

A TESTI ATTITŰDÖK, A TESTI ELÉGEDETLENSÉG ÉS A TESTÉPÍTÉS KAPCSOLATÁNAK VIZSGÁLATA FIATAL FÉRFIAK KÖZÖTT

LUKÁCS LIZA^{1*} – MURÁNYI ISTVÁN² – TÚRY FERENC^{1,3}

¹Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet, Budapest

²Debreceni Egyetem, Szociológiai Intézet, Debrecen

³Országos Pszichiátriai és Neurológiai Intézet, Budapest

(Beérkezett: 2006. december 31.; elfogadva: 2007. február 21.)

Célkitűzés. A női karcsúságideállal szemben a férfiak testideálja az atlétaideálon alapszik. Feltevésünk szerint a férfiakra jellemző egyes foglalkozásoknál (pl. a fegyveres testületeknél) az atlétaideál hangsúlyozott szerepe kockázati tényezőként jelenhet meg, aminek következménye lehet a testi elégedetlenség, illetve a fokozott testedzés. Ez pedig hajlamosíthat az izomdiszmorfia (más néven: inverz anorexia nervosa) megjelenésére egyes populációkban.

Módszer. 480 katonai főiskolai és 752 általános egyetemi felsőoktatásban részt vevő, 18–30 év közötti férfi testi attitűdjeit, testi elégedetlenségét, valamint testedzési szokásait vizsgáltuk kérdőíves módszerrel. Az általános demográfiai adatokat, valamint a testsúllyal, testépítéssel, szteroidhasználattal kapcsolatos információkat tartalmazó kérdőíven túl a vizsgálatban részt vevők kitöltötték az Evészavar Kérdőívet (EDI) és a Testi Attitűdök Tesztjét (BAT).

Eredmények. Az általános egyetemi hallgatók átlagos testtömeg-indexe a katonai mintával való összehasonlításban szignifikánsan magasabb (23,9–23,5 kg/m²). A katonai főiskolások között szignifikánsan magasabb az anabolikus szteroidokat használók aránya (3,3%). A katonai felsőoktatásban részt vevők között a testépítéssel foglalkozók száma meglepően magas (64,5%). Az EDI testi attitűdök szempontjából releváns faktoraiban, valamint a BAT pontszámok átlagaiban szignifikáns eltéréseket találtunk a minták között, s a testépítés szerinti csoportbontásban is.

Konklúzió. A katonai pálya hatása a testi attitűdök vonatkozásában specifikus eltéréseket mutat a „civil” populációhoz képest, amely – egyes negatív hatásai mellett – a testi

* Levelező szerző: Lukács Liza, 1148 Budapest, Kerepesi út 80/A.
E-mail: liza.lukacs@chello.hu

elégedetlenséget pozitív irányban befolyásolja és a testideálok által meghatározott pszichés zavarok ellen hat.

Kulcsszavak: fiatal férfiak, testi attitűdök, testi elégedetlenség, testépítés, Evészavar Kérdőív, Testi Attitűdök Tesztje, izomdiszmorfia

A tömegkommunikáció és a testkép kapcsolatának vizsgálata az utóbbi évtizedben jelentős figyelmet kapott a tudományos kutatásokban és a populáris médiában egyaránt. Míg az 1980-as évek végéig kizárólag a nőkre ható testideálok kerültek az érdeklődés középpontjába, addig az elmúlt közel 15 évben az elemzések – a nők testképét vizsgáló eljárásokhoz hasonló módszerekkel – már a férfi testideálokra is kiterjedtek. Ebben jelentős szerepe lehet az izomdiszmorfia (ID) szakirodalmi megjelenésének (Pope és mtsai 1993). A férfiak eme új típusú testképzavarának jellemzőit a hazai szakirodalomban már részletesen bemutattuk (Túry és mtsai 2003; Lukács és Túry 2003).

Közel két évtizede kezdődött el az a folyamat – először a tengerentúlon, majd fokozatosan áttért az európai kontinens nyugati felére is –, amely a fitness-wellness jegyében a testépítést (ismertebb nevén a bodybuildinget) meggyökereztetette a tömegsportok között. Napjainkra az egyik legnépszerűbb testedzési formává vált, amit a világon férfiak és nők milliói naponta űznek. Egyes amerikai (felméréseken alapuló) becslések szerint ma a Földön közel 85 millió ember legalább hobbiszinten, alkalmasszerűen használja, vagy az élete folyamán valaha használta ezt a divattossá vált sportolási lehetőséget (International Federation of Bodybuilders 1995; Klein 1987). A bodybuilding egyik – más sportoktól megkülönböztető és a jelen téma szempontjából kiemelendő – vonása az, hogy bármilyen szinten űzi is az egyén, azért kezdi el, hogy változást idézzon elő a testén, izomzatában vagy testfelépítésében. Ennek mozgatórugója nem elsősorban a testi egészség megőrzése, a jobb állóképesség megszerzése, a stressz levezetése, hanem az általa elérni kívánt mezomorfikus testfelépítéshez asszociálódott személyiségvonások, mint a kompetencia, a kontroll, a szexuális kíváncsiság, az éntudatosság birtoklásának lehetősége (Brownell 1991; Butler és Ryckman 1994; Mishkind és mtsai 1986).

Staffieri (1967) korábbi tanulmányában elemi iskolás fiúk testképpel kapcsolatos szociális sztereotípiáit vizsgálta: a gyerekek a mezomorfikus testalkatot jelölték meg ideálisként, és ahhoz lényegesen pozitívabb jelzőket asszociáltak, mint az endomorf vagy az ektomorf formákhoz. Ennek a vizsgálatnak azt az eredményét, miszerint a férfiak/fiúk inkább izmosodni, mintsem hízni szeretnének, későbbi kutatások is megerősítik

(Gruber és mtsai 1999; Pope és mtsai 2000a). Ez az eredmény kiemelt figyelmet kapott a testképet vizsgáló metódusok kialakításában.

O'Dea és Abraham (2002) az evésre, a testsúlyra, a testalakra és a testedzésre vonatkozó viselkedéses megnyilvánulásokat vizsgálták számítógépes módszerrel, 93 férfi egyetemi hallgató bevonásával. Eredményük szerint minden ötödik diák elégedetlen a testsúlyával és a testfelépítésével, s ezt korlátozó evéssel igyekeznek kompenzálni. 12%-uk fogyni akart, míg a hallgatók 34%-a számolt be jelentős distresszről szokásos testedzési rutinjának elmaradása esetén. 48%-uk úgy nyilatkozott, hogy a rendszeres testedzés önértékelésükre pozitív hatással van.

Cohane és Pope (2001) 17 tanulmányt tekintettek át, amelyek serdülőkorú fiúk testi attitűdjeit vizsgálják. Három tanulmány (Moore 1990; Gustafson-Larson és Terry 1992; Page és Allen 1995) lányokkal összehasonlítva elemzi a fiúk testi attitűdjeit, és eredményeik szerint míg a lányok túlsúlyosan elégedetlenek testi megjelenésükkel, addig a fiúk inkább esetleges soványságuk miatt aggódnak; viszont a 10–12 év körüli fiúkat korántsem foglalkoztatja annyira a testi megjelenésük, a testalkatuk, mint az azonos korú lányokat. További öt vizsgálat fókuszába a testi elégedetlenség és az önértékelés kapcsolata került (Blyth és mtsai 1981; Rauste-Von Wright 1989; Austin és mtsai 1989; Folk és mtsai 1993; McCreary és Sasse 2000). Összefoglalóan: ezek a tanulmányok pozitív kapcsolatot találtak a testi elégedettség és az önértékelés különböző mutatói között. További kilenc vizsgálat az emberalakrajzok módszerét alkalmazva a serdülő fiúk és lányok által választott testideálokat elemezte. E vizsgálatok eredményéről összefoglalóan elmondható, hogy bár a fiúk kisebb testi elégedetlenségről számolnak be minden korosztályban, jelentős hányaduk változtatni szeretne a testi felépítését illetően: egy részük soványabb, más részük izmosabb testalkatra vágyik. Cohane és Pope (2001) szerint a férfiak/fiúk testi elégedetlenségének mértéke jóval nagyobb, mint amelyet a korábbi (általuk „első generációs”-nak nevezett vizsgálatok) becsültek. Ennek elsődleges okaként jelölik meg a maszkulin nemi szerep azon jellemző vonását, miszerint nem „férfias” dolog valakinek a testi megjelenése miatt aggodalmaskodni. Másrészt idézik McCreary és Sasse (2000) tanulmányát, amely kiemeli, hogy a „karcsúságra törekvés” és az „izmoságra törekvés” egymástól elválasztandó, a testképpel és a testideálokkal kapcsolatos kutatásokban külön kezelendő változók. Ennek eredményeképpen az ún. „második generációs” testképvizsgálatokban az izomfejlesztéssel kapcsolatos zavarok kerültek az érdeklődés fókuszába (Pope és mtsai 2000b; Leit és mtsai 2001; Cafri és mtsai 2004).

A testépítéshez kapcsolódóan a szteroidhasználat testi és pszichés következményeinek, illetve a szteroidabúzus szövődményeinek vizsgálá-

lata alapján az aktív korú férfitpopuláció mind a sportpszichológiai, mind a klinikai pszichológia tárgykörébe tartozó kutatások egyik fontos célpontja lett (Pope és mtsai 1993; Pope és Katz 1994; Pope és mtsai 1997). Ez a kutatássorozat irányítja rá a figyelmet arra, hogy a testépítéssel szenvedélyszerűen foglalkozó személyeknek vannak olyan pszichés jellemvonásaik, amelyek kockázati tényezőként szerepet játszhatnak a modern pszichoszomatikus kórformák kialakulásában (hazai áttekintés: Túry és mtsai 2003). Ezek közé tartozik a testi elégedetlenség, a karcsúságra törekvés, a perfekcionista attitűd, az alacsony önértékelés, a kényszeres tünetek, a szorongás, az ingerlékenység (Anderson és mtsai 1995; Blouin és Goldfield 1995; Walberg és Johnston 1991).

A szenvedélyszerű testépítéssel fémjelzett, egyes szerzők által a test-diszmorfiás zavar (Pope és mtsai 1997), illetve a bulimia nervosa egyik variánsaként (Connan 1998), mások szerint a kényszerbetegség csoportjába tartozó (Chung 2001) szindrómaként számon tartott ID szakirodalmi leírása a szteroidabúzus testi és pszichés következményeinek vizsgálatához köthető (Pope és Katz 1994; Haupt és Rovere 1984; Alén és mtsai 1984; Crist és mtsai 1988; Friedl és mtsai 1991; Pope és Katz 1988). A szteroidhasználat testi és pszichés szövődményeinek vizsgálatával a bodybuilderek és egyes sportágak képviselői a tudományos kutatás érdeklődésének fókuszába kerültek a biomedikális területeken is. A szenvedélyszerű testépítést az evészavarok kialakulásának egyik lehetséges kockázati tényezőjeként kezdték vizsgálni (Blouin és Goldfield 1995; Franco és mtsai 1988; Loosemore és Moriarty 1990).

Kezdetben elsősorban a profi sportolókat (atlétákat és súlyemelőket) és testépítőket vizsgálták a testi attitűdökkel és testi elégedetlenséggel kapcsolatos felmérések (Pope és mtsai 1993; Anderson és mtsai 1995), majd az elemzések köre azon fiatal férfiak vizsgálatával bővült, akik csak hobbiként foglalkoznak testépítéssel, testépítő versenyeken nem vesznek részt (Olíosi és mtsai 1999; Ravalldi és mtsai 2003).

Goldfield és mtsai (1998) testépítők között végzett 13 vizsgálatot tekintettek át abból a szempontból, hogy növelik-e a testépítőkre jellemző testedzési és étkezési szokások az evészavarok kialakulásának kockázatát. Arra a következtetésre jutottak, hogy a rekreációs vagy versenyszerű testépítés fokozza a kockázatot.

Egy olaszországi vizsgálat 60–60 amatőr testépítő és egészséges férfi kontrollszemélyt értékel (Olíosi és mtsai 1999). A testépítők testtömeg-indexe magasabb volt, súlyingadozás és diétázás, valamint alkoholfogyasztás és anabolikus szteroidok szedése jellemezte őket. A szerzők ezt az evészavarok kialakulása iránti sérülékenységgel magyarázzák, nem izom-diszmorfiával, viszont nem idézik Pope munkacsoportjának munkáit.

Lantz és mtsai (2002) vizsgálatukban testépítőket hasonlítottak össze elsőosztályú súlyemelőkkel. Kiderült, hogy a testépítők szignifikánsan több izomdiszmorfiára utaló jellegzetességgel rendelkeznek, mint a súlyemelők. Az előzőek tehát más, inkább esztétikai motívumok által vezéreltetve edzenek.

Çok szerint (1990) a sportolás kedvező hatást gyakorol a testképre. Vannak azonban ennek ellentmondó vizsgálati eredmények is. A sportolás hatását nehéz értékelni, mert a sportolás motivációja gyakran a testképzavarból, a testtel, a testsúllyal való elégedetlenségből fakad (Lewis és Scannel 1995).

CÉLOK ÉS HIPOTÉZISEK

Vizsgálatunk fókuszában annak a kérdésnek a tanulmányozása áll, hogy a katonai felsőoktatásban részt vevő hallgatók esetében a testi megjelenésre vonatkozó attitűdök eltérőek-e az általános egyetemi hallgatókéhoz viszonyítva. Feltételeztük, hogy a fegyveres testületek iránt hivatászerűen érdeklődők között (katonai felsőoktatásban részt vevő hallgatók) – a szakma sajátos jellegéből adódóan, a testi erő fontossága miatt – számítani lehet a testi elégedetlenség és a testépítés koncentrált előfordulására, amely hajlamosíthat a testtel kapcsolatos pszichés zavarokra.

MÓDSZEREK

Vizsgálatunk kiemelt területe a testépítéssel való foglalkozás volt. A kérdőív általános jellemzőkre vonatkozó részéből adatokat kaptunk a hallgatók életkorára, testsúlyára és testmagasságára vonatkozóan, valamint arra is, hogy a vizsgálatban részt vevő személy foglalkozott-e vagy jelenleg foglalkozik-e testépítéssel, szeretne-e fogyni vagy hízni, és használ-e anabolikus szteroidokat izom-, illetve teljesítménynövelés érdekében. A testtömeg-index kiszámítása (body mass index, BMI) a fenti adatokból lehetséges volt. 25 kg/m² fölötti érték esetén beszélünk elhízásról, míg a 17 kg/m² alatti testtömeg-index kóros soványságra utal.

A fogyási vagy hízási szándék/vágy kiderítésére a jelenlegi testsúlyt a vágyott testsúllyal hasonlítottuk össze. A testtömeg növelésére irányuló szándék/vágy esetén az utóbbi érték magasabb, míg a testtömeg csökkentésére irányuló szándék/vágy esetén alacsonyabb.

A saját teste vonatkozó attitűdök vizsgálatára a részt vevő személyek kitöltötték a Testi Attitűdök Tesztjét (Body Attitude Test, BAT). A Probst

és mtsai (1995) által kidolgozott teszt a saját testre vonatkozó értékeléseket méri fel. 20 tételből áll, amelyeket öt fokozatú Likert-skálán kell pontoznia a kitöltőnek. Az elérhető maximális pontszám 100, a 36 pontnál nagyobb érték utal kóros testi attitűdökre, amely három tényezőt ölel fel: az általános testi elégedetlenséget, a testméretre vonatkozó negatív értékelést, valamint a saját test ismeretének hiányos voltát. A kérdőívet magyar nyelvre Túry és Szabó (2000) fordította le.

A testi attitűdök további vizsgálatára felhasználtuk az Evészavar Kérdőív (EDI) három alskáláját, a karcsúság iránti késztetés, a testi elégedetlenség és az interoceptív tudatosság különbségeit is. A Garner és mtsai (1983) által kidolgozott kérdőív az evészavarok multidimenzionális megközelítésén alapul; hat fokú Likert-skálát használó önpontozó kérdőív. Alskálái közül három az evésre és a test alakjára vonatkozó attitűdöket és/vagy viselkedéseket méri („karcsúság iránti késztetés”, „bulimia”, „testi elégedetlenség”), míg a további öt faktor az AN alapvető pszichopatológiai jellegzetességeiként azonosított személyiségvonásokat értéke-li („elégtelenség érzése”, „perfekcionizmus”, „interperszonális bizalmatlanság”, „interoceptív tudatosság”, „félelem a felnőtté válástól”). A magyar adaptációt Túry és mtsai (1997) végezték el. A kérdőív által mért változók közül a jelen tanulmány szempontjából az alábbiakat emeltük ki, illetve ezen alskálákban elért pontszámokat elemeztük:

- Karcsúság iránti késztetés: ez az alskála a diétázással való túlzott foglalkozást, a testsúly miatti aggodalmaskodást, a fogyásra, soványságra törekvést, a hízástól való intenzív félelmet tükröző tételeket tartalmazza.
- Testi elégedetlenség: ennek a faktornak a tételei azt a meggyőződést tükrözik, hogy valamely testrész (has, csípő, fenék, combok) alakjának meg kellene változnia, vagy ezek túlságosan kövérek. A testtel való elégedetlenség gyakran társul a testképzavarra utaló egyéb jelekkel. A testi elégedetlenség kapcsolatba hozható az alacsony önértékeléssel és a negatív énképpel.
- Interoceptív tudatosság (hiánya): a belső érzékelések (éhség, jóllakottság) és érzelmek felismerésében és azonosításában való bizonytalanságot jelző tételek tartoznak az alskálához. Ezt a zavart az AN egyik alapvető jellegzetességének tekintik.

A kérdőívet a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem Bolyai János Katonai Műszaki Főiskolai Karán 820 hallgató, a Debreceni Egyetemen pedig 800 általános tudományegyetemi hallgató kapta meg 2003 és 2005 között. A válaszadási arány 76% volt. A kutatásba bevont csoportok adatait külön-külön, valamint egymással összehasonlítva is elemeztük. A vizsgálatban való részvételhez a hallgatók írásos beleegyezésüket ad-

ták. A vizsgálat lefolytatását a Semmelweis Egyetem Tudományos és Kutatásetikai Bizottsága engedélyezte.

A mérőeszköz vizsgált csoportok szerinti skálaátlagait az SPSS számítógépes programcsomag felhasználásával, F-próbával és χ^2 próbával hasonlítottuk össze.

EREDMÉNYEK

A két minta összehasonlítása

A vizsgált csoportok átlagéletkora $22,53 \pm 2,24$ év, jelentős eltérést ebben a változóban nem találtunk. Az átlagos testtömeg-index tekintetében statisztikailag szignifikáns különbséget találtunk az összevont katonai és általános egyetemista csoport-összehasonlításban az utóbbi csoport javára ($F = 6,19$, $df = 1$, $p < 0,05$). Ugyanakkor a katonai főiskolások között többen használnak anabolikus szteroidokat izomfejlesztés céljából (3,3%, $F = 5,09$, $df = 1$, $p < 0,05$). A testépítéssel foglalkozók aránya magas a katonai felsőoktatásban tanulók között: 187 fő (38,9%) aktuálisan, míg 123 fő (25,6%) korábban foglalkozott testépítéssel (összesen tehát 64,5%-ot

1. táblázat. A testi vonatkozású alapadatok és attitűdök összehasonlítása a vizsgált populációkban (**p < 0,001, *p < 0,05)

	Általános egyetemisták N = 752	Katonai főiskolások N = 480
BMI (kg/m ²) (átlag±szórás)	23,9±3,2*	23,5±2,4
Szteroidhasználat (egyedek száma és százalékos aránya)	15 (1,99%)	16 (3,33%)*
„Hízni” szeretne (egyedek száma és százalékos aránya)	262 (34,84%)	323 (67,29%)*
Fogyini szeretne/diétázik (egyedek száma és százalékos aránya)	372 (49,46%)*	124 (25,83%)
Testépítés (jelenleg vagy korábban) (egyedek száma és százalékos aránya)	221 (29,38%)	310 (64,58%)*
Soha nem testépített (egyedek száma és százalékos aránya)	531 (70,61%)*	170 (35,41%)
Karcsúság iránti készlettség	1,38±2,75	1,12±2,21
Testi elégedetlenség (átlag±szórás)	4,24±4,84***	3,22±4,24
Interoceptív tudatosság (átlag±szórás)	1,98±3,19***	1,23±2,31
BAT (átlag±szórás)	21,03±14,46	17,12±10,87

érintett a testépítés). A χ^2 próbával végzett összehasonlítás alapján a katonai felsőoktatásban részt vevő férfiak között szignifikánsan magasabb a testépítéssel jelenleg vagy korábban foglalkozók száma ($\chi^2 = 55,55$, $df = 1$, $p < 0,001$), és kevesebben vannak azok, akik soha nem foglalkoztak testépítéssel ($\chi^2 = 72,06$, $df = 1$, $p < 0,001$). Míg a katonai főiskolások között lényegesen többen szeretnének hízni ($\chi^2 = 101,03$, $df = 1$, $p < 0,001$), mint az általános egyetemi hallgatók csoportjában, addig utóbbiakat inkább a fogyásvágy jellemzi ($\chi^2 = 101,03$, $df = 1$, $p < 0,001$).

Az EDI 3 vizsgált faktora közül az általános egyetemi hallgatók szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a „testi elégedetlenség” ($F = 13,37$, $df = 1$, $p < 0,001$) és az „interoceptív tudatosság” ($F = 18,78$, $df = 1$, $p < 0,001$) alskálákban. A BAT pontszámok összehasonlítása alapján az általános egyetemista csoport testi attitűdjei negatívabbak ($F = 20,76$, $df = 1$, $p < 0,001$) (1. táblázat).

A további elemzésekhez két csoportot alakítottunk ki aszerint, hogy a vizsgálati személyek foglalkoztak/foglalkoznak-e testépítéssel, vagy sem.

A testépítő személyek minták közötti összehasonlítása

A két vizsgált minta testépítő személyeinek összehasonlításakor sem az életkor, sem a testtömeg-index tekintetében szignifikáns eltérést nem találtunk.

2. táblázat. A vizsgált populációk testépítő csoportjainak összehasonlítása testi változók alapján (** $p < 0,001$, * $p < 0,01$, $p < 0,05$)

	Testépítő általános egyetemisták N = 221	Testépítő katonai főiskolások N = 310
BMI (kg/m ²) (átlag±szórás)	24,21±3,35	23,98±2,44
Szteroidhasználat (egyedek száma és százalékos aránya)	15 (6,78%)*	16 (5,16%)
Hízni szeretne (egyedek száma és százalékos aránya)	100 (45,24%)	180 (58,06%)*
Fogyni szeretne/diétázik (egyedek száma és százalékos aránya)	104 (47,05)*	80 (25,80%)
Karcsúság iránti készlettség (átlag±szórás)	1,55±2,91	1,26±2,28
Testi elégedetlenség (átlag±szórás)	4,45±4,82	3,37±4,42
Interoceptív tudatosság (átlag±szórás)	2,07±3,24*	1,29±2,37
BAT (átlag±szórás)	21,30±13,26*	17,77±10,59

A testépítés szerinti bontásban elvégzett összehasonlítás a két minta között szignifikáns eltérést mutat a szteroidhasználat ($\chi^2 = 0,31$, $df = 1$, $p < 0,05$), a fogyásvágy ($\chi^2 = 19,51$, $df = 1$, $p < 0,001$) és a hízás ($\chi^2 = 19,51$, $df = 1$, $p < 0,001$) változóknál. Az interoceptív tudatosság hiánya ($F = 4,07$, $df = 1$, $p < 0,05$) és a negatív testi attitűdök ($F = 3,05$, $df = 1$, $p < 0,01$) inkább jellemzik az általános egyetemista csoport testépítéssel jelenleg vagy korábban foglalkozó személyeit (2. táblázat).

A testépítő csoport kettébontása „aktuálisan” és „korábban, de már nem testépítő” csoportokra nem hozott változást a kapott eredményekben.

A testépítéssel soha nem foglalkozó személyek mintáinak összehasonlítása

A két vizsgált minta testépítéssel soha nem foglalkozó személyeinek összehasonlításakor az életkor és a szteroidhasználat tekintetében szignifikáns eltérést nem találtunk. Az általános egyetemista populáció tagjainak átlagos testtömeg-indexe magasabb ($F = 15,00$, $df = 1$, $p < 0,001$) és közöttük többen szeretnének fogyni ($\chi^2 = 76,87$, $df = 1$, $p < 0,001$) és kevesebben hízni ($\chi^2 = 76,87$, $df = 1$, $p < 0,001$), mint a katonai főiskolások között, ahol fordított tendencia figyelhető meg.

3. táblázat. A vizsgált populációk soha nem testépítő csoportjainak összehasonlítása testi változók alapján (** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$)

	Nem testépítő általános egyetemisták N = 531	Nem testépítő katonai főiskolások N = 170
BMI (kg/m ²) (átlag±szórás)	23,84±3,21***	22,83±2,47
Szteroidhasználat (egyedek száma és százalékos aránya)	0	0
Hízni szeretne (egyedek száma és százalékos aránya)	160 (30,13%)	138 (81,17%)***
Fogyni szeretne/diétázik (egyedek száma és százalékos aránya)	268 (50,47%)***	43 (25,29%)
Karcsúság iránti készletesség (átlag±szórás)	1,32±2,68	0,91±2,02
Testi elégedetlenség (átlag±szórás)	4,11±4,85**	3,02±4,01
Interoceptív tudatosság (átlag±szórás)	1,89±3,10**	1,15±2,14
BAT (átlag±szórás)	20,81±15,04***	15,95±10,57

Az általános egyetemisták testépítéssel soha nem foglalkozó személyei szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a „testi elégedetlenség” ($F = 7,61$, $df = 1$, $p < 0,01$) és az „interoceptív tudatosság” ($F = 9,24$, $df = 1$, $p < 0,01$) EDI alskálákban a katonai felsőoktatásban részt vevő, soha nem testépítő hallgatókhoz képest. Ebben az összehasonlításban is az általános egyetemisták testi attitűdjei negatívabbak ($F = 14,01$, $df = 1$, $p < 0,001$) (3. táblázat).

MEGBESZÉLÉS

A testi attitűdökre koncentráló, a hivatásos katonai pályára készülő főiskolai hallgatók és az általános, tudományegyetemi hallgatók homogén férfi mintáján végzett felmérésünk hazánkban és Kelet-Közép-Európában is a férfiak atlétaideáljának hátterén leírt izomdiszmorfia szakirodalmi megjelenése óta az első kontrollált, nagy elemszámú mintán készült, epidemiológiai jellegű vizsgálat. Emellett eredményei az átalakulóban lévő magyar haderő humánerőforrás-gazdálkodásának korszerűsítéséhez és a kapcsolódó egészségpszichológiai és egészségnevelési ismeretanyagok gazdagításához is hozzájárulhatnak.

A testi edzettség és az ezzel kapcsolatos teljesítménykényszer természetes elvárás egy fegyveres szervezet részéről, mind a katonai pályára lépő katonajelöltek, mind az aktív katonai szolgálatban érintett hivatásos és szerződéses állomány számára. Eredményeink igazolni látszanak, hogy a katonai pálya hatása a testi attitűdökre specifikus eltéréseket mutat a „civil” populációhoz képest, ami a későbbiekben, akár a jövőbeni alkalmasságvizsgálatok során új szempontként értékelhető. A fizikai teljesítmény és ennek motivációs háttere már bekerült a szakemberek látóterébe (Eleki 2003), de a testkép és a testi attitűdök vizsgálata ez idáig még nem került a katonákat érintő tudományos vizsgálatok fókuszába.

Az ID kialakulásában nagy szerepe lehet a férfiak atlétaideáljának („Schwarzenegger-ideál”), mely a női karcsúságideál ellenkezője, s kulturális nyomást fejt ki a férfiakra (így analóg a karcsúságideállal). Ebben a tömegtájékoztatás szerepe igen fontos. A férfi identitás, valamint a testkép problémáival küzdő fiatal férfiakra ez a kulturális nyomás fokozott erővel hat. Érdekes vizsgálatot végeztek ennek megítélésére Pope és mtsai (2000). Ausztriában, Franciaországban és az Egyesült Államokban fiatal férfiak között nagy a különbség a valós izomzat és a testideál között, s ez magyarázhatja az ID és az anabolikus szteroid abúzus gyakoriságának növekedését. A férfiak átlag 13 kg-mal izmosabb ideált választottak, s azt gondolták, hogy a nőknek is ilyen alak tetszik, amit azonban más előzetes eredmények nem igazoltak.

Vizsgálatunkban a testépítés gyakoriságát figyelembe véve a férfiak atlétaideálja jelentősebb hatással lehet a katonai pályára készülő fiatalokra. Ugyanakkor feltételezhető, hogy a társadalom által sugallt kulturális nyomás a szakma jellegéből fakadó professzionális nyomással összeadódva felelőssé tehető azért, hogy mindhárom csoport-összehasonlításban a katonai főiskolások közül lényegesen többen szerettek volna hízni, mint az általános egyetemisták közül (ez az ID egyik jellemző vonása – Pope és mtsai 1997). Vizsgálatunkban az általános egyetemista populációra jellemző az, amit a szakirodalom szerint a fiúk/férfiak minden korosztályában megfigyeltek már: jelentős hányaduk változtatni szeretne a testi felépítését, testtömegét illetően, de egy részük alacsonyabb, más részük magasabb testsúlyra vágyik (áttekintés: Cohane és Pope 2001). Furnam és mtsai (2002) serdülőkkel végzett vizsgálatukban azt találták, hogy a fiúk inkább magasabb testsúlyra vágnak, mintsem fogyni szeretnének. A magyar nyelvben a testtömeg növelését a „hízni” szóval fejezzük ki, ami azonban nem képes különbséget tenni aközött, hogy valaki izmosabb, avagy zsírosabb szeretne lenni. Ennek elkülönítése éppoly lényeges a testi elégedetlenséggel kapcsolatos kutatásokban, mint a bevezetőben már említett „karcsúságra törekvés” és „izmosagra törekvés” lényeges eltérése. Utóbbihoz kapcsolódóan: jelen vizsgálatunk megerősíti McCreary és Sasse (2000) eredményeit, miszerint a férfiakat a karcsúságra törekvés kevésbé jellemzi.

Az általános egyetemi hallgatók csoportjában a testi attitűdökről kapott eredményeink összhangban vannak azokkal az amerikai vizsgálatokkal, amelyek nemcsak evészavarban szenvedő, hanem egészséges férfipopulációban is viszonylag magas testi elégedetlenséget találtak (Mintz és Betz 1986; Drewnowski és Yee 1987). Mangweth és mtsai (1997) osztrák férfiakkal végzett összehasonlító vizsgálatukban azt találták, hogy ők az amerikai fiatal férfiakhoz képest kevésbé elégedetlenek a testi megjelenésükkel.

Feltételezésünket, miszerint a katonai felsőoktatásban tanulók között nagyobb a testépítés előfordulási aránya, az elvégzett vizsgálat igazolta. Anabolikus szteroidot használó személyeket kizárólag a testépítő csoportokban találtunk, összesen 31 személyt. Eredményeink között különösen figyelemreméltó a minták között elvégzett összehasonlítás. Ez alapján úgy tűnik, hogy a katonai felsőoktatásban tanulók – annak ellenére, hogy magasabb a testtömeg-indexük, jellemzően nagyobb testtömegre vágnak és többen szednek közülük szteroidokat, mint az általános egyetemi hallgatók (vagyis az izomdiszmorfia egyes prediszponáló tényezőit birtokolják) – bizonyos védő hatásokkal rendelkeznek a testi elégedetlenséggel kapcsolatba hozható pszichés zavarokkal szemben. Elképzelhető,

hogy a speciális pályaorientáció olyan szelekciós tényezőt jelent, amely az egészségesebb fiatalokat vonzza a pályára. Mindenesetre további kutatásokra van még szükség, amelyek segíthetnek felderíteni a katonai pályát választók egyéb pszichológiai jellegzetességeit.

Az általános egyetemi hallgatók negatívabb testi attitűdjei, fokozott testi elégedetlensége és a belső, testi érzékek és érzések felismerésének és értelmezésének nehézségei a kisebb arányban előforduló szteroidhasználat és testépítés ellenére is pszichés zavarokra hajlamosíthatnak, s ezért tovább vizsgálendő kérdéseket vetnek fel.

Irodalom

- Alén, M., Hakkinen, K., Komi, P. V. (1984): Changes in neuromuscular performance and muscle fiber characteristics of elite power athletes self-administering androgenic and anabolic steroids. *Acta Physiologica Scandinavica*, 122: 535–544.
- Anderson, R. E., Barlett, S. J., Morgan, G. D., Brownell, K. D. (1995): Weight loss, psychological, and nutritional patterns in competitive male body builders. *International Journal of Eating Disorders*, 18: 49–57.
- Austin, J. K., Champion, V. L., Tzeng, O. C. (1989): Cross cultural relationship between self-concept and body image in high school age boys. *Archives of Psychiatric Nursing*, 3: 234–240.
- Blouin, A. G., Goldfield, G. S. (1995): Body image and steroid use in male bodybuilders. *International Journal of Eating Disorders*, 18: 159–165.
- Blyth, D. A., Simmons, R. G., Bulcroft, R., Felt, D., Van Cleave, E. F., Bush, D. M. (1981): The effects of physical development in self-image and satisfaction with body image for early adolescent males. *Research in the Community and Mental Health*, 2: 43–73.
- Brownell, K. D. (1991): Dieting and the search for the perfect body: Where physiology and culture collide. *Behavior Therapy*, 22: 1–12.
- Butler, J. L., Ryckman, R. M. (1994): Perceived and ideal physiques in male and female university students. *Journal of Social Psychology*, 133: 751–752.
- Cafri, G., Roehrig, M., Thompson, J. K. (2004): Reliability assessment of the somatomorphic matrix. *International Journal of Eating Disorders*, 35: 597–600.
- Chung, B. (2001): Muscle dysmorphia – a critical review of the proposed criteria. *Perspectives in Biology and Medicine*, 44: 565–574.
- Cohane, G. H., Pope, H. G. Jr. (2001): Body image in boys: a review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*, 29: 373–379.
- Çok, F. (1990): Body image satisfaction in Turkish adolescents. *Adolescence*, 98: 409–413.
- Connan, F. (1998): Machismo nervosa: an ominous variant of bulimia nervosa. *European Eating Disorder Review*, 6: 154–159.
- Crist, D. M., Peake, G. T., Egan, P. A., Waters, D. L. (1988): Body composition response to exogenous GH during training in highly conditioned adults. *Journal of Applied Psychology*, 65: 579–584.
- Drewnowski, A., Yee, D. K. (1987): Men and body image: are males satisfied with their body weight? *Psychosomatic Medicine*, 49: 626–634.
- Eleki Z. (2003): A motiváció és a fizikai teljesítmény összefüggéseinek vizsgálata. *Humán Szemle*, 19: 100–111.

- Folk, L., Pedersen, J., Cullari, S. (1993): Body satisfaction and self-concept of third and sixth grade students. *Perceptual and Motor Skills*, 76: 547–553.
- Franco, K. S. N., Tamburino, M. B., Carroll, B. T., Bernal, G. A. A. (1988): Eating attitudes in college males. *International Journal of Eating Disorders*, 7: 285–288.
- Friedl, K. E., Dettori, J. R., Hannah, C. J., Patience, T. H. E., Plymate, S. R. (1991): Comparison of the effect of high-dose testosterone and 19-nortestosterone to a replacement dose of testosterone on strength and body composition in normal men. *Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology*, 40: 607–612.
- Furnam, A., Badmin, N., Sneade, I. (2002): Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reason for exercise. *The Journal of Psychology*, 136: 581–596.
- Garner, D. M., Olmsted, M. P., Polivy, J. (1983): Development and validation of a multi-dimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2: 15–34.
- Goldfield, G. S., Harper, D. W., Blouin, A. G. (1998): Are bodybuilders at risk for an eating disorder? *Eating Disorders*, 6: 133–157.
- Gruber, A. J., Pope, H. G. Jr., Borowiecki, J. J., Cohane, G. (1999): The development of the somatomorphic matrix: a bi-axial instrument for measuring body image in men and women. In Olds, T.S., Dollman, J., Norton, K.I. (eds.): *Kinanthropometry VI. Sydney: International Society for the Advancement of Kinanthropometry*, 217–231.
- Gustafson-Larson, A. M., Terry, R. D. (1992): Weight-related behaviors and concerns of fourth-grade children. *Journal of the American Dietetic Association*, 92: 818–822.
- Haupt, H. A., Rovere, G. D. (1984): Anabolic steroids: a review of the literature. *American Journal of Sports Medicine*, 12: 469–484.
- International Federation Of Bodybuilders (1995): *Scientific proof: bodybuilding for a healthy heart*. IFBB Press, Montreal, Quebec, Canada.
- Klein, A. M. (1987): Fear and self-loathing in Southern California: narcissism and fascism in bodybuilding subculture. *Journal of Psychoanalytic Anthropology*, 10: 117–137.
- Lantz, C. D., Rhea, D. J., Cornelius, A. E. (2002): Muscle dysmorphia in elite-level power lifters and bodybuilders: a test of differences within a conceptual model. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 16: 649–655.
- Leit, R. A., Gray, J. J., Pope, H. G. Jr. (2001): The media's representation of the ideal male body: a cause for muscle dysmorphia? *International Journal of Eating Disorders*, 31: 334–338.
- Lewis, N. R., Scannell, E. N. (1995): Relationship of body image and creative dance movement. *Perceptual and Motor Skills*, 81: 155–160.
- Loosemore, D. J., Moriarty, D. (1990): Body dissatisfaction and body image distortion in selected groups of males. *Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation*, 11: 11–15.
- Lukács L., Túry F. (2003): Modern pszichoszomatikus zavarok a testideálok jegyében. *Hippocrates*, 5: 372–374.
- Mangweth, B., Pope, H. G. Jr., Hudson, J. I., Olivardia, R., Kinzl, J., Biebl, W. (1997): Eating disorders in Austrian Men: An intracultural and crosscultural comparison study. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 66: 214–221.
- McCreary, D., Sasse, D. (2000): An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48: 297–304.
- Mintz, L. B., Betz, N. E. (1986): Sex differences in the nature, realism, and correlates of body image. *Sex Roles*, 15: 185–195.

- Mishkind, M. E., Rodin, J., Silberstein, L. R., Striegel-Moore, R. H. (1986): The embodiment of masculinity: Cultural, psychological, and behavioral dimensions. *American Behavioral Scientist*, 29: 545–562.
- Moore, D. C. (1990): Body image and eating behavior in adolescent boys. *American Journal of Diseases of the Child*, 144: 475–479.
- Oliosi, M., Dalle Grave, R., Burlini, S. (1999): Eating attitudes in noncompetitive male body builders. *Eating Disorders*, 7: 227–233.
- O'Dea, J. A., Abraham, S. (2002): Eating and exercise disorders in young college men. *Journal of American College Health*, 50: 273–278.
- Page, R. M., Allen, O. (1995): Adolescent perceptions of body weight and weight satisfaction. *Perceptual and Motor Skills*, 81: 81–82.
- Pope, H. G. Jr., Katz, D. L. (1988): Affective and psychotic syndromes associated with use of anabolic steroids. *American Journal of Psychiatry*, 145: 487–490.
- Pope, H. G. Jr., Katz, D. L. (1994): Psychiatric and medical effects of anabolic-androgenic steroids: a controlled study of 160 athletes. *Archives of General Psychiatry*, 51: 375–382.
- Pope, H. G. Jr., Katz, D. L., Hudson, J. I. (1993): Anorexia nervosa and „reverse anorexia” among 108 male bodybuilders. *Comprehensive Psychiatry*, 34: 406–409.
- Pope, H. G. Jr., Gruber, A. J., Choi, P., Olivardia, R., Phillips, K. A. (1997): Muscle dysmorphia: an underrecognized form of body dysmorphic disorder. *Psychosomatics*, 38: 548–557.
- Pope, H. G. Jr., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., Decol, C., Jouvent, R., Hudson, J. I. (2000a): Body image perception among men in three countries. *American Journal of Psychiatry*, 157: 1297–1301.
- Pope, H. G. Jr., Phillips, K. A., Olivardia, R. (2000b): *The Adonis Complex. The secret crisis of male body obsession*. Free Press, New York.
- Probst, M., Vandereycken, W., Van Coppenolle, H., Vanderlinden, J. (1995): The Body Attitude Test for patients with an eating disorder: Psychometric characteristics of a new questionnaire. *Eating Disorders*, 3: 133–144.
- Rauste-Von Wright, M. (1989): Body image satisfaction in adolescent girls and boys: a longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 18: 71–83.
- Ravaldi, C., Vannacci, A., Zucchi, T., Mannucci, E., Cabras, P. L., Boldrini, M., Murciano, L., Rotella, C. M., Ricca, V. (2003): Eating disorders and body image disturbances among ballet dancers, gymnasium users and body builders. *Psychopathology*, 36: 247–254.
- Staffieri, J. R. (1967): A study of social stereotype of body image in children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7: 101–104.
- Túry F., Sáfrán Zs., Wildmann M., László Zs. (1997): Az Evési Zavar Kérdőív (Eating Disorder Inventory) hazai adaptációja. *Szenvedélybetegségek*, 5: 336–342.
- Túry F., Szabó P. (2000): *A táplálkozási magatartás zavarai: az anorexia nervosa és a bulimia nervosa*. Medicina Könyvkiadó, Budapest.
- Túry F., Lukács L., Rácz O., Horváth K. (2003): Az evés- és testképzavarok újabb megnyilvánulásai. *Lege Artis Medicinae*, 13: 642–647.
- Walberg, J. L., Johnston, C. S. (1991): Menstrual function and eating behavior in female recreational weight lifters and competitive body builders. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 23: 30–36.

Pályázati támogatások. A dolgozat megjelenését támogatta: NKFP: 1B/020/2004, OTKA: TS: 049785, OTKA: T046383, Moravcsik Alapítvány.

Köszönetnyilvánítás. A szerzők köszönetet mondanak Argalász Atila pszichológusnak a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem Bolyai János Katonai Műszaki Főiskolai Karán végzett felmérésben nyújtott segítségéért.

LUKÁCS, LIZA – MURÁNYI, ISTVÁN – TÚRY, FERENC

BODY DISSATISFACTION RELATED TO NON-COMPETITIVE BODYBUILDING IN YOUNG MALES

Objective. Contrary to female's slim body ideal the male body ideal is based on the athletic ideal. The aim of the present study was to assess the relevance of the athletic ideal as a risk factor in certain professional subcultures in young men with respect to the bodybuilding practise and body dissatisfaction. These can be important risk factors of muscle dysmorphia in special populations.

Method. We have studied the body attitudes, as well as the prevalence of bodybuilding in 480 military and 752 "general" college male students. Subjects completed the Eating Disorder Inventory (EDI) and the Body Attitude Test (BAT), and data relating to the bodybuilding practice, weight and steroid use were also screened.

Results. General college students have higher body mass index than military students (23.9–23.5 kg/m², respectively). More military students abuse anabolic androgenic steroids (3.3%). The prevalence of bodybuilding is significantly higher in the military population (64.5%). Comparisons also showed significantly different scores on body attitude relevant subscales of EDI and BAT scores between the study populations.

Discussion. The findings suggest that the effect of military occupation related to body attitudes shows certain differences in military college students compared to general college subjects. Military students have less body dissatisfaction and some protective factors against the psychopathological features of body image disorders.

Keywords: young men, body attitudes, body dissatisfaction, bodybuilding, Eating Disorder Inventory, Body Attitude Test, muscle dysmorphia

