



Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za sociologiju

Ana Ciprić

**Virtualne društvene mreže, samo-objektivizacija i zadovoljstvo izgledom kod  
adolescentica: rana socijalizacija kao protektivni faktor**

Zagreb, 2016.

Ovaj rad izrađen je na Odsjeku za sociologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu pod vodstvom prof. dr. sc. Aleksandra Štulhofera i predan je na natječaj za dodjelu Rektorove nagrade u akademskoj godini 2015./2016.

## Sadržaj:

Uvod .....	1
Cilj i svrha istraživanja .....	9
Hipoteze .....	10
Metodologija .....	11
Sudionici .....	11
Postupak provedbe istraživanja.....	12
Mjerni instrumenti .....	13
Statistička analiza.....	17
Rezultati .....	18
Utjecaj korištenja društvenih mreža na zadovoljstvo izgledom i medijacijski efekt internalizacije ideala tjelesnog izgleda .....	18
Doprinos internalizacije ideala tjelesnog izgleda zadovoljstvu izgledom i medijacijska uloga samo-nadzora. ....	19
Samopoštovanje kao moderator odnosa između internalizacije i zadovoljstva tjelesnim izgledom.....	20
Doprinos roditeljskog stila i obiteljske atmosfere tumačenju samopoštovanja sudionica	20
Rasprava .....	21
Upotreba društvenih mreža, zadovoljstvo izgledom i internalizacija ideala tjelesnog izgleda .....	22
Internalizacija ideala tjelesnog izgleda, samo-nadzor i zadovoljstvo izgledom .....	23
Internalizacija ideala tjelesnog izgleda, samopoštovanje i zadovoljstvo izgledom .....	24
Samopoštovanje i obiteljska socijalizacija.....	25
Praktične implikacije rada.....	27
Ograničenja studije .....	28
Zaključak .....	29
Literatura .....	30
Sažetak .....	42
<i>Summary</i> .....	43
<i>Životopis</i> .....	46

## Uvod

Adolescencija je prijelazno razdoblje iz djetinjstva u odraslu dob te se očituje u fiziološkim promjenama koje sa sobom nose izazove razvoja osobne seksualnosti i identiteta. Formiranje identiteta i težnja za „uklapanjem“ u društveni kontekst u kojem pojedinac odrasta, razvojno je obilježje adolescencije. Promjene su najizraženije u tjelesnom razvoju mlade osobe te tjelesno samopoimanje predstavlja najizraženiju psihičku posljedicu puberteta, kao jednu od komponenata pojma o sebi (Lacković-Grgin, 1994.). U tom procesu mlade osobe oslanjaju se na postojeće kulturne norme, vrijednosti i okolinu u kojoj odrastaju te samoevaluaciju vrše na temelju njih. Keery predlaže trojni model razvoja slike o vlastitom tijelu kroz tri formativna utjecaja, medije, prijatelje i obitelj (Keery, van den Berg, Thompson 2004.). Adolescencija se iz tog razloga smatra kritičnim razdobljem za razvoj, kako pozitivne slike o sebi i vlastitom fizičkom izgledu, tako i negativne, koja sa sobom povlači moguće negativne implikacije (Zurbriggen, Collins, Lamb, Roberts, Tolman, Ward i Blake, 2010.). Nezadovoljstvo izgledom češće je u ženskoj populaciji, osobito populaciji mlađih adolescentica (Rodin, Silberstein i Striegle-Moore, 1985.). Istraživanja pokazuju da se nezadovoljstvo vlastitim izgledom kod djevojčica javlja već između osme i desete godine (Lumb, 2006.). Nezadovoljstvo izgledom za posljedicu može imati emocionalni i psihički stres te ponašanja koja potencijalno mogu narušiti zdravlje i kvalitetu života (Durkin i Paxton, 2002.; Twenge i Fredrickson, 2002.).

Slika tijela (engl. body image) je višedimenzionalni konstrukt koji označava tjelesno samopoimanje i subjektivnu samoevaluaciju vlastitog tjelesnog izgleda (Meermann i Vandereycken, 1988.) te odražava „stavove, percepciju, misli i osjećaje osobe vezane uz vlastito tijelo, kako uz cjelokupan izgled, tako i uz specifična područja i dijelove tijela“ (Erceg Jugović, 2015.:1). Percepcija vlastitog tijela subjektivan je doživljaj vlastitog tijela i ne

mora nužno odražavati objektivnu sliku tijela (Ambrosi-Randić, 2004.). Osoba stvara odnos prema vlastitom tijelu na osnovi informacija o poželjnom fizičkom izgledu koje prima iz svoje okoline. Obitelj, prijatelji i ideali tjelesnog izgleda posredovani medijima pokazali su se najznačajnijim faktorima pri evaluaciji vlastitog izgleda (McCabe i Ricciardelli, 2001.; Dohnt i Tiggemann, 2006.). Razvoj negativne slike o vlastitom tijelu i nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom sve je češći fenomen, kako u adolescentnoj, tako i općoj, pretežno ženskoj populaciji. Rodin i suradnici (1985.) smatraju da je nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom u ženskoj populaciji toliko učestalo da predstavlja "normativno nezadovoljstvo". Prema njima, do nezadovoljstva izgledom vlastitog tijela dolazi onda kada se javi diskrepancija između percipirane i idealne slike tijela, koja je obično nametnuta društvenim standardima. Do sada postoji nekoliko uspješnih pristupa objašnjenju razvoja nezadovoljstva izgledom vlastitog tijela (Stormer i Thompson, 1995.), koji su zapravo međusobno povezani i nadopunjujući.

U literaturi se uglavnom polazi od sociokulturnog modela koji se temelji na uvjerenju u postojanje društveno uvjetovanih normi poželjnog tjelesnog izgleda muškarca i žene, koji se, kao ideali ljepote, reproduciraju putem masovnih medija. Prema sociokulturnom modelu, pojedinci društvene norme procesom internalizacije usvajaju kao svoje osobne, te vrše vrednovanje vlastitog i tuđeg tjelesnog izgleda na osnovu njih (Gardner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.). Gardner i suradnici (1980.) demonstrirali su veliki nesrazmjer između građe žena opće populacije i žena koje se u medijima prikazuju kao standardi ženske ljepote. Brojna istraživanja upućuju na to da je veća izloženost medijskim sadržajima povezana s izraženijim simptomima internalizacije medijskih ideala, razvojem nezadovoljstva vlastitim izgledom te nižim samopoštovanjem (Heinberg i Thompson, 1995.; Tiggeman i Pickering, 1996.; McCabe i Ricciardelli, 2003.; Rheanna, Ludden i Lally, 2007.). Takav efekt osobito je zamijećen u adolescentskoj populaciji u razdoblju formiranja identiteta. Istraživanje koje su

proveli Spurr, Berry i Walker (2013.) pokazalo je da djevojke i mladići osjećaju jak pritisak od strane medija za postizanjem „idealnog“ tjelesnog izgleda. Već kratkotrajnim izlaganjem medijskim idealima (Harper i Tiggemann, 2008.) zamijećeni su simptomi samo-objektivizacije i negativnih osjećaja vezanih uz vlastito tijelo. Moguće je pretpostaviti da produženo izlaganje može dovesti do rizika razvijanja ozbiljnijih poremećaja slike tijela.

Teorija objektivizacije (Fredrickson i Roberts, 1997.) najdirektnije opisuje proces internalizacije kulturnih, medijski posredovanih, ideala tjelesnog izgleda. Tradicionalno, društvene norme modeliraju određene rodne uloge muškaraca i žena, a norme zapadnih kultura podržavaju objektivizirajući pogled na ljudsko, posebice žensko, tijelo (McKay, 2013.). Calogero, Tantleff-Dunn i Thompson (2010.) navode da su žene i djevojčice češće definirane i tretirane u terminima tijela nego što su to pripadnici muške populacije. Teorija objektivizacije tvrdi da su djevojke i žene obično akulturirane internalizirati perspektive promatrača kao primarni pogled na vlastito tijelo. Samo-objektivizirajući pogled na vlastito tijelo razvija se kada osoba počne percipirati vlastito tijelo i njegove dijelove kao objekte izvanjske procjene u kontekstu društvenog standarda ljepote, a to uključuje tendenciju da se vlastito tijelo percipira i opisuje u terminima vanjskih umjesto njegovih unutarnjih značajki (Lindberg, Grabe i Hyde, 2007.). Teorija samo-objektivizacije polazi od pretpostavke da ženska tijela postaju objektivizirana već tijekom puberteta, kada se žensko tijelo razvija i postaje predmetom procjene od strane drugih (Fredrickson i Roberts, 1997.). Kulturna praksa objektivizacije tijela dovodi do samo-objektivizacije, koja prelazi u samo-nadzor. Samo-nadzor (engl. self-surveillance) primarna je kognitivna i bihevioralna manifestacija objektivizirajućeg pogleda na vlastito tijelo (Lindberg i sur., 2007.) i obilježava ju konstantno razmišljanje, provjeravanje i podešavanje vlastitog izgleda, kako bi ono bilo u skladu s kulturnim očekivanjima. Takvo ponašanje za posljedicu može imati stres, sram, anksioznost, pa čak i odbojnost prema vlastitom tijelu (Choma, Visser, Pozzebon, Bogaert, Busseri i

Sadava, 2010.; Zurbriggen, Collins, Lamb, Roberts, Tolman, Ward i Blake, 2010.). Također, istraživanja pokazuju da je samo-nadzor negativno povezan s uspješnoću kognitivnih i tjelesnih izvedbi (Zurbriggen i sur., 2010.). Ukoliko osoba percipira da njezin izgled nije u skladu s tim očekivanjima mogu se pojaviti psihofizičke smetnje, te istraživanja pokazuju da su žene koje iskazuju višu razinu samo-objektivizacije pod većim rizikom od razvoja niskog samopoštovanja i nezadovoljstva vlastitim izgledom (Mercurio i Landry, 2008.; Calogero i sur., 2011.). Brownell (1991.) zamjećuje da živimo u društvu koje tijelo shvaća kao beskonačno promjenjivo, te da izgled i oblik tijela ovise o naporima samih pojedinaca, što rezultira pokušajima dostizanja istih, ponekad i na vrlo nezdrave i ekstremne načine. Pojedinci variraju ovisno o tome koliko se upuštaju u samo-objektivizaciju, te ona ovisi o individualnim karakteristikama, poput dobi i samopoštovanja, te situacijskim činiteljima (Choma, Foster i Radford, 2007.).

Sociokulturni model odnosi se na utjecaj medija (makrorazina), dok je drugi model, model socijalne usporedbe, fokusiran na mikrorazinu na kojoj se socijalne norme reproduciraju u interakciji s roditeljima i vršnjacima (Ambrosi-Randić, 2004.), što je u skladu s Keerijevim trojnim modelom razvoja slike o vlastitom tijelu (Keery, 2004.). Pristup socijalne usporedbe (Festinger, 1954.) pretpostavlja da su osobe sklone usporedbi vlastitog izgleda s izgledom drugih osoba u većoj mjeri podložne za razvijanje nezadovoljstva izgledom vlastitog tijela, što je osobito svojstveno razdoblju adolescencije (Ambrosi-Randić, 2004.). Adolescenti se oslanjaju na usporedbu s drugima, bili to ideali prikazivani u medijima, osobe iz njihove okoline u obliku uzora ili autoriteta, ili referentne grupe, vršnjaci i obitelj. Istraživanja pokazuju da stupanj internalizacije pozitivno povezan sa stupnjem u kojem se pojedinci upuštaju u socijalnu usporedbu (Russello, 2010.). Možda je ključno oslanjanje na referentne grupe jer osoba koristi norme grupe kao kriterije ili kao osnovu za samovrednovanje, samoevaluaciju, te kao izvor osobnih stavova, vrijednosti i ciljeva.

Istraživanja su pokazala značajnu povezanost između zadovoljstva izgledom, te obiteljskog i vršnjačkog utjecaja (Stormer i Thompson, 1995.; McCabe i Ricciardelli, 2003.; Rheanna i sur., 2007.).

Danas svjedočimo isprepletenosti ovih modela u fenomenu virtualnih društvenih mreža. Sve češće se skreće pažnja na neophodno proširivanje poimanja medijskog utjecaja s konvencionalnih medija (televizija, časopisi, internet) na sve više rastuće virtualne društvene mreže, kao što su Facebook, Instagram i Twitter (Choen i Blaszczynski, 2015.). Društvene mreže postale su učestaliji izvor informacija i medijskih sadržaja u odnosu na konvencionalne medije (Bair, Kelly, Serdar i Mazzeo, 2012.), a ključno je da su te informacije posredovane prijateljima i poznanicima. Virtualna stvarnost fenomen je u kojem osoba ima mogućnost prezentirati sebe s probranim brojem informacija i manipulirati dojmovima koje ostavlja na druge osobe, što nije slučaj u interakcijama licem-u-lice. Istraživanja koja su se usmjerila na razloge korištenja društvenih mreža zaključila su da je motiv korištenja društvenih mreža zadovoljenje potrebe za samoprezentacijom i potvrđivanjem (Nadkarni i Hofmann, 2012.). Specifičnost virtualnih društvenih mreža je ta da su interaktivne, korisnici objavljuju svoje fotografije, razmišljanja i dijele druge medijske sadržaje s drugima, a drugi korisnici to odobravaju ili ne odobravaju jednostavnim klikom na „like“ opciju ispod svake njihove objave. „Like“ opcija korisniku postaje mjera socijalne poželjnosti njegovog izgleda i ponašanja, to je povratna informacija koju on dobiva od svoje okoline o sebi. Haferkamp i Kramer (2011.) utvrdili su da iz tih razloga djevojke manipuliraju izgledom vlastitih fotografija (engl. selfie) koje objavljuju na svom Facebook profilu, te da je to manipulacija u smjeru objektivizacije tijela i društveno prezentiranih ideala ljepote. Nalazi istraživanja koje su proveli Sorokowski, Sorokowska i Pisanski (2015.) pokazali su da žene objavljuju selfije češće nego što ih objavljuju muškarci. U području samopoštovanja i korištenja društvenih mreža, Kalpidou, Costin, i Morris (2011.) dobili su da je veća aktivnost na Facebooku tj.



učestalost korištenja povezana s nižim samopoštovanjem. Paxton, Schutz, Wertheim i Muir (1999.) utvrdili su da ukoliko pojedinci prijatelji izražavaju opterećenost i zabrinutost oko vlastitog izgleda da je prediktivno da će se i kod samog pojedinca javiti sličan fenomen. Shodno tome, oni koji su korisnici Facebook-a imaju značajnije više rezultate na mjerama opterećenosti tjelesnim izgledom od onih koji to nisu (Tiggemann i Slater, 2013.). Cohen i Blaszczynski (2012.) demonstrirale su da veći utjecaj na vrednovanje vlastitog izgleda ima uspoređivanje s drugim korisnicima na Facebook-u nego s poznatim ličnostima. To možemo objasniti činjenicom da su češće ljudi iz naše okoline i ljudi sličniji nama referentna skupina pri samoevaluaciji (Festinger, 1954.). Također je potvrđena pretpostavka da postoji razvijena svijest o digitalnoj manipulaciji slikama poznatih ličnosti, dok za osobe koje su „sličnije nama“ to nije slučaj (Reaves, 2004; prema Cohen i Blaszczynski, 2015.).

Međutim, evidentno je da ne podliježu svi pojedinci jednako sociokulturnim pritiscima i upravo iz tog razloga istraživači naglašavaju važnost individualnih varijabli i nastoje identificirati potencijalne mehanizme koji bi se mogli povezati s većom podložnošću tim pritiscima. Istraživanja pokazuju da je nezadovoljstvo vlastitim izgledom multideterminiran fenomen. Spustili smo se kroz makro dimenziju medijskog utjecaja na mikrodimeziju vršnjačkog utjecaja i utjecaja okoline, što nas dovodi do obitelji kao potencijalno elementarnog faktora u razvoju pozitivne slike o vlastitom tijelu (Fulkerson, Strauss, Story, Boutelle, Leffert, Neumark-Sztainer, 2006.; Resnick, Harris i Blum, 1993.). Objašnjenje za spomenute razlike moguće je pronaći upravo u procesu izgradnje samopoštovanja. Roditeljski odgoj pridonosi oblikovanju djetetovog primarnog pojma o samome sebi, stoga se samopoštovanje razvija primarno u okviru obitelji (Lebedina-Manzoni, 2006.). Samopoštovanje (engl. self-esteem) je termin kojim se izražava globalno ili opće vrednovanje sebe, prema najcitiranijoj Rosenbergovoj definiciji, ono je pozitivna slika o samome sebi. Rosenbergova istraživanja (1995.) pokazala su da globalno samopoštovanje predstavlja

generalni zaštitni faktor vlastite vrijednosti. Ono, u većoj ili manjoj mjeri, održava nagon za samoodržanjem i vlastitim rastom te navodi osobu na aktivno traženje informacija koje potvrđuju njihovo samopoimanje i odbacivanje onih informacija koje prijete njihovom generalnom pogledu na sebe (Maslow, 1970.). Samopoštovanje predstavlja evaluativni aspekt osobe čija je uloga u strukturi samopoimanja suočavanje pojedinca s vanjskim informacijama (Lacković-Grgin, 1994.), stoga je globalno samopoštovanje protektivni faktor u procesu suočavanja s okolinom. Globalno samopoštovanje razvija se u ranoj školskoj dobi, pri čemu veliku ulogu imaju roditelji, te kroz život ostaje relativno stabilno, uz blagi pad u adolescenciji, što ih u tom periodu čini osobito ranjivima na poruke okoline (Berk, 2006.). Istraživanja su pokazala da je atmosfera u roditeljskom domu, konkretno roditeljski stil, ključan prediktivni faktor samopoštovanja u adolescentskoj dobi (Roberts i Bengtson, 1993.). Fenomen roditeljskog stila najčešće je proučavan kroz dimenzije topline (briga i podrška) i kontrole (stupanj uključenosti, rigidnosti ili popustljivosti) (Keresteš, Brković, Kuterovac Jagodić, Greblo, 2012.). Roditeljska podrška i toplina pokazale su se prediktivnim faktorima samopoštovanja (Brajša-Žganec, Raboteg-Šarić i Franc, 2000.). Crespo, Kielikowski, Jose i Pryor (2009.) potvrdili su pozitivnu povezanost obiteljskog prihvaćanja sa zadovoljstvom izgledom kod adolescentica, a iste nalaze dobili su i Archibald, Graber i Brooks-Gunn (1999.). Osobe koje su u obitelji imale nisku razinu topline ostvaruju niže rezultate na mjerama samopoštovanja, što ih, postoji pretpostavka, čini podložnijima utjecaju medija i okoline u adolescentskoj dobi (Resnick, Harris i Blum, 1993.). Istraživanjem Ackarda i suradnika (2006.) utvrđeno je da djevojčice koje odnos s roditeljima percipiraju negativnije vrednuju mišljenje vršnjaka više od mišljenja roditelja, što ih, postoji pretpostavka, čini podložnijim učinku socijalne usporedbe. Djevojčice su socijalizirane u smjeru da tendiraju ostvarivanju bliskih odnosa i osjetljivije su na međuljudske odnose te s toga na njih osobito nepovoljno djeluje narušena obiteljska komunikacija, što za posljedicu može imati negativne

osjećaje prema sebi i upuštanje u socijalnu usporedbu (Taniguchi i Aune, 2013.). Djeca od najranije dobi internaliziraju norme i vrijednosti te stvaraju pozitivan ili negativan stav o sebi, a prvi doticaj sa „značajnim drugima“ su upravo roditelji (Sioux, 2009 prema McKay, 2013.). Iz tog razloga, smanjeno samopoštovanje nastalo u ranoj adolescenciji može učiniti djevojke osobito osjetljivima na kulturne poruke koje im obećavaju socijalno prihvaćanje kroz „pravilan“ izgled. Za mlade ljude s niskim samopoštovanjem vjerojatnije je da će manifestirati poremećaj slike vlastitog tijela u odnosu na one s visokim samopoštovanjem (Lacković-Grgin, 1994.). Istraživanje Twamleya i Davisa (1999.) pokazalo je da samo vjerovanje da je tijelo odgovarajuće forme i veličine, bez obzira na stvaran izgled, može spriječiti razvoj nezadovoljstva tjelesnim izgledom, čemu pridonosi visoka razina samopoštovanja. Ispitanici s visokim samopoštovanjem otporniji su na utjecaje okoline pa tako iskazuju i niži stupanj internalizacije sociokulturnih utjecaja u smjeru poželjnog tjelesnog izgleda (Russello, 2010.). Bitno je naglasiti da je stupanj internalizacije ovisan o inicijalnoj razini samopoštovanja, s time da ishod vlastite samoevaluacije, koja je ovisna o inicijalnoj razini samopoštovanja, može povratno utjecati na to isto samopoštovanje – pozitivno, ali i negativno (Zurbriggen i sur., 2010; Russello, 2010.). Impett, Tracy i Michael (2006.) pokazali su da u osmom razredu djevojke koje više objektiviziraju svoja tijela imaju znatno niže samopoštovanje. Teorijsko polazište ovog istraživanja uzima u obzir mogućnost da su upravo obitelj i rana socijalizacija ključni za razvoj generalnog samopoštovanja, koji bi mogao biti najznačajniji protektivni faktor u riziku nastanka nezadovoljstva vlastitim izgledom kod adolescentica (Sioux, 2009.; prema McKay, 2013.). Naša hipoteza je da globalno samopoštovanje djeluje kao protektivni faktor, tj. da su ispitanici s visokim samopoštovanjem otporniji na utjecaje okoline, pa tako iskazuju i niži stupanj internalizacije sociokulturnih utjecaja u smjeru poželjnog tjelesnog izgleda, što pridonosi pozitivnijoj slici o vlastitom fizičkom izgledu.

U prilog takvom teorijskom modelu ide i *Everybody's Different program* (Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.) pilot program prevencije nezadovoljstva vlastitim izgledom u švedskim osnovnim školama. Ideja projekta bila je da se poboljšanjem samopoštovanja školske djece može poboljšati i odnos prema vlastitom tijelu (engl. body image). Rezultati su pokazali da su djeca obuhvaćena programom po završetku iskazivala znatno više stupnjeve zadovoljstva vlastitim tjelesnim izgledom, te manje važnosti pridavala fizičkom izgledu i vršnjačkom utjecaju u odnosu na kontrolnu skupinu. Takvi rezultati upućuju na mogućnost utjecanja na adolescentsku podložnost vršnjačkim i sociokulturnim pritiscima u smjeru poželjnog tjelesnog izgleda. Autori programa (Ghaderi i sur., 2005.) naglašavaju da je nužno premjestiti fokus s direktnog djelovanja na percepciju vlastitog izgleda na kognitivne promjene u vjerovanjima, vrijednostima i stavovima prema samome sebi u cijelosti (engl. social cognitive theory). Vrlo se djelotvornim za poboljšanje zadovoljstva vlastitim tjelesnim izgledom pokazalo i uključivanje roditelja u program. Približno jednako uspješan program proveden je i u australskim srednjim školama (O'Dea i Abraham, 2000.). Dosadašnji programi s fokusom na percepciju vlastitog tjelesnog izgleda nisu polučili tako značajne rezultate iz razloga što su se uglavnom fokusirali na predavanja o opasnostima držanja dijeta, pretjeranog vježbanja i rizicima razvoja poremećaja percepcije vlastitog tijela (Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.).

### ***Cilj i svrha istraživanja***

Postavke sociokulturnog modela razvoja nezadovoljstva vlastitim izgledom potvrđene su brojnim inozemnim istraživanjima (Heinberg i Thompson, 1995.; Tiggeman i Pickering, 1996.; McCabe i Ricciardelli, 2003.; Rheanna, Ludden i Lally, 2007.). Cilj ovog istraživanja proširivanje je analize s konvencionalnih medija (TV i film) na nove, virtualne medije, poput

društvenih mreža, te provjera da li obiteljska socijalizacija, konkretno roditeljska toplina i kontrola, djeluju na samopoštovanje adolescentica, te da li je viša razina samopoštovanja protektivni faktor za internalizaciju medijskih sadržaja (samo-objektivizaciju), koja pridonosi razvoju nezadovoljstva vlastitim izgledom.

Istraživanje je poglavito analitičko, a ne deskriptivno, jer testira model odnosa među temeljnim dimenzijama (obiteljska socijalizacija – samopoštovanje – zadovoljstvo izgledom) koji, prema našim saznanjima, još nije bio provjeren u cjelini. Praktična važnost ove studije mogla bi biti implementacija spoznaja stečenih istraživanjem u školske i izvanškolske programe usmjerene na prevenciju štetnih posljedica medijske idealizacije i naglašavanja važnosti tjelesnog izgleda. Očekivani rezultati upućivali bi na mogućnost utjecanja, izgradnjom stabilnog samopoštovanja od najranije dobi, na adolescentsku podložnost vršnjačkim i sociokulturnim pritiscima u smjeru poželjnog tjelesnog izgleda. Uz obitelj, u izgradnji samopoštovanja mladih ljudi važnu ulogu može imati i obrazovni sustav (O'Dea i Abraham, 2000.; Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.).

### ***Hipoteze***

Hipoteze formirane na osnovi dosadašnjih nalaza su slijedeće. Naša prva hipoteza je da postoji negativna povezanost korištenja društvenih mreža i zadovoljstva tjelesnim izgledom iz razloga što su društveni ideali ljepote posredovani drugim korisnicima društvenih mreža te da je taj odnos posredovan internalizacijom ideala tjelesnog izgleda (Heinberg i Thompson, 1995.; Tiggeman i Pickering, 1996.; McCabe i Ricciardelli, 2003.; Rheanna i sur., 2007.). Druga hipoteza je da je odnos između internalizacije i zadovoljstva izgledom posredovan samo-nadzorom, odnosno usredotočenošću na vlastiti izgled (Tiggemann i Slater, 2013.). Prema trećoj hipotezi, samopoštovanje moderira odnos između internalizacije

društvenih ideala ljepote i zadovoljstva tjelesnim izgledom (Zurbriggen i sur., 2010.; Russello, 2010.), tj. da globalno samopoštovanje djeluje kao protektivni faktor pri internalizaciji sociokulturnih utjecaja u smjeru poželjnog tjelesnog izgleda, što pridonosi pozitivnijoj slici o vlastitom tjelesnom izgledu. Četvrtu hipotezu čini očekivanje prema kojem samopoštovanje počiva na obiteljskoj socijalizaciji, odnosno da obiteljski stil i obiteljska atmosfera doprinose objašnjenju varijance samopoštovanja (Roberts i Bengston, 1993.).

## **Metodologija**

### ***Sudionici***

Istraživanje je obuhvatilo 2241 učenika (58% učenica) drugih razreda srednjih škola u gradu Zagrebu i Zagrebačkoj županiji. Od ukupno 90 srednjih škola, u uzorku se nisu našle škole s malim brojem učenika te one čiji ravnatelji/ce nisu dali pristanak za ulazak istraživača u školu. Istraživanjem je tako obuhvaćeno 59 srednjih škola s ukupno 9821 učenika drugih razreda. Prosječna dob sudionika iznosila je 16,2 godine (SD = 0,5). Prema udjelu sudionika u gimnazijama, odnosno stručnim školama, struktura uzorka podudara se s populacijom. 95%-tni interval pouzdanosti za proporciju populacije učenika gimnazija Grada Zagreba i Zagrebačke županije iznosio je 32,59 - 36,55, dok je u istraživanju Instituta za društvena istraživanja u Zagrebu (Baranovic, Doolan, Jugović, Klepač, Košutić i Puzić, 2015.) iznosio 33,07 - 41,67; budući da se navedeni intervali pouzdanosti preklapaju, razlika između njih nije značajna. S obzirom na to da smo u ovom radu usmjereni na učenice, analize koje slijede temelje se na poduzorku od 1301 učenice.

### ***Postupak provedbe istraživanja***

Podaci su prikupljeni u sklopu prvog vala longitudinalne (panel) studije “Prospective Biopsychosocial Study of the Effects of Sexually Explicit Material on Young People 's Sexual Socialization and Health” (PROBIOPS), čiji je cilj utvrditi moguće utjecaje seksualiziranih medija na seksualnu socijalizaciju, reproduktivno zdravlje i emocionalnu dobrobit adolescenata. Etičko povjerenstvo za znanstveno-istraživački rad Filozofskog fakulteta izdalo je dopusnicu za provedbu istraživanja 2. lipnja 2014. godine, a istraživanje financira Hrvatska zaklada za znanost.

Anketiranje vezano uz prvi val PROBIOPS studije započelo je 10. travnja i završilo 8. svibnja 2015. godine. U tom razdoblju suradnici istraživačkog tima posjetili su svaku školu u uzorku i u svim drugim razredima podijelili letke s informacijama o istraživanju (za učenika/cu i njihove roditelje) te molbom za sudjelovanje. Ukupno je distribuirano 7.396 letaka. Pri podjeli letaka suradnici su dodatno upoznali učenike sa svrhom i pojedinostima istraživanja te im dali uputu o registraciji na online stranicu projekta. Pritom je naglašena povjerljivost i anonimnost podataka, kao i dobrovoljnost sudjelovanja. Svaki letak sadržavao je upute o online registraciji i jedinstveni osobni kod.

Na poziv je odgovorilo 2.655 učenika, koji su se registrirali i ispunili online upitnik (stopa odaziva od 36%). Nakon čišćenja podataka, 414 ispitanika isključeno je iz daljne obrade podataka. Ispunjavanje upitnika trajalo je u prosjeku 17 minuta. Upitnik je sadržavao četiri dijela: sociodemografski dio, dio o psihosocijalnim obilježjima sudionika, dio o konzumaciji seksualiziranih medija te dio o seksualnim ponašanjima. Na kraju upitnika, sudionicima je ponuđena mogućnost kontaktiranja udruge Hrabri telefon, u slučaju da su tijekom ispunjavanja osjetili uznemirenost.

## ***Mjerni instrumenti***

Za potrebe konstrukcije upitnika korišteni su validirani, domaći ili međunarodni, složeni indikatori. Prije provedbe istraživanja, u odabranim skalama napravljene su manje prilagodbe, uključujući i kraćenja, kako bi što bolje odgovarale potrebama longitudinalnog istraživanja. Prije početka istraživanja, 23. veljače 2015, provedeno je pilot istraživanje pouzdanosti pojedinih skala na učenicima četvrtih razreda Gimnazije Sisak.

Kako bi se ispitao stupanj samopoštovanja ispitanica, u istraživanju je korištena *Kratka skala samopoštovanja*, skraćena verzija *Self-Description Questionnaire* (Marsh i O'Neill, 1984.) namijenjena mjerenju globalnog samopoštovanja. Globalno samopoštovanje termin je kojim se izražava generalno pozitivna slika o samome sebi (Berk, 2006.). Složeni indikator uključio je četiri čestice s priloženom skalom procjene od pet stupnjeva (od 1 - *Uopće se ne odnosi na mene* do 5 - *U potpunosti se odnosi na mene*). Čestice su formulirane u obliku jednostavnih tvrdnji u prvom licu: *Općenito, volim sebe takvu kakva sam.; Imam mnogo vrline.* Faktorska analiza ukazala je na jednodimenzionalnost indikatora, a testiranje njegove unutarnje konzistencije rezultiralo je zadovoljavajućom pouzdanošću (Cronbachov  $\alpha = 0,84$ ). Veći rezultat na skali odražava viši stupanj samopoštovanja sudionika.

Za procjenu usvojenosti društvenog, medijski posredovanog, ideala o poželjnom tjelesnom izgledu od strane ispitanica koristili smo skraćenu verziju *subskale internalizacije* (*Sociocultural Attitudes Toward Appearance Scale – SATAQ - Internalization subscale*; Thompson i sur., 2004.). Složeni indikator uključio je četiri čestice formulirane u obliku jednostavnih tvrdnji u prvom licu: *Željela bih da moje tijelo izgleda poput tijela filmskih glumaca i modela iz časopisa.; Uspoređujem svoj izgled s izgledom popularnih osoba (celebrities).* s priloženom ljestvicom procjene od pet stupnjeva (od 1 - *Uopće se ne slažem* do 5 - *U potpunosti se slažem*). Veći rezultat na skali odražava viši stupanj internalizacije



medijski nametnutih ideala o poželjnom fizičkom izgledu ispitanika. To bi značilo da ispitanici te ideale procesom internalizacije usvajaju kao svoje osobne, te vrše vrednovanje vlastitog izgleda na osnovu njih (Gardner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.). Instrument se pokazao jednodimenzionalnim i prihvatljive pouzdanosti (Cronbachov  $\alpha = 0,77$ ).

*Skala zadovoljstva tjelesnim izgledom za adolescente i odrasle (Body Esteem Scale for Adolescents and Adult -BESSA; Mendelson, Mendelson i White, 2001.)* je instrument namijenjen ispitivanju zadovoljstva tjelesnim izgledom. U ovom istraživanju koristili smo skraćenu verziju *subskale izgleda (Appearance subscale)*, kako bismo ispitali mišljenja i osjećaje ispitanica o vlastitom tjelesnom izgledu. Složeni indikator uključio je četiri čestice s priloženom skalom procjene od pet stupnjeva (od 1 - *Uopće se ne slažem* do 5 - *U potpunosti se slažem*). Čestice su formulirane u obliku jednostavnih tvrdnji u prvom licu: *Izgledam lijepo baš kao što bih željela.; U mome izgledu postoje mnoge stvari koje bih promijenila da mogu.* Veći rezultat na skali odražava veće zadovoljstvo vlastitim izgledom. Instrument se pokazao jednodimenzionalnim i zadovoljavajuće pouzdanosti (Cronbachov  $\alpha = 0,85$ ).

Kao mjera stupnja objektiviziranja tijela, tj. stupnja samo-nadzora u istraživanju je korištena *subskala samo-nadzora (Body Surveillance subscale) Skale objektiviziranja tijela za adolescente (Objectified Body Consciousness Scale for Adolescents; Lindberg, Hyde i McKinley, 2006.)*, kako bismo ispitali stupanj opterećenosti ispitanica vlastitim izgledom (samo-nadzor). Samo-nadzor se manifestira kao učestalo razmišljanje o vlastitom izgledu, provjeravanje i procjenjivanje vlastitog izgleda na temelju toga kako osoba misli da ju vide drugi ljudi. Složeni indikator uključio je četiri čestice s priloženom skalom procjene od pet stupnjeva (od 1 - *nikad* do 4 - *uvijek*). Čestice su formulirane u obliku jednostavnih tvrdnji u prvom licu: *Brine me kako izgledam drugim ljudima.; Tijekom dana učestalo razmišljam kako*

*izgledam*. Veći rezultat na skali odražava viši stupanj opterećenosti vlastitim izgledom. Instrument se pokazao jednodimenzionalnim i prihvatljive pouzdanosti (Cronbachov  $\alpha = 0,77$ ).

Kao mjeru roditeljskog odgojnog stila preuzeli smo dvije subskale, *subskalu topline* i *subskalu autonomije* iz *Upitnika roditeljskog ponašanja* (URP29; Keresteš i sur., 2012.) te indikator *roditeljske kontrole*, razvijen u istraživanju *HIV/AIDS i mladi - Hrvatska 2005* (Štulhofer, Ajduković, Božičević, Kufrin, 2005.). Svaka od subskala sadrži četiri čestice. Dimenzija topline odnosi se na roditeljsko pokazivanje ljubavi, prihvaćanje i bliskost: *Moji roditelji mi pokazuju da me vole.*; *Roditelji mi poklanjaju puno pažnje*. Dimenzija autonomije odnosi se na roditeljsko poštovanje djetetova izbora i uvažavanje njegove psihološke neovisnosti: *Roditelji me uvažavaju i poštuju.*; *Roditelji me potiču da mislim svojom glavom.*, a dimenzija kontrole odnosi se na roditeljski nadzor i poznavanje djetetovih aktivnosti: *Moji roditelji uvijek znaju gdje sam.*; *Moji roditelji znaju s kim se družim*. Pridružena ljestvica procjene, u kojoj su mjeri opisana roditeljska ponašanja karakteristična za ispitaničine roditelje, ljestvica je od pet stupnjeva (od 1 - *nikada ili gotovo nikada* do 5 - *uvijek ili gotovo uvijek*). Veći rezultat na skali odražava viši stupanj roditeljske topline/autonomije/ kontrole. Cronbach alfa za subskalu topline iznosio je = 0,86, za subskalu autonomije = 0,77, a za subskalu kontrole = 0,89.

*Obiteljska atmosfera* ispitana je tročestičnim indikatorom. Ispitanice se pitalo koliko su se u njihovoj obitelji u posljednjih dvanaest mjeseci događale žestoke svađe, nasilno ponašanje i ignoriranje. Pridružena ljestvica procjene je peterotomska (od 1 - *nikad* do 5 - *često*). Instrument se pokazao jednodimenzionalnim i zadovoljavajuće pouzdanosti (Cronbachov  $\alpha = 0,71$ ).

*Učestalost upotrebe društvenih mreža* kao što su Facebook, Instagram i slične, ispitana je jednočestičnim instrumentom u kojem se tražilo da sudionica u padajućem meniju označi broj sati dnevno (od 0 do 3 ili više) koje provede na tim mrežama. S obzirom na to da je Kolmogorov-Smirnovljevim i Shapiro-Wilkovim testom ustanovljeno značajno odstupanje od normalne distribucije, s tendencijom grupiranja rezultata prema višim vrijednostima, varijablu stoga nismo koristili kao kontinuiranu varijablu već smo ju kategorizirali u četiri kategorije (*dummy* varijable), pri čemu smo četvrtu varijablu koristili kao referentnu varijablu u analizi. Kategorizirane varijable su: korištenje društvenih mreža do jednog sata, dva sata, tri sata, i referentna varijabla, četiri ili više sati dnevno. Indikator je u analizi korišten kao nezavisna varijabla.

*Samoiskaz sudionica o visini i težini* korišten je kako bi se izračunao *Indeks tjelesne mase-ITM (Body Mass Index-BMI)*; tjelesna težina izražena u kilogramima podijeljena s kvadratom tjelesne visine izražene u metrima). Riječ je o mjeri kojom procjenjujemo je li osoba težine koja se smatra optimalnom ili je ispod, odnosno iznad tih vrijednosti. Istraživanja su pokazala kako je povezanost između stvarne težine i visine te njihovih prijavljenih vrijednosti visoka (iznad 0,95; usp. Brooks-Gunn, 1987.) – što ITM čini valjanom mjerom. Kategorije indeksa tjelesne mase (pothranjenost, normalna tjelesna težina, prekomjerna tjelesna težina i pretilost) prilagodili smo dobi i spolu (Centers for Disease Control and Prevention, 2015.).

## *Statistička analiza*

U prvom koraku, Kolmogorov-Smirnovljevim i Shapiro-Wilkovim testom provjeren je normalitet distribucija svih korištenih varijabli te je ustanovljeno da ne odstupaju značajno od normalne distribucije. Zatim smo ispitali i testirali značajnost interkorelacija svih varijabli od interesa. Korištene varijable međusobno su nisko do umjereno povezane, pri čemu je evidentan izostanak multikolinearnosti koja je jedan od preduvjeta za provedbu multiple regresijske analize.

Kako bismo testirali postavljene hipoteze, proveli smo četiri višestruke hijerarhijske linearne regresijske analize. Tri od četiri primijenjene regresijske analize provedene su u dva koraka, pri čemu su evidentirane promjene u veličini rastumačene varijance zavisne varijable (vezane uz uvođenje novih prediktorskih varijabli u regresijsku jednadžbu). Prvom hijerarhijskom regresijskom analizom nastojali samo ispitati da li učestalost korištenja društvenih mreža doprinosi objašnjenju varijance zadovoljstva izgledom (prvi korak) te da li je taj odnos posredovan internalizacijom ideala tjelesnog izgleda (drugi korak). Drugim riječima, testirali smo medijacijski efekt internalizacije. Potvrđivanje medijacije podrazumijeva smanjivanje ili nestajanje značajne povezanosti između nezavisne i zavisne varijable nakon uvođenja druge nezavisne varijable (medijator) (usp. Baron i Kenny, 1986.). Drugom hijerarhijskom regresijskom analizom provjerili smo pretpostavku da je odnos između internalizacije i zadovoljstva izgledom posredovan samo-nadzorom, tj. da je samo-nadzor medijacijska varijabla u tumačenju odnosa između internalizacije i zadovoljstva izgledom (kriterij). Trećom regresijskom analizom pokušali smo utvrditi da li je samopoštovanje moderator odnosa internalizacije i zadovoljstva izgledom. Utvrđivanje moderatorskog učinka samopoštovanja u našem slučaju značilo bi da samopoštovanje mijenja smjer ili jačinu odnosa između internalizacije i zadovoljstva izgledom. Moderacijski efekt se

ispituje uvođenjem tzv. interakcijske varijable (umnožak prediktora i pretpostavljenog moderatora) u drugom koraku interakcije. Značajan doprinos interakcijske varijable predikciji kriterijske potvrđuje moderaciju (Baron i Kenny, 1986.). Posljednjom regresijskom analizom, koja je provedena u jednom koraku, nastojali smo utvrditi kakvu ulogu ima roditeljska socijalizacija u objašnjenju varijable samopoštovanja, tj. da li su obiteljski stil i obiteljska atmosfera značajni prediktori samopoštovanja. Kao kontrolna varijable, indeks tjelesne mase uvršten je u sve regresijske modele.

Svi navedeni postupci provedeni su uporabom statističkog programa SPSS 21.0.

## **Rezultati**

### ***Utjecaj korištenja društvenih mreža na zadovoljstvo izgledom i medijacijski efekt internalizacije ideala tjelesnog izgleda***

Hijerarhijska regresijska analiza omogućava provjeru specifičnog doprinosa učestalosti korištenja društvenih mreža, odnosno internalizacije ideala tjelesnog izgleda, tumačenju zadovoljstva tjelesnim izgledom. U regresiju smo u prvom koraku analize uključili tri kategorizirane varijable učestalosti korištenja društvenih mreža, koje smo zatim interpretirali u odnosu na četvrtu, referentnu varijablu, i varijablu indeks tjelesne mase, kao kontrolnu varijablu. Korištenje društvenih mreža do jednog sata dnevno ( $\beta = -0,08$ ;  $p < 0,01$ ), kao i kontrolna varijabla ( $\beta = -0,14$ ;  $p < 0,01$ ) pokazali su se statistički značajnim prediktorima zadovoljstva tjelesnim izgledom. Sudionici koji na društvenim mrežama provode do sat vremena dnevno značajno su zadovoljniji u odnosu na referentnu kategoriju, to jest sudionike koji provode četiri i više sati dnevno.

U drugom koraku, uključili smo i varijablu internalizacije ideala tjelesnog izgleda kao mogući medijator utjecaja korištenja društvenih mreža na zadovoljstvo tjelesnim izgledom. S obzirom na nestanak statističke značajnosti učestalosti korištenja društvenih mreža nakon uvođenja internalizacije, koja se pokazala značajno povezana s kriterijem ( $\beta = -0,36$ ;  $p < 0,01$ ), zaključujemo kako je riječ o potpunoj medijaciji. Važno je uočiti kako je uvođenje medijacijske varijable povećalo udio protumačene varijance zavisne varijable s 2% na 15%. Iz tablice 1 vidljivo je kako su i uporaba mreža i internalizacija ideala tjelesnog izgleda negativno povezani sa zadovoljstvom tjelesnim izgledom.

#### TABLICA 1 OTPRILIKE OVDJE

##### ***Doprinos internalizacije ideala tjelesnog izgleda zadovoljstvu izgledom i medijacijska uloga samo-nadzora.***

U regresiju smo u prvom koraku analize uključili varijablu internalizacije ideala tjelesnog izgleda te varijablu indeksa tjelesne mase kao kontrolnu varijablu. Oba indiktor ( $\beta = -0,36$ ,  $p < 0,01$  te  $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,01$ ) bila su značajno povezana s kriterijem (model je protumačio 15% varijance). Uvođenjem varijable samo-nadzora u drugom koraku analize, standardizirani regresijski koeficijent internalizacije se smanjio, ali je ostao statistički značajan ( $\beta = -0,26$ ;  $p < 0,01$ ). S obzirom da se samo-nadzor pokazao značajnim prediktorom ( $\beta = -0,19$ ;  $p < 0,01$ ), riječ je o djelomičnoj medijaciji koja je povećala udio protumačene varijance zavisne varijable na 17,5%. Značajnost djelomične medijacije provjerili smo Sobelovim testom za značajnost medijacije pri čemu je značajnost djelomičnog medijacijskog utjecaja samo-nadzora potvrđena ( $z = -6,27$ ;  $p < 0,01$ ). Rezultati prikazani u tablici 2

pokazuju da sudionice koje iskazuju veću internalizacija ideala tjelesnog izgleda i samonadzora iskazuju i niže zadovoljstvo tjelesnim izgledom.

#### TABLICA 2 OTPRILIKE OVDJE

##### *Samopoštovanje kao moderator odnosa između internalizacije i zadovoljstva tjelesnim izgledom*

Uz kontrolu vrijednosti indeksa tjelesne mase, u prvom koraku regresijske analize prikazane u tablici 3 provjerili smo jedinstveni doprinos internalizacije i samopoštovanja zadovoljstvu tjelesnim izgledom. Povezanost internalizacije i zadovoljstva izgledom je negativna ( $\beta = -0,26$ ;  $p < 0,01$ ), dok je povezanost samopoštovanja i zadovoljstva izgledom pozitivna ( $\beta = -0,55$ ;  $p < 0,01$ ) i zajedno su protumačile 42% varijance kriterija. U drugom koraku ispitali smo moderatorski učinak samopoštovanja, odnosno mijenja li samopoštovanje odnos između internalizacije i zadovoljstva izgledom. Odbacujući pretpostavku o moderacijskom utjecaju, interakcijska varijabla samopoštovanja i internalizacije, uvedena u trećem koraku, nije se pokazala značajno povezanom s kriterijem ( $\beta = -0,13$   $p > 0,05$ ).

#### TABLICA 3 OTPRILIKE OVDJE

##### *Doprinos roditeljskog stila i obiteljske atmosfere tumačenju samopoštovanja sudionica*

Kao što pokazuje tablica 4, u regresijsku smo analizu uključili tri indikatora roditeljskih stilova (autonomija, toplina i kontrola) te indikator obiteljske atmosfere. Kao i u

dosadašnjim analizama, indeks tjelesne mase uvršten je kao kontrolna varijabla. Statistički značajnim prediktorima pokazale su se samo roditeljska toplina ( $\beta = -0,26$ ;  $p < 0,01$ ) i obiteljska atmosfera ( $\beta = -0,07$ ;  $p < 0,05$ ), čime je protumačeno 11% varijance zavisne varijable. Samopoštovanje se pokazalo povezano s većom roditeljskom toplinom te pozitivnijom obiteljskom atmosferom.

#### TABLICA 4 OTPRILIKE OVDJE

### **Rasprava**

Ovim istraživanjem nastojali smo proširiti primjenu sociokulturnog modela s analize konvencionalnih medija na virtualne medije, konkretno društvene mreže i testirati model razvoja nezadovoljstva izgledom s detekcijom mogućih protektivnih faktora. U ovom istraživanju potvrđena je visoka razina uporabe društvenih mreža. Gotovo svi sudionici u ovom istraživanju (više od 95 %) koriste društvene mreže, u prosjeku 2,6 sati dnevno, što je u skladu s nalazima o europskim trenovima u adolescentskoj populaciji (usp. Tsitsika, Tzavela, Janikian, Olafsson, Iordache, Schoenmakers i Richardson, 2014.), stoga je opravdano govoriti o virtualnim medijima kao o novoj kategoriji medija unutar sociokulturnog modela. Naše istraživanje podupire postavke sociokulturnog modela (Gardner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.), s obzirom da je u našem uzorku upotreba društvenih mreža bila povezana s nezadovoljstvom izgledom i to putem internalizacije ideala tjelesnog izgleda. Također, pokazalo se da je odnos između internalizacije i zadovoljstva izgledom djelomično posredovan samo-nadzorom, što je u skladu s teorijom objektivizacije (Fredrickson i Roberts, 1997.).



Razumijevanje postojećeg modela pokušali smo proširiti uvodeći ulogu samopoštovanja. Međutim, nije potvrđen moderatorski utjecaj samopoštovanja na odnos između internalizacije ideala i zadovoljstva izgledom. Bez obzira, samopoštovanje se pokazalo utjecajnim prediktivnim faktorom zadovoljstva izgledom. Istraživanjem je također utvrđeno da obiteljska socijalizacija, konkretno roditeljska toplina i pozitivna obiteljska atmosfera, djeluju na samopoštovanje adolescentica, pri čemu su viši stupanj roditeljske topline i pozitivnija atmosfera povezani s višim samopoštovanjem adolescentica.

### ***Upotreba društvenih mreža, zadovoljstvo izgledom i internalizacija ideala tjelesnog izgleda***

Rezultati našeg istraživanja pokazali su da postoji niska negativna povezanost između učestalog korištenja društvenih mreža i zadovoljstva izgledom te da internalizacija ideala tjelesnog izgleda u potpunosti posreduje odnos između korištenja društvenih mreža i nezadovoljstva izgledom, čime je u potpunosti potvrđena naša prva hipoteza. Osobe koje provode do sat vremena dnevno na društvenim mrežama zadovoljnije su vlastitim izgledom u odnosu na one koje provode četiri ili više sati. Rezultati istraživanja upućuju na mogućnost postojanja tzv. kritičnog praga, jer je značajan učinak korištenja društvenim mrežama uočen samo na krajevima spektra vremenskog intervala, pri čemu su sudionice s učestalošću korištenja do jedan sat dnevno zadovoljnije vlastitim izgledom, a one koje koriste četiri ili više sati to nisu. Kod sudionica koje društvene mreže koriste između tih vremenskih intervala, tj. dva do tri sata dnevno, nije uočen značajan učinak na zadovoljstvo vlastitim izgledom. Sociokulturni model predlaže postojanje društveno konstruiranih ideala tjelesnog izgleda koji se reproduciraju putem masovnih medija te ih pojedinci procesom internalizacije usvajaju kao svoje osobne i vrše vrednovanje vlastitog i tuđeg tjelesnog izgleda na osnovu njih (Gardner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.). Rezultati našeg istraživanja potvrđuju da je veća

izloženost medijskim sadržajima povezana s izraženijim simptomima internalizacije medijskih ideala, čija je posljedica razvoj nezadovoljstva vlastitim izgledom, a takav efekt osobito je zamijećen u adolescentskoj populaciji u razdoblju formiranja identiteta., što je u skladu i s dosadašnjim istraživanjima (Heinberg i Thompson, 1995.; Tiggeman i Pickering, 1996.; McCabe i Ricciardelli, 2003.; Rheanna, Ludden i Lally, 2007.; de Vries, Peter, de Graaf i Nikken, 2014.). Društvene mreže postaju sve zastupljeniji agent u promicanju društvenih ideala tjelesnog izgleda i objektivizirajućeg pogleda na žensko tijelo u odnosu na konvencionalne medije (Bair, Kelly, Serdar i Mazzeo, 2012.), a ono što ih čini osobito utjecajnim jest to što su te informacije posredovane prijateljima i poznicima pri čemu uključuju dva od tri formativna utjecaja na razvoj slike o vlastitom tijelu (Keery i sur., 2004.).

### ***Internalizacija ideala tjelesnog izgleda, samo-nadzor i zadovoljstvo izgledom***

Naši su nalazi potvrdili kako je odnos između internalizacije i zadovoljstva izgledom djelomično posredovan samonadzorom, čime je potvrđena naša druga hipoteza. Rezultat je u skladu s nalazima ranijih istraživanja (Erchull, Liss i Lichiello, 2015.; Tiggemann i Slater, 2013.). Objašnjenje takvog mehanizma možemo naći u teoriji objektivizacije (Fredrickson i Roberts, 1997.) koja najdirektnije opisuje proces internalizacije kulturnih, medijski posredovanih, ideala tjelesnog izgleda. Tradicionalno, društvene norme modeliraju određene rodne uloge muškaraca i žena, a norme zapadnih kultura socijaliziraju ženske individue da sebe definiraju u terminima vlastitog tijela i konstantno upravljaju vlastitim izgledom i izgledom izoliranih dijelova tijela, a ne doživljajem cjelokupne vlastite osobe, što se smatra objektivizirajućim pogledom na vlastito tijelo (Stevens Aubrey, 2006.). Upravo to upravljanje vlastitim izgledom, samo-nadzor, primarna je kognitivna i bihevioralna manifestacija objektivizirajućeg pogleda na vlastito tijelo (Lindberg i sur., 2007.). Obilježava ga konstantno

razmišljanje, provjeravanje i podešavanje vlastitog izgleda, kako bi ono bilo u skladu s kulturnim očekivanjima. U skladu s dosadašnjim istraživanjima (Calogero i sur., 2011.), u našem istraživanju potvrđeno je da osobe koje postižu više rezultate na mjerama internalizacije, također postižu i više rezultate na mjerama samo-nadzora i nezadovoljnije su vlastitim izgledom. Procesom internalizacije ideala djevojčice zapravo internaliziraju objektivizirajući pogled na vlastito tijelo, a viši stupanj objektivizacije djevojke čini podložnijima daljnjoj intenalizaciji tih (objektivizirajućih) ideala.

### ***Internalizacija ideala tjelesnog izgleda, samopoštovanje i zadovoljstvo izgledom***

Naša treća hipoteza, da samopoštovanje moderira odnos između internalizacije društvenih ideala ljepote i zadovoljstva izgledom (Zurbriggen i sur., 2010; Russello, 2010.), nije potvrđena. Kao i u dosadašnjim istraživanjima (Green i Pritchard, 2003.; Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.), samopoštovanje se pokazalo kao značajan prediktivni faktor zadovoljstva izgledom, na način da su samopouzdanije sudionice iskazale značajno veći stupanj zadovoljstva vlastitim tjelesnim izgledom. Na temelju prijašnjih istraživanja, valja naglasiti kako se ta povezanost može interpretirati u oba smjera (Dohn i Tiggemann, 2006.), samopoštovanje može imati za posljedicu veće zadovoljstvo izgledom, ali i zadovoljstvo izgledom može generirati samopoštovanje. Prema našim analizama, samopoštovanje nije protektivni faktor pri internalizaciji medijskih sadržaja i objektivizirajućeg pogleda, ali pridonosi pozitivnijoj procjeni vlastitog izgleda. Moguće objašnjenje upućuje na distinkciju između globalnog i specifičnog samopoštovanja. Rosenberg, Schooler, Schoenbach i Rosenberg (1995.) naglašavaju i empirijski potvrđuju nalaze o bitnoj razlici između globalnog samopoštovanja (engl. *global self-esteem*) i specifičnog samopoštovanja (engl. *specific self-esteem*), pri čemu je prvo pozitivna slika o samome sebi i razvija se u ranoj školskoj dobi te

kroz život ostaje relativno stabilna (Berk, 2006.). Specifično samopoštovanje – primjerice, ono koje počiva na zadovoljstvu vlastitim izgledom – možemo promatrati kao facetu globalnog samopoštovanja.

Rosenbergova (1995.) istraživanja pokazala su da je specifično samopoštovanje primjenjivije na konkretne životne situacije i parcijalne samoprocjene, dok globalno samopoštovanje predstavlja generalni zaštitni faktor vlastite vrijednosti. Nalazi dosadašnjih istraživanja sugeriraju kako je objektivizacija prvenstveno vezana za definiciju individue o samoj sebi u eksternom, tjelesnom smislu, i ne mora utjecati na ukupnu procjenu vlastite osobnosti (Aubrey, 2006.). Što više samopoštovanje osobe počiva na internoj definiciji, u odnosu na eksternu, specifično samopoštovanje, ono vezano uz tjelesnost, manje će utjecati na opće. Što bi značilo da osobe visokog samopoštovanja internaliziraju ideale tjelesnog izgleda i da oni utječu na njihovo smanjeno zadovoljstvo vlastitim izgledom, ali da su negativne posljedice nezadovoljstva vlastitim izgledom u životu individue reducirane većim fokusom na druga specifična područja vlastitog samovrednovanja. Primjerice, istraživanje Mercurija i Landryja (2008.) pokazalo je da samopoštovanje djeluje kao medijator odnosa između zadovoljstva vlastitim izgledom i zadovoljstva životom u cijelosti. U našem istraživanju nije uveden element zadovoljstva životom, ali postoji opravdana pretpostavka da bi to mogao biti mehanizam protektivnog učinka samopoštovanja.

### ***Samopoštovanje i obiteljska socijalizacija***

Istraživanjem je utvrđeno da obiteljska socijalizacija, konkretno roditeljska toplina i pozitivna obiteljska atmosfera, pozitivno djeluju na samopoštovanje adolescentica. Naši nalazi u skladu su s nalazima međunarodnih studija (Resnick, Harris i Blum, 1993.; Taylor, Wilson, Slater i Mohr, 2012.). Istraživanja su pokazala da atmosfera u roditeljskom domu,

konkretno roditeljski stil pridonosi samopoštovanju u kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi (Roberts i Bengtson, 1993.). Globalno samopoštovanje razvija se u ranoj školskoj dobi, primarno u krugu obitelji, te kroz život ostaje relativno stabilno, uz blagi pad u adolescenciji, što ih u tom periodu čini osobito ranjivima na poruke okoline (Berk, 2006.). Djeca od najranije dobi internaliziraju norme i vrijednosti te stvaraju pozitivan ili negativan stav o sebi, a komunikacija s roditeljima pridonosi formiranju djetetova koncepta o samome sebi, uključujući i koncept o slici vlastitog tijela (Burlison, Metts i Kirch, 2000.). S obzirom na prethodno navedene spoznaje o distinkciji između generalnog i specifičnog samopoštovanja (Rosenberg i sur., 1995.), te postavkama teorije objektivizacije (Fredrickson i Roberts, 1997.), nužno je, formativnim utjecajima pri kreiranju djetetove slike o sebi, fokus preusmjeriti s tjelesnog izgleda djevojčica na generalni pojam o sebi. Primjerice, Impett, Tracy i Michael (2006.) utvrdili da u osmom razredu djevojke koje više objektiviziraju svoja tijela imaju znatno niže samopoštovanje. Upravo obitelj i rana socijalizacija ključni su za razvoj generalnog samopoštovanja, koji bi mogao biti najznačajniji protektivni faktor u riziku nastanka nezadovoljstva vlastitim izgledom kod adolescentica (Sioux, 2009.; prema McKay, 2013.). Archibald, Graber i Brooks-Gunn (1999.) potvrdili su pozitivnu povezanost obiteljskog prihvaćanja sa zadovoljstvom izgledom kod adolescentica. Osobe koje su u obitelji imale nisku razinu topline ostvaruju niže rezultate na mjerama samopoštovanja, što ih čini podložnijima utjecaju medija i okoline u adolescentskoj dobi (Resnick, Harris i Blum, 1993; Russello, 2010.).

## ***Praktične implikacije rada***

Specifična svrha ovog istraživanja bila je detekcija mogućih protektivnih faktora u razvoju nezadovoljstva vlastitim izgledom kod populacije adolescentica. Relevantnost takvih nalaza upravo je u dugoročnim posljedicama koje proizlaze iz nezadovoljstva vlastitim izgledom, koje su utvrđene brojnim dosadašnjim istraživanjima (Durkin i Paxton, 2002.; Twenge i Fredrickson, 2002.; Choma, Visser, Pozzebon, Bogaert, Busseri i Sadava, 2010.; Zurbriggen, Collins, Lamb, Roberts, Tolman, Ward i Blake, 2010.).

. Upravo obitelj i rana socijalizacija pokazali su se ključnim faktorima pri razvoju samopoštovanja adolescentica, koje bi moglo biti najznačajniji protektivni faktor u riziku nastanka nezadovoljstva vlastitim izgledom (Sioux, 2009.; prema McKay, 2013.). Našim istraživanjem utvrđeno je da obiteljska socijalizacija, konkretno roditeljska toplina i pozitivna obiteljska atmosfera, pozitivno djeluju na samopoštovanje adolescentica. Globalno samopoštovanje razvija se u ranoj školskoj dobi, primarno u krugu obitelji (Berk, 2006.) te je moguće formativnim utjecajima pri kreiranju djetetove slike o sebi fokus preusmjeriti s tjelesnog izgleda djevojčica na cjelovitost njihove osobe.

Potencijalnu ulogu u tom procesu, razvoja samopoštovanja i preusmjeravanja fokusa s tjelesnog izgleda, može imati i obrazovni sustav, što sugeriraju dva uspješna pilot programa provedena u švedskim (Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.) i australskim osnovnim školama (O'Dea i Abraham, 2000.). Autori programa (Ghaderi i sur., 2005.) naglašavaju da je nužno premjestiti fokus s direktnog djelovanja na percepciju vlastitog izgleda na kognitivne promjene u vjerovanjima, vrijednostima i stavovima prema samome sebi u cijelosti (engl. social cognitive theory). Dosadašnji programi s fokusom na samu percepciju vlastitog izgleda nisu polučili tako značajne rezultate (Ghaderi, Martensson i Schwan, 2005.). Druga vrsta programa, intervencija medijske pismenosti, uključuje kritičku analizu sadržaja medijskih

poruka kojima se nastoji smanjiti ili spriječiti internalizacija medijskih ideala tjelesnog izgleda i proces socijalne usporedbe (Yamamiya, Cash, Melnyk, Posavac, Posavac, 2005.). Takvi programi u obrazovanju polučuju samo djelomičan uspjeh, jer ne uspijevaju proniknuti do uzroka problema, objektivizacije vlastitog tijela i željenih promjena u ponašanju (Choma, Foster i Radford, 2007.). Nužnim se pokazalo odmicanje od naglaska s tjelesnosti te su stoga Halliwell i Diedrichs (2014.) unutar programa intervencije medijske pismenosti inkorporirale intervenciju na temelju kognitivne disonance. Bitan dio spomenute intervencije jest poticanje pojedinaca na aktivno suprotstavljanje medijskim idealima u vlastitom ponašanju te s obzirom da je takvo ponašanje u suprotnosti s njihovim uvjerenjima stvara se disonanca koja izaziva nelagodu i osobe mijenjaju svoja uvjerenja kako bi bila u skladu s njihovim ponašanjem. Bitno je naglasiti nužnost da se pri intervencijama djeluje na objektivizirajuće oblike mišljenja, odmicanjem od percepcije izvanjskog tijela i pomicanjem fokusa na cjelovitost osobe, tj. ne na zadovoljstvo vlastitim izgledom već na generalno zadovoljstvo samim sobom. Također, s takvim intervencijama je nužno je započeti što ranije, još u razdoblju formiranja vlastite slike o sebi, u osnovnoškolskoj dobi.

### ***Ograničenja studije***

Uzorak koji je korišten u ovoj studiji nije probabilističkog karaktera te ga stoga ne možemo smatrati reprezentativnim. No, činjenica kako naš rad obilježavaju analitičke a ne prevalencijske analize, provedenom na velikom i heterogenom uzorku, bitno relativizira spomenuto ograničenje. Nadalje, valja imati u vidu kako je naše istraživanje presječnog karaktera, što onemogućuje kauzalno zaključivanje. Drugim riječima, nekih smjer utvrđenih povezanosti mogao bi biti suprotan pretpostavljenom. Tek će longitudinalni podaci moći pružiti potpuniji uvid u mehanizam djelovanja samopoštovanja na zadovoljstvo izgledom, što

je ujedno i preporuka za buduća istraživanja. Naposljetku, među ograničenja valja ubrojiti i kategorizaciju indikatora učestalosti korištenja virtualnih društvenih mreža, koja je smanjila preciznost procjene. Razlog za kategorizaciju te inicijalno kvantitativne varijable bila je izrazito asimetrična distribucija odgovora, što je posljedica pogrešne procjene autora vezane uz uporabu virtualnih društvenih mreža među adolescentima i, posljedično, korištenja nedovoljno varijabilne skale za bilježenje odgovora.

## **Zaključak**

Predstavljeno istraživanje pružilo je detaljniji uvid u problematiku nezadovoljstva izgledom kod adolescentica, analizom odnosa između obiteljske socijalizacije, samopoštovanja i zadovoljstva izgledom. Nalazi istraživanja potvrdili su postavke sociokulturnog modela primijenjenog u kontekstu virtualnih društvenih mreža. Evidentirali smo mehanizam djelovanja društvenih mreža na nezadovoljstvo izgledom (internalizacija ideala tjelesnog izgleda te samo-nadzor). Premda smo ustanovili kako je (općenito) samopoštovanje značajan korelat zadovoljstva vlastitim izgledom, nismo potvrdili njegov pretpostavljeni moderatorski utjecaj na vezu između internalizacije i zadovoljstva izgledom.

Nalazi ove studije imaju i praktične implikacije. Imajući u vidu povezanost između samopoštovanja i zadovoljstva vlastitim izgledom, izgradnja stabilnog samopoštovanja čini se važnom protutežom mogućim štetnim posljedicama uporabe novih medija. Obiteljska socijalizacija, konkretno roditeljska toplina i pozitivna obiteljska atmosfera, pokazali su se utjecajnim faktorima u formiranju samopoštovanja adolescentica. Obrazovni sustav može pomoći primarno programima medijske pismenosti, odnosno osposobljavanjem za kritičko



sagledavanje objektivizirajućih medijskih poruka (Ghaderi i sur., 2005.; O'Dea i Abraham, 2000.; Halliwell i Diedrichs, 2014.).

## Literatura

Ackard, D. M., Neumark-Sztainer, D., Story, M. i Perry, C. (2006). Parent-child connectedness and behavioural and emotional health among connectedness and behavioural and emotional health among adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 30:59-66.

Archibald, A. B., Graber, J. A. i Brooks-Gunn, J. (1999). Associations among parent-adolescent relationships, pubertal growth, dieting, and body image in young adolescent girls: A short-term longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, 9:395-415.

Ambrosi-Randić, N. (2004). *Razvoj poremećaja hranjenja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Bair C. E., Kelly N. R., Serdar K. L. i Mazzeo S. E. (2012). Does the Internet function like magazines? An exploration of image-focused media, eating pathology, and body dissatisfaction. *Eating Behaviors*, 13(4):398-401.

Baranovic, B., Doolan, K., Jugović, I., Klepač, O., Košutić, I. i Puzić, S. (2015). Teorijske osnove, ciljevi i metodologija istraživanja. U: Baranovic, B. (ur.) *Koji srednjoškolci namjeravaju studirati? Pristup visokom obrazovanju i odabir studija*. Zagreb: Institut za društvena istraživanja u Zagrebu, 107-121.

Baron, R. M. i Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychology Research. Conceptual, Strategic and Statistical Considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6): 1173-1182.

Berk, L. (2006). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

- Brajša-Žganec, A., Raboteg-Šarić, Z., i Franc, R.(2000). *Dimenzije samopoimanja djece u odnosu na opaženu socijalnu podršku iz različitih izvora*. Zagreb: Društvena istraživanja, 6(50):897-912.
- Brooks-Gunn, J., Warren, M. P., Rosso, J. i Gargiulo, J. (1987). Validity of self-report measures of girls' pubertal status. *Child Development*, 58: 829-841.
- Brownell, K. D. (1991). Dieting and the search for the perfect body: Where physiology and culture collide. *Behavior Therapy*, 22:1-12.
- Burleson, B. R., Metts, S. i Kirch, M. W. (2000). Communication in close relationships. In C. Hendrick i S. S. Hendrick (Eds). *Close relationships: A Sourcebook*. Thousand Oaks, CA:Sage.
- Calado, M., Lameiras, M., Sepulveda, A. R., Rodríguez, Y., Carrera, M. V. (2010). The Mass Media Exposure and Disordered Eating Behaviours in Spanish Secondary Students. *European eating disorders review*, 18 (5):417-427.
- Calogero, R. M., Tantleff-Dunn, S. E., Thompson, J. (2011). *Self-objectification in women: Causes, consequences, and counteractions*. American Psychological Association.
- Centers for Disease Control and Prevention, Division of Nutrition, Physical Activity, and Obesity (2015). About Child & Teen BMI [Internet] Dostupno na: [http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens\\_bmi/about\\_childrens\\_bmi.html](http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens_bmi/about_childrens_bmi.html) [pristupljeno 27. veljače 2016].
- Choma, L. B., Foster, M. D., Radford, E. (2007). Use of Objectification Theory to Examine the Effects of a Media Literacy Intervention on Woman. *Sex Roles*, 56 (9-10):581-591.
- Choma, L. B., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A. i Sadava, S. W. (2010). Self-Objectification, Self-Esteem and Gender: Testing a Moderated Mediation Model. *Sex Roles*, 63:645–656.
- Cohen R. i Blaszczynski, A. (2015). Comparative effects of Facebook and conventional media on body image dissatisfaction. *Journal of Eating Disorders*, 3: 23-34.

- Crespo, C., Kielpikowski, M., Jose, P. E., Pryor, J. (2010) Relationships between family connectedness and body satisfaction: a longitudinal study of adolescent girl and boys. *Journal of Youth Adolescence*, 39(12):1392-1401.
- De Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., Nikken, P. (2016). Adolescents Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1):211-24.
- Dohnt, H. i Tiggemann, M. (2006). The Contribution of Peer and Media Influences to the Development of Body Satisfaction and Self-Esteem in Young Girls: A Prospective Study. *Developmental Psychology*, 42(5):929–936.
- Durkin, S. J. i Paxton, S. J. (2002). Predictors of vulnerability to reduced body image satisfaction and psychological wellbeing in response to exposure to idealized female media images in adolescent girls. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5):995-1005.
- Erceg Jugović, I. (2015). *Čimbenici nezadovoljstva tijelom u adolescenciji*. Doktorski rad, Zagreb: Filozofski fakultet.
- Erchull, M. J., Liss, M. i Lichiello, S. (2013). Extending the Negative Consequences of Media Internalization and Self-Objectification to Dissociation and Self-Harm. *Sex Roles*, 69:583–593.
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7:114-140.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T. A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21 (1):173-206.
- Fulkerson J.A., Strauss, J., Story M., Boutelle, K., Leffert N, Neumark-Sztainer D.(2007). Correlates of Psychosocial Well-Being Among Overweight Adolescents: The Role of the Family. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(1):181-186.
- Garner, D. M., Garfinkel, P.E., Schwartz, D., Thompson, M. (1980). Cultural expectations of thinness in women. *Psychological Reports*, 47:483-491.

- Ghaderi A, Martensson M., Schwan H. (2005). "Everybody's Different": a primary prevention program among fifth grade school children. *Journal of Eating Disorders*, 13(3):245-59.
- Green, S. P. i Pritchard, M. E. (2003). Predictors of Body Image Dissatisfaction in Adul Men and Women. *Society for Personality Research*, 31(3):215-222.
- Halliwell, E., Diedrichs, P. C. (2014.). Brief Report: Testing a Dissonance Body Image Intervention Among Young Girls. *Health Psychology*, 33(2):201-204.
- Haferkamp N, Krämer N. C. (2011). Social comparison 2.0: examining the effects of online profiles on social-networking sites. *Cyberpsychology Behav Soc Netw*, 14(5):309-14.
- Harper, B., Tiggemann, M. (2008). The Effect of Thin Ideal Media Images on Women's Self-Objectification, Mood and Body Image. *Sex Roles*, 58 (9-10):649-657.
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., (1995.). Body image and televised images of thinness and attractiveness: a controlled laboratory investigation. *Journal of Social and Clinical Psychology*,14:325-338.
- Impett, E. A., Schooler, D. i Tolman, D. L. (2006). To be seen and not heard: Femininity ideology and adolescent girls' sexual health. *Archives of Sexual Behavior*, 35:129–142.
- Kalpidou, M., Costin, D. i Morris, J. (2011) The relationship between Facebook and the wellbeing of undergraduate college students. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(4):183-189.
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac Jagodić, G., Greblo, Z. (2012). Razvoj i validacija upitnika roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 15(1):23-41.
- Keery, H., van den Berg, P., Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3):237-51.
- Lacković-Grgin,K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Naklada Slap, Jastrebarsko.
- Lebedina Manzoni, M. (2006). *Psihološke osnove poremećaja u ponašanju*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

- Lindberg, S. M., Grabe, S., Hyde, J. S. (2007). Gender, pubertal development, and peer sexual harassment predict objectified body consciousness in early adolescence. *Journal for Research on Adolescence*, 17: 723-742.
- Lindberg, S. M., Hyde, J. S., McKinley, N. M. (2006). A Measure of Objectified Body Consciousness for Preadolescent and Adolescent Youth. *Psychology of Women Quarterly*, 30(1):65-76.
- Lumb, B. A. (2006). *The Effect of a Media Literacy Intervention on Female Body Image*. Doktorski rad, Ottawa, Ontario: Carleton University.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper.
- McCabe, M. P. i Ricciardelli, L. A. (2001). Parent peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36:142.
- McKay, T. (2013). Female Self-Objectification: Causes, Consequences and Prevention. *McNair Scholars Research Journal*, 6 (1):53-70.
- Meermann, R. i Vandereycken, W. (1988). Body image disturbances in eating disorders from the viewpoint of experimental research. In K. M. Pirke, W. Vandereycken i D. Ploog (Eds.), *The psychobiology of bulimia nervosa* (pp. 158-171). Heidelberg, Germany: SpringerVerlag.
- Mendelson, B.K., Mendelson, M.J., i White, D.R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *Journal of Personality Assessment*, 76:90-106.
- Mercurio, A. E. i Landry, L. J. (2008). Self-objectification and Well-being: The Impact of Self-objectification on Women's Overall Sense of Self-worth and Life Satisfaction. *Sex Roles*, 58:458-466.
- Nadkarni A. i Hofmann, S.G. (2012). Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences*, 52(3):243-249.
- O'Dea, J. A. i Abraham, S., (2000). Improving the body image, eating attitudes and behaviors of young male and female adolescents: A new approach which focuses on self-esteem. *International Journal of Eating Disorders*, 28:43-57.

- Paxton, S.J., Schutz, H.K., Wertheim, E.H., Muir, S.L. (1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraints, extreme weight loss behaviors, and binge eating in adolescent girls. *Journal of Abnormal Psychology*, 108:255-2.
- Resnick, M. D., Harris, L. J. i Blum, R. W. (1993). The impact of caring and connectedness on adolescent health and well-being. *Journal of Pediatrics and Child Health*, 29(1):S3-S9.
- Rheanna, A. N., Ludden, A. B., Lally, M. M. (2007). The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image during Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8):1024-1037.
- Roberts, R. E. L. i Bengston, V. L. (1993). Relationships with Parents, Self-Esteem, and Psychological Well-Being in Young Adulthood. *Social Psychology Quarterly*, 56(4):263-277.
- Rodin, J., Silberstein, L., i Striegel-Moore, R. (1985). Women and weight: A normative discontent. In T. B. Sondereregger (Ed.), *Psychology and gender* (pp. 267–307). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach C., Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem: Different Concepts, Different Outcomes. *American Sociological Review*, 60(1):141-156.
- Russello, S. (2009). The Impact of Media Exposure on Self-Esteem and Body Satisfaction in Men and Women. *Journal of Interdisciplinary Undergraduate Research*, 1 (1):1-12.
- Sorokowski, P., Sorokowska, A. i Pisanski, K. (2015). Selfie posting behaviors are associated with narcissism among men. *Personality and Individual Differences*, 85:123-127.
- Spurr, S., Berry, L., Walker, K. (2013). Exploring Adolescent Views of Body Image: The Influence of the Media. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 36 (1-2):17-36.
- Stevens Aubrey, J. (2006). Effects of Sexually Objectifying Media on Self-Objectification and Body Surveillance in Undergraduates: Results of a 2-Year Panel Study. *Journal of Communication*, 56(2):366-86.
- Stormer, S. M. i Thompson, J. K. (1995) Explanations of body image disturbance: A test of maturational status, negative verbal commentary, social comparison, and sociocultural hypotheses. *Journal of Eating Disorders*, 19(2):193–202.

- Štulhofer, A., Ajduković, D., Božičević, I., Kufrin, K. (2005). HIV/AIDS i mladi— Hrvatska 2005: informiranost o HIV/AIDS-u, stavovi i seksualno ponašanje u nacionalnom uzorku mladeži (18-24). (Istraživački izvještaj). Zagreb: Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi.
- Taniguchi, E. i Aune, R. K. (2013). Communication with parents and body satisfaction in college students. *Journal of American College Health*, 61(7):387-96.
- Taylor, A., Wilson, C., Slater, A. i Mohr, P. (2012). Self-esteem and body dissatisfaction in young children: Associations with weight and perceived parenting style. *Clinical Psychologist*, 16(1):25-35.
- Thompson, J. K., Van Den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., Heinberg, L. J. (2004). The sociocultural attitudes toward appearance scale-3 (SATAQ-3): development and validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3):293-304.
- Tiggemann, M., Pickering A. S. (1996). Role of television in adolescent women's body dissatisfaction and drive for thinness. *Int J Eat Disord*, 20(2):199-203.
- Tiggemann, M., Slater, A. (2013). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 40(6):630-633.
- Twamley, E. W., Davis, M. C. (1999). The sociocultural model of eating disturbance in young women: the effects of personal attributes and family environment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18:467-489.
- Twenge, J. M. i Fredrickson, B. L. (2002). Trait Self-Objectification in Women: Affective and Personality Correlates. *Journal of Research in Personality*, 36:147-172.
- Tsitsika, A. K., Tzavela, E. C., Olafsson, K., Iordache, A., Scgoenmakers, T. M., Tzavara, C. i Richardson, C. (2014). Online social networking in adolescence: Patterns of use in six European countries and links with psychosocial functioning. *Journal of Adolescent Health*, 55:141-147.
- Yamamiya, Y., Cash, T. F., Melnyk, S. E., Posavac, H. D., Posavac, S. S. (2005). Women's Exposure to Thin-and-Beautiful Media Images: Body Image Effects of MediaIdeal Internalization and Impact-Reduction Interventions. *Body Image*, 2(1):74-80.

Zurbriggen, E. L., Collins, R. L., Lamb, S., Roberts T. A., Tolman, D. L., Ward, L. M., Blake, J. (2010). Report of the APA Task Force on the Sexualization of Girls. American Psychological Association [internet] Dostupno na: <http://www.apa.org/pi/wpo/sexualization.html>



## Prilozi

**Tablica 1** – Povezanost između učestalosti uporabe društvenih mreža, internalizacije ideala tjelesnog izgleda i zadovoljstva izgledom kao kriterija (N = 1301)

	B	$\beta$	SE	B	$\beta$	SE
	1. korak			2. korak		
Indeks tjelesne mase	-1,085	-0,138**	0,216	-1,17	-0,149**	0,202
Učestalost korištenja društvenih mreža						
0 – 1 sat	0,697	0,082**	0,264	0,221	0,026	0,249
2 sata	0,232	0,027	0,264	-0,053	-0,006	0,248
3 sata	0,532	0,060	0,274	-0,303	-0,034	0,256
Internalizacija				-0,309	-0,360**	0,022

Bilješke: SE - standardna pogreška procjene; B - nestandardizirani regresijski koeficijent;

$\beta$  – standardizirani regresijski koeficijent; \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

**Tablica 2** – Povezanosti između internalizacije ideala tjelesnog izgleda, samo-nadzora i zadovoljstva izgledom kao kriterija (N = 1300)

	B	$\beta$	SE	B	$\beta$	SE
	1. korak			2. korak		
Indeks tjelesne mase	-1,170	-0,149 **	0,202	-1,143	-0,145 **	0,198
Internalizacija	-0,311	-0,362 **	0,022	-0,226	-0,263 **	0,025
Samo-nadzor				-0,251	-0,192 **	0,038

Bilješke: SE - standardna pogreška procjene; B - nestandardizirani regresijski koeficijent;

$\beta$  – standardizirani regresijski koeficijent; \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

**Tablica 3** – Povezanost između internalizacije ideala tjelesnog izgleda, interakcije između samopoštovanja i internalizacije te zadovoljstva izgledom kao kriterija (N = 1300)

	B	$\beta$	SE	B	$\beta$	SE
	1. korak			2. korak		
Indeks tjelesne mase	-1,021	-0,129**	0,164	-1,007	-0,128**	0,164
Internalizacija	-0,227	-0,264**	0,018	-0,132	-0,153	0,074
Samopoštovanje	0,593	0,545**	0,023	0,674	0,620**	0,065
Samopoštovanje * Internalizacija				-0,006	-0,125	0,005

Bilješke: SE - standardna pogreška procjene; B - nestandardizirani regresijski koeficijent;

$\beta$  – standardizirani regresijski koeficijent; \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

**Tablica 4** – Povezanost između roditeljskog stila (autonomija, toplina, kontrola), obiteljske atmosfere i samopoštovanja kao kriterijske varijable (N = 1249)

	B	$\beta$	SE
Indeks tjelesne mase	-0,289	-0,040	0,195
<i>Roditeljski stil</i>			
Autonomija	0,018	0,016	0,048
Toplina	0,250	0,263**	0,044
Kontrola	0,040	0,039	0,034
Obiteljska atmosfera	-0,108	-0,067*	0,050

Bilješke: SE - standardna pogreška procjene; B - nestandardizirani regresijski koeficijent;

$\beta$  – standardizirani regresijski koeficijent; \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

## Sažetak

Nezadovoljstvo izgledom toliko je učestalo u ženskoj populaciji da predstavlja „normativno nezadovoljstvo“ (Rodin i suradnici, 1985.), a postoji pretpostavka da su upravo društvene norme ishodište objektivizirajućeg pogleda na vlastito tijelo individue. Negativne posljedice nezadovoljstva tjelesnim izgledom dalekosežne su i mogu utjecati na cjelokupni život individue. Ovim istraživanjem testirali smo model odnosa među temeljnim dimenzijama razvoja nezadovoljstva vlastitim tjelesnim izgledom, u nastojanjima da identificiramo moguće protektivne faktore i proširimo primjenu sociokulturnog modela na virtualne društvene mreže. Takav model, prema našim saznanjima, još nije provjeren u cijelosti. Podaci su prikupljeni u sklopu prvog vala studije “Prospective Biopsychosocial Study of the Effects of Sexually Explicit Material on Young People 's Sexual Socialization and Health” (PROBIOPS). Istraživanje je obuhvatilo 1301 učenicu drugih razreda srednjih škola u Gradu Zagrebu i Zagrebačkoj županiji. Naše istraživanje podupire postavke sociokulturnog modela (Gardner, Garfinkel, Schwartz i Thompson, 1980.) jer se upotreba društvenih mreža pokazala povezanom s nezadovoljstvom tjelesnim izgledom i to putem internalizacije ideala tjelesnog izgleda. Također, pokazalo se da je odnos između internalizacije i zadovoljstva tjelesnim izgledom djelomično posredovan samo-nadzorom, što je u skladu s teorijom objektivizacije (Fredrickson i Roberts, 1997.). Istraživanje nije potvrdilo moderatorski utjecaj samopoštovanja na odnos između internalizacije ideala i zadovoljstva izgledom, no samopoštovanje se pokazalo značajnim prediktorom zadovoljstva vlastitim izgledom. Istraživanjem je također utvrđeno da obiteljska socijalizacija djeluje na stupanj samopoštovanja adolescentica. Praktičnu važnost studije vidimo u integriranju njezinih uvida u školske i izvanškolske programe medijske pismenosti, osobito u dijelu usmjerenom na prevenciju štetnih posljedica medijske idealizacije i naglašavanja važnosti fizičkog izgleda.

*Ključne riječi:* zadovoljstvo tjelesnim izgledom, virtualne društvene mreže, internalizacija, samo-objektivizacija, samopoštovanje, obiteljska socijalizacija, intervencija medijske pismenosti

### ***Summary***

Dissatisfaction with physical appearance is so common within female population that it becomes “normative dissatisfaction” (Rodin et al., 1985) and there is an assumption that social norms are the source of self-objectifying views on one’s own body. The negative consequences of this kind of dissatisfaction are far-reaching and can have an impact on a person’s life in whole. This study examines the relations between the main dimensions of the development of dissatisfaction with one’s own appearance, extending the application of the sociocultural model to virtual social networking, in order to try to identify the possible protective factors. To the extent of our knowledge, this kind of model hasn’t been fully tested before. The data were collected in the first wave of longitudinal (panel) study: “Prospective Biopsychosocial Study of the Effects of Sexually Explicit Material on Young People’s Sexual Socialization and Health” (PROBIOPS). The study includes 301 female second-grade pupils of primary schools in Zagreb and Zagreb County. Our research supports the propositions of the sociocultural model (Gardner, Garfinkel, Schwartz and Thompson, 1980) since the use of social networks has proved to be related to dissatisfaction with physical appearance by way of internalisation of body ideals. Moreover, it turns out that the connection between internalisation and satisfaction with one’s physical appearance is partially mediated by self-surveillance, which corresponds with the self-objectifying theory (Fredrickson and Roberts, 1997). The research does not confirm moderator effect of self-esteem on the relationship

between internalisation of body ideals and satisfaction with own physical appearance, but self-esteem has proved to be a significant predictor of one's satisfaction with their physical appearance. The research also confirms that family socialisation influences the degree of self-esteem among female adolescents. The study's practical significance lies in integrating its insight into curricular and extracurricular programmes of media literacy, especially in parts that deal with the prevention of negative consequences of media idealisation and highlighting the importance of physical appearance.

*Key words:* satisfaction with physical appearance, virtual social networks, internalisation of body ideals, self-objectification, self-esteem, family socialisation, media literacy intervention

## ***Zahvala***

Od srca zahvaljujem mentoru, prof. dr. sc. Aleksandru Štulhoferu, na nesebičnoj stručnoj pomoći i bezgraničnom strpljenju, vremenu i trudu pri kritičkom čitanju rada i pomoći u njegovoj realizaciji. Zahvalna sam mu na svim novim znanjima koje mi je pružio tijekom studiranja i izrade ovog rada.



## *Životopis*

**Ana Ciprić** rođena je 27. lipnja 1991. godine u Zagrebu. Osnovnu i glazbenu školu završila je u Sisku, gdje je potom upisala Opću gimnaziju. Tijekom srednjoškolskog obrazovanja honorarno piše za Novi sisački tjednik. Godine 2012. upisala je dvopredmetni preddiplomski studij na Odsjeku za sociologiju i Katedri za antropologiju na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu. Stekla je zvanje sveučilišne prvostupnice sociologije i antropologije 2015. godine, s nagradom za izvrsnost u studiju. Iste godine upisuje diplomski studij na istom fakultetu. U srpnju 2015. godine aktivno sudjeluje na međunarodnoj studentskoj konferenciji "8th International Spring School in Sex Research" u Grožnjanu, pod vodstvom mentora prof. dr. sc. Aleksandra Štulhofera. Uz studij povremeno volontira te pohađa metodološke radionice i sociološke ljetne škole.