

OTKA-pályázat zárójelentése

Nyilvántartási szám: T 46383

A hároméves kutatás az evés- és testképzavarok terén jelentősen hozzájárult a hazai alapismeretekhez, egyben nemzetközi összevetésben is (főleg a kultúrközi különbségekre vonatkozó kutatásokat tekintve) figyelemre méltó eredményeket hozott.

A felsorolt saját publikációk alátámasztják az elvégzett munkát. A kutatási periódusban egy könyv, két könyvfejezet, négy angol nyelvű közlemény, hat magyar nyelvű közlemény, emellett két olyan abstract született, amelynek anyaga még nem jelent meg közlemény formájában (természetesen több abstract is van nemzetközi kongresszusokról, de az ismétlést kerülendő ezek nem szerepelnek a listán). A könyv és az egyik könyvfejezet terápiás vonatkozásokat dolgoz fel, főleg a pályázat részeként kidolgozott kognitív modell gyakorlati alkalmazásával. Ezek terápiás jelentőségüknél fogva szerepelnek a listán. A magyar nyelvű közlemények között két irodalmi/gyakorlati áttekintés van, a többi a kutatási eredmények leírását tartalmazza.

A pályázat céljai túlnyomó részben teljesültek, néhány vonatkozás – főleg az életminőségre vonatkozóan – módosult vagy elmaradt. Mások viszont új elemként kerültek a vizsgálatba, így például az igen nagy mintát jelentő debreceni egyetemi populáció felmérése nem volt az eredeti tervben. A célok megvalósulása tehát kifejezetten magas arányban sikerült.

A kutatás előzménye volt, hogy a nemzetközi szakirodalomhoz viszonyítva a hazai kutatásban meglehetősen alulreprezentált terület a fiatal, 18-30 év közötti férfipopuláció általános pszichológiai állapotának, életminőségének vizsgálata. E tekintetben új (mindössze egy évtizedes) irányt jelentett a testépítőkre jellemző, általában anabolikus szteroidok használatával járó izomdiszorfia megjelenése. Ennek szociokulturális háttértényezői vannak; kiemelendő a nemi szerepek változása is. Számos kutatás megerősíti, hogy a testépítéssel foglalkozók jelentős hányada abnormis evési szokásokkal bír, annak ellenére, hogy az evészavarok klinikai diagnosztikai kategóriáit nem teljesítik és a szubklinikai csoportba sem sorolhatók.

Az evészavarok férfiak közötti előfordulásához és a modern pszichoszomatikus zavarokhoz kapcsolódóan a testépítés, a szteroidhasználat, a nemi szerepkonfliktus, valamint az evési és testi attitűdök vizsgálatát tűztük ki célul egy speciális csoport – katonai felsőoktatásban résztvevők – bevonásával. Feltételeztük, hogy a fegyveres testületekhez tartozó férfiak között a testi erő fontossága miatt számítani lehet a testi elégedetlenség és a testépítés koncentrált előfordulására, illetve az evéssel és a testtel kapcsolatos pszichés zavarokra.

A vizsgálatok során a következő **kérdéseket** fogalmaztuk meg:

1. Milyen gyakorisággal fordul elő a 18-30 év közötti férfiak körében hazánkban klinikai vagy szubklinikai evészavar?
2. Milyen gyakori, illetve a civil egyetemi hallgatókhoz viszonyítva milyen arányban fordul elő a fegyveres testületek iránt hivatásszerűen érdeklődők között a testépítés és az anabolikus szteroidok abúza?
3. A katonai felsőoktatásban részt vevő hallgatók testi és evési attitűdjei eltérnek-e a civil egyetemi hallgatókéktól?
4. A testépítéssel foglalkozók fokozott hajlammal rendelkeznek-e az evéssel és a testtel kapcsolatos pszichés zavarokra?

5. Mutatható-e ki összefüggés az evészavarok háttérében álló pszichopatológiai tényezők és a nemi szerepkonfliktus között?
6. A katonai főiskolások, illetve a civil egyetemisták, valamint a testépítéssel jelenleg vagy korábban foglalkozók eltérnek-e a testépítéssel soha nem foglalkozóktól a nemi szerepkonfliktus mértéke vagy annak mintázata vonatkozásában?
7. Az izomdiszmorfia szempontjából veszélyeztetettek hipnotikus fogékonysága milyen? A magas fogékonyság terápiás szempontból hasznos lehet.
8. A nők között megjelennek-e az izomdiszmorfia kockázatát jelentő viselkedések?
9. Eredményeink milyen formában alkalmazhatók prevenció vagy klinikai céllal?
10. Az evészavarok patogenetikai modellje miben hoz újat az evészavarok kognitív megközelítésének területén és milyen új kutatási irányokat jelöl ki?

Módszerek

1. Az általános demográfiai adatokat és a testsúlyra, a táplálkozási, testedzési szokásokra, szteroid-használatra, az evési zavarokra (Eating Disorder Inventory, EDI), a testi attitűdökre (Body Attitude Test, BAT) és a nemi szerepkonfliktusra (Gender Role Conflict Scale, GRCS) vonatkozó kérdéseket tartalmazó kérdőívet a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem Bolyai János Katonai Műszaki Főiskolai Karon 820 hallgató töltötte ki anonim módon (módszertanilag ez volt a vizsgálatok legbizonytalanabb pontja, amint azt a közlemények részletesen taglalják is).

A szerzőtől megkapott GRCS-t hazai viszonyokra adaptáltuk (kettős fordítás, visszafordítás, validitásvizsgálat).

2. A Debreceni Egyetemen ugyanezt a kérdőívet 874 általános tudományegyetemi hallgatóval vettük fel. A válaszadási arány a két populációban összesítve 76% (n=1232) volt.

3. Kilenc izomdiszmorfiás férfival hipnabilitásvizsgálatot végeztünk a Stanford Hypnotic Susceptibility Scale „A” változatával (SHSS-A).

4. Felmérést végeztünk fitness-termeket látogató amatőr sportolónők között. 100 nő kérdőíves vizsgálata során a Fallon és Rozin (1985) által kidolgozott Emberi Alakrajzok Tesztjét, az Evészavar Kérdőívet (EDI), a Muscle Appearance Satisfaction Scale-t (MASS alkalmaztuk).

Eredmények

1. A vizsgált populációkban klinikai súlyosságú anorexia nervosában (AN) vagy bulimia nervosában (BN) szenvedő személyt nem találtunk a szűrés során. Szubklinikai AN sem fordult elő, a szubklinikai BN kritériumainak a katonai mintában 2 fő felelt meg, amely a teljes vizsgált populációban 0,16%-a.

2. Az átlagos testtömeg-index tekintetében statisztikailag szignifikáns különbség volt a katonai és általános egyetemista csoport között az utóbbiak javára. Ugyanakkor a katonai főiskolások között többen használnak anabolikus szteroidokat izomfejlesztés céljából (3,3%). A testépítéssel foglalkozók aránya magas a katonai felsőoktatásban tanulók között: 38,9% aktuálisan, míg 25,6% korábban foglalkozott testépítéssel (összesen tehát 64,5%-ot érintett a testépítés). Míg a katonai főiskolások között lényegesen többen szeretnének hízni, mint az általános egyetemi hallgatók csoportjában, addig az utóbbiakat inkább a fogyásvágy jellemzi.

3. Az evési és testi attitűdök szempontjából a katonai főiskolások a civil populációhoz képest szignifikáns különbséget mutatnak. A testi attitűdök összehasonlítására az EDI három releváns faktora („karcsúság iránti készletesség”, „testi elégedetlenség”, interoceptív tudatosság”) mellett a BAT pontszámokat használtuk. A civilek szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a „testi elégedetlenség” és az „interoceptív tudatosság” alskálákban. A civil egyetemista csoport testi attitűdjei negatívabbak. A civil egyetemi hallgatók szignifikánsan magasabb pontszámot értek el az „elégtelenség érzése”, az „interperszonális bizalmatlanság”, valamint a „félelem a felnőtté válástól” alskálákban.

4. Mindkét csoportban a testépítés szerinti bontásban elvégzett összehasonlítás a két minta között szignifikáns eltérést mutat: a perfekcionizmus inkább jellemzi a testépítéssel jelenleg vagy korábban foglalkozó személyeket. A perfekcionizmus, valamint az interoceptív tudatosság hiánya inkább jellemzi a testépítéssel jelenleg vagy korábban foglalkozó civil hallgatókat. Az EDI összesített pontszáma ugyancsak szignifikánsan magasabb a civil testépítőknél. A BAT pontszámok összehasonlítása alapján a civil egyetemista csoport testépítő hallgatóinak testi attitűdjei negatívabbak.

5. Mindkét mintában külön-külön elvégzett korrelációs vizsgálat alapján a civil populációra jellemzőbb, hogy a magasabb EDI pontszámok magasabb nemi szerepkonfliktussal járnak együtt. Ez igaz az összesített átlagértékekre vonatkozóan (GRCS összevont és EDI összevont pontszám), és az EDI 1. faktora („karcsúság iránti készletesség”) szempontjából is. Míg a civilek között a GRCS alsókálák közül legalább kettő korrelál az összes EDI alsókálával, addig a katonai populációban csak az utolsó öt EDI faktorról mondható el ilyen kapcsolat. A katonák között a GRCS összesített mutatója is csak az „elégtelenség érzése”, a „perfekcionizmus”, az „interperszonális bizalmatlanság”, az „interoceptív tudatosság”, és a „félelem a felnőtté válástól” alsókálákkal mutat korrelációt. A testi attitűdök és a nemi szerepkonfliktus összefüggése szempontjából figyelemreméltó, hogy míg a katonáknál a „siker, erő, versengés” alsókálában elért magasabb pontszám a Testi Attitűdök Tesztjén elért magasabb értékkel (vagyis negatívabb testi attitűddel) jár együtt, addig a civileknél e két mutató között nincs szignifikáns kapcsolat. A többi alsókálával való pozitív korreláció mindkét csoportot jellemzi, ugyanakkor a homofóbia alsókála a katonáknál gyengébb együttjárást mutat a magasabb BAT pontszámokkal, mint a civileknél.

6. A nemi szerepkonfliktusok szempontjából a „korlátozott emocionalitás” és a „korlátozott affektív viselkedés férfiak között – homofóbia inkább jellemzi a civil egyetemistákat. A GRCS összesített átlagértéke ugyancsak magasabb a civileknél. Mindkét mintán belül a nemi szerepkonfliktus mintázata azonos a „siker, erő, versengés”, valamint az összesített skálaátlag szempontjából: a testépítéssel foglalkozók értek el magasabb pontszámot. A „korlátozott emocionalitás” és a „korlátozott affektív viselkedés – homofóbia” inkább a civil testépítőket jellemzi.

7. A kilenc izomdiszmorfiás férfi diagnózisának megállapítása a Pope és mtsai (1997) által leírt kritériumok alapján történt. Hipnotikus fogékonyságuk a 12 pontos SHSS-A alkalmazásával $8,22 \pm 2,11$ pontátlagot mutatott, ami a hazai standarddal összevetve (ez $5,53 \pm 3,76$ pont; Greguss és mtsai, 1975) szignifikánsan magasabb. Ez arra utal, hogy az izomdiszmorfiában szenvedők kezelésében a hipnózis előnyös terápiás lehetőség.

8. A vizsgált női populáció (fitneszt űzők) átlagos testtömegindexe 21,18 volt. A normális testsúlytartomány alsó határát jelentő 18,5-es érték alatt 9 személynek volt a testtömegindexe (9%). Legalább heti két falásrohama volt 6 személynek (6%). Két nő rendszeresen használ anabolikus szteroidokat, 18 táplálék-kiegészítőt, és 3 személynek volt magas kockázata az izomdiszmorfia kialakulására.

Konklúziók

1. A testi és evési attitűdökre koncentrálok, a hivatásos katonai pályára készülő főiskolai hallgatók és a civil egyetemi hallgatók homogén férfimintáján végzett felmérés hazánkban és Kelet-Közép Európában is az első kontrollált, nagy elemszámú mintán készült, izomdiszmorfiát is érintő vizsgálat, amely csatlakozik az evészavarok hazai epidemiológiai felméréséhez. Eredményeinket a korábbi kutatásokban kapott prevalenciaadatokkal összevetve elmondható, hogy az evészavarok mind klinikai, mind szubklinikai formáinak gyakorisága kisebb a jelen vizsgálatban. Mintánkban a („klasszikus”) evési zavarok prevalenciája 0,16%. Vizsgálatunk eredménye szerint tehát az evészavarok prevalenciája férfiak között csökkent a korábbi felmérésekhez viszonyítottan, ugyanakkor a fogyásvágy

markánsabb a civil egyetemi férfi populációban, amely hajlamosíthat evési tünetek kialakulására.

2. A testépítéssel foglalkozók aránya kiemelkedően magas a katonai főiskolások között. Figyelemreméltó az is, hogy az aktuálisan testépítők a mért változók tekintetében nem különböztek jelentős mértékben azoktól, akik csak a múltban foglalkoztak testépítéssel. Ugyanakkor mindkét csoporttól eltérést mutattak a soha nem testépítő hallgatók. Vizsgálatunkban a testépítés gyakoriságát figyelembe véve a férfiak atlétaideálja jelentősebb hatással lehet a katonai pályára készülő fiatalokra. A civil populáció tagjainak nagyobb része (49,5%) inkább fogyni szeretne, míg a katonák közül csak 25,8% vágyik alacsonyabb testsúlyra. A szakirodalomban több helyen leírt szimmetrikus eredmény felmérésünkben a civil testépítőket jellemzi: nagyjából ugyanannyian szeretnének hízni, mint fogyni. A soha nem testépítő civil hallgatók közül viszont lényegesen többen szeretnének fogyni, mint azok, akik jelenleg vagy valaha foglalkoztak testépítéssel.

A bináris logisztikus regresszió elemzés szerint a fegyveres szolgálat jelentős, pozitív befolyással van a nagyobb testsúly iránti vágyra. Feltételezhető, hogy a társadalom által sugallt kulturális nyomás a szakma jellegéből fakadó professzionális nyomással összeadódva felelőssé tehető azért, hogy a katonai főiskolások közül lényegesen többen szerettek volna súlygyarapodást elérni, mint a civil egyetemisták közül.

Vizsgálatunkban a szteroidabázus mértéke a testépítők arányához viszonyítva alacsonynak értékelhető mindkét csoportban. Nem zárjuk ki, hogy ezek – legalábbis a fegyvereseknél mindenképpen – minimumbecsléseknek tekinthetők.

3. Eredményeink igazolni látszanak, hogy a katonai pálya(választás) az evési és a testi attitűdök eltéréseit fedi fel/okozhatja a civil populációhoz képest. Az Evészavar Kérdőív (EDI) öt alszájában és a Testi Attitűdök Tesztjén (BAT) elért pontszámok alapján a civil egyetemisták a katonai főiskolásokhoz képest fokozott hajlammal rendelkeznek az evészavarokra, és testi attitűdjeik is negatívabbak.

4. Az evészavarok pszichopatológiai háttértényezőit tekintve a testépítő személyek minimális mértékben térnek el a nem testépítőktől, mindössze egy faktorban. A mintákon belüli összehasonlítás szerint a testépítéssel foglalkozó hallgatókat perfekcionizmus jellemzi azokkal szemben, akik soha nem folytattak testépítést. A testépítők testi attitűdjei negatívabbak a katonai mintában, de még így is alacsonyabb átlagpontszámmal rendelkeznek, mint a civilek mindkét csoportja, amelyek között szignifikáns eltérést nem találtunk.

A civil egyetemi hallgatók közül a testépítéssel foglalkozók még perfekcionistaibbak, mint a katonai felsőoktatásban részt vevő testépítő társaik. Ugyancsak jellemzőbb rájuk az interoceptív tudatosság hiánya, ami azt jelenti, hogy a civil egyetemi hallgatók közül a testépítők a belső érzékelések (éhség, jóllakottság) és az érzelmek felismerésében és azonosításában bizonytalanabbak.

5. A nemi szerepkonfliktus vizsgálata újszerű elemként került bele kutatásunkba. Tapasztalatunk szerint ez olyan terület, amelynek szerepe az evési problémákban és a testi elégedetlenséggel összefüggésbe hozható zavarokkal kapcsolatban jelentős. A mindkét mintában elvégzett korrelációs elemzés alapján a testi és lelki erő kifejezésének fontosságát egyfajta negatív professzionális nyomásként élhetik meg azok a katonai felsőoktatásban részt vevő személyek, akiknek a testi attitűdjei negatívabbak. Korrelációs elemzésünk megerősíti azt a feltételezést, hogy az evészavarokban és a negatív testi attitűddel társuló állapotokban a nemi szerepkonfliktusoknak számottevő jelentőségük lehet.

A kutatás gyakorlati haszna a GRCS hazai adaptálása.

6. A minták közötti összehasonlítás alapján az érzelemkifejezéssel kapcsolatban több, vagy erősebb félelmük van a civileknek. A korrelációs elemzés szerint ez a faktor mindkét populációban szoros együttjárást mutat az „interoceptív tudatosság (hiánya)” EDI alszámlával, amelyben a civilek ugyancsak magasabb pontszámot értek el. Az érzelmek felismerésének és azonosításának problematikája ezek szerint közös vonás az evészavartünetek és a nemi szerepkonfliktus között. A testi kontaktus kerülése más férfiakkal ugyancsak fokozottabban jellemző a civilekre. Ez a különbség talán magyarázható a katonai pálya azon sajátosságával, hogy a fegyveres testületekben szolgáló férfiak gyakrabban vannak „összezárva”, egymásra utalva számos, a hétköznapitól eltérő helyzetben (ld. harcászati gyakorlatok, kiképzések, misszió stb.). A GRCS magasabb összpontszáma a feminitástól való fokozott félelmet jelzi a civileknél a katonákhoz viszonyítva. Feltételezzük, hogy ezt a különbséget is a fegyveres szakma kellőképpen erőteljes maskulin jellege indokolja.

7. Eredményeink felhívják a figyelmet a nemi szerepkonfliktusok tanulmányozásának fontosságára az evészavarokban. E konfliktusok hajlamosító tényezőként a testtel kapcsolatos, testépítéshez kötődő zavarok hátterén is jelen lehetnek. Másrészt egy – megalapozott feltételezés alapján – fokozott kockázatúnak hitt professzionális szubpopulációról kiderült, hogy védő faktorokkal rendelkezik a testtel és az evéssel kapcsolatos pszichés zavarokra. Elképzelhető, hogy a speciális pályaorientáció olyan szelekciós tényezőt jelent, amely az egészségesebb fiatalokat vonzza a katonai pályára. Ugyanakkor úgy tűnik, hogy a fiatal, egyetemista férfiak evési és testi attitűdjei számos olyan abnormis vonást mutatnak, amelyek fokozottan sérülékennyé tehetik őket akár az evészavarokra, akár az új keletű pszichoszomatikus zavarokra.

8. A hipnoterápia lehetőségeire hívja fel a figyelmet izomdiszmorfiában az a tény, hogy a betegek hipnotikus fogékonysága magasabb az átlagnépességnél. Ez a személyiségvonás hasonló a bulimiások fogékonyságához, amelyet számos (köztük hazai saját) vizsgálat is igazolt már.

9. A női amatőr sportolók (fitness) között szintén megjelennek az izomzat tömegével, a testképpel kapcsolatos aggodalmak és az izomdiszmorfia kockázata. Ez arra hívja fel a figyelmet, hogy a sportoló nőket is célszerű szűrni ebből a szempontból.

10. Az irodalomkutatás során az evészavarok területén egy egészségpszichológiai alapokon nyugvó, a rendszerszemléletet megvalósító kognitív patogenetikai modell leírására is sor került. Ez összegzi a számos korábbi, önmagában is értékes magyarázó modell eredményeit. A vázolt kognitív gyökerű patogenetikai modell szintézisre törekvő megközelítés, és felvetődik alkalmazhatósága a szenvedélybetegségek és a modern evés- és testképzavarok esetén is. A modell ráirányítja a figyelmet azokra a pszichológiai tényezőkre is, amelyek felelősek lehetnek a kulturális hatásokkal szembeni sérülékenységet. Utal a kiváltó és fenntartó tényezők összetett szerepére is a kórképek kialakulásában és fennmaradásában. Kitekintést nyújt a modern kognitív szociálpszichológia kutatásai felé: az egyéni belüli és az egyénre ható attitűdrendszerek tanulmányozásának fontosságára hívja fel a figyelmet az evészavarokban. Az egészségpszichológiai megközelítés kiemelendő jelentősége, hogy a fenti megfigyelések a preventív munka kidolgozása, tervezése során is felhasználhatók.

Összefoglalóan: a pályázat megvalósulása igen jó, s a jelentős publikációs aktivitással hitelesített eredmények fontos hozzájárulást jelentenek az evés- és testképzavarok kutatásához. Sok gyakorlati vonatkozása van a munkának a szűrés módszertanától a kognitív

terápiáig. Mindemellett a pályázat költségvetése alacsony volt, s igen takarékosan bántunk a rendelkezésre álló keretösszeggel, amit a pénzügyi beszámoló és a (hasonló pályázatoknál talán szokatlan módon) visszafizetésre kerülő, megtakarított összeg igazol.

A munkacsoport köszönettel tartozik az OTKA-nak a pályázat támogatásáért. A megkezdett munkát folytatjuk, több közlemény készülében van.

Túry Ferenc
témavezető

2007. február 28.