

TYOLOGIE RESPONDENTŮ PODLE INTERNALIZACE STIGMATU, TĚLESNÉHO SEBEPOJETÍ A ZVLÁDÁNÍ STRESU

TEORETICKÉ ZAKOTVENÍ

Ve své bakalářské práci jsem se zabývala problémem internalizace váhového stigma, tělesné (ne)spokojenosti a copingovými strategiemi. Z teorie lze předpokládat, že internalizace váhového stigma a tělesná nespokojenost spolu úzce souvisejí a mohou být diferencovány podle používaných copingových strategií. Někteří jedinci mohou reagovat zvýšenou internalizací a vyhýbavým zvládáním, jiní mohou využívat potlačovací strategie při relativně nižší míře subjektivního stigma.

Váhové stigma představuje soubor negativních stereotypů, předsudků a diskriminačních postojů vůči osobám s vyšší tělesnou hmotností. Tyto stereotypy často zahrnují představy o lenosti, nedostatku sebekontroly či nízké kompetenci (Puhl & Heuer, 2009). Opakovaná expozice stigmatizujícím sdělením může vést k jejich internalizaci, tedy k přijetí negativních hodnocení do vlastního sebepojetí (Durso & Latner, 2008).

Internalizace váhového stigma je spojována s vyšší mírou depresivních symptomů, nižší sebeúctou a zhoršeným psychickým fungováním (Durso & Latner, 2008; Pearl & Puhl, 2018). Jedinci, kteří negativní stereotypy přijímají jako součást vlastní identity, mohou vykazovat zvýšenou sebekritičnost a vyšší citlivost na sociální hodnocení.

Tělesné sebepojetí představuje součást širšího sebekonceptu a zahrnuje hodnocení vlastního vzhledu i spokojenost s tělem. Nespokojenost s tělem (body dissatisfaction) je jedním z nejčastěji zkoumaných prediktorů psychické nepohody v oblasti vztahu k tělesné hmotnosti (Grogan, 2016). Výzkumy opakovaně ukazují, že negativní tělesné sebepojetí souvisí s vyšší úzkostí, depresivitou i maladaptivními regulačními strategiemi (Cash & Smolak, 2011).

Coping je definován jako soubor kognitivních a behaviorálních snah, jejichž cílem je zvládnout stresové situace (Lazarus & Folkman, 1984).

V kontextu váhového stigma jsou zvláště relevantní dvě strategie:

- Repression coping (potlačování) – tendence potlačovat negativní emoce a minimalizovat jejich vědomé zpracování.
- Disengagement coping (vyhýbavé zvládání) – tendence vyhýbat se stresorům nebo od nich psychologicky odstoupit.

Maladaptivní copingové strategie, zejména vyhýbání, bývají spojeny s vyšší psychickou zátěží a horší dlouhodobou adaptací (Compas et al., 2001).

DATA

K této práci jsem využila data ze své bakalářské práce (Bočková, 2025). Výzkumný soubor zahrnoval celkem 832 respondentů. Sběr dat probíhal anonymně formou standardizovaných dotazníků. Do výzkumu byli zahrnuti dospělí respondenti různého věku a BMI, přičemž součástí šetření byly i základní demografické údaje (věk, pohlaví) a tělesné parametry (výška, váha, BMI).

Analýza pracovala s proměnnými zaměřenými na internalizaci váhového stigma, tělesné sebepojetí a copingové strategie. Internalizace stigma byla měřena škálou **WBIS-M** (Weight Bias Internalization Scale – Modified), která zachycuje míru přijetí negativních stereotypů o tělesné hmotnosti do vlastního sebepojetí.

Tělesné sebepojetí bylo hodnoceno pomocí škály **SSI-Bb**, zaměřené na subjektivní prožívání tělesné nespokojenosti. Copingové strategie byly měřeny dvěma dimenzemi – **repression** coping (potlačování) a **disengagement** coping (vyhýbavé zvládnání). Tyto proměnné umožňují zachytit rozdíly ve způsobu emoční regulace a reakce na stres. **BMI** bylo v následné analýze využito jako validační proměnná pro porovnání identifikovaných shluků.

SHLUKOVÁ ANALÝZA

Cílem shlukové analýzy bylo identifikovat přirozené psychologické profily respondentů na základě míry internalizace váhového stigma, tělesného sebepojetí a copingových strategií.

Do shlukové analýzy byly zahrnuty čtyři proměnné:

- SKÓRE WBIS-M (internalizace váhového stigma)
- SKÓRE SSI-Bb (tělesné sebepojetí)
- REPRESIAL coping
- DISANGAGEMENT coping

Demografické proměnné (věk, pohlaví, BMI) nebyly zahrnuty do tvorby shluků, ale byly využity následně pro jejich popis a validaci.

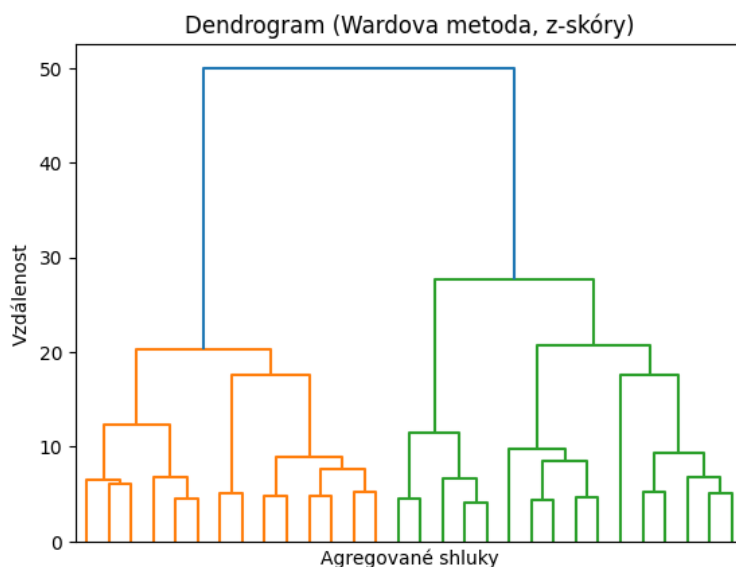
PRÁCE S DATY

Vzhledem k rozdílným rozsahům použitých škál jsem všechny vstupní proměnné před analýzou standardizovala pomocí z-skórů. Tím jsem zajistila, že jednotlivé proměnné přispívaly k výpočtu vzdáleností mezi respondenty rovnoměrně.

Analýza proběhla ve dvou krocích. Nejprve byla provedena hierarchická shluková analýza pomocí Wardovy metody, s eukleidovskou vzdáleností. Dendrogram ukázal existenci dvou až tří výraznějších struktur v datech. Na základě vizuální inspekce dendrogramu jsem zvolila řešení se 3 shluky.

Výsledné rozdělení respondentů bylo následující:

- Shluk 0: 353 respondentů (42 %)
- Shluk 1: 211 respondentů (25 %)
- Shluk 2: 268 respondentů (32 %)



GRAF 1: DENDOGRAM

DETAILNÍ POPIS SHLUKŮ

Shluk 0

Tento shluk se vyznačuje nižší mírou internalizace váhového stigma a nižší nespokojeností s tělem. Současně však vykazuje zvýšenou míru repression coping, tedy tendenci potlačovat negativní emoce. Míra disengagement coping je naopak podprůměrná. Profil lze interpretovat jako skupinu respondentů, kteří sice nevykazují výrazné problémy v oblasti sebepojetí těla, avšak využívají obranné regulační strategie založené na potlačování.

Shluk 1

Tento shluk dosahuje výrazně nadprůměrných hodnot internalizace váhového stigma i nespokojenosti s tělem. Současně vykazuje zvýšené využívání disengagement coping, tedy vyhýbavého zvládání stresu. Jedná se o profil, kombinující negativní sebepojetí s maladaptivními copingovými strategiemi.

Shluk 2

Třetí shluk se vyznačuje nízkými hodnotami internalizace stigma i tělesné nespokojenosti a zároveň velmi nízkým využíváním obou sledovaných copingových strategií.

NAVAZUJÍCÍ ANALÝZA

Pro ověření, zda se identifikované shluky liší v tělesných parametrech, byla provedena jednofaktorová analýza rozptylu (ANOVA) s BMI jako závislou proměnnou. Výsledky ukázaly statisticky významné rozdíly mezi shluky, $F(2, 829) = 102,59$, $p < 0,001$. To znamená, že BMI se mezi jednotlivými psychologickými profily významně liší.

Pro zjištění, zda se zastoupení mužů a žen liší mezi shluky, byl proveden chí-kvadrát test nezávislosti. Výsledek byl statisticky významný, $\chi^2(2) = 16,75$, $p < 0,001$. To znamená, že rozložení pohlaví se mezi shluky významně liší.

SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ A DISKUZE

Shluková analýza odhalila tři obsahově i statisticky odlišné psychologické profily. Nejvýraznějším shlukem je shluk 0, který můžeme nazvat jako internalizující rizikový profil, charakterizovaný vysokou mírou stigmatizace, negativního sebepojetí a vyhubavého zvládání stresu. Ostatní dva profily se liší zejména mírou využívání potlačovacích strategií. Rozdíly mezi pohlavími a BMI prokázala významné rozdíly mezi skupinami. Zjištěné rozdíly v BMI mezi shluky potvrzují, že psychologické vzorce nejsou od tělesných charakteristik oddělené, ale tvoří s nimi vzájemně provázaný systém. Významné rozdíly podle pohlaví dále naznačují, že sociální a kulturní kontext může ovlivňovat způsob, jakým je stigma prožíváno a regulováno.

Tato práce dokresluje můj vlastní výzkum, který tímto je možné prohloubit a navázat k dalšímu, pokročilejšímu zkoumání.

POUŽITÉ ZDROJE

Bočková, T. (2025). *Hmotnostní stigmatizace, její internalizace a copingové strategie u dospělých* (Bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie.

Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). Guilford Press.

Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127.

Durso, L. E., & Latner, J. D. (2008). Understanding self-directed stigma. *Obesity*, 16(S2), S80–S86.

Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Pearl, R. L., & Puhl, R. M. (2018). Weight bias internalization and health. *Obesity Reviews*, 19(8), 1141–1163.

Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity. *American Journal of Public Health*, 99(5), 963–970.