



Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar  
„Oktatás és Társadalom” Neveléstudományi Doktori Iskola

Doktori Iskola vezetője:

Prof. Dr. Kéri Katalin  
egyetemi tanár, az MTA doktora

**A testképet meghatározó szociokulturális tényezők és kötődési jellemzők vizsgálata  
egyetemista nők körében**

**A testtel való elégedetlenség és az evészavarok prevenciójának lehetőségei az oktatási  
intézményekben**

Doktori (PhD) értekezés tézisei

**Pukánszky Judit**

Témavezetők:

Prof. Dr. Héjj Andreas, egyetemi tanár

Prof. Dr. Vajda Zsuzsanna, egyetemi tanár

Pécs

2018

## Bevezetés

A testképpel kapcsolatos problémák, a testképzavarok és evészavarok megelőzésében az iskola közege jelentős szereppel bír, mivel az evészavarok kialakulásában veszélyeztetett korcsoport itt könnyen elérhető és megszólítható (O’Dea, 2005). A testtel való elégedetlenség előfordulása és lehetséges következményei minden képzési szinten kihívást jelentenek a pedagógusok, illetve oktatók számára. Hazánkban azonban – tudomásunk szerint – eddig nem történtek az iskola közegében zajló, pozitív testképet támogató és az evészavarok megelőzését célzó prevenciós programok, valamint publikált beavatkozások. Nemzetközi példák alapján azonban kitűnik, az iskola intézménye sokat tehet annak érdekében, hogy a diákok lelki egészségét támogatva, felvértezze őket a testképre negatívan ható szociokulturális üzenetekkel szemben. Mindez nemcsak a tantárgyakba és workshopokba ágyazott ismeretátadást és készségfejlesztést foglalja magában, hanem egészségfejlesztési feladat révén, a szervezet egészét átható, globális szemléletváltást is, mely különös hangsúlyt fektet a mássággal szembeni toleranciára és az iskolai zaklatás kivédésére egyaránt (Kulin és Darvay, 2012; Meleg, 2002; O’Dea, 2003; O’Dea, 2005).

Az iskolai egészségnevelés és egészségfejlesztés során a testképzavarok és evészavarok prevenciója különös figyelmet érdemel, mivel a testi elégedetlenség megléte súlyos következményekkel járhat a testi és lelki egészség tekintetében, például depresszió, alacsony önértékelés, plasztikai műtétek, szteroidhasználat, dohányzás, illetve étkezési zavarok előrejelzője lehet (Stice, 2002; Field és mtsai, 2001; Cafri és mtsai, 2005; Grogan, 2016). A korai, jól megtervezett prevencióval tehát kivédhetőek lehetnek a magasabb képzési szinteken megjelenő, testi és lelki egészséggel, illetve a tanulmányi teljesítménnyel kapcsolatba hozható problémák (például Mikkilä, Lahti-Koski, Pietinen, Virtanen és Rimpelä, 2003).

A testtel való elégedetlenség kialakulásában és fenntartásában számos tényező szerepet játszik. Jelen disszertáció a szociokulturális tényezők, a médiából, a kortársak és a szülők felől érkező üzenetek szerepével, valamint az egyéni kötődési jellemzők hatásával foglalkozik a fiatal felnőtt nők testképével való kapcsolatban. Azonban az iskola közege sem elhanyagolható a testkép és az önértékelés alakításában: a pedagógusok és kortársak direkt és indirekt üzenetei, a testalakhoz, testsúlyhoz és ételekhez kapcsolódó attitűdjei modellálás révén érvényesülnek, így a tudatosság fokozásának a pedagógusi önismeret fejlesztésének jelentős szerep jut (Elek, 1999; Lelesz, 2001).

Hatékony megelőzéssel tehát csökkenthető az evészavarok, testképzavarok és az elhízás gyakorisága; kivédhetőek a negatív testképpel kapcsolatba hozható gyakori iskolai hiányzások, kimaradások és a romló tanulmányi teljesítmény; csökkenthető a testképzavarokkal, evészavarokkal kapcsolatban álló pszichés problémák (hangulatzavarok, szorongásos zavarok, függőségi zavarok, öngyilkossági veszélyeztetettség, stb.) következtében egészségügyi ellátást igénybe vevő fiatalok száma. Így a hatékony preventív beavatkozásokkal hosszú távon a gyógyító intézmények terhei is csökkenthetőek (O’Dea, 2000).

### **Célok, hipotézisek és kutatási kérdések**

A vizsgálat célja annak felmérése, hogy a kiválasztott, felsőoktatásban résztvevő populáció körében milyen mértékben jelenik meg a testtel való elégedetlenség; az milyen összefüggést mutat a karcsúságideált közvetítő szociokulturális hatásokkal (média, kortársak, szülők), valamint az egyéni kötődési jellemzőkkel. Eredményeink mentén célozom felmérni a prevenció és az intervenció szükségességét jelen populációra vonatkozóan, illetve alacsonyabb képzési szintekre visszamenőleg kiterjeszteni a pozitív testképet támogató, oktatási intézményeket érintő ajánlást.

Hipotézisek:

1. Feltételezem, azok a fiatal felnőtt nők, akik a heti átlag óraszámok alapján több időt fordítanak médiahasználatra, negatívabb testképről (megnövekedett testi elégedetlenségről és karcsúság iránti késztetésről) számolnak be, és a karcsúságideál internalizációját jelző (általános internalizáció) skálán szignifikánsan magasabb értéket érnek el. Akik pedig a karcsúságideált közvetítő médiahasználat után negatívabb testképről számolnak be, úgy vélem, szintén nagyobb mértékben internalizálták a karcsú testideált.
2. Feltételezem, a kötődési kategóriák mentén különbség jellemző a karcsúságideál internalizációja, a testtel való elégedetlenség és a karcsúság iránti késztetés átlagértékeiben, valamint a korábbi fogyókúra előfordulása tekintetében: a biztonságos kötődés tehát pozitívabb testképpel és a média által közvetített karcsúságideál internalizációjának alacsonyabb értékével jár együtt.
3. Feltételezem, hogy a Fallon-Rozin teszten az aktuális és ideális testkép közötti diszkrepanciával jellemezhető nők csoportjában a karcsúság iránti késztetés skála átlagértékei szignifikánsan magasabbak; a karcsúságideál internalizációja skálán

szignifikánsan magasabb átlagértéket érnek el; valamint a kötődési stílus szempontjából jelentős aggodalmaskodás dimenzióon magasabb átlagértékek jellemzőek, mint a testükkel elégedett nők csoportjában.

4. Feltételezem, a normatív testi elégedetlenség értelmében, a BMI kategóriától függetlenül figyelhető meg a korábbi fogyókúra előfordulása a vizsgált nők csoportjában.

Kutatási kérdések:

1. Mely vizsgált magas mérési szintű változók befolyásolják a testképet (testi elégedetlenséget)?
2. Van-e különbség a vizsgált főbb intervallumváltozók átlagaiban azok közt, akik fogyókúráztak már korábban, és azok közt, akik nem diétáztak életük során?
3. Olyan direkt hatások a társas környezetből, mint a szülők és kortársak felől érkező, testi megjelenésre irányuló dicséret, illetve kritika, hogyan függenek össze a karcsúságideál internalizációjával és a testképpel?

### **Anyag és módszerek**

Az adatgyűjtés a Szegedi Tudományegyetem hallgatói körében zajlott 2013. januárjától 2015. októberéig. 661 fő 18-28 év közötti ( $M=20,34$ ,  $SD=1,38$ ) egyetemista nő vett részt a kutatásban. A hipotézisek vizsgálata empirikus módon, kvantitatív eszközökkel, önkitöltős kérdőíves módszerrel történt. A kérdőívcsomag standardizált kérdőíveket és saját összeállítású kérdéseket foglalt magában. A papír alapú kérdőíveket tanórákat követően, oktatói felügyelet mellett töltötték ki a hallgatók. Az adatgyűjtés tehát a nem valószínűségi mintavételi eljárások körébe tartozó, hozzáférési alapú, avagy kényelmi mintavétellel történt (Szokolosky, 2004).

Előbb az alapadatokra (életkor, szak, lakhely, szülők legmagasabb iskolai végzettsége) és az antropometriai adatokra (testmagasság, testsúly) irányultak a kérdések, majd a fogyási szándékkal történő diétázás és a testmozgás gyakoriságra és időtartama került a fókuszba, valamint rákérdeztünk, a családtagokkal és a kortársakkal való kommunikációban milyen gyakorisággal jelenik meg az alakváltoztatás szándéka (diétázás, sportolás), valamint a külső megjelenésre irányuló dicséret és kritika. Ezt követően a médiahasználat (Facebook, az Instagram, a női magazinok, a női sorozatok és a videóklippek) töltött heti átlagos óraszámok felmérése következett, illetve a vizuális médiahasználat után tapasztalható testképpel kapcsolatos változások mérése történt.

A standardizált kérdőívek közül alkalmaztuk az **Evészavar Kérdőív** (Eating Disorder Inventory; Garner, Olmsted és Polivy, 1983; magyar adaptáció: Túry, Sáfrán, Wildman és László, 1997), két alszkáláját: a *karcsúság iránti késztetés* alszkálát (a diétázással való túlzott foglalkozást, a testsúly miatti aggodalmaskodást, a soványságra, fogyásra való törekvést és a hízástól való intenzív félelmet méri) és a *testtel való elégedetlenség* alszkálát (tétélei a kitöltő azon elképzeléseit tükrözik, mely szerint a has, csípő, fenék vagy a comb alakjának meg kellene változnia).

A **Fallon-Rozin emberalakrajz tesztben** (Fallon-Rozin, 1985) a vizsgálati személynek kilenc eltérő tápláltsági állapotú figura közül kell kiválasztania a saját testéhez, valamint a testideáljához leginkább hasonló figurát. A figurák növekvő sorrendben követik egymást, ahol az első figura alultáplált testalakot jelöl, míg az utolsó súlyosan elhízottat. Az aktuális és ideális testkép közötti különbség a testi elégedetlenség mértékét jelezheti.

A **Megjelenéssel Kapcsolatos Szociokulturális Attitűdök Kérdőív** (Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3; Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda és Heinberg, 2004; magyar fordítás: Czeglédi Edit; Czeglédi, Pál és Bartha, 2015) az evészavarokban és testképzavarokban szerepet játszó, a média közvetítette társadalmi hatásokat vizsgálja. A kérdőív a következő négy skálát foglalja magában: *internalizáció - általános* (a karcsúságideál bensővé tételének, elfogadásának mértéke, valamint a karcsú testideálok elérését hirdető médiaüzenetekkel való egyetértés mértéke), *internalizáció - kismértékű* (a kismértékű testideál bensővé tételének, elfogadásának mértéke), *nyomás* (a különféle médiumok fontosságának mértéke a vonzósággal kapcsolatos információszerezés során) és *információ* (a testideálokat közvetítő médiából érkező észlelt nyomás mértéke).

A **Kapcsolati Skálák Kérdőív** (Relationship Scales Questionnaire; Griffin és Bartholomew, 1994) a közeli kapcsolatokra vonatkozóan vizsgálja a kötődés következő négy stílusát: *biztonságos, elkerülő, bizalmatlan és aggodalmaskodó*. A magyar adaptáció Csóka, Szabó, Sáfrány, Rochlitz és Bódizs (2007) nevéhez köthető, a kutatók a diszkrét kötődési minták mérése helyett az aggodalmaskodás és függetlenség dimenziók vizsgálatát javasolják, így a két dimenzió elért alacsony pontszám alapján mérhető a biztonságos kötődés.

Az adatgyűjtés, adatkezelés és az eredmények publikálása a kutatás etikai elvek betartásával történt. A statisztikai számításokat a Microsoft Excel, valamint az IBM SPSS Statistics számítógépes szoftverek alkalmazásával végeztük. A következő statisztikai eljárásokat

alkalmaztuk: átlag és gyakoriság számítása, kétmintás t-próba, Welch-féle d-próba, egyszempontos varianciaanalízis (ANOVA), többváltozós lineáris regresszió, k-középpontú klaszteranalízis, Khi-négyzet-próba.

## Eredmények

Az eredmények ismertetése a leíró statisztikák és a hipotézisvizsgálatok eredményei alapján történik.

A testtömeg-index értékek szerint az egészséges tartományban a minta 75%-a (N=487), 15% (N=96) túlsúlyos (vagy elhízott), 10% (N=62) alultáplált.

A hallgatók (N=306) 75,2%-a végez testmozgást testformálási szándékkal, átlagosan hetente 3,23 órát (N=2,95; SD=2,29; minimum=0 óra; maximum=15 óra) sportolnak ennek érdekében. A Fallon-Rozin teszt eredményei alapján a nők 31%-a elégedett testalakjával (N=204), 58% fogyni (N=386), 11% pedig hízni szeretne (N=70).

A megkérdezettek (N=179) 58,7%-a 2-5 alkalommal fogyókúrázott korábban, 15% egyszer, 14%-uk 5-10 alkalommal, 11,7% pedig tíznél több alkalommal.

Az **első hipotézisben** azt feltételeztük, hogy azok a fiatal felnőtt nők, akik a heti átlag óraszámok alapján több időt fordítanak médiahasználatra, negatívabb testképről (megnövekedett testi elégedetlenségről és karcsúság iránti készletéről) számolnak be, és a karcsúságideál internalizációját jelző (általános internalizáció) skálán szignifikánsan magasabb értéket érnek el. Akik pedig a karcsúságideált közvetítő médiahasználat után negatívabb testképről számolnak be, úgy véltük, szintén nagyobb mértékben internalizálták a karcsú testideált. A kétmintás t-próbák eredményei, illetve a kiszámított gyakoriságok szerint a médiafogyasztást követően tapasztalt testképre vonatkozó változás vizsgálatokor minden médiafelület (Facebook, Instagram, sorozatnézés, magazinolvasás, videoklip nézés) esetén hasonló tendencia mutatkozott: a **válaszadók körülbelül fele jelezte azt, hogy valamivel elégedetlenebb lesz a testével** utána, míg a csoport másik fele nem észlelt változást a testképében. A médiafogyasztást követően **elégedetlen nők csoportja szignifikánsan magasabb átlagértékeket ért el a karcsú testideálra vonatkozó általános internalizáció skálán és a kiszámított testideál internalizációját mérő skálán.**

A **második hipotézisben** feltételeztük, hogy a kötődési kategóriák mentén különbség jellemző a karcsúságideál internalizációjára, a testtel való elégedetlenség és a karcsúság iránti készlet

átlagértékeiben, valamint a korábbi fogyókúra előfordulása tekintetében: a biztonságos kötődés tehát pozitívabb testképpel és a média által közvetített karcsúságideál internalizációjának alacsonyabb értékével jár együtt. K-középpontú klaszteranalízissel a Kötődési Skálák Kérdőív függetlenség és aggodalmaskodás dimenzióiból kötődési kategóriákat hoztunk létre, négy klaszter megadásával. Az egyszempontos varianciaanalízis (ANOVA) és a post hoc elemzés eredményei alapján elmondható, hogy a **bizonytalan kötődési kategóriák esetében (szorongó aggodalmaskodó és bizalmatlan-elkerülő), a biztonságosan kötődők csoportjához képest, szignifikánsan magasabb értékeket kaptunk a karcsúságideál internalizációja, a testtel való elégedetlenség, valamint a karcsúság iránti készletés skálákon.** A Khi-négyzet próba eredményei szerint a **bizalmatlan-elkerülő kategóriánál a korábban fogyókúrázók aránya magasabb volt az átlagosnál,** az elutasító-elkerülő kategória esetén az átlagosnál kevesebben fogyókúráztak korábban.

A **harmadik hipotézisben** feltételeztük, a Fallon-Rozin teszten az aktuális és ideális testkép közötti diszkrepanciával jellemezhető nők csoportjában a karcsúság iránti készletés skála átlagértékei szignifikánsan magasabbak; a karcsúságideál internalizációja skálán szignifikánsan magasabb átlagértéket érnek el; valamint a kötődési stílus szempontjából jelentős aggodalmaskodás dimenzió magasabb átlagértékek jellemzőek, mint a testükkel elégedett nők csoportjában. Az elégedettség, illetve elégedetlenség („fogyni vágyók” és „hízni vágyók”) csoportjait új változó képzésével állapítottuk meg: az ideálisnak ítélt testkép változó értékéből kivontuk a jelenlegi testkép változó pontszámát, így három csoportot kaptunk: elégedettek (N=204), „fogyni vágyók” (N=386) és „hízni vágyók”(N=70, akik az alacsony elemszám miatt kizárásra kerültek az elemzésből). A Welch t-próbák eredményei rámutattak arra, hogy a testével elégedetlen, **fogyni vágyók csoportja szignifikánsan magasabb értékeket ért el az elégedettek csoportjához képest a karcsúság iránti készletés, az általános internalizáció, kisportolt internalizáció és az aggodalmaskodás skálán.**

A **negyedik hipotézisben** feltételeztük, a normatív testi elégedetlenség értelmében, a BMI kategóriától függetlenül figyelhető meg a korábbi fogyókúra előfordulása a vizsgált nők csoportjában. A Khi-négyzet próba eredménye szerint szignifikáns összefüggés van „BMI kategóriák” és a „Fogyókúrázott-e korábban” változók között. A kereszttábla eredményei mutatják, a BMI<18,4 kategóriánál a korábban nem fogyókúrázók aránya magasabb az átlagosnál, míg a **BMI>25 kategória esetén az átlagosnál többen fogyókúráztak korábban.**

Az **első kutatási kérdés** arra vonatkozott, mely vizsgált magas mérési szintű változók befolyásolják a testi elégedetlenséget? Többváltozós lineáris regressziószámítást végeztünk, a predikciós modell 5 prediktort, független változót tartalmaz a beléptetett 12 változóból, és öt lépésen keresztül nem zárt ki változót a modelltől. **A karcsúság iránti késztetés szerepel legnagyobb súllyal a modellben,** majd a BMI, a karcsúságideál internalizációja, az edzéssel töltött heti átlagos óraszám, valamint az Instagramon töltött heti átlagos óraszám. A varianciaanalízis eredménye szerint a regressziós modell szignifikáns volt, azonban mivel a modell magyarázóereje 56%, így tehát más faktorok is meghatározzák a testi elégedetlenséget.

A **második kutatási kérdés** úgy hangzott, van-e különbség a főbb vizsgált intervallumváltozók átlagaiban azok közt, akik fogyókúráztak már korábban és azok közt, akik nem diétáztak életük során? A kérdés megválaszolására Welch-féle d-próbát és kétmintás t-próbát végeztünk. Két jelentősebb eredményt kiemelve, **a karcsúság iránti késztetés** alkálán a korábban fogyókúrázók szignifikánsan magasabb átlagértéket értek el, valamint a korábban fogyókúrázók csoportja **a médiából érkező, külső megjelenésre irányuló nyomást** jelentősebb mértékben érzékelte, mint azok, akik nem diétáztak korábban.

A **harmadik kutatási kérdéssel** arra kerestük a választ, hogy a szülők és kortársak felől érkező, a testi megjelenésre irányuló dicséret, illetve kritika hogyan függ össze a karcsúságideál internalizációjával és a testképpel? A Spearman korrelációszámítás eredményei szerint a barátokkal és családtagokkal való beszélgetés az alakformálásról minden vizsgált változóval szignifikáns, pozitív kapcsolatot mutatott. A családtagoktól és barátoktól kapott, testalakra irányuló **kritika szignifikánsan pozitívan korrelált a testtel való elégedetlenséggel és a karcsúság iránti késztetéssel,** míg a karcsú testideálok internalizációjával nem mutatott szignifikáns összefüggést. A szülőktől és kortársaktól érkező testi megjelenésre irányuló **dicséret szignifikáns negatív korrelációt mutatott a testtel való elégedetlenséggel.** A barátoktól érkező dicséret negatívan korrelált a karcsúság iránti késztetéssel, míg a családtól érkező dicséret nem mutatott kapcsolatot ezzel a változóval. A barátoktól, szülőktől érkező dicséret és a karcsúságideál internalizációja között nem volt szignifikáns kapcsolat mérhető.

### **Következtetések**

A kapott eredmények jelzik a holisztikus megközelítést és szemléletváltást igényelő prevenció (O’Dea, 2005) alacsonyabb képzési szinteken megnyilvánuló szükségességét; szélesebb fókuszú és célzottan a testképre és evészavarokra fókuszáló programok kereteiben (Neumark és mtsai, 2006).



A vizsgált egyetemista mintán kapott eredmények szerint érdemes feltérképezni a fiatalok médiafogyasztására jellemző sajátosságait, így a Facebook és az Instagram felületén töltött heti átlagos óraszámokat. Minden vizsgált médiafelület esetében tapasztalható volt, hogy a megkérdezett nők csaknem fele a testi elégedetlenség növekedését észlelte a médiahasználatot követően. Ebből kiindulva, fontos tudatosítani a fiatalokban a médiahatások jelentőségét a testképre vonatkozóan, valamint ismertetni azokat a hatásmechanizmusokat, melynek következtében a testi elégedettség csökkenhet. Különösen azokra a fiatalokra érdemes fókuszálni ekkor, akik a testképzavarok kialakulása tekintetében veszélyeztetett csoporthoz tartoznak. A beavatkozások alatt az elméleti ismeretek átadása mellett az önértékelés növelésére és a készségfejlesztésre érdemes a hangsúlyt helyezni.

Az eredmények értelmében, azok a nők, akik internalizálták a karcsú testideált, médiahasználatot követően elégedetlenebbnek voltak a testi megjelenésükkel. Ezzel párhuzamba állítható, hogy az egyetemista és a serdülő korosztály számára összeállított prevenciós programok lényeges pontját képezi a karcsúságideál internalizációjának felmérése és csökkentése (például a kritikai gondolkodás fejlesztésével, a lefelé irányuló társas összehasonlítás tanításával vagy az önértékelés növelésével). Az eredmények azonban a minél korábbi megelőző beavatkozások szükségességét is sürgetik, mielőtt az egyén internalizálja a karcsú testideálokat (Tiggemann, 2002).

A 25 feletti BMI érték esetén az átlagosnál jellemzőbb volt a korábbi fogyókúrás próbálkozás, a vizsgálati eredményeim tükrében. A testi elégedetlenség előfordulására azonban nem kizárólag magasabb testtömeg-index esetén számíthatunk – bár a magasabb BMI növeli a testi elégedetlenség kialakulásának esélyét (például Moore és Franko; 2002), így az elhízott, illetve túlsúlyos fiatalok bevonása a negatív testkép prevenciójára irányuló programokba különösen indokolt lehet. A médiaüzenetekre irányuló érzékenységet a megnövekedett *testtömeg index* is fokozhatja (Tiggemann, 2002), ami pedig tovább növelheti a már meglévő testi elégedetlenséget.

Érdemes tudatosítani a kortársakkal és szülőkkel való kommunikáció módjának szerepét a testkép alakulásában (lásd még fat-talk, Nichter és Vuckovic, 1994). A kapott eredmények kiterjeszthetőek az intézményi kommunikáció módjának megváltoztatására is, például a normákat közvetítő elvárások rendszerére, a testi megjelenésre kiterjedő tanári és diákoktól érkező negatív megjegyzések tiltása révén.

A kötődési jellemzők megismerése főként a célzott terápiás beavatkozások során lehet hasznos. Egy jól működő terápiás kapcsolat korrigálhatja az egyén kötődési jellemzőit, mely a testképre is pozitív hatást gyakorolhat. A testképzavarok és evészavarok terápiás beavatkozásait tehát a kötődési fókusszal is érdemes kiegészíteni, ahogy azt korábban Ward, Ramsay és Treasure (2000) megállapították. Az iskolai munkára vonatkozóan, a testképzavarok és evészavarok prevenciójakor érdemes odafigyelni a kötődési stílus mérésére is az iskolapszichológussal együttműködve, mivel típusonként eltérő beavatkozások lehetnek szükségesek. Eredményeim szerint a biztonságosan kötődő nőkkel szemben, a szorongó-aggodalmaskodó és a bizalmatlan-elkerülő kötődésű személyekre negatívabb testkép és a karcsúságideál nagyobb mértékű internalizációja jellemző.

Magyar mintán korábban még nem került feltérképezésre a karcsú testideál internalizációjának kapcsolata az egyén kötődési jellemzőivel, melynek megismerése jelen vizsgálat keretei között megvalósult. Eredményeim árnyalhatják az evés- és testképzavarok iskolai prevenciója és intervenciója során figyelembe vehető tényezőket. Mindeztáig hasonló beavatkozások tudomásom szerint nem történtek hazánkban, azonban jelen eredmények is a megelőzés sürgető szükségességét jelzik.

## **Publikációk**

### **A disszertáció témájában megjelent nemzetközi eredeti közlemény**

- **Pukánszky Judit** (2016): The impact of media use on body image in a sample of Hungarian female university students In: *sgmensocial.org* (szerk.) 3rd International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences and Arts: SGEM 2016 Conference Proceedings: Book 1, Psychology and Psychiatry, Sociology and Healthcare, Education, Vol. 2., pp. 391-397. Vol. 2. (ISBN:9786197105711)

### **A disszertáció témájában megjelent hazai eredeti közlemények**

- **Pukánszky Judit** (2014): A média testképre gyakorolt hatása fiatal felnőtt nők körében *MÉDIAKUTATÓ: MÉDIAELMÉLETI FOLYÓIRAT* 15:(3) pp. 81-88.
- **Pukánszky Judit** (2014): A karcsúságideál internalizációja és a testkép kapcsolata fiatal felnőtt nők körében *ISKOLAKULTÚRA* 24:(7-8) pp. 102-110.
- **Pukánszky Judit** (2014): A karcsúságideál internalizációja és a kötődés kapcsolata a testtel való elégedetlenséggel In: Csiszár Imre, Kőmíves Péter Miklós (szerk.) *Tavaszi*

Szél 2014 / Spring Wind 2014 IV. kötet: Szociológia és multidiszciplináris társadalomtudomány, pszichológia és neveléstudomány, hittudomány. Konferencia helye, ideje: Debrecen, Magyarország, 2014.03.21- 2014.03.23. Debrecen: Doktoranduszok Országos Szövetsége, pp. 374- 381. (ISBN:978-963-89560-8-8)

- **Pukánszky Judit** (2012): Vizuális médiahatások és a testi elégedettség kapcsolata ACTA SANA: MENS SANA IN CORPORE SANO: AZ EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS ELLÁTÁS ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA 7.:(1) pp. 24-28.
- **Pukánszky Judit** (2012): Miként befolyásolja testi elégedettségünket a média? ACTA SANA: MENS SANA IN CORPORE SANO: AZ EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS ELLÁTÁS ELMÉLETE ÉS GYAKORLATA 7:(2) pp. 49-50
- **Pukánszky Judit** (2012): A média által közvetített soványságuideál internalizációja és a szülői hatások a testképre In: Koncz István, Nagy Edit (szerk.) Nemzedékek együttműködése a tudományban: PEME IV. Ph.D. - konferencia. 126 p. Konferencia helye, ideje: Budapest, Magyarország, 2012.11.15 Budapest: Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület, pp. 42-46. (ISBN:978-963-88433-7-1)

#### **A disszertáció témájában elhangzott nemzetközi előadások**

- **Pukánszky Judit** (2014): How the media effects on body image? Manchester Metropolitan University Chesire International Academic Week,, United Kingdom, Manchester-Crewe, 3rd - 6th February 2014
- **Pukánszky Judit** (2012): A gyermeki testkép jellegzetességei a szociokulturális faktorok tükrében In: [MESZK] (szerk.) Pszichiátriai Ápolók II. Nemzetközi Konferenciája a Visegrádi Négyek részvételével. Programfüzet és absztraktgyűjtemény. Konferencia helye, ideje: Budapest, Magyarország, 2012.10.18-2012.10.20. (Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara (MESZK)) Budapest: Komáromi Nyomda és Kiadó, p. 29. (ISBN:978-963-89435-2-1)
- **Pukánszky Judit** (2012): Enhancing body image through arts therapy. Bulgária II. International Conference of Arts Therapy. EEATA (East European Arts Therapy Association), 20-25th August, 2012, Bulgaria, Obzor (2012)

#### **A disszertáció témájában elhangzott hazai előadások**

- **Pukánszky Judit** (2015): Az evészavarok pszichológiai megközelítése In: Németh Anikó, Ujhelyiné Papp Teréz, Irinyi Tamás (szerk.) A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara Csongrád Megyei Területi Szervezet első évtizede. 329 p.

Szeged: Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara, Csongrád Megyei Szakszervezet, p. 327. (ISBN:978-615-80323-1-5)

- **Pukánszky Judit** (2013): A testképre ható szociokulturális tényezők serdülőkorban Magyarország Science Café, Szent-Györgyi Albert Agóra Informatorium, Szeged, 2013. november 21.
- **Pukánszky Judit** (2013): A testképet befolyásoló szülői és médiahatások. „Ép családban egészséges test és lélek?” című konferencia, SZAB Gyermekintézmények Mentálhigiénés Munkabizottsága, Szeged, 2013. május 21.
- **Pukánszky Judit** (2012): Testképzavarok és médiahasználat kapcsolata gyermekkorban In: Barabás Katalin, Kapocsi Erzsébet, Pikó Bettina, Hamvai Csaba, Látos Melinda, Bóta Margit, Vári-Kószó Melinda (szerk.) XII. Magatartástudományi Napok: Programfüzet és absztraktok kivonata. 103 p. Konferencia helye, ideje: Szeged, Magyarország, 2012.06.14-2012.06.15. Szeged: JATE Press, p. 90. (ISBN:978-963-306-148-0)
- **Pukánszky Judit** (2012): Szülői hatások a gyermeki testkép vonatkozásaiban. In: Csapó Benő, Tóth Edit (szerk.) X. Pedagógiai Értékelési Konferencia – PÉK 2012: Program – Előadásösszefoglalók [10th Conference on Educational Assessment. Program – Abstracts]. 181 p. Konferencia helye, ideje: Szeged, Magyarország, 2012.04.26-2012.04.28. Szeged: SZTE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola, 2012. p. 146. (ISBN:978-963-306-150-3)
- **Pukánszky Judit** (2012): A testi elégedettség és a szociokulturális tényezők kapcsolata. Magyar Tudomány Ünnepe, Szeged, 2012. november 14.
- **Pukánszky Judit** (2011): Vizuális médiahatások és a testi elégedettség kapcsolata. Magyar Tudomány Ünnepe, Szeged, 2011. november 30.

#### **Egyéb témában megjelent hazai és nemzetközi közlemények**

- Németh Anikó, Lantos Katalin, **Pukánszky Judit**, Tobak Orsolya (2016): Házi gyermekorvosok felkészültségének vizsgálata a 0-7 éves gyermekek ellátása kapcsán *EGÉSZSÉG-AKADÉMIA* 7:(1) pp. 15-22.
- **Pukánszky Judit** (2015): A halállal kapcsolatos attitűdök változása a történelemben, a halál, a haldoklás folyamata In: Németh Anikó (szerk.) Hospice szakápolástan. 248 p. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt., pp. 19-29. (ISBN:978 963 226 529 2)

- **Pukánszky Judit** (2015): Hirtelen bekövetkező trauma lelki hatásai In: Németh Anikó, Ujhelyiné Papp Teréz, Irinyi Tamás (szerk.) A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara Csongrád Megyei Területi Szervezet első évtizede. 329 p. Szeged: Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara, Csongrád Megyei Szakszervezet, p. 326. (ISBN:978-615-80323-1-5)
- Csatlós Renáta, **Pukánszky Judit**, Németh Anikó (2014): Szülői nevelés hatása a serdülők szexuális magatartására VÉDŐNŐ 24:(4) pp. 14-18.
- Csatlós Renáta, **Pukánszky Judit**, Németh Anikó (2014): Középiskolás tanulók szexuális magatartásának vizsgálata EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS 55:(3) pp. 11-17.
- **Pukánszky Judit** (2014): Családi diszfunkciók hat fiatal felnőtt hallgató perspektívájából In: Szenes Márta, Pintér Judit (szerk.) Pszichológiai tanácsadás felsőfokon: A Szegedi Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központ 20 éve. 247 p. (ISBN:978-963-12-0631-9)
- **Pukánszky Judit** (2012): ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ МУЗЫКИ В ОБУЧЕНИИ: Therapeutic value of music in study In: Никитин В Н, Бояджиева Н, Лебедева Л Д, Вачков И В (szerk.) Терапия Искусством: Учебное пособие по арт-терапии. Sofia: Université Saint-Clément d'Ohrid de Sofia, pp. 279-287. (ISBN:978-954-07-3389-0)
- **Pukánszky Judit** (2008): Női szerepek változása a család és a munka területén: Összehasonlítás az adleri gondolatok mentén In: Petróczi Erzsébet (szerk.) Mentális és pszichés problémák XXI. századi megoldásmódjai: bátorító nevelés, gyógypedagógia, gyermekvédelem, iskolai szociális munka, pszichoterápia. 294 p. Konferencia helye, ideje: Szeged, Magyarország, 2008.03.07-2008.03.08. (ISBN:978-963-9927-04-9)
- **Pukánszky Judit** (2008): Belső motiváció fejlesztése az iskolai környezetben STUDIA CAROLIENSIA 9:(3-4.) pp. 39-51.
- Kocsis Kata, **Pukánszky Judit**, Csábi Eszter, Dávidné Simon Mária, Petró Kata, Tánczos Tímea (2007): A skizofrénia és a munkamemória kapcsolata In: Nábrády Mária (szerk.) XXVIII. Országos Tudományos Diákköri Konferencia Pedagógiai, Pszichológiai, Közművelődési és Könyvtartudományi Szekció a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen . 171 p. Konferencia helye, ideje: Piliscsaba , Magyarország , 2007.04.02 -2007.04.04. Piliscsaba: Pázmány Péter Katolikus Egyetem BTK, p. 85. (ISBN:978-963-9206-30-4)