

## Tvorba škály fyzického vzhledu a „body image“ v kontextu českého prostředí

### Creation of the physical appearance and the body image rating scale for the Czech context

Lenka Šrámková<sup>1\*</sup>, Panajotis Cakirpaloglu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Katedra psychologie, Filozofická fakulta, Univerzita Palackého v Olomouci*

---

#### Abstrakt

Jedním z pilířů, které výrazně utváří sebepojetí již od dětství, je fyzický vzhled. K měření spokojenosti s vlastním vzhledem se často využívají obrázkové škály postav. Hlavním cílem bylo vytvoření a ověření obrázkové škály postav nesoucí název Basic Olomouc Body Rating (BOBR). Škála byla vytvořena metodou analýzy dokumentů týkající se body-rating škál a metodou rozhovoru s potenciálními probandy. Výsledkem je vytvoření škály postav využitelné v dalším výzkumu i poradenské praxi. Text seznamuje stručně i s výsledky následné studie – internetový výzkum týkající se body image a vnímání sexuální atraktivity. n=5616 respondentů z České republiky odpovídalo na otázky, jak vypadají a jak by chtěli vypadat. Výsledky ukázaly signifikantní rozdíl jak u mužů, tak u žen ( $p < 0,0001$ ;  $p < 0,0001$ ). Výsledkem je vytvoření škály BOBR, která je validována a připravena k použití pro další výzkumy.

*Klíčová slova:* sebepojetí, škála postav BOBR, fyzická atraktivita

#### Abstract

Problem and methods: Physical appearance is one of the key components of self-perception from early childhood. An individual's perceived physical attractiveness is largely conditioned by geographical, cultural and historical factors. Every culture develops its own criteria of attractiveness and any deviations to those are often a cause of ostracism, for example through exclusion or rejection. Still, there are certain universal principles of attractiveness (e.g. a higher waist-hip ratio, facial symmetry, sexually dimorphic features), which exist across cultures and time periods with little variation.

---

\*Korespondenční autor: Katedra psychologie FF UP, Křížkovského 10, 771 80 Olomouc  
E-mail: lenka.sramkova@upol.cz

To measure a person's level of satisfaction with his/her physical appearance, psychologists regularly employ figure rating scales. The primary goal of our work was to develop and verify an updated visual body rating scale called the Basic Olomouc Body Rating (BOBR), making sure that it is widely usable, valid and reliable. The scale was created using the method of document analysis of academic papers according body-rating scales and a method of interview with potential probands. In the pilot data gathering phase, a group of respondents was presented with the 3 scales commonly used in the European context, i.e. FDS (Stunkard, Sorensen & Schulsinger, 1983), CDRS (Thompson & Gray, 1995) and BIAS-BD (Gardner, Jappe & Gardner, 2009). The purpose of this was to get feedback on these scales and find out if people are able to use these scales to rate themselves. New schematic figure rating scale for both men and women which would do away with the limitations of the scales used so far was developed.

**Results:** The result is creation of a body-rating scale widely usable in further research and practical consulting. The paper briefly summarizes results of an additional study – the goal definition phase was followed by online research on the subject of body image and the self-perceived sexual attractiveness. Altogether, 5,616 respondents from the Czech Republic responded to questions such as 'How do I look?', 'How do I want to look?' and 'Which figures of the same and opposite sex do I find the most sexually attractive?' The participants indicated their responses on the BOBR 10-point figure rating scale. The results showed a significant divergence between the responses to the questions 'I want to look' and 'I look' among men, but also among women ( $p = 0.00$ ;  $p = 0.00$ ). Our research findings do not differ from the findings of other authors. Body dissatisfaction is a relatively common phenomenon, especially in women and in relation to weight. While women would like to be thinner, body dissatisfaction in men goes both ways, i.e. men, more frequently than women, would like to have a fuller figure. Compared with women, men are more frequently dissatisfied with their height.

**Conclusion:** The main conclusion of the study is creation of the BOBR figure – rating scale, which was validated and is ready to be used in further researches. Further on, the scale has been verified in terms of validity and reliability; and a significant divergence was found between the responses to the questions 'I want to look' and 'I look' among both men and women. At this stage, the scale has been validated as an instrument and demonstrated to be useful for a variety of tasks: The fact that the scale has been received well also increases its potential and usability, for example in consulting psychology or as an ice-breaker during therapy sessions for individuals suffering from eating disorders.

*Keywords:* self-perception, BOBR figure rating scale, physical attractiveness

## Úvod

Fyzická atraktivita jedince je značně geograficky, kulturně a historicky podmíněna. Každá kultura si utváří vlastní kritéria atraktivity a nesoulad s nimi bývá často perzekuován, např. vyloučením nebo odmítáním. Člověk pak často svůj vzhled reguluje v souladu se společenskými stereotypy a se svými sociálními rolemi. Teorie říká, že první dojem o jiném člověku se formuje během prvních 120 sekund kontaktu (Hewstone & Stroebe, 2006)

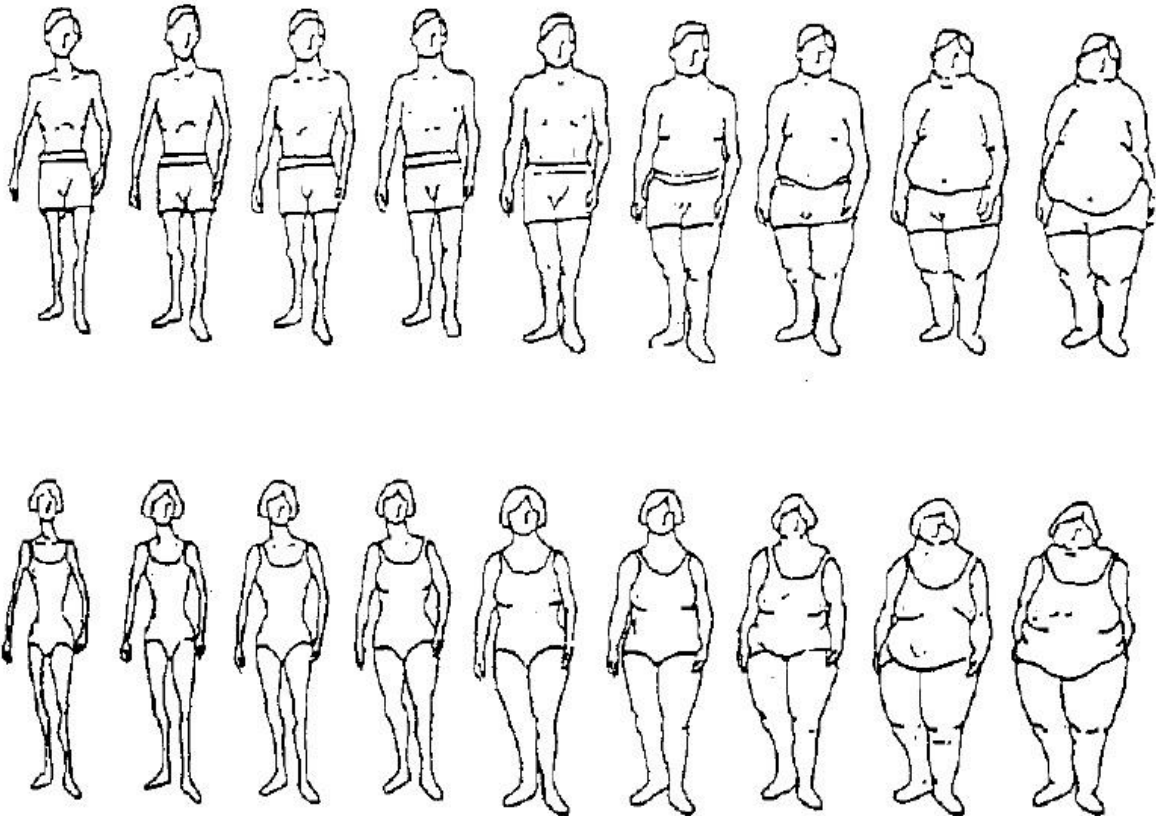
Nasvědčuje to tomu, že fyzický vzhled hraje při utváření úsudku důležitou roli, a tak je přizpůsobování vzhledu společenským normám veskrze adaptivní počin. Souvisí to s cirkulární kauzalitou a tzv. sebenaplňujícím se proroctvím, které v tomto kontextu říká, že pokud si o člověku utvoříme, např. na základě jeho vzhledu, pozitivní obraz, máme tendenci tento obraz neopouštět a jeho jednání interpretovat rovněž pozitivně (Hewstone & Stroebe, 2006). Přestože existují určité obecné principy atraktivity (např. vyšší poměr WHR – waist-hip-ratio, symetrie tváře, sexuálně dimorfní charakteristiky), které jsou napříč kulturami a obdobími neměnné, ideály krásy podléhají trendům společnosti. Typickým příkladem je názor na štíhlost, resp. nadváhu a na krásu proporcionálního rozložení tělesného tuku. Tomu napovídá např. Kretschmerův (1925) popis osobnostních charakteristik pyknického typu (který je popsán jako společenský, dobrušedný a veselý), zatímco v dnešní době by takový člověk byl spíše popsán jako líný, pomalý a bez vůle. Stejně tak svalnatá postava je nyní považována více za znak pevné vůle než tvrdé práce, jak tomu bylo v minulosti (Bordo, 1993). Grogan (2000) vymezila Body Image jako způsob přemýšlení, vnímání a vyvolávaných pocitů vzhledem k vlastnímu tělu. Nejedná se tedy o prostou percepci těla, ale i o další kognitivní a afektivní aspekty tohoto postoje. Představa těla tak nemusí nutně odpovídat realitě. Spokojenost s tělem a to, jak je podobné aktuálnímu ideálu krásy, ovlivňuje sexuální život. Tento fenomén se vyskytuje především u žen, ale ani muži nejsou výjimkou. Mnoho žen je přesvědčeno, že na tom, zda jsou štíhlé, závisí sexuální spokojenost jejich partnera a udržení stávajícího vztahu (Grogan, 2000). Zaměření na vzhled bývá dáváno do souvislosti s médií, konkrétně s vyobrazením krásy a spokojenosti, a ukazuje se tak paradox, že média sice reflektují vliv společnosti, ale zároveň jej utvářejí (Fialová, 2006). Zatímco muži prezentovaní v médiích jsou spíše průměrné hmotnosti, ženy jsou většinou modelky s podváhou (Grogan, 2000). Médii prezentovaný vzor se stává ideálem. Čím větší je potom diskrepance mezi subjektivně pociťovaným vlastním tělesným obrazem a tímto ideálem, tím větší dopady to má na sebevědomí člověka. Tento vliv a nespokojenost s vlastním tělem může vést ke zvýšenému výskytu rizikového chování, především k sebepoškození, poruchám příjmu potravy a suicidiím, zvláště pak, působí-li na ještě nevyzrálou osobnost (v době pubertální, postpubertální a ranně adolescentní). Medializovaným upozorněním na tento fakt byl experiment americké studentky Galia Slayen, která vytvořila model panenky Barbie v životní velikosti, přičemž zachovala její dané tělesné proporce. Výsledkem bylo zjištění, že v reálném světě, kde by panenka měřila 170 cm, by musela vážit 50 kg a mít míry 100 – 45 – 84, takže by nespíše ani neudržela rovnováhu (Huffingtonpost, 2011). Kromě tohoto populárního experimentu na popsání fenoménu a jeho konsekvence upozorňuje řada kampaní, z nichž nejznámější proběhla roku 2007, kdy italský fotograf Oliviero Toscani nafotil pro masivní billboardovou kampaň proti anorexii modelku Isabelle Caro, jež tři roky poté nemoci podlehla (BBC, 2007; 2010).

### Škály postav

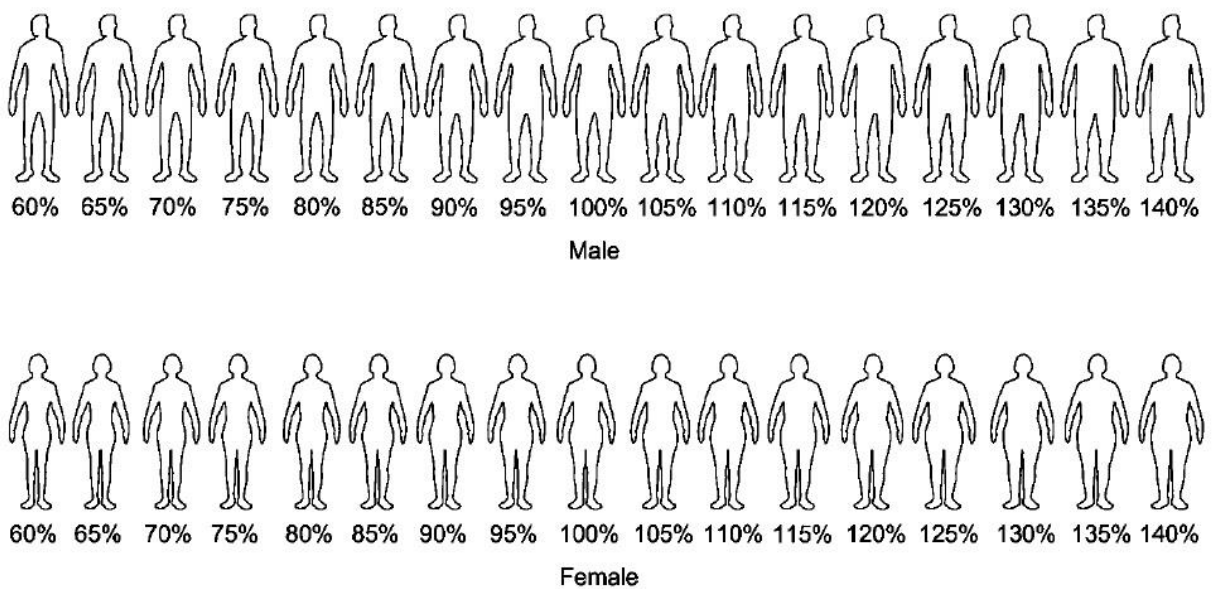
Pro prezentovaný výzkum byla zvolena metoda sebesposuzování na vizuální škále postav. Sebesposuzovací stupnici lze definovat jako „vymezené kontinuum nebo rozměr, na němž nebo kolem něhož se umisťují úsudky. Je to metoda sloužící k záznamu jednotlivých

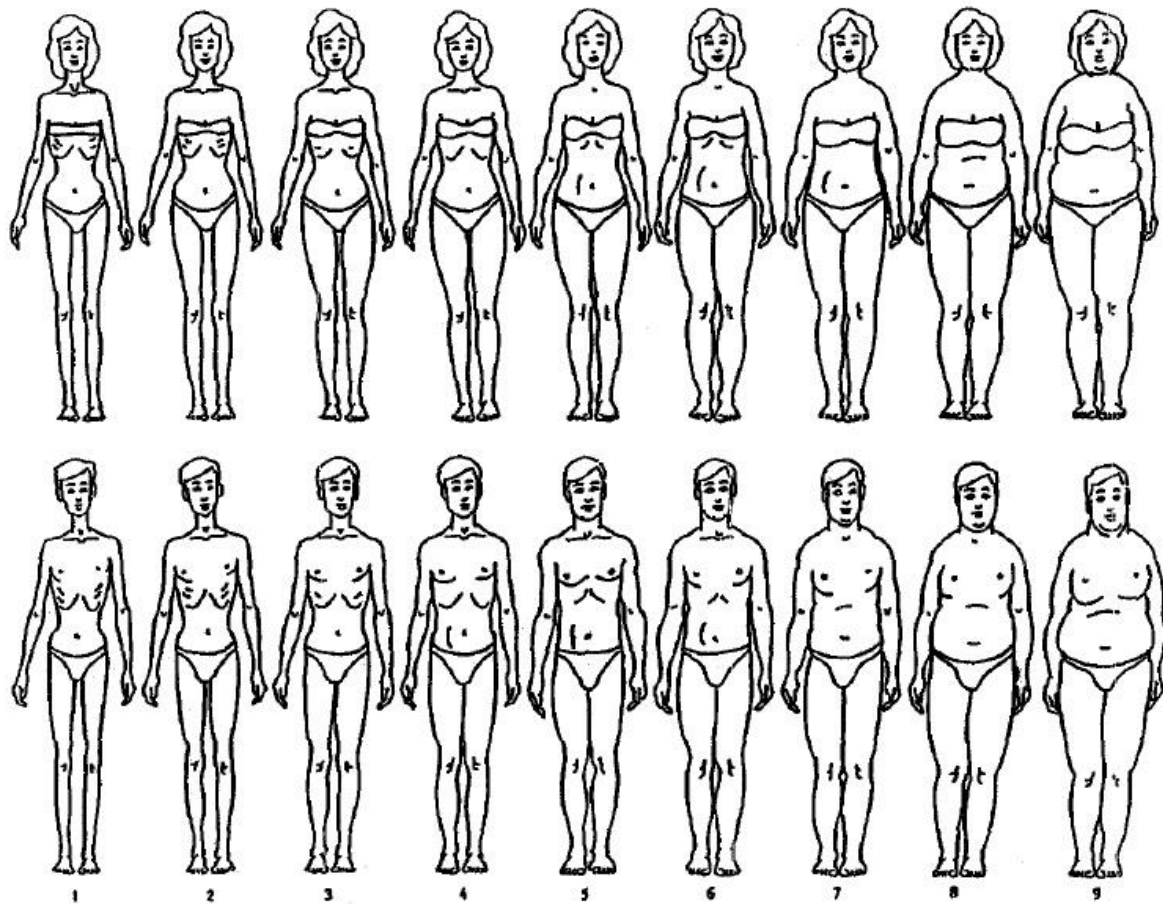
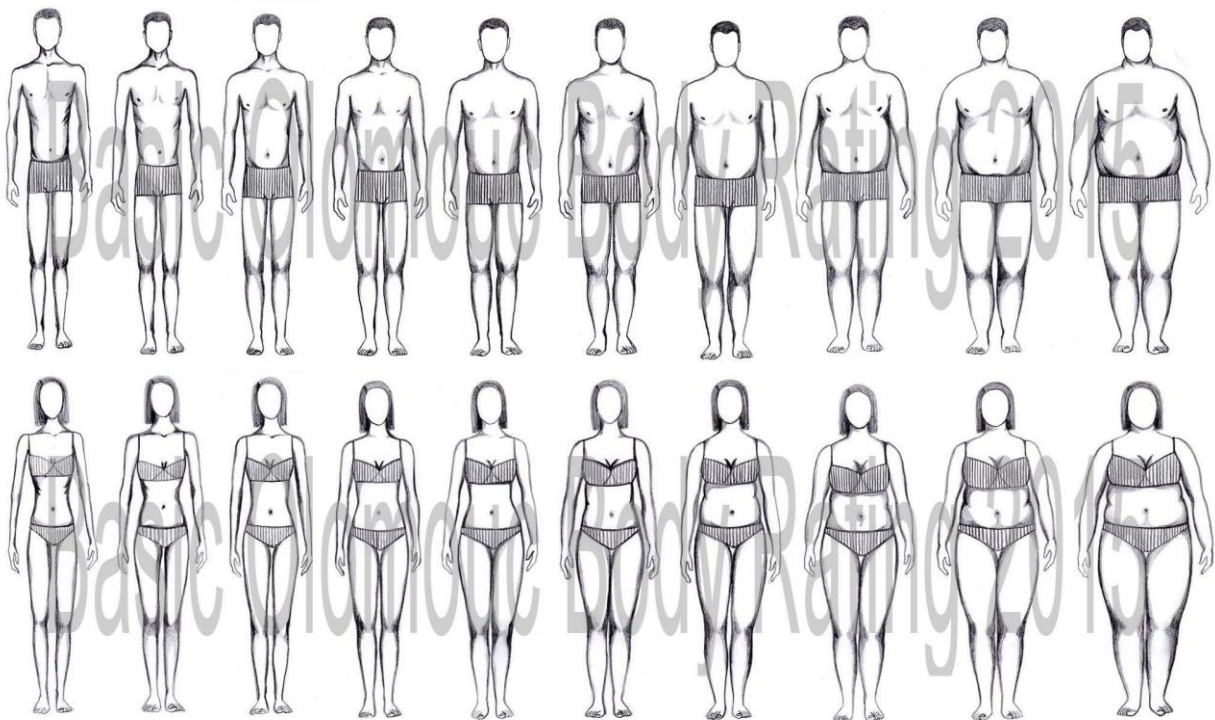
vlastností posuzované osoby ..., a to způsobem, který zajišťuje určitou objektivnost a dovoluje kvantitativní zachycení jevu.“ (Svoboda, 1999, p. 299). Tento typ výzkumu již byl několikrát proveden za použití různého obrazového materiálu. Variabilita materiálu škál postav je dána tím, že je složité postihnout všechny proměnné postav. Někteří autoři zvolili pro škály fotografie reálných figur nebo 3D počítačovou vizualizaci (Swami, Taylor & Carvalho, 2011; Cohen & Pasquet 2011; Harris et al., 2007; Swami, Salem, Furnham & Tovée, 2008; Fan, Liu, Wu & Dai, 2004), většina výzkumů ale používá postavy kreslené. I v našem výzkumu byla využita škála kreslená, z důvodu snadnější modifikace proporcí postavy. Rozdíl je poté především v tom, zda se škály zaměřují na rozdíly ve tvaru postav, anebo v distribuci tělesného tuku, tzv. Body mass index (BMI). Některé škály jsou zaměřeny pouze na ženské postavy a na poměr pas – boky, tj. waist-hip-ratio (WHR) (např. Singh, 1993). Mnoho škál se objevuje na internetu bez udaného autorství a jsou užívány pro účely marketingu společností nabízejících hubnoucí přípravky a na serverech o obezitě, nebo je jejich nevýhodou to, že se zaměřují pouze na ženy a nemají mužský ekvivalent škály. Modifikované vizuální škály postav užívané ve výzkumech jsou zaměřeny i na specifické skupiny, např. na batolata (Hager, McGill & Black, 2010), preadolescenty a adolescenty (Collins, 1991; Adami et al., 2012), kulturisty (Furnham & Lim, 1997); zajímavostí je rovněž japonská modernizace škály Stunkard (Nagasaka et al., 2008). Další známou škálou je „Male and female body image instrument“ (Pulvers et al., 2004), která byla použita např. ve výzkumu Cox et al. (2011) a která je zaměřena na Afroameričany, což se projevuje zejména ve vlasech a rysech obličeje. J. K. Thompson (1990) jako první uvádí výčet možností posouzení Body image jak na verbálních, tak na vizuálních škálách v díle „Body image disturbance assessment and treatment“. Výčet používaných škál ve výzkumech včetně jejich popisu rozvádí Thomson a Gray (1995), po nich tento seznam modernizují ve svém článku Sarwer, Thompson a Cash (2005). Nejčastěji užívanou (původní, či modifikovanou nebo kolorizovanou) škálou postav v evropském prostředí je škála prezentovaná Stunkardem, Sorensenem a Schulsingerem (1983), jejíž název je „Figure Drawing Scale“ (FDS) nebo „Stunkard Figure Drawing Scale“ (obr. 1), a která byla posléze použita v mnoha studiích různého zaměření, včetně studií zkoumajících její reliabilitu a validitu (Scagluisi et al., 2006; Lo et al., 2011; Nagasaka et al., 2008; Bulik et al., 2001; Duncan, Dodd & Al-Nakeeb, 2005; Sherman, Iacono & Donnelly, 1994; Bays et al., 2009; Silberstein, Striegel-Moore, Timko & Rodin, 1988; Prevos 2005; Lo, Ho, Mak & Lam, 2012). Dalšími hojně užívanými škálami jsou škála „Body Image Assessment Scale-Body Dimensions“ (BIAS-BD) (Gardner, Jappe & Gardner, 2009) (obr. 2), použita např. ve výzkumu Gardnera a Browna (2011); a škála „Contour Drawing Rating Scale“ (CDRS) (Thomson & Gray, 1995) (obr. 3), použita např. ve výzkumu Hildebrandta a Walkera (2006). Seznam nejčastěji užívaných škál sepsali Garner a Brown (2010). Po pilotní studii byla pro prezentovaný výzkum zvolena škála nová, „Basic Olomouc Body Rating“ (BOBR) (obr. 4).

**Obr. 1** Stunkard Figure Drawing Scale – FDS (Stunkard, Sornsen, & Schulsinger, 1983)



**Obr. 2** The Body Image Assessment Scale-Body Dimensions – BIAS-BD (Gardner, Jappe, & Gardner, 2009, p. 117)



**Obr. 3 Contour Drawing Rating Scale – CDRS (Thompson, & Gray, 1995, p. 263)****Obr. 4 Basic Olomouc Body Rating – BOBR**

## Etika

Výzkum se řídil základními etickými principy anonymity a dobrovolnosti. Šetření bylo provedeno internetovou formou a přístup k datům mají pouze autoři studie pomocí přihlašovacích údajů a složitější identifikace. Respondenti nebyli dotazováni na jméno ani jiné identifikační údaje. Program neukládá údaje o lokalizaci respondenta a uložená informace o IP adrese byla po vyřazení často se opakujících adres smazána a nebyla párována se zadanými údaji. V případě, že respondent zadal svou e-mailovou adresu pro účely zaslání výsledků, tato adresa nebyla párována s jeho odpověďmi. Odkaz na výzkum byl distribuován pomocí sociálních sítí a propagace v internetových magazínech, nikoliv přes instituce, čímž byla zajištěna dobrovolnost respondentů k účasti, která nebyla ničím podmíněna a nebyly na ni vázány žádné výhody ani odměny. Prezentovaná data jsou souhrnná a nelze tak dohledat konkrétního respondenta. Respondentům byla dána možnost seznámit se předem s účelem výzkumu, vyjádřit se k jeho průběhu a požádat o zaslání výsledků. S umělkyní, která tvořila obrázky postav pro posuzovací škálu, byla sepsána licenční smlouva o užívání jejího díla. Nepředpokládají se žádné dopady studie na respondenty.

## Metody

### 1. Vývoj škály

Jedním z cílů tohoto projektu byla tvorba nové schematické škály postav žen a mužů, která odstraňuje limity škál doposud užívaných. Při pilotním sběru dat studii byly skupině respondentů předloženy 3 škály užívané v evropském prostředí, a to FDS (Stunkard, Sorensen & Schulsinger, 1983), CDRS (Thompson & Gray, 1995) a BIAS-BD (Gardner, Jappe & Gardner, 2009) s cílem zjistit názory na tyto škály a schopnost zařadit se na nich. Respondenti (n=30) byli požádáni, aby zařadili sebe na předložených škálách a aby se pokusili zařadit i 10 libovolných lidí ze svého okolí. FDS se ukázala být jako nepoužitelná, respondenti ji hodnotili jako nevzhlednou, zastaralou, neformální a nerealistickou. Více než 60 % respondentů pilotního šetření pilotní studie neumělo zařadit sebe ani ostatní, mnozí odmítali úkol vůbec provést a komentovali vzhled škály. U CDRS se ukázalo být klíčovým nedostatkem počet figur, respondentům chyběly postavy, které by vyjadřovaly jejich volbu, a to především nedostatečná diferenciací v pásmu nadváhy. Škála BIAS-BD byla hodnocena nejnegativněji, reakce na ni byly rozporuplné, rozdíly mezi postavami byly hodnoceny jako nepatrné, respondenti uváděli, že je složité zařadit sebe nebo ostatní. Pro výzkum byla proto vytvořena nová škála nazvaná dle místa vzniku Basic Olomouc Body Rating (BOBR), tj. Základní olomoucká škála k posouzení postav. Oslovena byla profesionální umělkyně, která dostala za úkol nakreslit 9 postav žen a 9 postav mužů ve spodním prádle a bez obličejových charakteristik dle stanoveného požadavku, kterým bylo, aby postava č. 1 v každé ze škál byla nejméně a postava č. 10 nejobéznější; dále, aby tvář, vlasy a spodní prádlo byly u všech ženských, resp. mužských postav stejné. Jako předlohy jí byly dány škály FDS, CDRS a BIAS-BD. Její dílo bylo na základě licenční smlouvy poskytnuto pro účely výzkumu. Poté proběhla pilotní studie, s 30 respondenty byly vedeny rozhovory, přičemž dostali za úkol

okomentovat obrázky postav co do proporcí a dalších aspektů, které je ke kresbám napadnou. Relevantní připomínky byly do obrázků zapracovány a byla přidána jedna postava do každé škály, která dle pilotní studie chyběla, a zmínil se tak velký skokový rozdíl mezi postavami 2 a 4. Finální verzi 10 mužských a 10 ženských postav (každou figuru zvlášť na jednom papíře) dostalo jiných 30 respondentů se čtyřmi úkoly. První dva úkoly se týkaly validity škály. Jelikož úkol je ve své podstatě sebezposuzovací a tudíž subjektivní, testování validity bylo zaměřeno na zjištění posloupnosti postav, čili zda je jejich pořadí optimální. První úkol replikoval metodu uvedenou ve studii Thompsona a Graye (1995), kdy byly postavy vytištěny každá na zvláštní papír, rozpůleny v pase a předloženy respondentům v náhodném pořadí. Respondenti měli za úkol poloviny postav propojit. Tato metoda slouží k porovnání akurátnosti horní a dolní poloviny těla a upozorňuje na případné disproporce postavy. Všichni respondenti spojili postavy správně, tedy rozšiřování postav bylo shledáno jako proporcionální. Druhým úkolem bylo seřadit postavy vedle sebe dle posloupnosti. Všichni respondenti obrázky seřadili ve stejné posloupnosti od postavy 1 k postavě 10. Škála je tedy považována za validní, transparentní a použitelnou bez komplikací. Třetí a čtvrtý úkol byly provedeny pro účely zjištění reliability škály. Třetím úkolem respondentů tedy bylo zařadit sebe a 10 libovolných lidí ze svého okolí na této škále. Pouze jeden z respondentů reportoval, že není na této škále schopen zařadit vybrané lidi ze svého okolí. Čtvrtý úkol následoval po dvou týdnech od prvního seřazování. Respondenti byli znovu osloveni, aby zařadili svou postavu v rámci předložené škály. Test-retest ukázal po dvou týdnech korelaci  $r = 0,97$ . Škálu tedy můžeme považovat za reliabilní. Na základě všech těchto výsledků se předkládaná škála ukázala být vhodná pro účely výzkumu. Validizace škály jakožto nástroje proběhla zařazením 4 postav mužů a 4 postav žen dvaceti respondenty (deseti muži a deseti ženami různého věku). Respondenti měli za úkol umístit stejné prezentované postavy na škále BOBR. Zde se potvrdilo jednotné vnímání posloupnosti škály – postavy byly zařazeny ve stejném pořadí.

## 2. Internetový průzkum

Využití internetového prostředí nejvíce naplňovalo naše metodologicko-výzkumná kritéria zahrnující maximální míru zabezpečení, širokou dostupnost dotazníku, zajištění anonymity, archivaci dat a kódování přenosu dat. Dle informací Českého statistického úřadu (ČSÚ) ze sčítání lidu (rok 2011) je vybavenost českých domácností osobním počítačem a přístupem k internetu 65 %, což je rovněž opodstatněním k volbě internetové formy výzkumu. Po dvouměsíční pilotní studii a předvýzkumu, které se skládaly z konzultací s metodology, grafiky a skupinou zkušebních respondentů, byly zapracovány připomínky, doladěny formulace otázek a vylepšen grafický design stránek. Byly připraveny 4 jazykové verze šetření – česká, slovenská, anglická a německá (vzhledem k nízkému počtu respondentů vyplňujících cizojazyčné verze, byli do analýzy výsledků zahrnuti pouze odpovídatelé v českém jazyce). Poté byl dotazník distribuován prvním 100 respondentům, na nichž byly ověřeny technické prvky, tj. zabezpečení dotazníku, ukládání do databáze a přístup k výsledkům. Následovala fáze sběru dat. Informace o dotazníku byla umístěna na stránkách sociálních sítí, o spolupráci při propagaci bylo požádáno několik internetových magazínů. Dotazník na konci obsahoval možnost rychlého sdílení na sociálních sítích, čímž se zvyšovala jeho potencialita



ke sdílení. Na titulní straně respondent nejprve souhlasil se zpracováním svých dat pro účely výzkumu a určil, zda je muž či žena, načež byl přeměřován na odpovídající škálu postav. Následovaly tyto úkoly: 1. „Označte postavu, která se nejvíce podobá tomu, jak byste chtěl/a vypadat.“ (pozn. Pro účely tohoto článku dále tuto otázku zkracujeme na „Chci vypadat“). 2. „Označte postavu, která se nejvíce podobá té vaší.“ (pozn. Pro účely tohoto článku dále tuto otázku zkracujeme na „Vypadám“). 3. „Která z těchto postav vám připadá nejvíce sexuálně atraktivní? Označte postavu jednoho muže a jedné ženy.“ (pozn. Pro účely tohoto článku dále tuto otázku zkracujeme na „Atraktivní muž“, resp. „Atraktivní žena“). Poté byl respondent vyzván, aby vyplnil údaje o své osobě pro účely socio-demografického zpracování dat. Nejednalo se o jméno respondenta. Na konci dotazníku byla možnost vyjádřit se k průběhu výzkumu, položit autorům otázku nebo požádat o výsledky výzkumu. Uvedli-li respondenti k dotazu i svou e-mailovou adresu, byl jim dotaz zodpovězen do jednoho týdne. Byly stanoveny dvě hypotézy – 1. Existuje signifikantní rozdíl mezi odpověďmi na otázku „Chci vypadat“ a „Vypadám“ u souboru mužů; 2. Existuje signifikantní rozdíl mezi odpověďmi na otázku „Chci vypadat“ a „Vypadám“ u souboru žen. V tomto článku nejsou prezentovány výsledky třetí otázky položené respondentům, tedy výsledky zjišťování atraktivity.

## **Výzkumný soubor**

### *1. Vývoj škály*

Pilotní studie provedené pro účely vývoje škály se zúčastnilo 80 lidí. Nejprve bylo osloveno 30 lidí pro účely okomentování a ozkoušení stávajících škál. Po vytvoření škály nové se stejných 30 lidí zúčastnilo pilotní připomínkové studie a následně jiných třicet lidí dostalo již finální verzi se čtyřmi úkoly zkoumajícími validitu a reliabilitu škály. Posledních 20 oslovených lidí zařazovalo prezentované fotografie postav na škále, čímž byla zkoumána validita. Bylo dbáno na to, aby respondenti byli různého věku, pohlaví a povolání. Byla zvolena metoda výběru formou sněhové koule.

### *2. Internetový průzkum*

Sběr dat internetového šetření probíhal 70 dní. V tomto intervalu se výzkumu zúčastnilo 7023 lidí. Po vyřazení neúplných a nevalidních dotazníků je počet respondentů 5616, z toho 3473 mužů a 2143 žen. Počet vyřazených dotazníků činí 20 % z celkového počtu, což nepřekračuje hranici 34 %, kterou Musch a Reips (2000 in Reips, 2002) označují v online výzkumu za běžnou. Zvolena byla metoda výběru vzorku formou samovýběru, příležitostného výběru a formou výběru vzorku metodou tzv. sněhové koule (Miovský, 2006). Věk mužů byl v průměru 22,5 let, medián 21 let, směrodatná odchylka věku činila 7 let. Věk žen byl v průměru 26 let, medián 24 let a směrodatná odchylka věku činila 9,3 let. Jak je patrné z tab. č. 1, věkové rozložení respondentů koresponduje s věkovým rozložením uživatelů internetu v ČR. Rodinný stav do značné míry souvisí s věkem respondentů. 81 % mužů a 66 % žen uvedlo, že jsou svobodní. Ve stálém vztahu, manželství nebo registrovaném partnerství ze vzorku respondentů žije 18 % mužů a 29 % žen. Ostatní možnosti (rozvedený / á, vdovec /

vdova) uvedlo 1 % mužů a 5 % žen. Sexuální orientace mužů byla z 96 % heterosexuální, 4 % mužů uvedlo homosexualitu nebo bisexualitu. U žen z 91 % heterosexuální, 9 % žen uvedlo homosexualitu nebo bisexualitu.

## Výsledky

Pro výzkum byl zvolen kvantitativní přístup. Sběr dat byl realizován vytvořenou vizuální škálou postav, která byla převedena do elektronické podoby. Z důvodu povahy tématu byl zvolen mapující výzkum, který Reichel (2009, p. 34) specifikuje jako: „zaměření se na získání základního přehledu o zkoumaném problému se záměrem identifikovat nosné parametry a formulovat další postup.“ Data byla zpracována na základě exportu dat ve formátu xls, který je plně kompatibilní s MS EXCEL 2010. Byla provedena formální a logická kontrola dat. Další statistické zpracování proběhlo pomocí statistického software STATISTICA ver.10. U demografických otázek byla provedena základní deskriptivní statistika. Při dalším zpracování dat bylo v postupu využito přístupu centrálního limitního teorému, o kterém Hendl (2012, p. 152) uvádí: „Mimořádné postavení normálního rozdělení spočívá kromě jiného v tom, že součet mnoha nezávislých libovolně rozdělených náhodných proměnných je přibližně normálně rozdělen, a to tím lépe, čím je sčítanců více. Toto tvrzení o asymptotickém chování součtu náhodných proměnných, které přesně vyjadřuje centrální limitní teorém, je základem pro skutečnost, že mnoho rozdělení výběrových statistik lze aproximovat při větším rozsahu výběru normálním rozdělením.“ Na základě výše uvedeného bylo použito parametrické zpracování dat, konkrétně párového t-testu.

Na základě parametrického zpracování dat za použití párového t-testu pro dva závislé vzorky byl zjištěn statisticky významný rozdíl mezi odpovědí na otázku „Chci vypadat“ a „Vypadám“ a to jak u mužů, tak u žen. Výsledky ukazují tab. č. 1 a 2.

**Tab. 1 Výsledky mužů**

muži							
	Průměr	SD	N	Rozdíl	SD	t	p
'Chci vypadat'	4,92	1,01					
'Vypadám'	5,18	1,85	3473	-0,25	1,55	-9,43	0,00

**Tab. 2 Výsledky žen**

ženy							
	Průměr	SD	N	Rozdíl	SD	t	p
'Chci vypadat'	3,99	1,19					
'Vypadám'	5,42	1,72	2143	-1,43	1,38	-45,97	0,00

Pro ověření této hypotézy byl použit párový t-test, který informuje o tom, zda je přítomen signifikantní rozdíl mezi průměry. Při námi zvolené hladině významnosti  $\alpha = 0,05$  jsme dle výpočtů získali hodnotu  $p < 0,0001$  u souboru mužů i u souboru žen. Při porovnání hodnoty párového t-testu  $p$  a hladiny významnosti  $\alpha$  jsme došli k závěru, že  $p < \alpha$ , existuje signifikantní rozdíl mezi odpověďmi na otázku „Chci vypadat“ a „Vypadám“, a to jak u souboru mužů, tak u souboru žen.

## Diskuze

V rámci této studie byla vyvinuta nová vizuální škála postav. Užití obrázkové škály s omezeným počtem figur s sebou vždy nese otázku toho, nakolik dokáže postihnout variabilitu postav respondentů. Škály se dělí především tím, zda se zaměřují na BMI nebo na tvar postavy. Obě volby mají své klady a zápory. Vycházíme-li z koncepce BMI, postihneme body image pouze omezeně, protože BMI pracuje jen s tělesným poměrem svalů a tuku. Kladem škály zůstává, že je snadněji kvantifikovatelná. Naopak vezmeme-li jako východisko tvar postavy, diferencujeme rozdíly mezi respondenty kvalitněji, ovšem kvantifikace body image je složitější. Ideálem se tak zdá být větší počet škál, přičemž každá by byla zaměřena na jeden tvar postavy, který by se proporcionálně rozšiřoval. Složitým by se v tomto případě stalo propojování výsledků. Jinými slovy, zvolí-li jeden respondent např. postavu č. 2 v jednom typu postavy a druhý respondent postavu č. 2 v typu druhém, jsou tato data nesourodá a neslučitelná. Typ postavy by se stal kvótou a narostl by tím požadavek na počet respondentů. Žádná studie navíc neurčuje rozložení tvaru postav v rámci populace. Optimálním metodologickým počinem by pak ad absurdum byl výzkum, kde by každý respondent měl možnost „složit“ svou postavu z částí a tím by se získala nejpřesnější reprezentace jeho vzhledu. Nicméně tento výzkum by byl metodologicky neuchopitelný vzhledem k variabilitě výsledků a musel by být spíše kvalitativní povahy. Na každé škále postav je tedy vždy riziko, že respondent nenalezne přesnou odpověď a je nucen volit nejbližší možnou postavu. Hlavní vlastností škály tak musí být především její „uživatelská příjemnost“, neboli to, aby dávala možnost se zařadit co největšímu spektru lidí. Z tohoto důvodu byla zpočátku prezentovaného výzkumu provedena pilotní studie, při které se tři škály užívané v podobných výzkumech v evropském prostředí ukázaly jako nevhodné a bylo nutno vytvořit škálu novou.

Zjištění plynoucí z výzkumu se neliší od zjištění jiných autorů, nespokojenost s postavou je poměrně běžná věc, reportovaná především u žen a týkající se váhy. Ženy chtějí být štíhlejší, u mužů se nespokojenost s postavou projevuje oběma směry – tedy častěji než ženy si přejí postavu plnější. Oproti ženám jsou ale častěji nespokojeni se svou výškou. Celkové vnímání těla pak koreluje se sebeúctou u žen i mužů (Bulik et al., 2001; Calden, Lundy & Schlafer 1959; Silberstein, Striegel-Moore, Timko & Rodin, 1988) a tak je celková nespokojenost v negativní korelaci s pozitivním vnímáním postavy (Swami & Furnham, 2008). Vnímání těla je ale široký koncept, který je obtížné redukovat, protože úzce souvisí s BMI, psychickou pohodou, ovšem i s mnoha jinými faktory, včetně pohlaví a sebeúcty (Kostanski & Gullone, 1998).

Předkládaný výzkum stojí na sebeposuzování. Sebehodnocení je rychlou a tudíž ekonomickou variantou sběru dat. Jejím hlavním negativem je ale možnost stylizace. Lidé mají tendenci „ukazovat se v lepším světle“, tedy upravovat svou sebe prezentaci a podávat sociálně žádoucí odpověď. Tento fakt může být zdrojem nepřesností a zkreslení informací, stejně jako opačný fenomén, tedy zkreslené vidění sebe sama. Co se týká fyzického vzhledu, lidé často nadhodnocují svou velikost, především ženy, což je potvrzeno za použití různých škál postav (Gardner, Jappe, & Gardner, 2009; Prevos 2005). Sebeuposuzovací dotazníky tak nejsou vhodnou metodou při vyšetřování, pokud nejsou v kombinaci s jinými testovými nebo klinickými metodami. Pro účely tohoto výzkumu, jehož cílem byl screening sebeuposouzení a posouzení fyzické atraktivity postavy osoby stejného a opačného pohlaví, ale není nutné se domnívat, že by respondenti záměrně zkreslovali své odpovědi, zvláště proto, že se jednalo o anonymní šetření. Ve výzkumu byl kladen důraz na velký vzorek respondentů, aby byl omezen vliv intervenujících proměnných na jednotlivce.

Také proto byla pro výzkum zvolena internetová forma sběru dat. Hlavní klady a zápory tohoto sběru dat shrnuje Babbie (2001) a dají se shrnout jako na jedné časově a ekonomicky převyšující jiné formy sběru dat, ale na straně druhé nejvíce náchylné na riziko chyby z nepochopení. Počet respondentů, jejichž dotazníky byly vyřazeny před zpracováním, se z velké většiny skládal z těch, kteří vyplňování dotazníku nedokončili. Jelikož dotazník obsahoval malé množství otázek vzhledem k jiným internetovým dotazníkům, byla důvodem k opuštění nedokončeného výzkumu nejspíše neochota sdělovat osobní informace, čemuž by nasvědčoval i fakt, že respondenti nejčastěji stránky dotazníku opouštěli při prvních demografických otázkách – věk, rodinný stav, vzdělání atd. Tento fakt je důležitý z hlediska etiky, respondenti měli po celou dobu výzkumu možnost vyplňování ukončit, přičemž jejich doposud zadané výsledky nebyly započítány. Předčasně ukončilo vyplňování dotazníku cca 20 % respondentů, což je poměrně nižší číslo než u jiných internetových výzkumů.

Limitem výzkumu by mohla být nerovnoměrnost rozložení populace v rámci ČR – Česká republika má 14 krajů (územně správních jednotek). Z každého kraje se zúčastnilo minimálně 100 respondentů. Směrodatná odchylka v počtu respondentů v jednotlivých krajích činila 320 respondentů. Vzhledem k velikosti České republiky nemáme však důvod se domnívat, že by sledované proměnné nějak souvisely s geografickým rozložením. Celkem se výzkumu zúčastnilo 5616 respondentů. Tento vysoký počet může mít svůj podíl na tom, že výsledky vyšly jako signifikantní, a to především u souboru mužů, kde je rozdíl mezi reálným a ideálním sebeobrazem v absolutních číslech poměrně nízký. Respondenti dostali na konci dotazníku možnost vyjádřit se k průběhu výzkumu, ke škálám, anebo položit otázku autorům. Této možnosti nevyužilo mnoho lidí, a pokud ano, jejich podněty se většinou týkaly upřesnění odpovědi či názoru na fyzickou krásu versus osobnost obecně. Z připomínek k výzkumu se objevila výtky, že škála postav se nedostatečně zaměřuje na muskulaturu. Jinak byly ohlasy na škálu většinou pozitivní a mnoho respondentů výtvarné zpracování chválilo. Toto je pozitivní zpětnou vazbou o využitelnosti škály. Výzkum může pokračovat například propagací cizojazyčných verzí. Také výsledky odpovědi na otázku „Která postava opačného pohlaví Vám připadá nejvíce sexuálně atraktivní?“ nebyly doposud interpretovány, neboť přesahují rámec tohoto textu. Rovněž zajímavý výzkumným záměrem by bylo propagovat odkaz na výzkum více mezi homosexuální a bisexuální populací a porovnávat pak jejich

odpovědi s odpověďmi heterosexuálních respondentů. V této fázi je škála prověřeným výzkumným nástrojem a nabízí širší možnosti využití. Tím, že je škála pozitivně přijímána se zvyšuje také její atraktivita a tím použitelnost např. v oblasti poradenské psychologie, nebo jako ice breaker při terapiích týkajících se poruch příjmu potravy.

## Závěr

Byla vytvořena nová obrázková škála postav, u které byla ověřena validita a reliabilita. Škála je tedy připravena pro použití např. ve výzkumu body image, sebepojetí nebo spokojenosti s vlastní postavou. Byly nalezeny signifikantní rozdíly v odpovědích na otázky „Chci vypadat“ „Vypadám“ u mužů i žen.

## Grantová podpora

*SGS IGA FF\_2013\_038. Zpracování a vydání publikace bylo umožněno díky účelové podpoře na specifický vysokoškolský výzkum udělené roku 2013 Univerzitě Palackého v Olomouci Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR.*

## Literatura

- Adami, F., Schlickmann Frainer, D.E., De Souza Almeida, F., De Abreu, L.C., Valenti, V.E., Piva Demarzo, M.M., De Mello Monteiro, C.B., & De Oliviera, F.R. (2012). Construct validity of a figure rating scale for Brazilian adolescents. *Nutrition Journal*, 11:24, 1–6.
- Babbie, E. (2001). *The practice of social research* (9th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company.
- Bays, H. E., Bazata, D. D., Fox, K. M., Grandy, S., & Gavin, J. R. (2009). Perceived body image in men and women with type 2 diabetes mellitus: Correlation of body mass index with the figure rating scale. *Nutrition Journal*, 8:57.
- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight: Feminism, western culture and the body*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Bulik, C. M., Wade, T. D., Heath, A. C., Martin, N. G., Stunkard, A. J., & Eaves, L. J. (2001). Relating body mass index to figural stimuli: Population-based normative data for Caucasians. *International Journal of Obesity*, 25, 1517–1524.
- Calden, G., Lundy, R. M., & Schlafer, R. J. (1959). Sex differences in body concepts. *Journal of Consulting Psychology*, 27, 115–222.
- Cohen, E., & Pasquier, P. (2011). Development of a new body image assessment scale in urban Cameroon: an anthropological approach. *Ethnicity and Disease*, 21, 288–93.
- Collins, M. E. (1991). Body figure perceptions and preferences among pre-adolescent children. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 199–208.
- Cox, T. L., Ard, J. D., Beasley, T. M., Fernandez, J. R., Howard, V. J., & Affuso, O. (2011). Body Image as a Mediator of the Relationship Between Body Mass Index and Weight-Related Quality of Life in Black Women. *Journal of Women's Health*, 4, 1573–1578.

- Český statistický úřad. (2012). *Informační společnost v číslech* [Data file]. Retrieved from [http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/C7002D34D3/\\$File/970512.pdf](http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/C7002D34D3/$File/970512.pdf)
- Duncan, M. J., Dodd, L., & Al-Nakeeb, Y. (2005). The Impact of Silhouette Randomisation on the Results of Figure Rating Scales. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9 (1), 61–66.
- Hewstone, M., & Stroebe, W. (2006). *Sociální psychologie*. Praha: Portál.
- Hildebrandt, T., & Resnick, C. (2006). Evidence that ideal and attractive figures represent different constructs: A replication and extension of Fingeret, Gleaves, and Pearson (2004). *Body Image*, 3, 173–182.
- Fan, J., Liu, F., Wu, J., & Dai, W. (2004). Visual perception of female physical attractiveness. *Proceedings of the Royal Society of London B*, 271, 347–352.
- Fialová, L. (2006). *Moderní body image: Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla*. Praha: Grada.
- Furnham, A., & Lim, A.-N. (1997). Cross-cultural differences in the perception of male and female body shapes as a function of exercise. *Journal of Social Behavior & Personality*, 12(4), 1037–1053.
- Gardner, R., Jappe, L., & Gardner, L. (2009). Development and validation of a new figural drawing scale for body image assessment: the BIAS-BD. *Journal of Clinical Psychology*, 65(1), 113–122.
- Gardner, R., & Brown, D. L. (2010). Body image assessment: A review of figural drawing scales. *Personality and Individual Differences*, 48, 107–111.
- Gardner, R., & Brown, D. L. (2011). Method of presentation and sex differences when using a revised figural drawing scale to measure body size estimation and dissatisfaction. *Perceptual and Motor Skills*, 113(3), 739–750.
- Grogan, S. (2000). Body Image, 3. In *Psychologie nespokojenosti s vlastním tělem* (173–182). Praha: Grada.
- Hager, E., McGill, A., & Black, M. M. (2010). Development and Validation of a Toddler Silhouette Scale. *Obesity*, 18, 397–401.
- Harris, C. V., Bradlyn, A. S., Coffman, J., Gunel, E., & Cottrell, L. (2007). BMI-based Body Size Guides for Women and Men: Development and Validation of a Novel Pictorial Method to Assess Weight-related Concepts. *International Journal of Obesity*, 32, 336–342.
- Hendl, J. (2012). *Přehled statistických metod – zpracování dat*. Praha: Portál.
- Italy bans 'No Anorexia' poster. (2007, October 20). *BBC*. Retrieved from <http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/7053725.stm>
- Kostanski, M., & Gullone, E. (1998). Adolescent Body Image Dissatisfaction: Relationships with Self-esteem, Anxiety, and Depression Controlling for Body Mass. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 39, 225–262.
- Kretschmer, E. (1925). *Körperbau und Charakter: Untersuchungen zum Konstitutionsproblem und zur Lehre von den Temperamenten*. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada
- Nagasaka, K., Tamakoshi, K., Matsushita, K., Toyoshima, H., & Yatsuya, H. (2008). Development and validity of the Japanese version of body shape silhouette: Relationship between self-rating silhouette and measured body mass index. *Nagoya Journal of Medical Science*, 70 (3-4), 89–96.
- 'No Anorexia' model Isabelle Caro dies aged 28. (2010, December 29). *BBC*. Retrieved from <http://www.bbc.co.uk/news/world-europe-12091475>.
- Lo, W. S., Ho, S. Y., Wong, B. Y. M., Mak, K. K., & Lam, T. H. (2011). Validity and test-retest reliability in assessing current body size with figure drawings in Chinese adolescents. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6, 107–113.

- Lo, W. S., Ho, S. Y., Mak, K. K., & Lam, T. H. (2012). The Use of Stunkard's Figure Rating Scale to Identify Underweight and Overweight in Chinese Adolescents. *Plos one*, 7 (11), 1–5.
- Prevos, P. (2005). Differences in body image between men and women. *Psychology Monash University*, 1–4. Retrieved from [http://prevos.net/ola/body\\_image.pdf](http://prevos.net/ola/body_image.pdf)
- Pulvers, K. M., Lee, R. E., Kaur, H., et al. (2004). Development of a culturally relevant body image instrument among urban African-Americans. *Obesity Research*, 12, 1641–1651.
- Reichel, J. (2009). *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada.
- Reips, U. D. (2002). Internet-based psychological experimenting. Five dos and five don'ts. *Social science computer review*, 20 (3), 241–249.
- Sarwer, D. B, Thompson, J. K., & Cash, T. F. (2005). Obesity and body image in adulthood. *Psychiatric Clinics of North America*, 28, 69–87.
- Scagliusi, F. B., Alvarega, M., Polacow, V. O., Cordas, T. A., Queiroz, G. K. de O., Coelho, D., Philippi, S. T., & Lancha, A. H. Jr. (2006). Concurrent and discriminant validity of the Stunkard's figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite*, 47(1), 77–82.
- Sherman, D. K., Iacono, W. G., & Donnelly, J. M. (1994). Development and validation of body rating scales for adolescent females. *International Journal of Eating Disorders*, 18(4), 327–333.
- Silberstein, L. R., Striegel-Moore, R. H., Timko, C., & Rodin, J. (1986). Behavioral and psychological implications of body dissatisfaction: Do men and women differ? *Sex Roles*, 19, 219–232.
- Singh, D. (1993). Adaptive significance of female physical attractiveness: Role of waist-to-hip ratio. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 293–307.
- Stunkard, A., Sorenson, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In Kety, S., Rowland, L. P., Sidman, R. L., & Matthysse, S. W. (Eds.), *Genetics of neurological and psychiatric disorders* (115–120). New York, NY: Raven Press.
- Svoboda, M. (1999). *Psychologická diagnostika dospělých*. Praha: Portál
- Swami, V., & Furnham, A. (2008). *The Psychology of Physical Attraction*. London: Routledge.
- Swami, V., Salem, N., Furnham, A., & Tovée, M. J. (2008). Initial examination of the validity and reliability of the female photographic figure rating scale for body image assessment. *Personality and Individual Differences*, 44, 1752–1761.
- Swami, V., Taylor, R., & Carvalho, C. (2011). Body dissatisfaction assessed by the Photographic Figure Rating Scale is associated with sociocultural, personality, and media influences. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 57–63.
- The scary reality of a real-life Barbie doll. (2011). Získáno Huffingtonpost. Retrieved from [http://www.huffingtonpost.com/galia-slayen/the-scary-reality-of-a-re\\_b\\_845239.html](http://www.huffingtonpost.com/galia-slayen/the-scary-reality-of-a-re_b_845239.html)
- Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. New York, NY: Pergamon.
- Thompson, M., & Gray, J. (1995). Development and validation of a new body image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64, 258–269.