica je u skladu s rezultatima niza istraživanja (Barr Taylor i sur., 2003.). Sociokulturno okruženje pridonosi nastanku i razvoju poremećaja hranjenja prenoseći takve društvene standarde, najčešće putem medija. Važnost idelanoga tjelesnog izgleda koji podrazumijeva izrazito mršavo žensko tijelo dovodi do želje za približavanjem i dostizanjem takvoga izgleda kod žena, što podrazumijeva korištenje različitih restriktivnih tehnika kontrole i smanjenja tjelesne težine. Manje zadovoljstvo vlastitom tjelesnom težinom također pridonosi pojavi odstupajućih navika hranjenja. Nezadovoljstvo tjelesnom težinom odnosi se na negativne osjećaje u vezi s onim dijelovima tijela koji se mogu modificirati

tjelovježbom i kontrolom unosa hrane u organizam (Franzoi i Shields, 1984.) pa se može pretpostaviti da upravo takve strategije, kojima češće pribjegavaju studentice zabrinute za vlastitu tjelesnu težinu, dovode do pojave simptoma karakterističnih za poremećaje hranjenja. Želja za mršavošću potiče ciklus povoda dijete i epizoda prejedanja što često prethodi nastanku bulimije nervoze (Slade, 1982.; Lacey, 1986.; prema Waller i Shaw, 1994.).

Ista je varijabla jedini značajan prediktor odstupajućih navika hranjenja kod majki u dobi vlastitih kćeri. Nezadovoljstvo tijelom i težinom često je prepoznato kao najznačajniji prediktor simptomatologije poremećaja hranjenja kod žena (Tylka, 2004.). Izraženije nezadovoljstvo može potaknuti želju za mršavošću i korištenje niza maladaptivnih tehnika za kontrolu tjelesne težine, što može rezultirati simptomima poremećaja hranjenja (Battle i Brownell, 1996., prema Paquette i Raine, 2004.).

Pored internalizacije sociokulturnih stavova o tjelesnom izgledu, značajnim prediktorom odstupajućih navika hranjenja kod majki pokazalo se zadovoljstvo seksualnom privlačnošću. Prihvaćanje društveno nametnutog stava o važnosti mršavoga tijela vodi do nezadovoljstva vlastitim tjelesnim izgledom jer ono kod većine žena srednje dobi odstupa od ideala. Može se pretpostaviti da su upravo one žene, koje su jače usvojile nametnute ideale mršavosti, sklonije provođenju dijete i korištenju drugih neadekvatnih metoda održavanja željene tjelesne težine i izgleda. Na taj se način njihov izgled približava onome što smatraju poželjnim, što može rezultirati većim zadovoljstvom osobnom seksualnom privlačnošću.

Iako je istraživanje provedeno na relativno malom uzorku od 73 studentice i njihove majke što na neki način ograničava generalizaciju, rezultati upućuju na potrebu provođenja preventivnih programa u što ranijoj dobi s ciljem jačanja zaštitnih mehanizama kojima bi se adolescentice lakše suprotstavljale brojnim i snažnim medijskim pritiscima na dostizanje ideala mršavosti.

Jedno od ograničenja ovog istraživanja je i različit način određivanja indeksa tjelesne mase kod dvije skupine ispitanica. Podatak o tjelesnoj težini i visini majki dobiven je na osnovi njihova samoiskaza, dok je kod djevojaka

dobiven direktnim mjerenjem. Međutim, istraživanja pokazuju da postoji velika podudarnost između podataka dobivenih direktnim mjerenjem navedenih pokazatelja i subjektivnog iskaza ispitanica, a korelacije se kreću oko 0.90 (Ambrosi-Randić, Pokrajac-Bulian i Popović, 2005.). Podcjenjivanje težine na osnovi samoiskaza manje je od 5% tako da korištenje ITMa na temelju samoiskaza ne utječe na interpretaciju značenja grupnih razlika (Forbes i sur., 2005.).

Treba napomenuti da je na rezultate mogla utjecati i dobrovoljnost pristanka na sudjelovanje u istraživanju. Informacija o tome da će se mjeriti težina i visina obeshrabrila je neke ispitanice, moguće upravo one koje imaju problema s prekomjernom težinom ili pretilošću te ispitanice koje imaju emocionalnih problema u vezi s vlastitom težinom (nelagoda zbog težine, sram, krivnja ...). U prilog tome govori i podatak o indeksu tjelesne mase djevojaka koji se kreće u normalnom rasponu. Samo jedna djevojka ima iznadprosječnu težinu, što je svakako moglo utjecati na neke od dobivenih odnosa. Stoga bi buduća istraživanja trebala obuhvatiti ispitanice sa širim rasponom indeksa tjelesne mase, što bi uključivalo i nadprosječno teške i pretile.

LITERATURA

- Ambrosi-Randić, N. i Pokrajac-Bulian, A. (u tisku). Psychometric properties of the Eating attitudes test and children's Eating attitudes test in Croatia. *Eating and Weight Disorders*.
- Ambrosi-Randić, N., Pokrajac-Bulian, A. i Popović, A. (2005, listopad). *Problemi pri određivanju indeksa tjelesne mase*, rad prezentiran na 13. godišnjoj konferenciji hrvatskih psihologa, Osijek.
- Andres, R. (1995.). Body Weight and Age. U: K.D. Brownell i C.G. Fairburn (Ur.), *Eating Disorders and Obesity: A Comprehensive Handbook* (str. 65-70). New York: The Guilford Press.
- Barr-Taylor, C., Bryson, S.W., Altman, T.M., Abascal, L., Celio, A., Cuning, D., Killen, J.D., Shisslak, C.M., Crago, M., Ranger-Moore, J., Cook, P., Ruble, A., Olmsted, M.E., Kraemer, H.C. i Smolak, L. (2003.). Risk factors for the onset of eating disorders in adolescent girls: Results of the McKnight longitudinal risk factor study. *American Journal of Psychiatry*, 160, 248-254.
- Becker, A.E., Burwell, R.A., Gilman, S.E., Herzog, D.B. i Hamburg, P. (2002.). Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *British Journal of Psychiatry*, 180, 509-514.
- Dalle Grave R. i De Luca L. (1999.). *Prevenzione dei disturbi dell'alimentazione. Un programma di educazione e prevenzione primaria e secondaria per operatori socio-sanitari*. Verona: Positive Press.
- Forbes, G.B., Adams-Curtis, L., Jobe, R.L., White, K.B., Revak, J., Živčić-Bećirević, I. i Pokrajac-Bulian, A. (2005.). Body dissatisfaction in college women and their mothers: Cohort effects, developmental effects, and the influences of body size, sexism, and the thin body ideal. *Sex Roles*, 53, 281-298.
- Forbes, G.B., Doroszewicz, K., Card, K. i Adams-Curtis, L. (2004.). Association of the thin body ideal, Ambivalent Sexism, and self-esteem with body acceptance and the preferred body size of college women in Poland and the United States. *Sex Roles: A Journal of Research*, 50, 331-345.
- Franzoi, S.L. i Shields, S.A. (1984.). The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment*, 48, 173-178.
- Furnham, A., Calnan, A. (1998.). Eating Disturbance, Self-Esteem, Reasons for Exercising and Body Weight Dissatisfaction in Adolescent Males. *European Eating Disorders Review*, 6, 58-72.
- Furnham, A. i Greaves, N. (1994.). Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction. *European Journal of Personality*, 8, 183-200.
- Garfinkel, P.E. i Garner, D.M. (1982.). *Anorexia Nervosa: A Multidimensional Perspective*. New York: Brunner/Mazel..

- Garner, D.M. i Garfinkel, P.E. (1979.). Populations at risk for anorexia nervosa. *APA Syllabus and Scientific Proceedings*, 33, 71.
- Garner, D.M., Olmsted, M.P., Bohr, Y. i Garfinkel, P.E. (1982.). The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Gilbert, S. i Thompson, J.K. (1996.). Feminist explanations of the development of eating disorders: Common themes, research findings, and methodological issues. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 3, 183-202.
- Gladović, B. (1999.). *Nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom kod studenata i studentica*. Diplomski rad. Filozofski fakultet. Sveučilište u Rijeci, Rijeka.
- Grogan, S. (1999.). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. New York: Routledge.
- Heinberg, L.J., Thompson, J.K. i Stormer, S. (1995.). Development and validation of the Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 17, 81-89.
- Hill, A.J. i Pallin, V. (1998.). Dieting awareness and low self-worth: Related issues in 8-year-old girls. *International Journal of Eating Disorders*, 24, 405-413.
- Kansi, J. (2003.). *Eating problems and the self concept: The body as a mirror of the mind?*. Stockholm: Department of Psychology, Stockholm University.
- Kansi, J., Wichstrom, L. i Bergman, L.R. (2003.). Eating Problems and the Self-Concept: Results Based on a Representative Sample of Norwegian Adolescent Girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 325-335.
- Krauss, E., Whitbourne, S. i Skultety, K.M. (2002.). Body image development: Adulthood and aging. U: T.F., Cash i T. Pruzinsky (Ur.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (str. 83-91). New York: The Guilford Press.
- Keeton, W.P., Cash, T.F. i Brown, T.A. (1990.). Body image or body images?: Comparative, multidimensional assessment among college students. *Journal of Personality Assessment*, 54, 213-230.
- Lamb, C.S., Jackson, L.A., Cassiday, P.B. i Priest, D.J. (1993.). Body figure preferences of men and women: A comparison of two generations. *Sex Roles*, 28, 345-358.
- Levine, M.P. i Smolak, L. (2002.). Body image development in adolescence. U: T.F., Cash i T. Pruzinsky (Ur.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (str. 74-83). New York: The Guilford Press.
- Mukai, T., Crago, M. i Shisslak, C.M. (1994.). Eating attitudes and weight preoccupation among female high school students in Japan. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35, 677-688.
- Murnen, S.K., Smolak, L., Mills, J.A. i Good L. (2003.). Thin, sexy women and strong, muscular men: Grade-school children's responses to objectified images of women and men. *Sex Roles*, 49, 427-437.
- Paquette, M.C. i Raine, K. (2004.). Sociocultural context of women's body image. *Social Science and Medicine*, 59, 1047-1058.
- Pokrajac-Bulian, A. i Kandare, A. (1999./2000.). Povezanost općeg nezadovoljstva tjelesnim izgledom i nekih aspekata samopoimanja u studentskoj populaciji. *Psihologijske teme*, 8-9, 63-77.
- Powell, J.L., Matacin, M.L. i Stuart, A.E. (2001.). Body Esteem: An Exception to Self-Enhancing Illusions?. *Journal of Applied Social Psychology*, 31, 1951-1978.
- Rosen, J.C. (1992.). Body-image disorder: Definition, development, and contribution to eating disorders. U: J.H. Crowther, D.L. Tennenbaum, S.E. Hobfoll i M.A. Parris Stephens (Ur.), *The Etiology of Bulimia Nervosa: The Individual and Familial Context* (str. 157-177). Washington: Hemisphere Publishing Corporation.
- Rozin, P. i Fallon, A.E. (1988.). Body image, attitudes to weight and misperceptions of figure preferences of the opposite sex: A comparison of men and women

- in two generations. *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 342-345.
- Rukavina, T. (2002.). *Internalizacija ideala tjelesnoga izgleda, nezadovoljstvo tijelom i simptomi poremećaja hranjenja kod adolescenata*. Diplomski rad. Filozofski fakultet. Sveučilište u Rijeci, Rijeka.
- Sands, E.R. i Wardle, J. (2003.). Internalization of ideal body shapes in 9-12-year-old girls. *International Journal of Eating Disorders*, 33, 193-204.
- Shisslak, C.M., Crago, M., McKnight, K.M., Estes, L.S., Gray, N. i Parnaby, O.G. (1998.). Potential risk factors associated with weight control behaviors in elementary and middle school girls. *Journal of Psychosomatic Research*, 44, 301-313.
- Sira, N. (2003.). *Body image: Relationship to attachment, body mass index and dietary practices among college students*. Blacksburg: Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University.
- Smolak, L. (2002.). Body image development in children. U: T.F. Cash i T. Pruzinsky (Ur.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (str. 65-74). New York: The Guilford Press.
- Striegel-Moore, R. (1995.). Psychological factors in the etiology of binge eating. *Addictive Behaviors*, 20, 713-723.
- Stunkard, A.J., Sorenson, T. i Schlusinger, F. (1983.). Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. U: S. Kety, L.P. Rowland, R.L. Sidman i S.W. Matthysse (Ur.), *The genetics of neurological and psychiatric disorders* (str. 115-120). New York: Raven Press.
- Thompson, J.K., Van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A.S. i Heinberg, L.J. (2004.). The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale-3 (SATAQ-3): Development and Validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35, 293-304.
- Tylka, T.L. (2004.). The relation between body dissatisfaction and eating disorder symptomatology: An analysis of moderating variables. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 178-191.
- Trivunčić, S. (1998.). *Validacija inventara poremećaja hranjenja i Skale stavova prema hranjenju*. Diplomski rad. Filozofski fakultet. Sveučilište u Rijeci, Rijeka.
- Waller, G. i Shaw, J. (1994.). The media influence on eating problems. U: B. Dolan i I. Gitzing (Ur.), *Why women: gender issues and eating disorders* (str. 44-54). London: Athlone.
- Wertheim, E.H., Mee, V. i Paxton, S.J. (1999.). Relationships among adolescent girls' eating behaviors and their parents' weight-related attitudes and behaviors. *Sex Roles*, 41, 169-187.
- Wertheim, E.H., Paxton, S.J. i Blaney, S. (2004.). Risk factors for the development of body image disturbances. U: J.K., Thompson (Ur.), *Handbook of eating disorders and obesity* (str. 463-494). New Jersey: John Wiley and Sons Inc.
- Wolf, M. (1991.). Naming speed and reading: The contribution of the cognitive neurosciences. *Reading Research Quarterly*, 26, 123-140.

Body dissatisfaction and eating habits in college students and their mothers

Alessandra Pokrajac-Bulian, Ivanka Živčić-
Bećirević, Sandra Vukmanović
University of Rijeka, Faculty of Arts and Sciences,
Department of Psychology

Gordon Forbes
Millikin University, Department of Behavioral
Sciences, Illinois, USA

Body dissatisfaction plays a significant role in the development of eating disorders. The aim of the research was to assess dissatisfaction with own body image, satisfaction with specific body parts and body functions and eating habits in college women and their mothers. Mothers also made a retrospective assessment about their feelings at their daughter's age. 73 college women from the University of Rijeka and their mothers participated in the research. Body dissatisfaction was measured by the Figure Rating Scale (Stunkard, Sorenson, & Schlusinger, 1983) and Body Esteem Scale (BES; Franzoi & Shields, 1984.). Participants also completed the Awareness and Internalisation Scales from the Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire (SATAQ, Heinberg, Thompson & Stormer, 1995) and the Eating Attitude Test (EAT-26; Garner & Garfinkel, 1982). Compared to their mothers, students showed higher internalisation of cultural standards of the thin body ideal. They are also more satisfied with their sexual attractiveness. Mothers at their daughters' age showed higher awareness and internalisation of the societal norms about thin body ideal. They were also less concerned about their weight and more satisfied with their body condition and body image, compared to their daughters. Awareness and internalisation of societal standards, as well as weight concern are significant predictors of disordered eating habits in students, while the internalisation of societal standards and satisfaction with sexual attractiveness are significant predictors in mothers. Weight concern is the only significant predictor in mothers at their daughters' age. The results are discussed in the context of cohort effect.

Key words: body dissatisfaction, awareness and internalisation of the thin body ideal, generation differences, body mass index