

UDK: 159.942.072:616.89-008.441; DOI: 10.7251/STED0415054ND

POVEZANOST SOCIJALNE FIZIČKE ANKSIOZNOSTI S INDEKSOM TJELESNE MASE I UZRASTOM NA UZORKU REKREATIVNIH KUPAČA ŽENSKOG POLA

Gabriela Ninković Došen²⁷, Jovana Jankovski²⁸

Socijalna fizička anksioznost (SFA) je derivat socijalne anksioznosti koji se odnosi na nelagodu koja proizlazi iz procjene fizičkog izgleda od strane drugih. Žene uglavnom pokazuju više prosječne skorove SFA od muškaraca. SFA je tipično povezana s većim indeksom tjelesne mase (BMI). Ranija istraživanja takođe pokazuju da se kod ljudi s višom SFA javlja viši nivo distresa u situacijama u kojima je njihovo tijelo izloženo pogledima drugih (npr. za vrijeme aerobika ili plivanja). Cilj ovog istraživanja bio je da se, u situaciji u kojoj je očigledno povećan naglasak na procjenu izgleda (nošenje kupaćih kostima na kupalištima), utvrdi postoji li veza SFA sa BMI i uzrastom. Uzorak je obuhvatio samo ispitanike ženskog pola ($N=161$), regrutovane na banjalučkim kupalištima (72% rijeka, 28% bazen). Izmjeren je uzrast ($M=28.1$, $SD=10.7$ godina), BMI ($M=21.9$, $SD=3.1$) – dobijen iz samoprocjene visine i mase, te SPAS upitnikom utvrđen nivo SFA ($M=26.3$, $SD=7.56$). Pouzdanost SPAS upitnika bila je dobra ($\omega=.76$). Utvrđeno je da skor SFA ne korelira značajno ni s uzrastom ($r=-.07$, $p=.41$) ni s BMI ($r=.04$, $p=.60$). Vrsta kupališta nije moderirala ove korelacije. Iz ovog se može zaključiti da ne postoji razlika u SFA u zavisnosti od uzrasta i BMI u socijalnoj situaciji povećanog naglaska na procjenu fizičkog izgleda, u ovim konkretno ispitivanim okolnostima. Glavno ograničenje istraživanja odnosi se na preselekcionisanost uzorka, pošto ispitanice sa izrazito visokim skorovima SFA očigledno nisu obuhvaćene ovim uzorkom rekreativnih kupačica, što je i mogući razlog zašto u našem istraživanju nije pronađena povezanost SFA i BMI. Premda se ovi nalazi ne smiju generalizovati i neophodna je replikacija na proširenom uzorku, ovo je bila prva provjera SFA na teritoriji BiH i kao takva predstavlja polaznu osnovu za nastavak istraživanja.

Ključne riječi: Socijalna fizička anksioznost (SFA), indeks tjelesne mase (BMI), rekreativne kupačice

Uvod

Doživljaj vlastitog tijela u najširem smislu je konstrukt važan kako za pojedinca, tako i za istraživače koji se bave njegovim korelatima i implikacijama (Cash, 2004). Istraživanja, tako, pokazuju povezanost doživljaja vlastitog tijela s rizičnim seksualnim ponašanjem (Gillen, Lefkowitz, & Shearer, 2006), poremećajima u ishrani (Stice & Shaw, 2002), samopoštovanjem (Fernandez & Pritchard, 2012) i odnosom prema sebi (Webster & Tiggemann, 2003), motivacijom za postignućem (Ballı, İlker, & Arslan, 2014) i sl. Cash (2004) navodi da očigledne promjene u izgledu tijela (kao npr. one koje su rezultat bolesti ili povreda) mogu promijeniti sliku tijela i uticati na psihosocijalno blagostanje u svakodnevnom životu.

²⁷ Univerzitet za poslovni inženjering i menadžment (PIM), Banja Luka, Bosna i Hercegovina; kontakt telefon: +38765/592-723; email: gabrielaninkovic@hotmail.com

²⁸ Gimnazija, Banja Luka, Bosna i Hercegovina; kontakt telefon: +38765/270-163; email: jovanajankovski@gmail.com

Od najranijih studija, koje su se bavile pitanjem odnosa pojedinca prema svom tijelu, pa do danas, ispitivani su različiti koncepti tog odnosa, a neki od njih su *slika tijela* (body image), *zadovoljstvo tijelom* (body-esteem), *samoprezentacija* (self-presentation), kao i *socijalna fizička anksioznost* (Social physique anxiety – SFA), koja je u fokusu ovog istraživanja. Slika tijela se odnosi na mentalnu sliku o sopstvenom tijelu (Gallagher, 1986) i u vezi je s konceptom SFA. U komparaciji s konstruktima slike tijela i zadovoljstva tijelom, psiholozi su mnogo manje pažnje posvetili ispitivanju reakcija ljudi na evaluaciju od strane drugih, te značaju koji pripisuju tim evaluacijama. Samoprezentacija je pojam koji se odnosi na proces kojim ljudi pokušavaju da kontrolišu način na koji ih drugi ljudi posmatraju i procjenjuju (Leary, Tchividjian, & Kraxberger, 1994), a SFA bi se mogla shvatiti kao njen aspekt, koji se prvenstveno odnosi na anksioznost usljed izloženosti sopstvenog fizičkog izgleda pogledima i evaluaciji drugih i predstavlja derivat socijalne anksioznosti (Hart, Leary, & Rejeski, 1989). Pod „fizičkim“ misli se na formu i strukturu tijela, specifično na tjelesnu masnoću, mišićni tonus i generalne tjelesne proporcije.

Istraživanja (Hart et al., 1989; Leary, 1992) pokazuju da će u poređenju s ljudima koji imaju nisku SFA, oni koji imaju visoku SFA osjećati veći distress i prije izbegavati situacije u kojima je njihovo tijelo posmatrano od strane drugih (npr. plivanje u javnosti ili aerobik). Takođe, osjećaću se nelagodnije kada im je tijelo izloženo pogledima drugih, izbjegavaće aktivnosti koje naglašavaju njihovu građu (uključujući npr. i aerobne aktivnosti koje bi mogle biti korisne za njih) i pokušavaće da poboljšaju svoj fizički izgled uz pomoć različitih sredstava, od kojih neka mogu biti štetna (npr. ekstremna dijeta, intenzivno izgladnjivanje, vježbanje u gumenim odijelima).

Žene, u prosjeku, izražavaju višu SFA u odnosu na muškarce (Arabaci, 2008; Hart et al., 1989; Rothberg, 2014). SFA se dovodi u vezu s različitim pojavama i okolnostima. Tako je uočena sklonost žena s višom SFA da preferiraju privatne treninge u odnosu na grupne, što je objašnjeno smanjenjem mogućnosti da njihova tijela budu izložena evaluaciji od strane drugih (Spink, 1992). Kada je riječ o SFA u samoj situaciji treninga, nalazi (Kruisselbrink, Dodge, Swanburg, & MacLeod, 2004) pokazuju da dolazi do povećanja SFA kod žena u prisustvu muškaraca, dok se događa redukcija kada su u trening uključene i žene, a polna struktura u uslovima vježbanja nema uticaj na SFA kod muškaraca. SFA se pokazuje i kao konstrukt koji je koristan za predikciju manifestacija psihofizičkog zdravlja, kao što su npr. poremećaji u ishrani (bulimija, anoreksija) (Diehl, Johnson, Rogers, & Petrie, 1998).

Istraživanja (Arabaci, 2008) pokazuju da postoji povezanost SFA s tjelesnom masom, a samim tim i indeksom tjelesne mase (eng. Body Mass Index – BMI), kao i s fizičkom aktivnošću. BMI je mjera tjelesne mase koja se dobija kada se masa (izražena u kilogramima) podijeli s kvadratom visine (izražene u metrima). Prema preporuci Svjetske zdravstvene organizacije (World Health Organization [WHO], n.d.) vrijednosti BMI ispod 18.5 se klasifikuju kao pothranjenost, vrijednosti od 18.5 do 25 kao idealna masa, vrijednosti od 25 do 30 kao prekomjerna tjelesna masa, a BMI preko 30 se klasifikuje kao pretilost. Arabaci (2008) utvrđuje negativnu korelaciju broja pređenih koraka (mjereno pedometrom) i SFA kod oba pola, kao i pozitivnu korelaciju BMI sa SFA kod žena. Hausenblas i Follon (2002) pronalaze da je BMI naj snažniji prediktor SFA i nezadovoljstva tijelom kod žena.

Pregledom literature utvrdile smo da je odnos SFA i uzrasta slabo istraživan i ispitivan je uglavnom na populaciji srednjoškolaca i studenata. Tako npr. postoje utvrđene blage tendencije rasta SFA nakon 16. godine (Hagger & Stevenson, 2010), s tim da uzorkom citiranog istraživanja nije obuhvaćen uzrast iznad 24 godine. Suprotno, istraživanje na sportistima uzrasta 18-32 godine pokazuje nisku negativnu korelaciju između SFA i uzrasta (Üngür & Karagözoğlu, 2013). Webster i Tiggemann (2003) utvrđuju da se konstrukti povezani sa SFA (kao što su stepen zadovoljstva tijelom i stepen važnosti tijela) ne razlikuju između grupa mladih, srednjovječnih i starijih ispitanica, ali jačina povezanosti zadovoljstva tijelom sa

samopoštovanjem opada s godinama. Tiggemann (2004) također nalazi stabilnost zadovoljstva tijelom kroz odraslo doba, uz opadanje važnosti tijela s godinama.

Može se rezimirati da navedena istraživanja ukazuju na potencijalnu važnost SFA, zbog njene povezanosti s psihološkim i bihevioralnim faktorima koji su, pak, povezani sa zdravljem (zadovoljstvo tijelom, stavovi prema ishrani, motivacija da se izbjegne zdravstveno korisna aktivnost, kao što je fizička aktivnost i dr.). Takođe se uočava povezanost SFA sa situacijskim faktorima tokom kojih se naglašava građa tijela, a ranija istraživanja sugeriraju povezanost SFA s polom (viša SFA kod žena), BMI (pozitivna korelacija) i uzrastom (iako su nalazi kada je riječ o uzrastu kontradiktorni). U našoj kulturi SFA nije do sada izučavana. Cilj ovog istraživanja je provjera povezanosti SFA s BMI i uzrastom, u situaciji koja podrazumijeva povećan naglasak na građu tijela. Konkretno, u tu svrhu smo testirale uzorak ispitanica na rekreativnim javnim kupalištima. Oslanjajući se na nalaze ranijih istraživanja, očekivale smo da će više vrijednosti SFA biti u vezi s višim BMI vrijednostima (npr. Arabaci, 2008), dok zbog oprečnih nalaza o povezanosti SFA i uzrasta (npr. Hagger & Stevenson, 2010; Üngür & Karagözoğlu, 2013) u vezi s ovim nismo imale eksplicitno očekivanje.

Metod

Uzorak i postupak

Uzorkom su obuhvaćeni samo ispitanici ženskog pola. Razlog ograničavanja samo na jedan pol su raniji nalazi koji pokazuju da žene postižu značajno više skorove na SFA od muškaraca (Arabaci, 2007; Hart et al.; 1989; Rothberger, 2014). Nakon što su tri ispitanice uklonjene zbog nesavjesno popunjenih upitnika, finalni broj ispitanica bio je 161. Zbog nedostajućih podataka za uzrast, poduzorak za ispitivanje povezanosti SFA i uzrasta obuhvatio je 159 ispitanica. Ispitanice su regrutovane na banjalučkim kupalištima (72% rijeka, 28% bazen). Prosječan uzrast ispitanica bio je 28.08 ($SD=10.74$) godina. Distribucija uzrasta je blago pozitivno asimetrična ($Sk=1.28$, $Ku=1.29$) pri čemu dominiraju ispitanice mlađe odrasle dobi ($Mod=18$, $Mdn=25$). Prikupljanje podataka kompletirano je u dvodnevnom periodu (vikend), tokom jula 2015. godine, upitničkim putem. Ispitanice su dale podatak o uzrastu, izvršile su samoprocjenu tjelesne mase i visine i ispunile skalu socijalne fizičke anksioznosti. Ispitivanje je bilo na dobrovoljnoj bazi i anonimno. Istraživači (dvije žene u kasnim 20-im godinama) su prilazili svakoj ispitanici pojedinačno, te su bili u neposrednoj blizini tokom popunjavanja upitnika, kako bi, po potrebi, dali dodatna uputstva. Popunjeni upitnici su odmah odlagani, bez pregledanja, ali način odlaganja ispitanice nisu znale tokom ispunjavanja, što je moglo doprinijeti socijalno poželjnom odgovaranju i potrebi za boljom samoprezentacijom.

Instrumenti i varijable

Skala socijalne fizičke anksioznosti – SPAS (Hart et al., 1989)²⁹. Skala se sastoji od 12 ajtema 5-stepenog Likertovog tipa (od 1=*nije uopšte karakteristično za mene* do 5=*izuzetno je karakteristično za mene*) i mjeri stepen izraženosti socijalne fizičke anksioznosti, predstavljen preko jedne opšte dimenzije. Raspon mogućih vrijednosti skora na upitniku kreće se od 12 do 60. Primjer nekoliko oglednih ajtema: „Veoma sam zadovoljna time kako izgleda moje tijelo, odnosno figura.“; „Bilo bi mi nelagodno da znam da drugi procjenjuju moj izgled, odnosno figuru.“; „Kada sam u kupaćem kostimu, često se osjećam nervozno u vezi sa svojim tjelesnim proporcijama.“ itd. Utvrđena pouzdanost (interna konzistentnost) upitnika na našem uzorku je dobra (McDonaldsova $\omega=.76$).

²⁹ Preliminarni prevod upitnika s engleskog jezika ustupljen je od strane doc. dr Siniše Subotića.

Indeks tjelesne mase – BMI. Dobijen je iz samoprocjene visine i mase ispitanica, po formuli: $BMI = \frac{\text{masa u kilogramima}}{(\text{visina u metrima})^2}$.

Rezultati

Deskriptivni statistički pokazatelji za uzrast, masu, visinu, BMI i SFA dati su u Tabeli 1.

Tabela 1. Deskriptivni statistički pokazatelji za varijable iz istraživanja

	Uzrast	Masa	Visina	BMI	SFA
<i>M</i>	28.08	62.45	1.69	21.89	26.29
<i>SD</i>	10.74	9.38	0.06	3.09	7.56
<i>Min</i>	15	48	1.56	17.3	12
<i>Max</i>	63	96	1.87	35.3	49

Napomene: *M*=aritmetička sredina, *SD*=standardna devijacija, *Min*=minimalna utvrđena vrijednost, *Max*=maksimalna utvrđena vrijednost; *BMI*=indeks tjelesne mase; *SFA*=skor na upitniku socijalne fizičke anksioznosti (SPAS; Hart et al., 1989).

Važno je naglasiti da je maksimalna izmjerena vrijednost SFA na našem uzorku bila 49 od mogućih 60 jedinica. Iako je empirijski zabilježena minimalna teorijska vrijednost od 12, oko 23% od mogućeg raspona na gornjim vrijednostima skora, dakle, nije obuhvaćeno našim uzorkom.

Kada je riječ o povezanostima varijabli, rezultati pokazuju da ne postoji značajna korelacija između SFA i BMI ($r=.04$, $p=.60$), kao ni između SFA i uzrasta ($r=-.07$, $p=.40$).

Provjerile smo i da li vrsta kupališta (rijeka ili bazen) moderira relacije između uzrasta i SFA, odnosno BMI i SFA. Moderacije su izostajale u oba slučaja (uzrast i SFA: $B=-0.18$, $p=.18$; BMI i SFA: $B=-0.30$, $p=.51$). Međutim, treba naglasiti da je veličina poduzoraka po kupalištima mala, stoga ove nalaze treba uzeti sa zadržkom.

Diskusija

Socijalna fizička anksioznost je koncept koji u posljednjih dvadeset i više godina privlači pažnju istraživača, prije svega iz oblasti evolucijske, zdravstvene i psihologije sporta. Međutim, u našoj kulturi ova tema nije istraživana, te ovaj rad predstavlja prvo istraživanje SFA na teritoriji BIH.

Istraživanje je sprovedeno na banjalučkim kupalištima i to isključivo na uzorku ženskih rekreativnih kupaca, s obzirom na ranije nalaze koji su pokazali značajno višu SFA kod žena (Arabaci, 2007; Hart et al.; 1989; Rothberger, 2014). Do danas, istraživači nisu identifikovali varijablu koja može sa sigurnošću objasniti opažene razlike u SFA između polova. Neka od mogućih objašnjenja su težnja da se dobro izgleda potencijalnom partneru (Leary & Kowalski, 1990), medijski pritisci i modna industrija koji naglašavaju važnost fizičkog izgleda žena (Hausenblas & Fallon, 2002; Luff & Gray, 2009), te nesklad između „idealnog“ medijskog prikaza tijela i stvarnog fizičkog izgleda (Knauss, Paxton, & Alsaker, 2008). Nesklad „idealnog“ i stvarnog tijela može prethoditi SFA i povećati motivaciju da se ostavi željeni dojam, u čije svrhe žene usvajaju strategije koje im pomažu da se negativna procjena fizičkog izgleda svede na minimum (Leary & Kowalski, 1990). Različite studije pokazuju da nivo SFA zavisi od situacije u kojoj se ispitanice nalaze, te da su situacije u kojima su izložene pogledima drugih te koje doprinose povećanju SFA i povećanju motivacije da se ostavi željeni dojam (Hart et al., 1989; Hausenblas & Mack, 1999; Kruisselbrink et al., 2004; Spink, 1992). Upravo polazeći od prethodno navedenih nalaza, istraživanje smo sprovedeli u situaciji povećanog

naglasak na građu tijela, konkretno – na kupalištima, s ciljem utvrđivanja da li se povezanost BMI i uzrasta sa SFA nalazi i u situaciji koja potencijalno povećava SFA.

Prosjek BMI skorova u našem istraživanju je uporediv s referentnim vrijednostima drugih istraživanja na ispitanicima ženskog pola (Arabaci, 2008; Hausenblas & Mack, 1999; Hausenblas & Fallon, 2002).

Iznenadujuće, prosječni nivo SFA u našem istraživanju je niži u odnosu na referentne vrijednosti SFA iz drugih istraživanja, čak i onih koja su ove vrijednosti utvrđivale u okolnostima u kojima naglasak na građu tijela nije povišen (npr. Hausenblas & Mack, 1999³⁰). Prosječna vrijednost SFA koja je zabilježena kod nas je najbliža vrijednostima SFA iz istraživanja na fizički aktivnim studenticama (Hausenblas & Fallon, 2002³¹). Moguće objašnjenje ovakvih rezultata leži u visokoj vjerojatnosti da se pojedinci s najvišom SFA rjeđe odlučuju na odlazak na kupališta. U prilog ovom objašnjenju ide i podatak da uzorak nije obuhvatio niti jednu ispitanicu čiji skorovi su se približili maksimalnim gornjim vrijednostima na upitniku SPAS. To je u saglasnosti s opservacijom da pojedinci s visokom SFA izbjegavaju situacije u kojima očekuju da će ih drugi procjenjivati, a u kojima je smanjena mogućnost korištenja strategija kojima bi smanjili mogućnost negativnih procjena od strane drugih (Leary & Kowalski, 1990). Ipak, na kupalištima ove strategije nisu nužno sasvim eliminisane. Na primjer, jedna od takvih strategija je i kretanje u grupi prijatelja koja uključuje žene. Naime, u situacijama koje stavljaju naglasak na tijelo, kao što je zamišljanje situacije šetanja plažom u kupaćem kostimu, što je bio fokus istraživanja Carron, Estabrooks, Horton, Prapavassis i Hausenblas (1999), ispitanice su izvještavale o nižoj SFA ako zamišljaju da se nalaze u polno miješanoj grupi prijatelja, u odnosu na zamišljanje da su okružene isključivo muškarcima. Objašnjenje koje su pomenuti autori ponudili govori da prisustvo drugih žena kod ispitanica služi kao katalizator za aktivaciju percepcije o anonimnosti i sigurnosti, odnosno pruža im osjećaj da sva pažnja nije na njima, već je raspršena i na druge. Isto tako, istraživanje Kruisselbrink i saradnika (2004) nalazi smanjenje SFA kod ispitanica kada zamišljaju da vježbaju u miješanim grupama, u odnosu na zamišljanje vježbanja među muškarcima, a najniži SFA se bilježi pri zamišljanju vježbanja u isključivo ženskim grupama. Moguće je da su ispitanice u našem istraživanju, koje su se odlučile na posjetu kupališta, koristile dodatne strategije kojima bi kontrolisale evaluacije sopstvenog izgleda od strane drugih, kao što je strategija iz prethodno navedenih studija, dok su ispitanice koje nisu procjenjivale da takve strategije imaju na raspolaganju, odlučile da izbjegnu kupališta. Iako to nismo eksplicitno mjerile, tokom prikupljanja podataka smo uočile da su žene bile grupisane ili u ekskluzivno ženske grupe ili u grupe u kojima su činile većinu (mada su na kupalištima bile izložene pogledima i muškaraca i žena). Ipak, manifestna upotreba ovakvih strategija grupisanja možda je predstavljala jedan od faktora koji su doprinijeli nižim vrijednostima SFA u našem istraživanju u odnosu na referentne vrijednosti nekih drugih reprezentativnih istraživanja.

Sama situacija ispitivanja je takođe mogla doprinijeti povećanoj motivaciji ispitanica za nešto boljom samoprezentacijom, nego što bi bio slučaj u drugačijoj istraživačkoj situaciji. Ispitivačice su bili u neposrednoj blizini ispitanica tokom njihovog popunjavanja upitnika, pa je moguće da su ispitanice imale potrebu da se same bolje prezentuju, kako bi ispitivačice u „neplaniranoj“ ulozi evaluatorke njihovog tijela takođe stekle bolju sliku o njima. U te svrhe, moguće je da su ispitanice davale poželjnije odgovore na upitniku SPAS, ali i da su djelimično „uljepšale“ samoprocjenu visine i mase. Neke od ispitanica s korpulentnijim tijelima imale su potrebu da obrazlože zašto su, uprkos sopstvenoj percepciji o obimnijem tijelu, niže anksiozne u pogledu svog tijela. Uglavnom su navodile kako im figura i pored „ispravne“ evaluacije nije

³⁰ U istraživanju Hausenblas i Mack (1999), prosjek SFA iznosio je 38.84 ($SD=9.88$) za žene nesportiste, 30.69 ($SD=8.49$) za žene koje se bave ronjenjem, a 37.53 ($SD=8.78$) za sportistkinje (odbojka, fudbal i lakros).

³¹ U istraživanju Hausenblas i Fallon (2002) prosjek SFA je iznosio 23.43 ($SD=6.55$).

u toj mjeri važna da bi se osjećale anksiozno u vezi s njom ili da bi se povlačile iz socijalnih situacija koje uključuju procjenu tijela od strane drugih. Ovo je u skladu s nalazima Tiggemann (2004) koja dobija razliku između evaluacije tijela i važnosti tijela. Moramo, ipak, napomenuti da egzaktni iskazi ispitanica dati prilikom ispunjavanja upitnika nisu bili dosljedno bilježeni i tretirani kao varijabla u istraživanju, ali čak i njihova ograničena rekolekcija ukazuje na mogućnost davanja socijalno poželjnih odgovora, što bi u narednim istraživanjima izvjesno trebalo kontrolisati. Takođe, trebalo bi minimizirati eventualni uticaj ispitivača na ispitanike, pri čemu je i ovo, samo po sebi, empirijsko pitanje i trebalo bi provjeriti da li i koliko varijacije u modalitetima pristupa (što može uključivati i fizički izgled samih ispitivača) i davanja uputstava utiču na visinu samoprocijenjene SFA.

Hausenblas i Mack (1999) pronalaze niže skorove SFA kod žena ronilaca (u odnosu na odbojkašice, fudbalerke, lakrosice i nesportiskinje) i to tumače izostankom pojedinaca koji nemaju „idealno tijelo“ iz ovog sporta/aktivnosti, u kojem je (ne)uspjeh direktno povezan s oblikom i masom tijela. Odnosno, važnost tijela za prirodu aktivnosti doprinosi preselekcionisanosti uzorka onih koji se tom aktivnošću bave. Slično, u našem istraživanju preselekcionisati je moguće doprinijela važnost koju ispitanice pridaju tijelu u situaciji povećanog naglaska na fizički izgled, te su izbjegavajući negativne evaluacije sopstvenog tijela od strane drugih, izostale žene koje imaju subjektivan osećaj neadekvatnosti tijela.

Da rezimiramo, zbog mogućeg preselekcionisanja uzorka u našem istraživanju, na kupalištima su se izgleda zadesile ispitanice koje, bez obzira na BMI, nemaju negativnu samoprocjenu sopstvenog tijela ili ne pridaju preveliku važnost tijelu, te samim tim, nije pronađena očekivana povezanost BMI i SFA. Izostanak veze BMI i SFA može biti i u vezi sa smanjenom SFA zbog strategija grupisanja u primarno ili isključivo ženske grupe, usljed dualizma između fizičke anksioznosti i važnosti tijela, koju naglašavaju korpulentnije ispitanice, a možda je naprosto riječ o davanju socijalno poželjnih odgovora.

Analogno opisanim objašnjenjima se može protumačiti i izostanak povezanosti SFA i uzrasta, odnosno, može se pretpostaviti da je, najvjerojatnije, izostanak visoko socijalno fizički anksioznih ispitanica eliminisao varijabilitet, neophodan za detekciju korelacija. Iako nalazi o povezanosti SFA i uzrasta nisu potpuno konzistentni, neka ranija istraživanja sugerišu da se može očekivati smanjenje SFA kroz odraslo doba, jer uprkos stabilnosti zadovoljstva tijelom, opada značaj koji žene pripisuju masi i obliku tijela (Tiggemann, 2004), te da sazrijevanjem žene više prihvataju svoje tijelo (Gray, 1977), a što može imati uzrok u ostvarenosti partnerske veze i potomstva, te smanjenoj motivaciji da se ostavi dobar utisak na suprotni pol (Leary & Kowalski, 1990). Nažalost, ovo su varijable koje nismo mjerili u ovom istraživanju. Najveći broj ispitanica u našem istraživanju pripada mlađem odraslom dobu. U uzorku su izostale mlađe adolescentkinje (ispod 15 godina) za koje, iako nekonzistentno, neka istraživanja nalaze više referentne vrijednosti SFA u odnosu na starije uzraste (Hagger & Stevenson, 2010), te je moguće i da je nedovoljno prisustvo ispitanica iz adolescentske uzrasne grupe jedan od razloga izostanka povezanosti.

Zaključak

Rezultati našeg istraživanja pokazuju niže vrijednosti SFA u odnosu na referentne vrijednosti iz drugih istraživanja i izostaje povezanost SFA s BMI i uzrastom.

Uprkos postojanja metodoloških nedostataka, ovo istraživanje može imati korisne implikacije za dalja istraživanja, u vezi s čim je moguće iznijeti nekoliko konkretnih prijedloga. Bilo bi korisno obuhvatiti kontrolni uzorak u situaciji koja ne naglašava u toj mjeri važnost tijela kao što je slučaj na kupalištima, čime bi se moguće obuhvatile i ispitanice s višim (tj. izrazito visokim) skorovima SFA. Sledećim ispitivanjem bi bilo korisno obuhvatiti veći uzorak

i širi dijapazon uzrasta kako bi se dobila jasnija slika o promjenama u nivou SFA s obzirom na uzrast i razvojne promjene. Trebalo bi odraditi i replikaciju testiranja na kupalištima s ciljem provjere da li su ovi rezultati artefakt ili odražavaju stabilniji atribut testne situacije. Trebalo bi i sistematično varirati način pristupa ispitanicima, u svrhu utvrđivanja stepena uticaja samih ispitivača (i njegove kontrole), uključujući variranje i samih ispitivača i njihovog izgleda (npr. okvirno ujednačavanje ispitivača i ispitanika po uzrastu i tjelesnoj konstituciji). Trebalo bi evidentirati i situacijske varijable (npr. strukturu grupa), kao i komentare ispitanika. Takođe, bilo bi korisno uvesti i kontrolu socijalno poželjnih odgovora, uključiti objektivno mjerenje visine i mase umjesto samoprocjene, te uvesti dodatne kontrolne varijable, kao što su partnersko-reproduktivne mjere (Leary & Kowalski, 1990), nivo fizičke aktivnosti ispitanica i drugo. S obzirom na to da smo u istraživanju koristile preliminarni prevod upitnika SPAS, trebalo bi detaljnije ispitati njegove metrijske karakteristike.

Zahvalnica

Zahvljujemo se kolegi doc. dr Siniši Subotiću na nesebičnoj podršci, pomoći i konstruktivnim sugestijama tokom provođenja istraživanja i pisanja rada.

Reference

- Arabaci, R. (2008). Relationship between social physique anxiety, walking activity and body composition in university students. *Journal of New World Sciences Academy*, 3(3), 145-153.
- Ballı, Ö. M., İlker, G. E., & Arslan, Y. (2014). Achievement goals in Turkish high school PE setting: The predicting role of social physique anxiety. *International Journal of Educational Research*, 67, 30–39.
- Carron, A. V., Estabrooks, P. A., Horton, H., Prapavessis, H., & Hausenblas, H. A. (1999). Reductions in the social anxiety of women associated with group membership: Distraction, anonymity, security, or diffusion of evaluation? *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 3, 152-160.
- Cash, T. F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image*, 1, 1-5.
- Diehl, N. S., Johnson, C. E., Rogers, R. L., & Petrie, T. A. (1998). Social physique anxiety and disordered eating: What's the connection? *Addictive Behaviors*, 23(1), 1-6.
- Fernandez, S., & Pritchard, M. (2012). Relationships between self-esteem, media influence and drive for thinness. *Eating Behaviors*, 13, 321-325.
- Gallagher, S. (1986). Body image and body schema: A conceptual clarification. *The Journal of Mind and Behavior*, 7(4), 541-554.
- Gillen, M. M., Lefkowitz, E. S., & Shearer, C. L. (2006). Does body image play a role in risky sexual behavior and attitudes? *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 243-255.
- Gray, S. H. (1977). Social aspects of body image: Perception of normalcy of weight and affect of college undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 45(3-2), 1035-1040.
- Hagger, M. S., & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychology and Health*, 25(1), 89-110.
- Hart, E. A., Leary M. R., & Rejeski W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 94-104.
- Hausenblas, H. A., & Fallon E. A. (2002). Relationship among body image, exercise behavior, and exercise dependence symptoms. *Journal of Eating Disorders*, 32, 179-185.

- Hausenblas, H. A., & Mack, D. E. (1999). Social physique anxiety and eating disorder correlates among female athletic and nonathletic populations. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 502-513.
- Knauss, C., Paxton, S. J., & Alsaker, F. D. (2008). Body dissatisfaction in adolescent boys and girls: Objectified body consciousness, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media. *Sex Roles*, 59(9-10), 633-643.
- Kruisselbrink, L. D., Dodge, A. M., Swanburg, S. L., & MacLeod, A. L. (2004). Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on the social physique anxiety and exercise intentions of males and females. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 616-622.
- Leary, M. R. (1992). Self-presentational processes in exercise and sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 14, 339-351.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two component model. *Psychological Bulletin*, 17, 34-47.
- Leary, M. R., Tchividjian, L. R., & Kraxberger, B. E. (1994). Self-presentation can be hazardous to your health: Impression management and health risk. *Health Psychology* 13, 461-470.
- Luff, G. M., & Gray, J. J. (2009). Complex messages regarding a thin ideal appearing in teenage girls' magazines from 1956 to 2005. *Body Image*, 6(2), 133-136.
- Rothberger, S. M. (2014). An examination of social physique anxiety among college students: A mixed methodological approach. *Electronic Theses & Dissertations*, paper 1050, 1-59. Retrieved from <http://goo.gl/3RjJoi>
- Spink, K. S. (1992). Relation of anxiety about social physique to location of participation in physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 1075-1078.
- Stice, E., & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 985-993.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: stability and change. *Body Image*, 1(1), 29-41.
- Üngür, G., & Karagözoğlu, C. (2013). The relationship between emotional intelligence, social physique anxiety and life satisfaction in physical education and sports students. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(13), 115-119.
- Webster, J., & Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 164(2), 241-252.
- World Health Organization [WHO]. (n.d.). *BMI classification* [Fact sheet]. Retrieved August 29, 2015 from <http://goo.gl/o3SCW2>

RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL PHYSIQUE ANXIETY, BODY MASS INDEX, AND AGE ON A SAMPLE OF FEMALE RECREATIONAL SWIMMERS

Social physique anxiety (SPA) is a derivative of social anxiety and people tend to experience it in response to others evaluating their physiques. Women achieve higher SPA scores than men. SPA correlates with higher body mass index (BMI). Previous studies have shown that people with higher SPA reported higher levels of distress in situations where their body was exposed to views of others (e.g. during aerobics or swimming). The aim of this study was to determine the correlations between the SPA and the BMI and age in situations which emphasize increased appearance assessment by others (i.e. wearing swim suits in swimming areas). The sample comprised only females ($N=161$), recruited in Banja Luka swimming areas (72 % river, 28% swimming pools). Participants were asked about their age ($M=28.1$, $SD=10.7$ years), their BMI ($M=21.9$, $SD=3.1$) – derived from the self-assessment of height and mass, and they completed the SPA questionnaire (SPAS) ($M=26.3$, $SD=7.56$). Internal consistency of SPAS was good ($\omega=.76$). No significant correlations were found between the SPA and age ($r=-.07$, $p=.41$) nor between the SPA and the BMI ($r=0.4$, $p=.60$). Swimming area did not moderate the correlations. Thus, it can be concluded that there is no difference in the SPA depending on the age and the BMI in the observed social situation. The main limitation of this study was a preselected sample, as women with the highest SPA scores were obviously not covered by this sample of recreational female swimmers, which is a possible reason for the absence of the correlation between the SPA and BMI. Although these findings should not be generalized and an extended sample replication is required, this was the first study of the SPA in Bosnia and Herzegovina. As such, it represents a possible starting point for more research in the future.

Keywords: *Social physique anxiety (SPA), Body mass index (BMI), Recreational female swimmers*

Preporučeni način citiranja:

Ninković Došen, G., & Jankovski, J. (2015). Povezanost socijalne fizičke anksioznosti s indeksom tjelesne mase i uzrastom na uzorku rekreativnih kupaća ženskog pola. U S. Subotić (Ur.), *STED 2015. zbornika radova iz psihologije* (pp. 54-62). Banja Luka, BiH: Univerzitet za poslovni inženjering i menadžment.