

## **Το στίγμα της παχυσαρκίας και οι επιπτώσεις του στη συναισθηματική και κοινωνική ζωή των παιδιών: μια βιβλιογραφική ανασκόπηση**

ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΑ Ν. ΚΟΡΝΗΛΑΚΗ<sup>1</sup>

### **ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Η παχυσαρκία δεν συνιστά μονάχα ένα σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας, αλλά θέτει σε κίνδυνο και την ψυχολογική υγεία των ατόμων. Η παιδική παχυσαρκία παρουσιάζει αυξητική τάση και επηρεάζει την κοινωνική και συναισθηματική ζωή εκατομμυρίων παιδιών. Οι ερευνητές συμφωνούν ότι τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι παχύσαρκοι οφείλονται σε μεγάλο βαθμό στον κοινωνικό στιγματισμό της παχυσαρκίας. Σκοπός αυτής της βιβλιογραφικής ανασκόπησης είναι να παρουσιάσει την ανάπτυξη και το περιεχόμενο του στίγματος και τις επιπτώσεις του στη συναισθηματική και κοινωνική ζωή του παιδιού. Στο πρώτο μέρος παρουσιάζεται η εξελικτική του πορεία, οι μέθοδοι έρευνας που έχουν αναπτυχθεί για τη μελέτη του και τα κύρια ευρήματα. Στο δεύτερο μέρος αναλύονται οι επιπτώσεις του στη δημιουργία δυσαρέσκειας για το σώμα, στην ανάπτυξη χαμηλής αυτοεκτίμησης και τη βίωση αρνητικών κοινωνικών εμπειριών, όπως είναι ο σχολικός εκφοβισμός και η απομόνωση. Τα ευρήματα φανερώνουν την εδραίωση και διάχυση του στίγματος της παχυσαρκίας και καλούν για την ανάγκη εφαρμογής παρεμβατικών δράσεων.

*Λέξεις-κλειδιά:* Παχυσαρκία, Κοινωνικός στιγματισμός, Εικόνα σώματος, Αυτοεκτίμηση, Σχολικός εκφοβισμός, Κοινωνική αποδοχή.

### **1. Εισαγωγή**

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας η παχυσαρκία αποτελεί ένα σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας, καθώς ευθύνεται για μια σειρά σημαντικών προβλημάτων (WHO, 2000). Πλήθος ερευνών έχει δείξει ότι οι παχύσαρκοι<sup>2</sup>

διατρέχουν υψηλό κίνδυνο για εμφάνιση καρδιαγγειακών παθήσεων, διαβήτη, μυοσκελετικών προβλημάτων κ.ά (Ford, Giles, & Dietz, 2002. Kafatos, Codrington, & Linardakis, 2005. Wildman, Mackey, Bostom, Thompson, & Sutton-Tyrell, 2003). Η αντιμετώπισή της παιδικής παχυσαρκίας βρίσκεται στην κορυφή της ατζέντας

1. Διεύθυνση: Πανεπιστήμιο Κρήτης, Παιδαγωγικό Τμήμα Προσχολικής Εκπαίδευσης, Εργαστηριακή Μονάδα Εξελικτικής Ψυχολογίας, Πανεπιστημιούπολη Γάλλου, Ρέθυμνο, 74100, Κρήτη, Τηλ.: 28310 77692, e-mail: ekornilaki@edc.uoc.gr

2. Αν και συχνά οι όροι παχύσαρκος και υπέρβαρος χρησιμοποιούνται ως συνώνυμοι, ιατρικά ο όρος υπέρβαρος αναφέρεται σε ενήλικα άτομα με Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) από 25,1 έως 29,9, ενώ ο όρος παχύσαρκος αναφέρεται σε εκείνους με ΔΜΣ μεγαλύτερο του 30 (WHO, 2000).

πολλών χωρών, καθώς η πλειονότητα αυτών των παιδιών θα εξελιχθεί σε παχύσαρκους ενήλικες (Guo & Chumlea, 1999). Δυστυχώς, η χώρα μας κατέχει ένα από το υψηλότερα ποσοστά στην Ευρώπη (Lissau et al., 2004).

Ενώ ο κίνδυνος που διατρέχει η σωματική υγεία των παχύσαρκων έχει μελετηθεί εκτενώς από την ιατρική επιστήμη, ο κίνδυνος για την ψυχική τους υγεία έτυχε της επιστημονικής προσοχής σχετικά πρόσφατα. Σκοπός αυτής της βιβλιογραφικής ανασκόπησης είναι η παρουσίαση των επιστημονικών ευρημάτων που αφορούν στην ανάπτυξη του κοινωνικού στιγματισμού των παχύσαρκων κατά την παιδική κυρίως ηλικία και των επιπτώσεών του. Σκοπός της ανασκόπησης είναι να αναδείξει τη σοβαρότητα και την πολυπλοκότητά του. Στην πρώτη ενότητα, εξετάζονται η αναπτυξιακή πορεία του στίγματος, αρχίζοντας από την νηπιακή ηλικία, και οι μέθοδοι μελέτης του. Στη δεύτερη ενότητα, παρουσιάζονται ενδεικτικά κάποιες από τις επιπτώσεις του στιγματισμού, όπως είναι η ανάπτυξη δυσαρέσκειας για το σώμα, ο τραυματισμός της αυτοεικόνας και αυτοεκτίμησης και οι αυξημένες εμπειρίες σχολικού εκφοβισμού και κοινωνικού αποκλεισμού.

## 2. Το στίγμα της παχυσαρκίας

Ο όρος στίγμα υποδηλώνει μια έντονα αρνητική απόχρωση. Το στιγματισμένο άτομο κατέχει μια υποτιμημένη κοινωνική ταυτότητα και του αποδίδονται με στερεοτυπικό τρόπο αρνητικά χαρακτηριστικά και συμπεριφορές (Crocker, Major, & Steele, 1998). Τα ερευνητικά δεδομένα συνηγορούν υπέρ ενός εδραιωμένου στιγματισμού των παχύσαρκων σε διαφορετικές πτυχές της ζωής τους.

Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι εκπαιδευτικοί, κοινωνικοί λειτουργοί και επισκέπτες υγείας που εργάζονταν σε σχολικές μονάδες θεωρούσαν τους παχύσαρκους μαθητές άτομα με «διαφορετικές» προσωπικότητες και λιγότερες πιθανότητες για επιτυχία (Neumark-Sztainer, Story, & Harris, 1999), ενώ επαγγελματίες υγείας με εξειδίκευση στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας υιοθετούν αρνητι-

κά στερεότυπα για τους παχύσαρκους ασθενείς τους (Teachman & Brownell, 2001). Στο εργασιακό περιβάλλον οι παχύσαρκοι έχουν λιγότερες πιθανότητες να προσληφθούν (Roehling, 1999), αντιμετωπίζονται με επιφύλαξη (Paul & Townsend, 1995), έχουν χαμηλότερο μισθολόγιο και λιγότερες πιθανότητες για επαγγελματική ανέλιξη (Pagan & Davila, 1997. Register & Williams, 1990). Ακόμα και μέσα στην την οικογένειά τους αντιμετωπίζονται με δυσπιστία, καθώς έχει βρεθεί ότι οι γονείς παρέχουν στις παχύσαρκες κόρες τους λιγότερη οικονομική στήριξη για πανεπιστημιακές σπουδές (Crandall, 1995). Ανάλογος είναι και ο τρόπος με τον οποίο οι παχύσαρκοι παρουσιάζονται στα ΜΜΕ. Αν και οι ίδιοι αποτελούν ένα μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού, δεν παρουσιάζονται αναλογικά στα μέσα ενημέρωσης. Στους ρόλους τους συχνά αναπαράγουν το κοινωνικό στερεότυπο: άτομα αργά, τεμπέλικα, βουλιμικά, χωρίς αυτοπειθαρχία, χωρίς ερωτικούς συντρόφους, που με τις πράξεις τους προκαλούν γέλωτα ή γίνονται αντικείμενο χλευασμού (Greenberg, Eastin, Hofshire, Lachlan, & Brownell, 2003).

Η ισχύς του στίγματος διαφαίνεται και στην εμμονή για την απόκτηση του ιδανικού αδύνατου σώματος. Όλο και περισσότεροι επιδίδονται σε εξαντλητικές δίαιτες και επίπονη άσκηση, προκειμένου να χάσουν το ανεπιθύμητο βάρος. Μάλιστα ο Garner (1997) έδειξε ότι το 24% των γυναικών και το 17% των ανδρών ήταν διατεθειμένο να θυσιάσει τουλάχιστον τρία χρόνια από τη ζωή του για να αποκτήσει το ιδανικό βάρος.

Ένα από τα ερωτήματα που προκύπτουν είναι πόσο νωρίς αρχίζει ο κοινωνικός στιγματισμός της παχυσαρκίας. Προκειμένου να μελετηθούν οι ρίζες του οι ερευνητές στράφηκαν στην παιδική ηλικία. Η πρώτη ίσως μελέτη για τον στιγματισμό της διαφορετικότητας στη σωματική εμφάνιση ήταν αυτή των Richardson, Goodman, Hastorf και Dornbusch (1961), οι οποίοι ζήτησαν από παιδιά να βάλουν σε σειρά αρεσκείας παιδικές φιγούρες που διέφεραν μεταξύ τους ως προς την σωματική εμφάνιση και αρτιότητα. Κάποιες ήταν σε αναπηρικό καροτσάκι, με πατερίτσες, με κομμένο χέρι ή ουλή στο πρόσωπο. Βρέθηκε ότι η λιγότερο αρεστή φιγούρα ήταν εκείνη του παχύσαρκου

παιδιού. Το αποτέλεσμα αυτό έχει επαληθευτεί και από σύγχρονες μελέτες (Latner, Simmonds, Rosewall, & Stunkard, 2007). Σε πρόσφατη μελέτη με 1861 δεκάχρονα και εντεκάχρονα ελληνόπουλα, οι Koroni, Garagouni-Areou, Roussi-Vergou, Zafirovou και Piperakis (2009) βρήκαν ότι το παχύσαρκο παιδί καταλάμβανε την τελευταία θέση στην κατάταξη. Προσπαθώντας να ερμηνεύσουν τη συμπεριφορά αυτή οι Sigelman, Miller και Whitworth (1986) ζήτησαν από παιδιά προσχολικής ηλικίας έως τρίτης δημοτικού να σχολιάσουν εικόνες όπως αυτές των Richardson et al. (1961). Διαπίστωσαν ότι με την αύξηση της ηλικίας τα παιδιά αναφέρονταν όλο και περισσότερο στο βάρος, ενώ αυξανόταν και η απόδοση αρνητικών χαρακτηριστικών.

Οι κλίμακες αξιολόγησης έχουν χρησιμοποιηθεί ευρύτατα στη μελέτη του στιγματισμού της παχυσαρκίας. Για παράδειγμα, οι Brylinsky και Moore (1994) ζήτησαν από παιδιά νηπιαγωγείου έως τετάρτης δημοτικού να αποδώσουν σε τρεις φιγούρες – μια αδύνατη, μια κανονική και μία παχύσαρκη – δώδεκα διπολικά επίθετα (καλός/κακός, χαρούμενος/λυπημένος κ.ά). Κάθε παιδί σημείωνε πάνω σε μια 7βαθμη κλίμακα την ένταση του επιθέτου για κάθε φιγούρα. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι για την υπέρβαρη φιγούρα οι μετρήσεις ήταν στο αρνητικό άκρο της κλίμακας. Η απόδοση αρνητικών χαρακτηριστικών αυξήθηκε με την πρόοδο της ηλικίας. Τα παιδιά έδειξαν σαφή προτίμηση στη φιγούρα μέσου βάρους. Σε παρόμοιο αποτέλεσμα κατέληξαν και οι έρευνες των Kraig και Keel (2001) και των Powlishta, Serbin, Doyle και White (1994).

Οι παραπάνω έρευνες, αν και έδειχναν ξεκάθαρα την ύπαρξη προκατάληψης, ήγειραν ερωτήματα ως προς τη μεθοδολογία τους. Όπως σημειώνει ο Smolak (2004) δεν είναι σίγουρο ότι τα παιδιά προσχολικής ή πρώτης σχολικής ηλικίας μπορούν να ανταπεξέλθουν σε μετρήσεις χαρακτηριστικών, συχνά αφηρημένων, με βαθμολογικές κλίμακες. Για το λόγο αυτό, οι πιο πρόσφατες μελέτες στράφηκαν σε ερευνητικούς σχεδιασμούς αναπτυξιακά κατάλληλους και φιλικούς για τα μικρά παιδιά, προκειμένου να ανιχνεύσουν το χρόνο εμφάνισης και το περιεχόμενο του στι-

ματισμού της παχυσαρκίας. Οι Cramer και Steinwert (1988) εισήγαγαν μια μεθοδολογία που βασιζόταν στην ανάγνωση μιας σύντομης ιστορίας με δύο ήρωες: ο ένας ενεργούσε φιλικά, ενώ ο άλλος επιθετικά. Στο τέλος της ιστορίας οι ερευνητές έδειξαν σε νήπια μόλις 3-5 ετών δύο παιδικές φιγούρες, μια αδύνατη και μια παχύσαρκη, τις οποίες έπρεπε να αντιστοιχίσουν με κάθε ήρωα της ιστορίας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η πλειονότητα αντιστόιχε τον «καλό» ήρωα με την αδύνατη φιγούρα και τον «κακό» με την παχύσαρκη. Οι ίδιοι μελετητές χρησιμοποιώντας και άλλα μεθοδολογικά εργαλεία, όπως την απόδοση χαρακτηριστικών και την επιλογή επιθυμητού φίλου μέσα από σκίτσα που διέφεραν σε βάρος, βρήκαν ότι τα νήπια με την αύξηση της ηλικίας απέδιδαν τα αρνητικά γνωρίσματα συχνότερα στα υπέρβαρα. Όταν τα νήπια καλούνταν να επιλέξουν επιθυμητό φίλο ανάμεσα σε μια κανονική και μια παχύσαρκη φιγούρα, η συντριπτική πλειονότητα επέλεγε τη φιγούρα κανονικού βάρους. Η ανίχνευση του στίγματος της παχυσαρκίας σε τόσο νεαρή ηλικία είναι εντυπωσιακή. Οι Cramer και Steinwert θεωρούν ότι το εύρημα αυτό συνάδει με τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης κατά την οποία τα παιδιά υιοθετούν τις κοινωνικές νόρμες. Το γεγονός μάλιστα ότι με την αύξηση της ηλικίας το στερεότυπο ενδυναμώνεται, φανερώνει ότι οι ρίζες του στιγματισμού της παχυσαρκίας πρέπει να αναζητηθούν στο πολιτισμικό και κοινωνικό περιβάλλον των παιδιών.

Επεκτείνοντας και βελτιώνοντας την μεθοδολογία των Cramer και Steinwert (1998), οι Kornilaki και Chlouverakis (2010) εξέτασαν πώς παιδιά προσχολικής και παιδικής ηλικίας αποδίδουν γνωρίσματα και συμπεριφορές σε άτομα διαφορετικού σωματικού βάρους. Στο πλαίσιο σύντομων ιστοριών με δύο πρωταγωνιστές, εξέτασαν την απόδοση 15 χαρακτηριστικών που αφορούσαν σε κοινωνικές και καλλιτεχνικές δεξιότητες, σχολική και αθλητική επίδοση, στοιχεία προσωπικότητας και κατάσταση υγείας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το στίγμα της παχυσαρκίας ήταν έντονο από την προσχολική ήδη ηλικία. Διέτρεχε όλα τα χαρακτηριστικά σε διαφορετικό, όμως, βαθμό το καθένα. Ο στιγματισμός ήταν πο-

λύ υψηλός για τις αθλητικές ικανότητες που απαιτούσαν ταχύτητα και ευελιξία. Αρνητικά κοινωνικά γνωρίσματα, όπως η απουσία συνεργασίας, μοιράσματος, η έλλειψη φίλων, αλλά και αρνητικά στοιχεία προσωπικότητας, όπως η κακή αυτοεικόνα, η έλλειψη θάρρους και η τεμπελιά αποδίδονταν συχνότερα στις παχύσαρκες φιγούρες. Με την αύξηση της ηλικίας μειώθηκε μόνο η απόδοση χαμηλής σχολικής και καλλιτεχνικής ικανότητας στους παχύσαρκους, αν και παρέμεινε λίγο κάτω από το 50% του δείγματος.

Ένα άλλο ερώτημα είναι αν υπάρχουν διαφοροποιήσεις ανάλογα με το φύλο. Μελέτες με ενήλικες επισημαίνουν ότι οι γυναίκες είναι πιο επικριτικές απέναντι στους παχύσαρκους (Tiggerman & Rothblum, 1988) και ότι οι παχύσαρκες γυναίκες είναι αποδέκτες ισχυρότερης αρνητικής κριτικής από ότι οι παχύσαρκοι άνδρες (Harris, Walters, & Waschull, 1991). Ωστόσο, ο ρόλος του φύλου είναι αμφιλεγόμενος στην έρευνα με παιδιά. Κάποιες μελέτες έχουν δείξει ότι στα κορίτσια αρέσουν λιγότερο οι παχύσαρκες φιγούρες (Sigelman et al. 1986), ενώ σε άλλες το αποτέλεσμα διαφοροποιήθηκε ανάλογα με το μεθοδολογικό εργαλείο ή το αξιολογούμενο χαρακτηριστικό. Έτσι, ενώ στη μελέτη των Powlishta et al. (1994) τα κορίτσια επέλεξαν την παχύσαρκτη φιγούρα για σύντροφο στο παιχνίδι λιγότερο από τα αγόρια, στην ίδια μελέτη τα αγόρια απέδωσαν περισσότερα αρνητικά γνωρίσματα στις παχύσαρκες φιγούρες. Από την άλλη, στη μελέτη των Penny και Haddock (2007) τα αγόρια απέδωσαν χειρότερες αθλητικές ικανότητες στους παχύσαρκους, ενώ στη μελέτη των Kornilaki και Chlouverakis (2010) βρέθηκε σημαντική αλληλεπίδραση ανάμεσα στο φύλο και την ηλικία.

Θα ήταν λογικό να υποθέσουμε ότι αυτές οι προκαταλήψεις δεν θα υιοθετούνταν από τα ίδια τα παχύσαρκα παιδιά. Ωστόσο, κάτι τέτοιο δεν επαληθεύεται. Τα παχύσαρκα παιδιά είναι το ίδιο πιθανό με αυτά κανονικού βάρους να υιοθετούν τα αρνητικά στερεότυπα (Davison & Birch, 2004. Kornilaki & Chlouverakis, 2010. Koroni et al., 2009. Kraig & Keel, 2001. Latner et al., 2007), εύρημα που επιβεβαιώνει τη διάχυση και την ισχύ του στίγματος.

### 3. Συναισθηματικές και κοινωνικές επιπτώσεις του στίγματος της παχυσαρκίας στη ζωή των παιδιών

Όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν οι Schwimmer, Burwinkle και Varni, (2003) η παχυσαρκία αποτελεί μια από τις πλέον στιγματισμένες και λιγότερο αποδεκτές καταστάσεις στην παιδική ηλικία. Είναι, λοιπόν, αναμενόμενο να επηρεάσει σημαντικά την συναισθηματική και κοινωνική προσαρμογή των ατόμων με υπερβάλλον βάρος. Στη συνέχεια θα παρουσιασθούν ενδεικτικά κάποιες από τις επιπτώσεις του στίγματος στο πώς το παχύσαρκο παιδί νιώθει για τον εαυτό του και λειτουργεί στις ομάδες συνομηλίκων.

#### α. Δυσaréσκεια για την εικόνα του σώματος

Η δυσaréσκεια για τη σωματική εμφάνιση (body dissatisfaction) είναι συχνό επακόλουθο. Η μεθοδολογία για την αξιολόγησή της στηρίζεται στην επίδειξη σιλουετών αυξανόμενου βάρους: από λιποβαρείς έως παχύσαρκες. Οι σιλουέτες αυτές έχουν χρησιμοποιηθεί σε μελέτες που εξετάζουν την αναγνώριση του ιδανικού, του απευκταίου και του πραγματικού σωματότυπου σε παιδιά και εφήβους. Η πλέον γνωστή και ευρέως χρησιμοποιούμενη σειρά σιλουετών είναι αυτή του Collins (1991), ενώ τα τελευταία χρόνια έχει αναπτυχθεί και το Children's Body Image Scale (CBIS) των Truby και Paxton (2002). Η σειρά αυτή αποτελείται από 7 σιλουέτες παιδιών αυξανόμενου βάρους. Το πλεονέκτημά της είναι ότι οι σιλουέτες δεν είναι σκίτσα, αλλά έχουν φωτογραφική μορφή. Είναι βασισμένες σε σωματότυπους παιδιών που φωτογραφήθηκαν για την κατασκευή της κλίμακας, ώστε να ανταποκρίνονται στην διάπλαση της προ-εφηβικής ηλικίας. Για το λόγο αυτό, κάθε σιλουέτα έχει συγκεκριμένο ΔΜΣ (Δείκτη Μάζα Σώματος). Υπάρχει μια σειρά με κορίτσια και μία με αγόρια.

Προκειμένου να ανιχνευθεί η σωματική δυσaréσκεια, ζητείται από τα παιδιά να δείξουν ποια σιλουέτα μοιάζει με το σώμα τους και ποια θεωρούν ως ιδανική. Ως δυσaréσκεια ορίζεται η απόκλιση ανάμεσα στην πραγματική και την ιδανική

νική. Οι περισσότερες μελέτες δείχνουν ότι τα κορίτσια παιδικής και προεφηβικής ηλικίας, συχνότερα από τα αγόρια, επιλέγουν ως ιδανικές σιλουέτες πιο αδύνατες από εκείνες που αντιστοιχούν στην πραγματική τους εικόνα (Collins, 1991. Hill, Draper, & Stack, 1994). Επίσης επιλέγουν ως ιδανική σιλουέτα για ενήλικα φιγούρες πιο αδύνατες από τα αγόρια (Collins, 1991. Pine, 2001). Χρησιμοποιώντας την CBIS σε δείγμα παιδιών ηλικίας 7-12 ετών οι Truby και Paxton (2002) βρήκαν ότι το 48% των κοριτσιών και το 36% των αγοριών επέλεξαν ως επιθυμητό εαυτό φωτογραφία πιο αδύνατη από τον πραγματικό εαυτό. Προκαλεί προβληματισμό το εύρημα ότι το 56% των κοριτσιών και το 45% των αγοριών θεωρούσε ως επιθυμητικό σωματότυπο κάποιον που ήταν ίσος ή κατώτερος του 10ου ποσοστιαίου σημείου, που ήταν δηλαδή λιποβαρής.

Τα δεδομένα, λοιπόν, δείχνουν ότι τα παιδιά και ιδιαίτερα τα κορίτσια θεωρούν τις αδύνατες σιλουέτες ιδανικές, ενώ παρατηρείται συχνά διάσταση ανάμεσα στον πραγματικό και ιδανικό σωματότυπο. Ο Hill (2007), ωστόσο, σημειώνει ότι τέτοια ευρήματα που παρουσιάζουν απόκλιση απλώς δείχνουν μια προτίμηση για το αδύνατο σώμα και όχι κατ' ανάγκη δυσαρέσκεια. Άλλωστε η δυσαρέσκεια για το σώμα είναι το αποτέλεσμα μιας σύνθετης διεργασίας που προϋποθέτει αφενός ικανότητα αξιολόγησης του παρόντος σωματότυπου και σύγκρισής του με το εσωτερικευμένο ιδανικό πρότυπο (Thompson & Stice, 2001). Αν και τα παιδιά δείχνουν από νωρίς προτίμηση στο αδύνατο σώμα, ωστόσο έχουν δυσκολία να αναγνωρίσουν τον δικό τους σωματότυπο σε σειρές σιλουετών (Davison, Mackey, & Birch, 2003. Musher-Eizenman, Holub, Edwards-Leeper, Persson, & Goldstein, 2003). Επίσης, όπως σημειώνει ο Smolak (2004) για να θεωρηθεί δυσαρέσκεια θα πρέπει να επηρεάζει τη συναισθηματική ζωή και συμπεριφορά του ατόμου. Κάτι τέτοιο συμβαίνει κυρίως στα μεγαλύτερα παιδιά, στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή.

Διαχρονικές μελέτες με εφήβους συνδέουν τη δυσαρέσκεια για το σώμα τους με την εμφάνιση διατροφικών προβλημάτων και κατάθλιψη (McKnight Investigators, 2003. Ricciardelli & McCa-

be, 2001. Stice & Bearman, 2001). Στην αρχή της εφηβείας τα κορίτσια εκφράζουν εντονότερη δυσαρέσκεια με το σώμα τους από τα αγόρια, ανεξάρτητα από το σωματότυπό τους, ακόμα και αν είναι κανονικού βάρους, ενώ αντίθετα στα αγόρια η δυσαρέσκεια σχετίζεται μόνο με αυξημένο ΔΜΣ (McCreary, 2002). Η αιτία αυτή της διαφοροποίησης θα πρέπει να αναζητηθεί σε κοινωνικοπολιτισμικούς παράγοντες που καθορίζουν ποια πρέπει να είναι η αναμενόμενη σωματική εικόνα για κάθε φύλο (Fredrickson & Roberts, 1997). Έτσι, ενώ ο νεαρός έφηβος δεν αναμένεται να έχει την αρρενωπότητα, τους μους και τις γραμμώσεις ενός άνδρα, η νεαρή έφηβη αναμένεται να έχει τη σιλουέτα και τη θηλυκότητα μιας γυναίκας. Για το λόγο αυτό, ο παράγοντας «θήλυ» θεωρείται από μόνος του παράγοντα κινδύνου για σωματική δυσαρέσκεια στο δικό μας πολιτισμικό πλαίσιο (Cash & Roy, 1999).

### β. Χαμηλή αυτοεκτίμηση

Ένα ερώτημα που προκύπτει είναι κατά πόσο η δυσαρέσκεια για την εικόνα του σώματος μπορεί να επηρεάσει την αυτοεκτίμηση του ατόμου. Μελέτες με παχύσαρκους ενήλικες υποστηρίζουν αυτή τη σχέση (Friedman & Brownell, 1995). Σε μια μεταανάλυση των ερευνών για τη σχέση βάρους και χαμηλής αυτοεκτίμησης οι Miller & Downey (1999) σημειώνουν ότι η σχέση αυτή γίνεται ισχυρότερη όσο μεγαλύτερος είναι ο ΔΜΣ, ενώ είναι μεγαλύτερη στις γυναίκες από ότι στους άνδρες. Σε μια πρόσφατη μελέτη με εφήβους οι Loth, Mond, Wall και Neumark-Sztainer (2010) με δείγμα 2516 εφήβους βρήκαν ότι οι υπέρβαροι είχαν και χαμηλότερα επίπεδα ικανοποίησης για το σώμα τους και χαμηλότερη αυτοεκτίμηση από εκείνους με κανονικό σωματικό βάρος.

Τι συμβαίνει όμως με τα μικρότερα παιδιά; Επηρεάζει ο αυξημένος ΔΜΣ την αυτοεκτίμησή τους; Σε μια ανασκόπηση των σχετικών μελετών οι French, Story και Perry (1995) σημειώνουν ότι η επίδραση της παχυσαρκίας στη χαμηλή αυτοεκτίμηση είναι εμφανής στις ηλικίες των 13 έως 18 ετών, αλλά δεν ανιχνεύεται συστηματικά πριν

την ηλικία των 7-12 ετών. Αρκετοί λόγοι μπορούν να ερμηνεύσουν τη απουσία συστηματικών ευρημάτων. Οι μελέτες διαφέρουν μεταξύ τους στο πότε ένα παιδί θεωρείται παχύσαρκο, αλλά και στο μέγεθος των δειγμάτων που συχνά είναι μικρότερο των 100 παιδιών. Επιπλέον, παρατηρούνται διαφορές και στον τρόπο αξιολόγησης της αυτοεκτίμησης, παρόλο που σε όλες τις μελέτες τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται είναι αξιόπιστα.

Πιο ευαίσθητα εργαλεία για την αξιολόγηση των επιπτώσεων της παχυσαρκίας στην αυτοεκτίμηση των παιδιών θεωρούνται εκείνα που την αξιολογούν σε επιμέρους εκφάνσεις της ζωής τους. Η κλίμακα της Harter (1985) αξιολογεί πώς το παιδί νιώθει σε πέντε τομείς της ζωής του συμπεριλαμβανομένης και της σωματικής του εμφάνισης. Οι Phillips και Hill (1998) χρησιμοποίησαν την κλίμακα αυτή σε 313 κορίτσια ηλικίας 9 και 10 ετών. Βρήκαν ότι τα υπέρβαρα και παχύσαρκα κορίτσια είχαν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση για την αθλητική τους ικανότητα και τη φυσική τους εμφάνιση σε σχέση με τα κορίτσια κανονικού βάρους. Αυτό υποδηλώνει ότι τα κορίτσια έβλεπαν τον εαυτό τους ως λιγότερο αθλητικό και ελκυστικό. Ωστόσο, η συνολική τους αυτοεκτίμηση, αν και χαμηλότερη, οριακά δεν βρέθηκε να διαφέρει σημαντικά. Ενδιαφέρον παρουσιάζει ο τρόπος με τον οποίο τα υπέρβαρα και παχύσαρκα κορίτσια αξιολόγησαν τη βαρύτητα κάθε τομέα στην αυτοεκτίμησή τους. Ενώ όλα τα παιδιά θεώρησαν πολύ σημαντική τη σχολική ικανότητα και την καλή διαγωγή, τα υπέρβαρα και παχύσαρκα θεώρησαν λιγότερο σημαντική την αθλητική ικανότητα, ενώ τα παχύσαρκα θεώρησαν λιγότερο σημαντικές και τις σχέσεις με τους συνομηλίκους. Ο υποβιβασμός των αθλητικών και κοινωνικών δεξιοτήτων είναι πιθανό να αντανakλά την άμυνα των παιδιών αυτών σε πεδία που έχουν συνδέσει με αρνητικές εμπειρίες. Η αυτοεκτίμηση των αγοριών πριν την ηλικία των 12 ετών δεν έχει βρεθεί να επηρεάζεται από το αυξημένο σωματικό βάρος. Στην αρχή της εφηβείας όμως η αυτοεκτίμηση των παχύσαρκων αγοριών αρχίζει να μειώνεται, ενώ παράλληλα αυξάνεται το αίσημα θλίψης και μοναξιάς (Strauss, 2000).

Η εικόνα που έχει κάποιος για τη σωματική του εμφάνιση επηρεάζει σημαντικά τη συνολική του αυτοαξία, ιδιαίτερα από την εφηβική ηλικία και μετά (Harter, 1993). Με δεδομένη τη σπουδαιότητα που αποδίδει το κοινωνικοπολιτισμικό μας περιβάλλον στην εξωτερική εμφάνιση, η σχέση αυτή γίνεται ολοένα πιο ισχυρή με την αύξηση της ηλικίας και αναδεικνύεται ο πρωταρχικός προβλεπτικός παράγοντας για την αυτοεκτίμηση του ατόμου. Πρόσφατη ελληνική μελέτη με δείγμα 313 εφήβους μέσης ηλικίας 16,5 ετών βρήκε ότι οι έφηβοι με αυξημένο βάρος και έντονη δυσσαρέσκεια για την σωματική τους εμφάνιση είχαν τα υψηλότερα επίπεδα διατροφικών διαταραχών και τα χαμηλότερα επίπεδα αυτοεκτίμησης. Τα κορίτσια, συχνότερα από τα αγόρια, ανέφεραν δυσσαρέσκεια με το σώμα τους και κατέγραφαν υψηλότερη συχνότητα διατροφικών διαταραχών. Είναι χαρακτηριστικό ότι δυσσαρέσκεια για το σώμα τους εξέφρασαν ακόμα και έφηβοι κανονικού ΔΜΣ στο μεγαλύτερο ποσοστό τους κορίτσια (Μακρή-Μπότσαρη, 2009). Το εύρημα αυτό αντανακλά την πίεση που δέχονται τα κορίτσια για συμμόρφωσή με τα προβαλλόμενα πρότυπα, τα οποία ταυτίζουν το αδύνατο και καλλιγράμμο σώμα με την ελκυστικότητα, που έχει αναχθεί σε πρωτεύοντα παράγοντα αυτοπροσδιορισμού και αυτοαξίας. Η κοινωνική αντίληψη ότι τα άτομα με επιπλέον βάρος δεν είναι όμορφα απαντάται ήδη στην παιδική ηλικία. Όταν 10χρονα κορίτσια ρωτήθηκαν ποιες συμμαθήτριά τους θεωρούν πιο όμορφες, τα υπέρβαρα και παχύσαρκα κορίτσια επιλέχθηκαν σημαντικά λιγότερο (Phillips & Hill, 1998).

Η μελέτη του σχηματισμού της εικόνας του σώματος και της επίδρασής του στην αυτοεκτίμηση του ατόμου χρήζει περαιτέρω διερεύνησης καθώς απουσιάζουν αναπτυξιακές διαχρονικές μελέτες. Δεν γνωρίζουμε τους προστατευτικούς παράγοντες και τους παράγοντες κινδύνου που κάνουν τα παιδιά ευάλωτα στο σχηματισμό αρνητικής αυτοεικόνας. Οι περισσότερες μελέτες έχουν στρέψει την προσοχή τους στον παράγοντα MME, ο οποίος είναι αναμφίβολα πολύ ισχυρός στην προαγωγή των κοινωνικών στερεότυπων, ωστόσο χρειαζόμαστε περισσότερα δεδο-

μένα για το πώς το παχύσαρκο παιδί αντιμετωπίζεται μέσα στο ίδιο το οικογενειακό του περιβάλλον, κατά πόσο και με ποιο τρόπο οι γονείς επενδύουν στην σωματική του εμφάνιση και πώς ασκούν τον έλεγχο στη διατροφή του. Επίσης, έχει ενδιαφέρον να μελετηθεί ο παράγοντας εθνικότητα και κουλτούρα, καθώς το ιδανικό του λεπτού σώματος δεν είναι οικουμενικό (Grogan, 1999).

### γ. Σχολικός εκφοβισμός

Ο σχολικός εκφοβισμός (bullying) αποτελεί μια μορφή παραβατικής συμπεριφοράς που αναφέρεται στη χρήση βίας μεταξύ μαθητών ή συνομηλίκων με σκοπό την πρόκληση πόνου, σωματικού ή/και ψυχικού. Ο σχολικός εκφοβισμός μπορεί να εκφραστεί με πολλές μορφές. Οι πιο συνηθισμένες είναι αυτές του σωματικού (κλωτσιές, χτυπήματα, σπρωξίματα), του λεκτικού (εμπαιγμός, κοροϊδία), του κοινωνικού (διάδοση φημών και απομόνωση) και του ηλεκτρονικού εκφοβισμού (διαπόμπευση μέσω ηλεκτρονικών και τηλεφωνικών μηνυμάτων ή στο διαδίκτυο). Πρόκειται για μια ιδιαίτερα αρνητική και ψυχολογικά επιβλαβή εμπειρία (Olweus, 1993).

Η σχέση μεταξύ σχολικού εκφοβισμού και σωματικής εμφάνισης έχει αρχίσει να εξετάζεται την τελευταία κυρίως δεκαετία και οι περισσότερες μελέτες έχουν εστιάσει σε παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας (για ανασκόπηση βλ. Gray, Kahhan, & Janicke, 2009). Αν και όλα τα παιδιά μπορεί να πέσουν θύματα εκφοβισμού κάποια έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα, καθώς η σωματική τους εμφάνιση προκαλεί τους θύτες (Brixval, Rayce, Rasmussen, Holstein, & Due, 2011. Cash, 1995. Fox & Farrow, 2009. Lumeng et al., 2010. Thompson, Cattarin, Fowler, & Fisher, 1995). Τα παχύσαρκα παιδιά έχουν τριπλάσια (Neumark-Sztainer, Falkner, Story, Perry, Hannan, & Mulert, 2002), ή και τετραπλάσια πιθανότητα να τύχουν λεκτικών πειραγμάτων στο σχολείο (Hill & Waterston, 2002), ενώ τα πειράγματα αφορούσαν στη σωματική εμφάνιση και λιγότερο σε άλλες ικανότητες (Warschburger, 2005). Ωστόσο, η μελέτη του θέματος δεν είναι τόσο απλή, καθώς τα

παχύσαρκα παιδιά δεν έχουν μόνο το ρόλο του θύματος, αλλά και του θύτη ή και τους δύο. Παράγοντες όπως το φύλο και η ηλικία φαίνεται να παίζουν διαμεσολαβητικό ρόλο. Μια από τις πρώτες μεγάλες μελέτες που εξέτασε τη σχέση σωματικού βάρους και των διαφορετικών μορφών του σχολικού εκφοβισμού ήταν αυτή των Janssen, Craig, Boyce και Pickett (2004) με δείγμα 5749 παιδιά 11-16 ετών από τον Καναδά. Βρήκαν ότι οι υπέρβαροι και οι παχύσαρκοι ηλικίας 11-15 ετών είχαν αυξημένες πιθανότητες να πέσουν θύματα φυσικού, κοινωνικού και λεκτικού εκφοβισμού. Η πιθανότητα αυτή ήταν σε ευθεία σχέση με το σωματικό βάρος και στα δύο φύλα με εξαίρεση τον σωματικό εκφοβισμό που βρέθηκε να σχετίζεται με το ΔΜΣ μόνο στα κορίτσια. Το επίπεδο σεξουαλικού εκφοβισμού (σεξουαλικά αστεία, σχόλια και χειρονομίες) δεν βρέθηκε να διαφέρει από τα παιδιά μέσου βάρους. Στην ηλικία, όμως, των 15-16 ετών οι υπέρβαροι και παχύσαρκοι και των δύο φύλων είχαν περισσότερες πιθανότητες να δράσουν ως θύτες. Το ενδιαφέρον ήταν ότι ως θύτες έκαναν κυρίως ρατσιστικά σχόλια, παίρνοντας ίσως εκδίκηση αγγίζοντας ένα άλλο ευαίσθητο σημείο της εφηβικής ταυτότητας.

Ως προς το φύλο κάποιες μελέτες δεν έχουν βρει διαφορές στη συχνότητα των λεκτικών πειραγμάτων, παρόλο που για τα κορίτσια είναι πιο στρεσογόνα (Warschburger, 2005), ενώ άλλες έχουν βρει ότι τα κορίτσια, περισσότερο από τα αγόρια πέφτουν θύματα λεκτικού και κοινωνικού εκφοβισμού (Neumark-Sztainer, Story, & Faibisch, 1998. Pearce, Boergers, & Prinstein, 2002). Πρόσφατη μελέτη έδειξε ότι ο λεκτικός εκφοβισμός στα κορίτσια σχετίζεται με την εμφάνιση συναισθηματικών προβλημάτων (Farrow & Fox, 2011). Επίσης, έχει βρεθεί ότι τα υπέρβαρα αγόρια, συχνότερα από τα κορίτσια, είναι όχι μόνο θύματα αλλά και θύτες, καθώς χρησιμοποιούν τη φυσική τους υπεροχή για να επιβληθούν ή να εκδικηθούν (Griffiths, Wolke, Page, & Horwood, 2006).

Πρόσφατες μελέτες έχουν στρέψει την προσοχή τους σε παράγοντες που διαμεσολαβούν τη σχέση ανάμεσα στο σωματικό βάρος και τις εμπειρίες θυματοποίησης. Τέτοιοι παράγοντες

έχει βρεθεί ότι είναι η χαμηλή σφαιρική αυτοαξία, η μειωμένη αυτοεκτίμηση που έχει το άτομο για τη φυσική του εμφάνιση καθώς και η δυσαρρέσκειά του για την εικόνα του σώματος (Fox & Fargow, 2009). Φαίνεται ότι όσο περισσότερο νομίζει ένα άτομο ότι η σωματική του διάπλαση διαφέρει από την ιδανική, τόσο πιο εύκολος στόχος γίνεται για θυματοποίηση (Brixval et al., 2011).

Οι εμπειρίες θυματοποίησης μαζί με την προκατάληψη για τους παχύσαρκους δημιουργούν μια πολύ αρνητική κοινωνική εμπειρία η οποία μπορεί να επηρεάσει την κοινωνικό-συναισθηματική τους προσαρμογή. Οι εμπειρίες θυματοποίησης έχουν βρεθεί να σχετίζονται με αυξημένη δυσαρρέσκεια για τη σωματική εμφάνιση (Eisenberg, Neumark-Sztainer, & Story, 2003. Eisenberg, Neumark-Sztainer, Haines, & Wall, 2006. Hayden-Wade et al., 2005. Nelson, Jensen, & Steele, 2011), με χαμηλή αυτοεκτίμηση (Eisenberg et al., 2003. Eisenberg et al., 2006), και αυξημένο αίσθημα μοναξιάς (Hayden-Wade et al., 2005). Ο λεκτικός εκφοβισμός είναι τόσο οδυνηρή εμπειρία που οδηγεί τα παχύσαρκα άτομα στην αποφυγή κοινωνικών δραστηριοτήτων (Hayden-Wade et al. 2005), γεγονός που αιτιολογεί την προτίμησή τους για μοναχικές δραστηριότητες (Hayden-Wade et al. 2005).

Πέρα από την ψυχική υγεία, οι εμπειρίες σχολικού εκφοβισμού επηρεάζουν και την σωματική υγεία των παχύσαρκων. Έχει βρεθεί επανειλημμένως η ύπαρξη σχέσης ανάμεσα στον λεκτικό εκφοβισμό και τις διατροφικές διαταραχές (για ανασκόπηση βλ. Eisenberg & Neumark-Sztainer, 2008), ιδιαίτερα τη βουλιμική συμπεριφορά (Hayden-Wade et al., 2005. Neumark-Sztainer et al., 2002) και τη διαταραχή επεισοδιακής υπερφαγίας (Haines, Neumark-Sztainer, Eisenberg, & Hannan, 2006. Hayden-Wade et al. 2005. Neumark-Sztainer et al., 2002). Σχετίζεται ακόμα και με αυτοκτονικές σκέψεις και απόπειρες σε εφήβους (Eisenberg et al., 2003). Τα άτομα που έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού από τους συνομήλικούς τους αποφεύγουν τις αθλητικές και σωματικές δραστηριότητες (Efrat, 2009. Gray, Janicke, Ingerski, & Silverstein, 2008. Faith, Leone, Ayers, Heo, & Pietrobelli, 2002) δείχνουν προτί-

μηση για τις καθιστικές (Hayden-Wade et al. 2005), με αποτέλεσμα να επιδεινώνουν την υγεία τους.

Δυστυχώς, δεν υπάρχουν δεδομένα για τις μορφές εκδήλωσης και τις επιπτώσεις του εκφοβισμού πριν την ηλικία των 10 ετών, παρότι ο στιγματισμός της παχυσαρκίας είναι τεκμηριωμένος από την προσχολική ηλικία. Ακόμα θα πρέπει να επισημάνουμε ότι οι περισσότερες μελέτες είναι μελέτες συνάφειας και ως εκ τούτου δεν αναδεικνύουν σχέσεις αιτιότητας. Επιπλέον, απουσιάζουν οι διαχρονικές μελέτες που θα μπορούν να δείξουν την αναπτυξιακή πορεία των εμπειριών εκφοβισμού και των επιπτώσεών τους στα παχύσαρκα παιδιά. Αυτή η γνώση είναι απαραίτητη και για το σχεδιασμό κατάλληλων παρεμβάσεων. Είναι ανησυχητικό το εύρημα πρόσφατης μελέτης που έδειξε ότι οι εκφοβιστικές συμπεριφορές προς τους παχύσαρκους ανθίστανται σε παρεμβατικά προγράμματα (Krukowski et al., 2008) γεγονός που φανερώνει τις βαθιές ρίζες αυτής της προκατάληψης.

#### δ. Κοινωνική περιθωριοποίηση

Προσφιλής μεθοδολογία για την εξέταση του στίγματος της παχυσαρκίας αποτελεί η επιλογή του επιθυμητού συντρόφου στο παιχνίδι μέσα από πανομοιότυπα σκίτσα που διαφέρουν μόνο ως προς το βάρος. Σε κάποιες μελέτες η επιλογή γινόταν ανάμεσα σε δύο φιγούρες (Cramer & Steinwert, 1998), ενώ σε άλλες, όπως στη μελέτη των Musher-Eizenman, Holub, Miller, Goldstein και Edwards-Leeper (2004) υπήρχαν δεκαοκτώ φιγούρες. Σε κάθε περίπτωση το εύρημα ήταν το ίδιο: τα παχύσαρκα παιδιά επιλέγονταν πολύ λιγότερο για σύντροφοι στο παιχνίδι. Ωστόσο, τα ευρήματα αυτά είναι εντελώς υποθετικά, καθώς στηρίζονται σε άψυχα σκίτσα, που δεν παρέχουν καμιά πληροφορία για τα εικονιζόμενα πρόσωπα πέραν του βάρους τους.

Για τον λόγο αυτό, οι ερευνητές έστρεψαν το ενδιαφέρον τους στην καθημερινότητα των παχύσαρκων παιδιών εξετάζοντας το κοινωνικό τους στάτους. Οι περισσότερες μελέτες αφορούν στην εφηβική ηλικία και τα ευρήματα δια-



φέρουν, κυρίως λόγω των μεγάλων αποκλίσεων στο μέγεθος και τη φύση των δειγμάτων αλλά και των διαφορετικών μεθοδολογικών εργαλείων. Μια από τις πρώτες μελέτες ήταν αυτή των Phillips και Hill (1998) με δείγμα κορίτσια ηλικίας 9-10 ετών. Τα κορίτσια επέλεξαν από μια λίστα με τα ονόματα των συμμαθητριών τους, το κορίτσι με το οποίο θα ήθελαν να παίξουν στο διάλειμμα, να καθίσουν στην τάξη και να καλέσουν στο σπίτι τους. Το βάρος δεν βρέθηκε να επηρεάζει την κοινωνική αποδοχή. Αντίθετα, στη μεγάλη έρευνα των Strauss και Pollack (2003) για τα κοινωνικά δίκτυα 90.118 εφήβων 13-18 ετών διαπιστώθηκε ότι οι παχύσαρκοι έφηβοι είχαν λιγότερες πιθανότητες να επιλεγούν ως φίλοι, είχαν λιγότερες αμοιβαίες φιλίες, βρίσκονταν στο περιθώριο των κοινωνικών δικτύων, ενώ είχαν ως φίλους άτομα λιγότερο δημοφιλή. Ο στιγματισμός της παχυσαρκίας θεωρείται η κύρια αιτία της κοινωνικής τους περιθωριοποίησης. Ωστόσο, το θέμα φαίνεται να είναι πιο σύνθετο καθώς και άλλα ψυχοκοινωνικά χαρακτηριστικά των παχύσαρκων συνεισφέρουν στην κοινωνική τους απομόνωση. Σε μια καλοσχεδιασμένη μελέτη με κλινικό, ωστόσο, δείγμα παχύσαρκων 8-16 ετών οι Zeller, Reiter-Purtill και Ramey (2008) επιβεβαίωσαν το προηγούμενο εύρημα και επιπλέον βρήκαν ότι τα παιδιά αυτά θεωρούνταν λιγότερο ελκυστικά και αθλητικά, έδειχναν περισσότερο κουρασμένα, έπαιρναν λιγότερες πρωτοβουλίες και εκδήλωναν συχνά επιθετική και διασπαστική συμπεριφορά, σύμφωνα με τη γνώμη των δασκάλων και των συμμαθητών τους. Αν και η ιδιαιτερότητα του δείγματος και ο σχεδιασμός της μελέτης δεν επιτρέπουν την εξαγωγή αιτιατών σχέσεων, ωστόσο, φαίνεται ότι σε κάποια γνωρίσματα και συμπεριφορές, που συμβάλουν και ενισχύουν τη δημιουργία φιλικών σχέσεων, τα παχύσαρκα παιδιά παρουσιάζουν ελλείμματα.

Για την κοινωνική αποδοχή των παχύσαρκων παιδιών μικρότερης ηλικίας τα ερευνητικά δεδομένα είναι ελάχιστα. Σε μελέτη 414 ελληνόπουλων ηλικίας 5-10 ετών βρέθηκε σημαντική σχέση ανάμεσα στο ΔΜΣ και το κοινωνικό στάτους (Kornilaki & Chlouverakis, 2010). Τα απομονωμένα και απορριπτόμενα παιδιά είχαν σημαντικά

υψηλότερο ΔΜΣ από τα δημοφιλή και μέσα παιδιά, ενώ κανένα παχύσαρκο παιδί σε ολόκληρο το δείγμα δεν ήταν δημοφιλές.

Προστατευτικός παράγοντας για τη δημιουργία φιλικών σχέσεων θεωρείται η συμμετοχή των παχύσαρκων σε αθλητικές δραστηριότητες και εξωσχολικές ομάδες ενδιαφερόντων. Όσο λιγότερη τηλεόραση έβλεπαν και όσο περισσότερο συμμετείχαν στις παραπάνω δραστηριότητες, τόσο περισσότερες πιθανότητες είχαν για κοινωνικές επαφές και πιο κεντρική θέση στα κοινωνικά δίκτυα (Strauss & Pollack, 2003). Οι εξωσχολικές δραστηριότητες αποτελούν ένα νέο κοινωνικό περιβάλλον στο οποίο οι ιδιαίτερες δεξιότητες ενός παιδιού μπορεί να τύχουν αναγνώρισης (Mahoney, 2000) και συχνά καλλιεργούν την συνεργασία και τις διαπροσωπικές σχέσεις. Μακροχρόνια παρεμβατικά προγράμματα τα οποία ενέπλεκαν παχύσαρκα και κανονικού βάρους παιδιά χαμηλής αποδοχής σε εξωσχολικές δραστηριότητες διαπίστωσαν ότι μετά από δύο χρόνια βελτίωσαν την αποδοχή τους από τους συνομηλίκους (Mahoney, Lord, & Carryl, 2005).

#### 4. Συζήτηση

Ενώ η αύξηση των κρουσμάτων παχυσαρκίας θα ήταν αναμενόμενο να οδηγήσει στην άμβλυνση του στιγματισμού, κάτι τέτοιο δεν επιβεβαιώνεται από τα ερευνητικά δεδομένα, ενώ πουθενά δεν ανιχνεύεται το στερεότυπο του εύθυμου και καλόκαρδου παχύσαρκου ατόμου. Η παχυσαρκία, αντίθετα, φαίνεται να έχει σοβαρές επιπτώσεις όχι μόνο στη σωματική αλλά και την ψυχολογική υγεία (Friedman & Brownell, 1995).

Το στίγμα της παχυσαρκίας αναπτύσσεται ήδη από την προσχολική ηλικία. Ακόμα και τα νήπια αποδίδουν αρνητικά γνωρίσματα σε παχύσαρκες φιγούρες, τάση που ενισχύεται με την ηλικία. Πολύ ανησυχητικό είναι το εύρημα ότι τα ίδια τα παχύσαρκα παιδιά υιοθετούν τα αρνητικά στερεότυπα σε βάρος τους. Τα ευρήματα αυτά συνάδουν με τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης, κατά την οποία τα παιδιά εσωτερικεύουν τις προβαλλόμενες αξίες και προσδοκίες για το ποι-

ος είναι ο κοινωνικά αποδεκτός τύπος σώματος. Πολλές θεωρίες έχουν προσπαθήσει να εξηγήσουν τις ρίζες αυτού του στίγματος. Η αρχική σκέψη ήταν ότι οι απαρχές του βρίσκονται στη βιολογία, καθώς η υγεία και ευεξία δεν ταιριάζουν με την παχυσαρκία. Ωστόσο, διαπολιτισμικές και ιστορικές μελέτες δεν επιβεβαίωσαν αυτόν τον ισχυρισμό και έδειξαν ότι το ιδανικό του αδύνατου σώματος είναι το κοινωνικο-ιστορικό κατασκεύασμα του δυτικού κόσμου κατά τον εικοστό αιώνα (για ανασκόπηση βλ. Grogan, 1999). Η θεωρία της απόδοσης (attribution theory) φαίνεται να έχει περισσότερα ερείσματα για την ερμηνεία αυτής της προκατάληψης. Σύμφωνα με αυτή, οι άνθρωποι προσπαθούν να ερμηνεύσουν τι προκαλεί τη διαφορετικότητα γύρω τους. Θεωρούν ότι ο καθένας είναι υπεύθυνος για τον εαυτό του και εισπράττει στη ζωή ό,τι του αξίζει. Σε αυτό το πλαίσιο οι παχύσαρκοι θεωρούνται υπεύθυνοι για την κατάστασή τους, γιατί στερούνται αυτοσυγκράτησης, αυτοελέγχου και αυτοπειθαρχίας. Η απόδοση του ελέγχου της παχυσαρκίας στα ίδια τα άτομα, παραμερίζοντας γενετικούς και βιολογικούς παράγοντες, θεωρείται η κύρια αιτία των αρνητικών προκαταλήψεων (Puhl & Brownell, 2003).

Η προκατάληψη αυτή επηρεάζει την κοινωνική και συναισθηματική υγεία των παχύσαρκων ατόμων από την παιδική ακόμα ηλικία. Τα παχύσαρκα παιδιά καθώς εσωτερικεύουν τα κοινωνικά πρότυπα και γίνονται πιο ικανά για κοινωνικές συγκρίσεις, νιώθουν δυσαρέσκεια για τη σωματική τους εμφάνιση και σχηματίζουν αρνητική αυτοεικόνα και χαμηλή αυτοεκτίμηση. Εισπράττουν την κοινωνική απόρριψη μέσα από εκφοβιστικές συμπεριφορές και ζώντας στο περιθώριο των κοινωνικών σχέσεων. Οι σχέσεις αιτίου-αποτελέσματος είναι δύσκολο να διευκρινισθούν, καθώς απουσιάζουν διαχρονικές μελέτες. Ωστόσο, η παχυσαρκία φαίνεται να λειτουργεί ως ένας φαύλος κύκλος: η σωματική δυσαρέσκεια σχετίζεται με την χαμηλή αυτοεκτίμηση, η οποία με τη σειρά της κάνει το παιδί εύκολο στόχο για θυματοποίηση. Η θυματοποίηση ενισχύει τη χαμηλή αυτοεκτίμηση η οποία σχετίζεται με την αποφυγή των κοινωνικών επαφών. Η κοινωνική αποστροφή δεν

βοηθά στην ενίσχυση των κοινωνικών δεξιοτήτων και ανακυκλώνει την απόρριψη.

Το αρνητικό αυτό βίωμα από την παιδική ήδη ηλικία είναι ένας επιπλέον παράγοντας κινδύνου για την κοινωνικοσυναισθηματική υγεία των ατόμων. Μελέτες που συνέκριναν την ηλικία απόκτησης έξτρα βάρους, έδειξαν ότι όταν αυτό συμβαίνει στην παιδική ηλικία, αυξάνεται η σωματική δυσαρέσκεια (Grilo, Wilfley, Brownell, & Robin, 1994. Wardle, Waller, & Fox, 2002), η χαμηλή αυτοεκτίμηση και η κατάθλιψη (Jackson, Grilo, & Masheb, 2000), καθώς το παιδί εκτίθεται και συσσωρεύει αρνητικές εμπειρίες επί μακρόν και μάλιστα σε ηλικία κρίσιμη για το σχηματισμό της εικόνας και της ταυτότητάς του.

Η μελλοντική έρευνα θα πρέπει να στραφεί και προς το οικογενειακό περιβάλλον των παχύσαρκων παιδιών και να εξετάσει πώς οι γονείς αντιδρούν στην σωματική εμφάνιση του παιδιού τους. Τα λιγοστά ευρήματα δείχνουν ότι η οικογένεια συχνά δεν ενεργεί προστατευτικά και ότι τα παχύσαρκα παιδιά εμπαιζονται και από τους οικείους τους (Eisenberg, et al., 2003. Lumeng et al., 2010. van den Berg, Neumark-Sztainer, Eisenberg, & Haines, 2008). Τα ίδια συνειδητοποιούν ότι η εμφάνισή τους ευθύνεται για το γεγονός αυτό και πιστεύουν ότι αν χάσουν βάρος θα γίνουν περισσότερο αποδεκτά από τους συνομηλίκους τους (Gerner & Wilson, 2005. Oliver & Thelen, 1996).

Πολύ σημαντικές είναι οι επιπτώσεις της παχυσαρκίας και της σωματικής δυσαρέσκειας στην εμφάνιση διατροφικών διαταραχών (για ανασκόπηση βλ. Ricciardelli & Cabe, 2001), όπως και στην εκδήλωση επικίνδυνων για την υγεία συμπεριφορών, (π.χ. χρήση ουσιών, κάπνισμα κ.ά) (Farhat, Iannotti, & Simons-Morton, 2010), οι οποίες δεν εξετάσθηκαν στην παρούσα ανασκόπηση.

Ωστόσο, θα πρέπει να σημειώσουμε ότι δεν είναι όλα τα παχύσαρκα παιδιά «δυστυχημένα» (Flodmark, 2005). Καθώς οι περισσότερες μελέτες εστιάζουν στα παιδιά που αντιμετωπίζουν ψυχοκοινωνικές δυσκολίες, δεν γνωρίζουμε αρκετά για το ποιοι παράγοντες θωρακίζουν ένα παιδί απέναντι στον κοινωνικό στιγματισμό. Η γνώση αυτή θα ήταν πολύτιμη στο σχεδιασμό παρεμβά-

τικών δράσεων, ώστε να αυξήσουμε την ψυχική τους ανθεκτικότητα.

Τα ευρήματα για τις επιπτώσεις του στίγματος της παχυσαρκίας παραπέμπουν στην ανάγκη σχεδιασμού και εφαρμογής παρεμβατικών δράσεων. Οι δράσεις αυτές πρέπει να έχουν ένα διπλό στόχο. Από τη μια, πρέπει να συμβάλλουν στην άμβλυνση της εδραιωμένης προκατάληψης, ξεκινώντας από την απαρχή της στην προσχολική ηλικία. Από την άλλη, πρέπει να δώσουν έμφαση στην προαγωγή της υγιεινής διατροφής και διαβίωσης, ενισχύοντας παράλληλα τα παχύσαρκα παιδιά να αντιμετωπίσουν την προκατάληψη εναντίων τους. Το έργο αυτό είναι ιδιαίτερα δύσκολο, καθώς όπως σημειώνουν οι Musher-Eizenman et al. (2004) είναι δύσκολο να διδάξεις ότι είναι σημαντικό για την υγεία η απόκτηση ενός υγιούς βάρους, ενώ παράλληλα είναι αποδεκτός οποιοσδήποτε ανεξαρτήτως σωματικού βάρους. Τα προγράμματα αυτά, ωστόσο, θα είναι περιορισμένης αποτελεσματικότητας εάν ως κοινωνία δεν αλλάξουμε τον τρόπο που αναπαριστούμε και αντιμετωπίζουμε τους παχύσαρκους. Οι παχύσαρκοι είναι άτομα με ένα ανθυγιεινό βάρος. Δεν είναι προκαθορισμένοι από τη μοίρα να φέρουν αρνητικά γνωρίσματα και συμπεριφορές.

### Βιβλιογραφία

- Brixval, C. B., Rayce, S. L. B., Rasmussen, M., Holstein, B. E., & Due, P. (2011). Overweight, body image and bullying - an epidemiological study of 11- to 15-year olds. *The European Journal of Public Health, 1*-5.
- Brylinsky, J. A. & Moore, J. C. (1994). The identification of body build stereotypes in young children. *Journal of Research in Personality, 28*, 170-181.
- Cash, T. F. (1995). Developmental teasing about physical appearance: retrospective descriptions and relationship with body image. *Social Behavior and Personality, 23*, 123-130.
- Cash, T. F. & Roy, R. E. (1999). Pounds of flesh: Weight, gender, and body images. In J. Sobal & D. Maurer (Eds), *Interpreting weight: The social management of fatness and thinness* (pp. 209-228). Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter.
- Collins, M. E. (1991). Body figure perceptions and preference among preadolescent children. *International Journal of Eating Disorders, 10*(2), 199-208.
- Cramer, P. & Steinwert, T. (1998). Thin is good, fat is bad. How early does it begin? *Journal of Applied Developmental Psychology, 19*(3), 429-451.
- Crandall, C. S. (1995). Do parents discriminate against their heavy-weight daughters? *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*, 724-735.
- Crocker, J., Major, B., & Steele, C. (1998). Social stigma. In D. T. Gilbert, S. T., Fiske & G., Lindzey (Eds). *Handbook of Social Psychology, Vol.2* (pp. 504- 553). McGraw-Hill: Boston.
- Davison, K. & Birch, L. L. (2004). Predictors of fat stereotypes among 9-year-old girls and their parents. *Obesity Research, 12*(1), 86-94.
- Davison, K., Markey, C., & Birch, L. (2003). A longitudinal examination of patterns in girls' weight concerns and body dissatisfaction from ages 5 to 9 years. *International Journal of Eating Disorders, 33*, 320-332.
- Efrat, M. V. (2009). The relationship between peer and/or friends' influence and physical activity among elementary school children: A review. *California Journal of Health Promotion, 7*, 48-61.
- Eisenberg, M. E. & Neumark-Sztainer, D. (2008). Peer harassment and disordered eating. *International Journal of Adolescent Medical Health, 20*(2), 155-164.
- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., Haines, J., & Wall, M. (2006). Weight-based teasing and emotional well-being in adolescents: Longitudinal findings from Project EAT. *Journal of Adolescent Health, 38*, 675-683.
- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Story, M. (2003). Associations of weight- based teasing and emotional well-being in adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 157*, 733-738.
- Faith, M. S., Leone, M. A., Ayers, T. S., Heo, M., & Pietrobelli, A. (2002). Weight criticism during

**Σημείωση:** Η μελέτη αυτή πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο των Κ.Α.2760 & Κ.Α.3115 ερευνητικών προγραμμάτων του Ειδικού Λογαριασμού Κονδυλίων Έρευνας (ΕΛΚΕ) του Πανεπιστημίου Κρήτης.

- physical activity, coping skills, and reported physical activity in children. *Pediatrics*, 110, e23.
- Farhat, T., Iannotti, R. J., & Simons-Morton, B. G. (2010). Overweight, obesity, youth and healthy-risk behaviours. *American Journal of Preventive Medicine*, 38(3), 258-267.
- Farrow, C. V. & Fox, C. L. (2011). Gender differences in the relationships between bullying at school and unhealthy eating and share-related attitudes and behaviours. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1) DOI:10.1348/000709910X525804
- Flodmark, C-E. (2005). The happy obese child. *International Journal of Obesity*, 29, S31-33.
- Ford, E. A., Giles, W. H., & Dietz, W. H. (2002). Prevalence of the metabolic syndrome among US adults. Findings from the third National Health and Nutrition Examination Survey. *Journal of the American Medical Association*, 287(3), 356-359.
- Fox, C. L. & Farrow, C. V. (2009). Global and physical self-esteem and body dissatisfaction as mediators of the relationship between weight status and being a victim of bullying. *Journal of Adolescence*, 32, 1287-1301.
- Fredrickson, B. & Roberts, T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206.
- French, S. A., Story, M., & Perry, C. L. (1995). Self-esteem and obesity in children and adolescents: A literature review. *Obesity Research*, 3, 479-490.
- Friedman, M. A. & Brownell, K. D. (1995). Psychological correlates of obesity: Moving to the next research generation. *Psychological Bulletin*, 117, 3-20.
- Garner, D. M. (1997). The body image survey results. *Psychology Today*, 30, 30-47.
- Gerner, B. & Wilson, P. H. (2005). The relationship between friendship factors and adolescent girls' body image concern, body dissatisfaction, and restrained eating. *International Journal of Eating Disorders*, 37(4), 313-320.
- Gray, W. N., Janicke, D. M., Ingerski, L. M., & Silverstein, J. H. (2008). The impact of peer victimization, parent distress and child depression on barrier formation and physical activity in obese youth. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 29, 26-33.
- Gray, W. N., Kahhan, N. A., & Janicke, D. M. (2009). Peer victimization and pediatric obesity: a review of the literature. *Psychology in Schools*, 46(8), 720-727.
- Greenberg, B. S., Eastin, M., Hofshire, L., Lachlan, K., & Brownell, K. D. (2003). The portrayal of overweight and obese persons in commercial television. *American Journal of Public Health*, 93, 1342-1328.
- Griffiths, L. J., Wolke, D., Page, A. S., & Horwood, J. P. (2006). Obesity and bullying: Different effects for boys and girls. *Archives of Disease in Childhood*, 91, 121-125.
- Grilo, C. M., Wilfley, D. E., Brownell, K. D., & Robin, J. (1994). Teasing, body image, and self-esteem in a clinical sample of obese women. *Addictive Behaviors*, 19, 443-450.
- Grogan, S. (1999). *Body image*. London: Routledge.
- Guo, S. S. & Chumlea, W. C. (1999). Tracking of body mass index in children in relation to overweight in adulthood. *American Journal of Clinical Nutrition*, 70, 145S-148S.
- Haines, J., Neumark-Sztainer, D., Eisenberg, M. E., & Hannan, P. J. (2006). Weight-teasing and disordered eating behaviors in adolescents: Longitudinal findings from Project EAT (Eating Among Teens). *Pediatrics*, 117(2), 209-215.
- Harris, M., Walters, L., & Waschull, S. (1991). Gender differences and ethnic differences in obesity-related behaviors and attitudes in a college sample. *Journal of Applied Social Psychology*, 21, 1545-1566.
- Harter, S. (1985). *Manual for the Self-Perception Profile for Children*. Denver, CO: University of Denver.
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. In R. F. Baumeister (Ed.), *Self-Esteem: The puzzle of low self-regard* (pp. 87-116). New York: Plenum Press.
- Hayden-Wade, H. A., Stein, R. I., Ghaderi, A., Saelsens, B. E., Zabinski, M. F., & Wilfley, D. E. (2005). Prevalence, characteristics, and correlates of teasing experience among overweight children vs. non overweight peers. *Obesity Research*, 13(8), 1381-1392.
- Hill, A. J. (2007). Development of shape and weight concerns. In T. Jaffa & McDermott, B. (Eds), *Eating disorders in children and adolescents*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hill, A. J., Draper, E., & Stack, J. (1994). A weight on children's minds: body shape dissatisfactions at

- 9-years old. *International Journal of Obesity*, 18, 383-389.
- Hill, A. & Waterston, C. L. (2002). Fat-teasing in preadolescent children: The bullied and the bullies. *International Journal of Obesity*, 24(Suppl. 1), 161.
- Jackson, T. D., Grilo, C. M., & Masheb, R. M. (2000). Teasing history, onset of obesity, current eating disorder psychopathology, body dissatisfaction, and psychological functioning in binge eating disorder. *Obesity Research*, 8, 451-458.
- Janssen, I. J., Craig, W. M., Boyce, W. F., & Pickett, W. (2004). Associations between overweight and obesity with bullying behaviors in school-aged children. *Pediatrics*, 113(5), 1187-1194.
- Kafatos, A., Codrington, C. A., & Linardakis, M. (2005). Obesity in childhood: the Greek experience. *World Review of Nutrition and Dietetics*, 94, 27-35.
- Kornilaki, E. & Chlouverakis, G. (2010). *Body-size and social status at school: Is there a relation?* Paper presented at the Annual Conference of the British Psychological Society, Stratford-Upon-Avon, U.K.
- Koroni, M., Garagouni-Areou, F., Roussi-Vergou, C. J., Zafropoulou, M., & Piperakis, S. M., (2009). The stigmatization of obesity in children. A survey in Greek elementary schools. *Appetite*, 52, 241-244.
- Kraig, K. A. & Keel, P. K. (2001). Weight-based stigmatization in children. *International Journal of Obesity*, 25, 1661-1666.
- Krukowski, R. A., West, D. S., Siddiqui, N. J., Bursac, Z., Phillips M. M., Raczyński, J. M. (2008). No change in weight based teasing when school-based weight policies are implemented. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 162(10), 936-942.
- Latner, J. D., Simmonds, M., Rosewall J. K., & Stunkard, A. J. (2007). Assessment of obesity stigmatization in children and adolescents: modernizing a standard measure. *Obesity*, 15(12), 3078-3085.
- Lissau, I., Overpeck, M. D., Ruan, W. J., Due P., Holstein B. E., & Hediger, M. L. (2004). Body mass index and overweight in adolescents in 13 European countries, Israel, and the United States. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 158, 27-33.
- Loth, K. A., Mond, J., Wall, M., & Neumark-Sztainer, D. (2010). Weight status and emotional well-being: Longitudinal findings from project EAT. *Journal of Pediatric Psychology*, doi: 10.1093/jpepsy/jsq026
- Lumeng, J. C., Forrest, P., Appugliese, D. P., Kaciroti, N., Corwyn, R. F., & Bradley, R. H. (2010). Weight status as a predictor of being bullied in third through sixth grades. *Pediatrics*, 125(6), e1301-e1307.
- Mahoney, J. L. (2000). Participation in school extracurricular activities as a moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*, 71, 502-516.
- Mahoney, J. L., Lord, H., & Carryl, E. (2005). After-school program participation and the development of child obesity and peer acceptance. *Applied Developmental Science*, 9(4), 202-215.
- Μακρή-Μπότσαρη, Ε. (2009). Δυσάρεσκεια με την εικόνα του σώματος, διαιτητική συμπεριφορά και αυτοεκτίμηση στην εφηβεία. *Ψυχολογία*, 16(1), 60-76.
- McCreary, D. (2002). Gender and age differences in the relationship between body mass index and perceived weight: Exploring the paradox. *International Journal of Men's Health*, 1, 31-42.
- McKnight Investigators (2003). Risk factors for the onset of eating disorders in adolescent girls: Results of the McKnight Longitudinal Risk Factor Study. *American Journal of Psychiatry*, 160, 248-254.
- Miller, C. T. & Downey, K. T. (1999). A meta-analysis of heavyweight and self-esteem. *Personality and Social Psychology Review*, 3(1), 68-84.
- Musher-Eizenman, D. R., Holub, S. C., Edwards-Leeper, L., Persson, A. V., & Goldstein, S. E. (2003). The narrow range of acceptable body types of preschoolers and their mothers. *Applied Developmental Psychology*, 24, 259-272.
- Musher-Eizenman, D. R., Holub, S. C., Miller, A. B., Goldstein, S. E., & Edwards-Leeper, L. (2004). Body-size stigmatization in preschool children: the role of control attributions. *Journal of Pediatric Psychology*, 29(8), 613-620.
- Nelson, T. D., Jensen, C. D., & Steele, R. G. (2011). Weight-related criticism and self-perceptions among preadolescents. *Journal of Pediatric Psychology*, 36(1), 106-115.
- Neumark-Sztainer, D., Falkner, N., Story, M., Perry, C., Hannan, P. J., & Mulert, S. (2002). Weight-teasing among adolescents: Correlations with

- weight status and disordered eating behaviors. *International Journal of Obesity*, 26, 123-131.
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., & Faibisch, L. (1998). Perceived stigmatization among obese African-American and Caucasian adolescent girls. *Journal of Adolescent Health*, 23, 264-270.
- Neumark-Sztainer, D. Story, M., & Harris, T. (1999). Beliefs and attitudes about obesity among teachers and school health care providers working with adolescents. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 31(1), 3-9.
- Oliver, K. K. & Thelen, M. H. (1996). Children's perceptions of peer influence on eating concerns. *Behavior Therapy*, 27, 25-39.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school*. Oxford: Blackwell.
- Pagan, J. A., Davila, A. (1997). Obesity, occupational attainment, and earnings. *Social Science Quarterly*, 78, 756-770.
- Paul, R. J. & Townsend, J. B. (1995). Shape up or ship out? Employment discrimination against the overweight. *Employee Responsibilities Right Journal*, 8, 133-145.
- Pearce, M. J., Boergers, J., & Prinstein, M. J. (2002). Adolescent obesity, overt and relational peer victimization, and romantic relationship. *Obesity Research*, 10, 386-393.
- Penny, H. & Haddock, G. (2007). Children's stereotypes of overweight children. *British Journal of Developmental Psychology*, 25, 409-418.
- Phillips, R. G. & Hill, A. J. (1998). Fat, plain, but not friendly: self esteem and peer acceptance of obese pre-adolescent girls. *International Journal of Obesity*, 22, 287-293.
- Pine, K. J. (2001). Children's perceptions of body shape: a thinness bias in pre-adolescent girls and associations with femininity. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 6, 519-536.
- Powlishta, K. K., Serbin, L. A., Doyle, A. B., & White, D. R. (1994). Gender, ethnic, and body type biases: The generality of prejudice in childhood. *Developmental Psychology*, 30, 526-536.
- Puhl, R.M. & Brownell, K. D. (2003). Psychosocial origins of obesity stigma: towards changing a powerful and pervasive bias. *Obesity Reviews*, 4, 213-227.
- Register, C. A. & Williams, D. R. (1990). Wage effects of obesity among young worker. *Social Science Quarterly*, 71, 130-141.
- Ricciardelli, L. A. & McCabe, M. P. (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: a review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 325-344.
- Richardson, S. A., Goodman, N., Hastorf, A. H., & Dornbusch, S. M. (1961). Cultural uniformity in reaction to physical disabilities *American Sociological Review*, 26, 241-247.
- Roehling, M. V. (1999). Weight-based discrimination in employment: Psychological and legal aspects. *Personnel Psychology*, 52, 969-1016.
- Schwimmer, J., Burwinkle, T., & Varni, J. (2003). Health-related quality of life of severely obese children and adolescents. *Journal of American Medical Association*, 289, 1813-1819.
- Sigelman, C. K., Miller, T. E., & Whitworth, L. A. (1986). The early development of stigmatizing reactions to physical differences. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 7, 17-32.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents; where do we go from here? *Body Image*, 1, 15-28.
- Stice, E. & Bearman, S. (2001). Body image and body disturbances prospectively predict increases in depressive symptoms in adolescent girls: a growth curve analysis. *Developmental Psychology*, 37, 597-607.
- Strauss, R. S. (2000). Childhood obesity and self-esteem. *Pediatrics*, 105, e15.
- Strauss, R. S. & Pollack, H. A. (2003). Social marginalization of overweight children. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 157, 746-752.
- Teachman, B. A., & Brownell, K. D. (2001). Implicit anti-fat bias among health professionals: is anyone immune? *International Journal of Obesity*, 25, 1525-1531.
- Thompson, J. K., Cattarin, J., Fowler, B., & Fisher, E. (1995). The perception of teasing scale (POTS): a revision and extension of the physical appearance-related teasing scale (PARTS). *Journal of Personality Assessment*, 65, 146-157.
- Thompson, J. K. & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: mounting evidence for a new risk factor for body image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 181-183.
- Tiggerman, M. & Rothblum, E. (1988). Gender differences in social consequences of perceived overweight in the United States and Australia. *Sex Roles*, 18, 75-86.
- Truby, H. & Paxton, S. J. (2002). Development of the

- children's body image scale. *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 185-203.
- van den Berg, P., Neumark-Sztainer, D., Eisenberg, M. E., & Haines, J. (2008). Racial/ethnic differences in weight related teasing in adolescents. *Obesity*, 16(2), S3-10.
- Wardle, J., Waller, J., & Fox, E. (2002). Age of onset and body dissatisfaction in obesity. *Addictive Behaviors*, 27, 561-573.
- Warschburger, P. (2005). The unhappy obese child. *International Journal of Obesity*, 29, S127-129.
- Wildman, R. P., Mackey, R. H., Bostom, A., Thompson, T., & Sutton-Tyrell, K. (2003). Measures of obesity are associated with vascular stiffness in young and older adults. *Hypertension*, 42(4), 468-473.
- World Health Organization, (2000). *Obesity: Preventing and managing the global epidemic*. WHO: Geneva, Switzerland.
- Zeller, M. H., Reiter-Purtill, J., & Ramey, C. (2008). Negative peer perceptions of obese children in the classroom environment. *Obesity*, 16(4), 755-762.

## **The obesity stigma and its consequences on children's social and emotional functioning: a literature review**

ΕΚΑΤΕΡΙΝΑ Ν. ΚΟΡΝΙΛΑΚΙ<sup>1</sup>

### **ABSTRACT**

Obesity does not only raise health concerns, but it can also have serious psychological consequences. As the prevalence and severity of childhood obesity is increasing research has focused on its psychosocial consequences on children's functioning. There is a consensus among the researchers that the main source of these problems lies in the social stigmatism of obesity. The aim of this literature review is to present the development and the prevalence of obesity stigma and its consequences on children's social and emotional life. In the first part the emergence and the developmental course of anti-fat bias are presented, its content and the research methods that have been developed for its study. In the second part the consequences of anti-fat bias on body dissatisfaction, low self-esteem, bullying and teasing behaviours and social marginalization are presented. The findings suggest that there is a widespread discrimination against the obese. The need for exploring potentially preventive factors and intervention efforts is discussed.

*Keywords:* Obesity, Social stigmatism, Body image, Self-esteem, Bullying and social acceptance.

1. *Address:* University of Crete, Department of Preschool Education, Lab of Developmental Psychology, Gallos Campus, Rethymnon 74100, Crete, e-mail: ekornilaki@edc.uoc.gr