

# Razlike među adolescentima obzirom na stupanj uhranjenosti

Miljana Kukić<sup>1</sup>, Anita Vulić-Prtorić<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Sveučilište u Rijeci

<sup>2</sup> Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru

## Uvod

Prekomjerno teški i pretili adolescenti često su zbog svoje tjelesne težine stigmatizirani te zadirkivani ili zlostavljani, socijalno izolirani i mete ogovaranja i laži. Ujedno, putem medija stalno dobivaju poruke o društveno poželjnom tjelesnom izgledu, od kojeg oni značajno odstupaju. Sve to može dovesti do brojnih posljedica u njihovom funkcioniranju.

## Cilj

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati razlikuju li se prekomjerno teški i pretili adolescenti i adolescentice od svojih vršnjaka zdrave tjelesne težine s obzirom na samopoštovanje, zadovoljstvo tjelesnim izgledom, depresivnost, usamljenost te školski uspjeh.



## Metoda

**Sudionici.** 226 srednjoškolaca (1.-4. razred; prosječna dob 16.1±1.2 godine), od čega 76 djevojaka i 37 mladića prekomjerno teških ili pretelih, te isti broj djevojaka i mladića zdrave tjelesne težine.



**Instrumentarij.** Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965); Upitnik slike tijela i strategija za promjenu tjelesnog izgleda (Ricciardelli i McCabe, 2000); Skala depresivnosti za djecu i adolescente (Vulić-Prtorić, 2003); Kratka forma UCLA skale usamljenosti (Allen i Oshagan, 1995); samoiskaz o tjelesnoj težini, visini i prosječnoj ocjeni na kraju protekle školske godine.

**Postupak.** Ispitivanje se provodilo grupno, unutar redovnog školskog rasporeda.

## Rezultati

**Slika 1.** Razlike između djevojaka zdrave tjelesne težine (  ) i onih prekomjerno teških/pretilih (  )

Samopoštovanje		=	
Zadovoljstvo slikom tijela		>	
Depresivnost		=	
Usamljenost		=	
Školski uspjeh		=	

**Slika 2.** Razlike između mladića zdrave tjelesne težine (  ) i onih prekomjerno teških/pretilih (  )

Samopoštovanje		=	
Zadovoljstvo slikom tijela		>	
Depresivnost		=	
Usamljenost		=	
Školski uspjeh		=	

Rezultati t-testova (slika 1 i slika 2) pokazali su da se prekomjerno teški/pretili adolescenti i adolescentice ne razlikuju od svojih vršnjaka zdrave tjelesne težine u samopoštovanju, depresivnosti, usamljenosti i školskom uspjehu. No, prekomjerno teški/pretili adolescenti i adolescentice nezadovoljniji su slikom vlastitog tijela nego njihovi vršnjaci zdrave težine.

## Rasprava

Uzmemo li u obzir da mladima tijekom adolescencije tjelesni izgled postaje vrlo bitan te svako odstupanje od idealne tjelesne figure može rezultirati nezadovoljstvom tijelom, nisu iznenađujući rezultati koji govore da su prekomjerno teški i pretili adolescenti nezadovoljniji svojim izgledom nego njihovi vršnjaci normalne tjelesne težine.

Rezultati ovoga istraživanja nisu ukazali na statistički značajne razlike u samopoštovanju, depresivnosti, usamljenosti i školskom uspjehu između prekomjerno teških/pretilih adolescenata/adolescentica i onih normalne težine. Takvi rezultati u skladu su s rezultatima većine istraživanja rađenih na uzorcima iz opće populacije. Radi se o varijablama na koje utječe cijeli niz čimbenika, neovisno o stupnju uhranjenosti, i ti su čimbenici rasprostranjeni u cijeloj populaciji, pa tako i u uzorku adolescenata zdrave tjelesne težine.

## Zaključak

Prekomjerno teški/pretili adolescenti i adolescentice razlikuju se od svojih vršnjaka zdrave tjelesne težine samo po varijablama usko vezanima za tjelesni izgled.

Umjereno nezadovoljstvo tijelom u pretelih nije nužno loše jer im može služiti kao motivator da se počnu zdravije hraniti i baviti tjelesnim aktivnostima.